PSICOLOGÍA 1º DE CRIMINOLOGÍA

A. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA

TEMA 1. CONCEPTO, HISTORIA, MÉTODOS Y PRINCIPIOS DE LA PSICOLOGÍA

1.1. DEFINICION Y ORIGENES

Concepto de Psicología

La concepción popular de la Psicología

- Es una ciencia incipiente
- Tiene influencia en el Psicoanálisis
- Tiene vínculo con la Filosofía y la especulación no científica, considerándose la mente (y su relación con el alma) el principal objeto de estudio
- Diversidad de escuelas y teorías

Proliferación de artículos "psicológicos" en revistas no psicológicas (ciencia de opinión)

La concepción científica

- La Psicología es la ciencia que estudia el comportamiento y los procesos mentales que lo moldean
- Adopción de una base más pragmática y real: la Mente adquirió un significado menos metafísico: conciencia, percepción, memoria, sensación, asociación…
- Es ciencia: herramientas como la observación, la descripción, la investigación experimental, la repetición y confirmación de los conocimientos que después organiza.
- La conducta o comportamiento, en su forma más amplia, incluye las acciones o reacciones observables y los procesos psicológicos encubiertos (que no pueden ser observados directamente), pero se pueden inferir de manera indirecta en ciertas manifestaciones

La psicología es de las primeras cosas que le importaron a la humanidad. Surgió a la vez que la filosofía (muchos filósofos eran también psicólogos). La palabra proviene del griego : **estudio del alma**

ALMA

Ya en el siglo XIX no se hizo tanta distinción entre los hombres (con alma) y los animales (sin alma). Darwin da un giro a la psicología, ya se piensa que el hombre no posee alma. Aparece el METODO CIENTIFICO, que usarán ciencias como la biología, la física y la química. El Método está basado en la observación, experimentación, hipótesis, variables y medida.

Ahora la psicología se vincula a la ciencia porque usará el Método Científico.

Ello sería en el año 1879 en Alemania, siendo WUNDT el primer psicólogo "científico". La psicología ya no se enfoca al alma, sino a la mente. WUNDT crea el primer laboratorio de psicología experimental, estudiando elementos de la fisiología (reflejos, sentidos...). La psicología se llamaría **psicología experimental**.

ALMA ---> MENTE

Hacia 1920 cambia esta idea de que el ser humano es cuantificable y medible fácilmente. La psicología es ya la **ciencia que estudia el comportamiento (o conducta)** -de hombres o animales-.

CONDUCTA: este término surge hacia 1920 con el movimiento del CONDUCTISMO (crítica de la psicología que estudiaba solo la mente). La conducta son los aspectos observables, medibles y cuantificables del comportamiento humano (respuestas de tipo fisiológico relacionadas con las emociones y de tipo motor).

COMPORTAMIENTO: Aspectos observables, medibles y cuantificables y los aspectos no medibles... (donde se incluyen los hechos mentales y emocionales). La conducta es una parte del comportamiento.

Hay relación entre los pensamientos y los sentimientos. Son procesos mentales ⇄ conducta. Los procesos psicológicos llevan a determinadas conductas y las conductas nos hacen cambiar procesos psicológicos. Los dos cambian a las dos cosas. La psicología es la ciencia de la mente.

Fuentes de la psicología:
- La filosofía: como se percibe la realidad. Libertad de planteamiento.
- La fisiología: amplia tradición científica. Mecanismo de las sensaciones, percepción y cognición.

Psicología: estudio del comportamiento.

ALMA ---> MENTE ---> COMPORTAMIENTO (o conducta)

Historia reciente de la Psicología

· *Wilhem Wundt (Leipzig, 1879): Inicio de la Psicología científica*
- Primer laboratorio de Psicología, donde estudiaba la "mente" de modo objetivo y científico: introdujo la medición y el experimento.
- La mente se compone de tres elementos simples: sensaciones, que son las reacciones producidas por estímulos externos; imágenes, que son las reacciones generadas por la mente (como recuerdos); y sentimientos, que son emociones que acompañan a diversas experiencias.

· *Sir Francis Galton*
- Primero en estudiar las diferencias individuales y las elaboración de los test mentales

· *Wlilliam James* (Funcionalismo, funcionamos por asociaciones).
- Las sensaciones no pueden ser desligadas de las asociaciones. Formulo la teoría funcionalista de la vida mental y del comportamiento

· *John B. Watson*
- Oposición a las escuelas estructuralistas y funcionalistas: no es posible definir la "conciencia" ni el "espíritu". La Psicología se ocupa del comportamiento observable y medible.
- Antecedentes de la escuela conductista: experimentos sobre el condicionamiento. Toda conducta puede explicarse por las relaciones entre estímulos y respuestas.

- Estadounidense que fue el máximo exponente del movimiento conductista. Se apoyaba en los trabajos del llamado **condicionamiento clásico** que había sido estudiado por Pavlov, un fisiólogo ruso. Watson defendía que cualquier conducta compleja, si la analizamos y descomponemos en sus partes, hallamos que está constituida por reflejos condicionados. Se entiende por aprendizaje un cambio en la disposición o capacidad de un organismo con carácter de relativa permanencia y que no es atribuible simplemente al proceso del desarrollo, sino que se debe fundamentalmente a la influencia del medio. Es el primer hombre que trabaja en laboratorio con animales (ratas), la mayor parte de sus experimentos fueron con animales; es la primera persona que generaliza sus conclusiones con animales y hombres. La suya es una psicología de estímulos y respuestas (E.R.= E.S. -en inglés-). Hizo los mismos experimentos, que hizo con ratas, con niños. Para él el comportamiento del ser humano está sujeto a unos estímulos externos; los seres humanos recogían estímulos y se comportaban igual que otros seres humanos, todos tendríamos los mismos comportamientos ante idénticos estímulos (ser humano o animal="caja tonta").
  MISMA ESTIMULACION ---> MISMOS RESULTADOS
  Después de Watson otros autores mostraron que se puede producir aprendizaje por condicionamiento con niños en edades muy tempranas, entre los dos y los nueve días de edad.

· *Max Wertheimer: la Psicología de la gestalt*
- Punto de vista opuesto a las viejas escuelas del estructuralismo y el funcionalismo. Objetaba el "atomismo" de la Psicología conductista y su poca atención al proceso de percepción.

· Skinner: El conductismo

- Introducción del reforzamiento para estimular el aprendizaje.
- Estadounidense que traspuso el comportamiento animal al comportamiento humano, sobre todo en el ámbito de la enseñanza. Su teoría era el **condicionamiento operante o universal o instrumental**. Ese tipo de condicionamiento consiste en reforzar, o premiar, alguna conducta que el sujeto produce o emite espontáneamente y, en cambio, no reforzar otras conductas. Este tipo de condicionamiento se denomina operante porque sugiere que la conducta del organismo opera sobre el medio y también se denomina instrumental porque la respuesta del sujeto es el instrumento de la producción de la recompensa. Si hay un buen profesor y unas buenas circunstancias tiene que haber buenos resultados en el aprendizaje. Tiene una novela llamada Walden II, en la que plantea una sociedad ideal, con condiciones generales óptimas, un mundo cerrado y perfecto, pensado para encontrar la felicidad. Parte de que la felicidad humana es igual para todos.

· *Sigmund Freud: Psicología dinámica*

- Se centró en la explicación y tratamiento del comportamiento anormal.
- Surge como una técnica terapéutica y evolucionó hacia una teoría que explica la vida psíquica y el y el desarrollo de la personalidad.
- Freud concedió gran importancia a las experiencias infantiles y sostuvo que muchos de los impulsos y deseos inconsciente son sexuales.
- El motor de la actividad psíquica lo constituyen los estados de tensión que se producen en el organismo y que éste tiende a reducir. Los estados de tensión son los interiores, que no plantean grandes problemas psicológicos (por ejemplo, evitar una luz intensa, o un ruido), y los interiores, constituidos por las **pulsiones**. Las pulsiones pueden ser:
- de **autoconservación**, que tienden a la conservación del individuo, conservación de la especie, referidas a las necesidades físicas sencillas;
- las **pulsiones sexuales**, que se apoyan en pulsiones de autoconservación que proporcionan una base orgánica, una dirección y un objeto (por ejemplo, la satisfacción oral del bebé está ligada a la alimentación pero sobre ella se establece la sexualidad oral).

Freud tuvo bastantes aciertos, pero bastantes errores en cuanto a la sexualidad femenina (vista desde entonces hasta hace poco erróneamente).

· Binswager: Psicología existencialista

- El sentido del ser en el mundo de las experiencias

· *Rogers: Psicología humanista*

- La comunicación por medio de los sentidos a fin de lograr la realización del potencial del individuo. Su meta es propiciar la autorrealización.
- **ROGERS** fue uno de los primeros teóricos de la educación de los niños en un ambiente de libertad. Para él, para crecer como seres humanos necesitamos un ambiente de libertad. Aboga por una **educación no directiva, educación en libertad**

· *Psicología cognitiva*. (Relación entre lo que uno piensa y lo que uno hace (creerse las cosas). Como las personas percibimos o interpretamos las situaciones).

- Estudio de los procesos mentales en su acepción más general: cómo se percibe, interpreta, almacena y recupera la información.
- Los procesos mentales pueden estudiarse con técnicas científicas.

· El conductismo cognitivo (Específico para el ser humano. Se adapta el conductismo de Skiner. Adquisición de comportamiento humano.

- El modelo E-R enfatiza la existencia de conexiones sencillas y directas entre los estímulos y las respuestas.

- El modelo E-O-R: el estímulo que llega a la persona (E) es recibido, codificado, analizado, comparado con la información ya existente, almacenado y transformado antes de expresar la respuesta (R).
- Lo que sucede en el organismo, no puede ser directamente observado, sino inferido de las relaciones que se observan entre estímulos y respuestas.

E (estímulos); O (organismo, interpretar estímulos); R (respuestas).

ESCUELAS TRADICIONALES EN PSICOLOGÍA.

• **Biológica / Psicobiológica:**
- La conducta está causada por procesos orgánicos y biológicos.
- La relevancia de las instintos.

• **PSICODINÁMICA / PSICOANALÍTICAS.**
- Motivos y conflictos inconscientes de conducta y emociones.

• **SOCIO CULTURAL**
- La conducta se adquiere a través del modelado (copiar conductas) que impactan y son valoradas cultural y socialmente. Se aprende a hacer cosas que no hay que estudiar. Ejemplo aprender a abrocharse cordones.

• **CONDUCTISMO:**
- La conducta es aprendida a través del aprendizaje.

• **HUMANISMO.**
- La motivación personal como motor de la conducta.

• **GESTALT.**
- El todo es más que la suma de las partes.

• **COGNITIVA.**
- La conducta se basa en procesos de información y pensamiento.

• **NEUROPSICOLOGÍA.**
- ¿Cómo el cerebro crea conductas, emociones, y pensamientos?

• **PSICOLOGÍA DE LA SALUD.**
- Evaluación, diagnóstico y tratamiento de “problemas médicos”.

PERSPECTIVAS MÁS FRECUENTES:

• **PSICOLOGÍA EVOLUCIONISTA.**
- El papel de los rasgos heredados de personalidad como fruto de lasa adaptaciones evolutivas.
- ¿Cómo la naturaleza crea y mantiene rasgos que promueven la supervivencia de nuestros genes?.

• **GENÉTICA CONDUCTAL.** (Trata de establecer lo que uno hace con la genética).
- ¿Cómo los genes determinan comportamientos diferenciales en las personas?.

LAS RAMAS DE LA PSICOLOGÍA

· La American Psychological Association está formada por 45 divisiones independientes, cada una de las cuales representa un área de especialización.

- Psicología de la Personalidad
  Descripción, explicación y predicción del comportamiento. Diferencias individuales.
- Psicología Clínica:
  Prevención, diagnostico y tratamiento de individuos que sufren problemas emocionales y de adaptación, tanto en momentos de crisis como crónicos.
- Psicoterapia
  Modificación internacional de comportamientos
- Psicología Social
  Análisis de procesos sociales
- Psicofarmacología y abusos de sustancias
  Determinantes y secuelas de drogadicciones.
- Psicología Comunitaria
  Justicia criminal, seguridad pública y policial…
- Psicología jurídica
  Peritaje judicial, autopsia psicológica, investigación criminal…

TEMA 2. MODELO BIOPSICOSOCIAL EN CRIMINOLOGÍA.

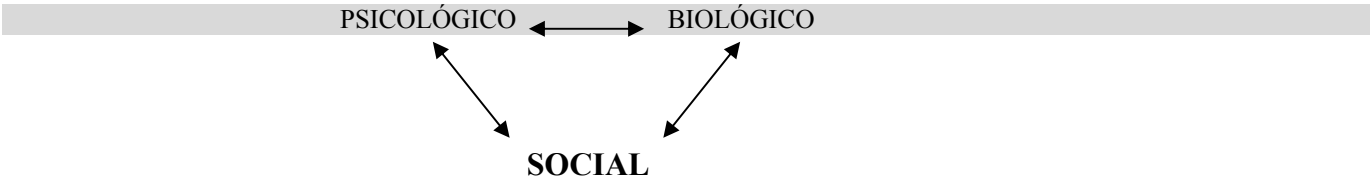
Bandura, Ellis, los seres humanos son seres muy complejos

El sujeto es algo psicológico (persona y situación). Pero También es un rango social(normas). También la persona es algo biológico (fisiológico).

SUJETO.- Psicológico. –Social. –Biológico. Lleva algo de cada uno, cada persona. Todos los campos están relacionados entre sí con los demás. Hay interrelación.

¿Lo psicológico es independiente de lo Social? NO, hay una relación clara entre ambos factores. La interpretación de una conducta y situación dependerá ante qué sociedad nos encontremos.

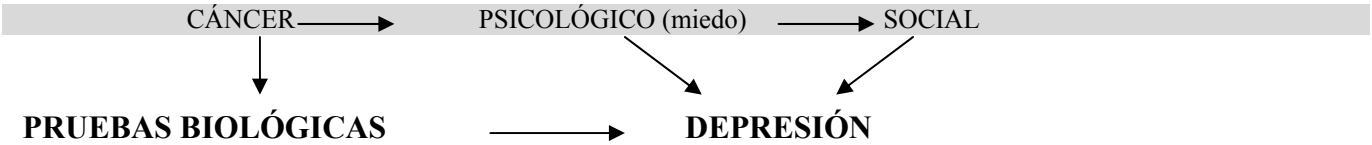
¿Lo biológico determina ciertas situaciones sociales?, SÍ ¿y lo psicológico y lo biológico?, SÍ.



Todo está relacionado entre sí: podemos distinguir entre ellos, pero no separarlos.

- SOCIAL: recursos sociales (estamos enfermos, vamos al médico)
- BIOLÓGICO: los seres humanos tenemos una estructura biológica que en muchos aspectos nos hace diferente a los demás o a los animales.

Hace falta considerar variables psicológicas, sociales y biológicas.
Ej:



Una demostración de modelo biopsicosocial se hace en relación con el Estrés.

EL ESTRÉS.-

Situaciones que determinan respuestas aversivas en el sujeto. Nos referimos a dos cuestiones:

1.- Acontecimientos vitales estresantes.
2.- Fastidios.

1.- Acontecimientos vitales estresantes.- Situaciones conflictivas que aparecen con poca frecuencia, pero que provocan situaciones estresantes. Ejemplo: muerte de un familiar: Ocurre muy poco pero es muy conflictiva, es de alta intensidad.

2.- Fastidios.- Situaciones que aparecen con muy alta frecuencia pero que provocan situaciones de escasa intensidad, o poco estrés. Lo que ocurre es que tienen un efecto acumulativo. Ejemplo: colapso de tráfico al ir al trabajo, menstruación, etc.

Tanto pueden provocar estrés el 1 ó el 2.
El estrés también se le llama a las respuestas que se le da a las situaciones conflictivas. Así el estrés desencadena respuestas en todos los sistemas del ser humano: Componentes de las respuestas del estrés 1,2.

1. **Psicológico:** Poca concentración, ansiedad, nerviosismo. Tendremos reacciones a nivel:
   - **Cognitivo** (creencias, expectativas,...)
   - **Emocional** (ansiedad y depresión)

2. **Fisiológico:** Se puede uno poner blanco o rojo. Se suda más. Indigestiones, temblores, etc.

¿Qué sucede si el estrés se mantiene?

Si el estrés mantiene las respuestas psicológicas se mantienen y se agravan, llegando incluso al suicidio, por ejemplo, también a tener úlceras.

LA CONDUCTA DELICTIVA.

Complejo grupo de conductas:

- De causas.
- Difieren entre individuos y culturas.
- Ninguna causa en particular explica la mayoría de las conductas delictivas.
- Algunas conductas antisociales son mejor explicadas que otras (ganancias monetarias)

Grado de violencia en el delito y grado de delito de la violencia.

Psico	**Bio**	**Social**
- Estrés	- Agentes infecciosos	- Apoyo social
- Afrontamiento	- Toxinas Ambientales	- Educación
- Hábitos salud	- Predisposición genética	- Control polución
- Personalidad	- Reactividad Fisiológica	- Sanidad
- Reacciones a la enfermedad	- Sistema inmune	- Recursos

SALUD Y ENFERMEDADES

Predicción del delito

CONTEXTO BIOLÓGICO PERSONALIDAD SICOPATOLOGÍA USO DE DROGAS

DELITO

Criminalidad: condena y arrestos. Reincidencias Eficacia policial	Ingreso: Hospital o prisión	Tipo de delito: - Homicidios - Maltrato

Genealogía de la delincuencia.

♦Investigaciones sobre familias criminales.

- Estudio de gemelos y de adopción
- Anormalidades en los cromosomas sexuales:
  - Síndrome Klinefelter (síndrome XXY): Síndrome caracterizado por alteración endocrina y anomalías genitales.
  - Síndrome de Tuner (monosomía del cromosoma X, tipo X0): es decir sólo tiene 45 cromosomas con un solo cromosoma X.
  - Trisonomía XYY: Se estudia en poblaciones carcelarias por lo que se asocia a un comportamiento antisocial agresivo.

- 51% de concordancia en gemelos 14Z, 22% DZ.

De 197 pacientes de conducta peligrosa recluidos se encontró 7 varones con cromosomas XYY.

La conducta antisocial de los varones XYY no es probablemente muy diferente de las de las personas no XYY de la misma clase social y antecedentes.

Determinantes biológicos:
- Serotomía: Niveles alterados o anormales tiene efectos cerebrares asociados a tendencias suicidas, agresivas y violencia, alcoholismo y conducta impulsiva.
- Condiciones congénitas:
  - Síndrome fetal alcohólico.

El efecto de golpear trauma y alteraciones del lóbulo frontal

TEMA 3: LA EVALUACIÓN PSICOLÓGICA MEDIOS Y MÉTODOS.

¿EXISTE DIFERENCIA ENTRE MEDICIÓN, EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO Y VALORACIÓN?

MEDIDA.- Acto o proceso de determinar la extensión y la cuantificación de alguna cosa; la evaluación, en cambio se refiere al acto o proceso de determinar el valor de alguna cosa.

MEDIR.- Procedimiento para definir, obtener y ofrecer información útil y que posibilite el juicio o valoración posterior en que consiste la evaluación.

Medir es comparar una cantidad con su respectiva unidad, con el fin de averiguar cuántas veces la 2ª está contenida en la primera.

Medimos cantidades, dimensiones, magnitudes.....obtenemos datos concretos (resistencia de un material, número de hematíes, etc).

MEDICIÓN

- Puntual
- Aquí y ahora
- Objetiva
- Cuantitativa
- Estructurada
- Prefijada
- Fiable
  - No precisa entrenamiento teórico
  - No requiere relación interpersonal profunda
  - Basada en criterios estadísticos (baremos)

EVALUAR es señalar el valor de una cosa. Estimar, apreciar, calcular el valor de una cosa.

EVALUAMOS.- Datos globales, situaciones, significados, etc. Lo hacemos en función de criterios referentes externos y obtenemos impresiones, apreciaciones, etc. (Resistencia correcta, números de hematíes alto o bajo, etc).

EVALUACIÓN

-Proceso continuo
-Cualitativa
-Subjetiva
-Menos fiable
-No prefijada
-Requiere distintas observaciones
-Puede estar sistematizada
-Precisa relación interpersonal
-Basada en criterios clínicos

La evaluación es una tarea:

A) Procesual
- Los fenómenos son variables
- La información muta con el tiempo
- El evaluador influye en el/lo evaluado.

B) Funcional

-Todo está condicionado por las continuas interacciones bio-psico-sociales.

C) Continuista

-Cursa desde el primer contacto con el sujeto hasta la despedida definitiva (¿el alta?)

DIAGNOSTICAR.- Arte de reconocer la naturaleza de una enfermedad mediante la observación de sus síntomas y signos. Calificación que da el médico a la enfermedad según los signos que advierte.

DIAGNOSTICAMOS.-Situaciones o procesos en función de patrones preestablecidos y obtenemos etiquetas, rótulos o nombres significativos (aluminosis, anemia..)

DIAGNÓSTICO

-Puntual	-Utiliza referentes externos
-Poco fiable	-Para categorizar (toxicomanías)
-Más subjetivo	
-Descriptivo	
-Puede basarse en mediciones	
-Precisa formación profesional	
-Suele vincular etiología, sintomatología, pronóstico y orientación terapéutica	

VALORAR: DETERMINAR EL VALOR DE UNA COSA

Valorar es el Grado de utilidad o aptitud de las cosas para satisfacer las necesidades o proporcionar bienestar o deleite.

Valoramos.- Su repercusión, su relación con el pronóstico, la gravedad, la oportunidad de una u otra intervención y obtenemos emociones y decisiones (es conveniente tratar de qué manera..)

VALORACIÓN

-Subjetiva	-Es cualitativa
-Poco Fiable	-Es descriptiva

- Utiliza referentes externos para hacer un balance
- Precisa formación profesional
- Suele vincularse a intensidad del tratamiento y pronóstico.
- Suele referirse a gravedad o intensidad.
- Se basa en apreciaciones gobales.

¿QUÉ ES EXPLICAR?

EXPLICACIÓN.- Reducción a un sistema de conocimientos ya existentes y que se ajusta al correspondiente fenómeno.

¿Y EL EVALUADOR? ¿QUÉ PROCESO SIGUE?

A) El clínico aporta a todo el proceso su propio sistema de categorías aprendidos, su modelo de lo que es normal-anormal, salud y enfermedad..
B) El enfermo aporta su propia información, tanto la subjetiva como la que se objetiva a través de pruebas e instrumentos. Con ello se activa y actualiza la información, conocimientos y saberes almacenados por el clínico.
C) **El** clínico contrasta o "aparea" las características entre el indicio (síntoma/s expresado/s) y los prototipos que tiene almacenados (categorías diagnósticas). Con lo cual asigna al sujeto concreto una categoría determinada.
D) El clínico recaba activamente la información que confirme o desconfirme, complete o matice, el modelo mental que se ha hecho del paciente.

PSICODIAGNÓSTICO.-

Psique.- mente, alma, espíritu.

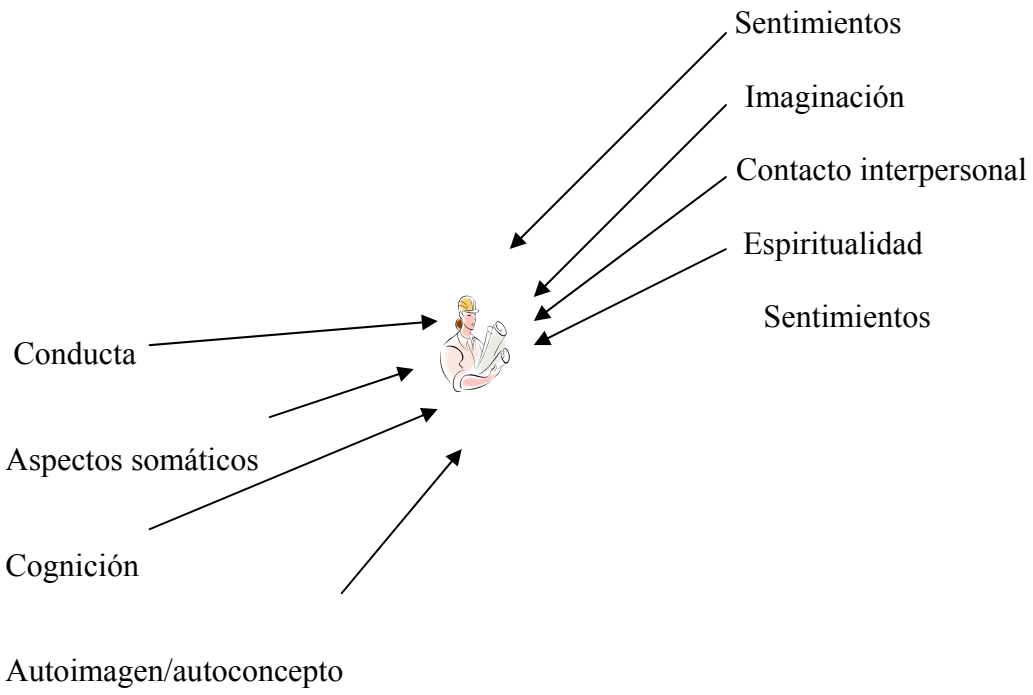
Diagnóstico.- arte o acto de conocer la naturaleza de una enfermedad mediante la observación de sus síntomas y signos. (índicio o señal de algo)

Psicodiagnóstico.- Es aquella disciplina psicológica que se ocupa del estudio científico del comportamiento (a los niveles de complejidad necesarios), de un sujeto o un grupo de sujetos determinados en su interacción recíproca con el ambiente y con el fin de describir, clasificar, predecir y en su caso, explicar su comportamiento.

¿PARA QUÉ SIRVE?

-Describir -Predecir -Explicar -Medir -Valorar -Diagnosticar
-Clasificar -Evaluar.

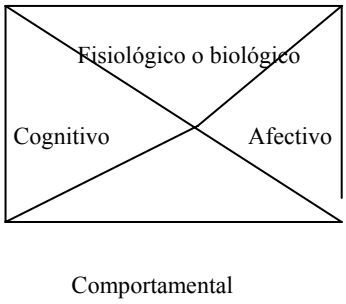
¿QUÉ ASPECTOS DEBEMOS CONSIDERAR DEL SUJETO?



AREAS DE EVALUACIÓN PSICOLOGICA.

Paciente	Familia
Sistema sanitario	Contexto

Valuar estos aspectos desde estos puntos de vista:



¿CÓMO SE PUEDEN UTILIZAR LAS TÉCNICAS DEL DIAGNÓSTICO?

A) Directamente.- Los resultados son muestras de la conducta estudiada
B) Indirectamente.- Los resultados son indicadores de la composición de estructuras profundas no observables.

LAS TÉCNICAS QUE SE UTILIZAN EN EVALUACIÓN PSICOLOGICA.

1.- Entrevista-Historia clínica

2.- Observación

3.- Pruebas complementarias:

A.- Psicobiológicas. (electroencefalograma).

B.- Testológicas:

a) Tradicionales:
I .- Inteligencia
II. Personalidad.

b) Comportamentales:
I. Observación.
II. Escalas e inventarios.

QUE NOS INTERESA EVALUAR EN UNA ENTREVISTA:

1.- Estado Mental actual del paciente

2.- Motivo principal de la entrevista

3.- Motivos secundarios de la entrevista

4.- Conflictos y dificultades no identificados

5.- Antecedentes personales del individuo

6.- Antecedentes familiares del sujeto

7.- Campo psicosocial del paciente

8.- Campo biológico del sujeto

Pueden ser utilizable técnicas de:

1.- HETEROOBSERVACIÓN:

- Libre
- Sistemática

2.- AUTOOBSERVACIÓN

- **Procedimientos:**
  - Narraciones
  - Recuentos de frecuencia
  - Medición de duración
  - Muestreos temporales
  - Estimaciones
  - Procedimientos pasivos y los mecánicos
  - Comunicación de datos de la observación
- **Indicaciones:**
  - Se trata de conductas íntimas o privadas.
  - Se trata de conductas poco evidentes a personas externas
  - Se trata de conductas encubiertas, inaccesibles a la observación de otros
  - Se trata de conductas que se supone que están desencadenadas o precedidas por reacciones internas del paciente para iniciar y seguir el tratamiento
  - Cuando puede ayudar a facilitar la motivación del paciente para iniciar y seguir el tratamiento
  - En los casos en que resulta antieconómica o inviable la observación externa.

¿QUÉ DECIR DE LOS TEST?

Test.- Un test es un instrumento que permite obtener una o varias medidas objetivas y tipificadas de muestras de conducta.

Un test es una prueba definida que implica una tarea a realizar idéntica para todos los sujetos examinados, con una técnica precisa para la apreciación del éxito o fracaso o para la anotación numérica de la cuestión.

Se llama test mental a una situación experimental estandarizada que sirve de estímulo para un tipo de conducta que es avaluada por comparación estadística con la de otros sujetos colocados en la misma situación permitiendo así situar al sujeto evaluado, bien cuantitativamente , o bien tipológicamente (bien por número, bien por cualidad).

Un test es un procedimiento objetivo y normalizado determinado, para lograr una prueba reveladora de un conjunto de fenómenos.

UN TEST ES:

a) Una prueba
b) Que intenta detectar la presencia de algo
c) Implica realizar algo
d) Debe estar estandarizada
e) Debe estar tipificada en cuanto a puntuaciones
f) A partir de la cual se pueden hacer predicciones (pronósticos)

¿EXISTEN DISTINTAS CLASES DE INTELIGENCIA?.

La inteligencia es el conjunto de instrumentos que nos permiten solucionar nuestros problemas (y a veces creárnoslos). Pero no la habilidad para manejarlos.

Los test evalúan las capacidades del sujeto en función de su edad, para unificar la variable habilidad – adquirida – por – la – edad. Pero hay que controlar también variables como la cultura, la memoria compensatoria, etc.

Dos formas de evaluar la inteligencia:

- Determinando directamente un cociente intelectual.
- Determinando la "edad mental" del sujeto.

$$\frac{\text{E.M (edad mental) en meses}}{\text{E.C (edad cronológica) en meses}} \times 100 = \text{C.I}$$

La capacidad real del sujeto es la de su edad mental.

El deterioro intelectual patológico de origen orgánico no tiene nada que ver con el deterioro intelectual funcional que se produce en las enfermedades mentales, pero incapacitan igual o más. La inteligencia está siempre condicionada en su rendimiento por la personalidad.

¿Y QUE TIENE EN COMÚN LAS DISTINTAS ESTRATEGIAS PROYECTIVAS?.

1. Presencia de un estímulo que no revela el verdadero propósito del evaluador (finalidad encubierta del estímulo).

2. Son técnicas que ocasionan MUESTRAS DE CONDUCTAS breves y reducidas, pero de la suficiente espontaneidad, intensidad y pertinencia como para ser REPRESENTATIVAS Y VÁLIDAS.

3. Tanto las conductas a valorar como la personalidad que los ocasiona constituyen algo más que un todo organizado.

LOS ELEMENTOS AISLADOS SÓLO TIENEN VALIDÉZ CUANDO SE INTEGRAN EN EL CONJUNTO.

4. Las conductas emitidas son características, específicas y peculiares del sujeto que los emite, y por consiguiente, consecutivas a la forma de responder ante el estímulo de algún elemento interno de ese sujeto, que le hace distinto de todos los demás (la personalidad).

TEMA 4.- INTELIGENCIA Y PERSONALIDAD: IMPLICACIONES EN LA CRIMINOLOGÍA

INTRODUCCION

La Psicología de la personalidad es, una disciplina científica cuyos objetivos son: la descripción, explicación (motivos) y predicción de la conducta humana y sus cambios.

La personalidad es la preocupación de todo ser humano. La gran importancia de este tema es que el hombre de hoy podrá darse cuenta de sus errores en el aspecto de su personalidad, y también es muy importante para nosotros, ya que nos ayuda a atender los diferentes tipos de problemas que actúan en las personas que habitan en nuestro mundo.

La gran importancia que tiene la personalidad es que a través de ella los psicólogos pueden darse cuenta de los diversos tipos de problema o enfermedad que tiene ese individuo y esta es una ciencia muy interesante, porque con ella se aprende los caracteres de cada tipo de persona.

MODELOS EN PSICOLOGÍA DE LA PERSONALIDAD

1. INTERNALISTA: observan conductas ➔ rasgos.

- Variables personales
  a. De naturaleza biológica (extroversión)
  b. De naturaleza Psicológica
- La conducta posee una alta estabilidad temporal y elevada consistencia transituacional (cambio de situación: similitud de la conducta del sujeto, cuando cambia de situación.

CLASIFICACIÓN

- Procesuales o de estado (psicoanálisis)
  · Estados o procesos afectivos y/o cognitivos que determinan la conducta

- Estructurales o de rasgos. Teoría de Eysenck.
  · Variables personales de naturaleza estructural estable (mismo rasgo, + o – conducta = diferente personalidad).

  Los rasgos de la personalidad: rasgos específicos ⟶ respuestas habituales ⟶

  Rasgos de personalidad ⟶ Tipo.

2. MODELO SITUACIONISTA = CONDUCTISMOS, OPUESTO AL INTERNALISTA

- Determinantes de la conducta:
  · Condiciones situacionales, mantenimiento y cambio de la conducta.

- Centrado en la conducta observable, como objeto de estudio.
  · Evita elaborar constructores teóricos (rasgos, personalidad).

- En la actualidad acepta ciertos procesos psicológicos encubiertos.

3. MODELOS INTERACCIONISTAS

- La conducta se encuentra determinada por un proceso dinámico y continuo de interacción entre el individuo y la situación en la que ésta se encuentra (dependiendo de la situación en que se encuentre, así será su conducta, depende de las características del individuo así como de la situación).
- El individuo es un agente interaccional y activo en este proceso interactivo.
- Interpreta las situaciones y les asigna una significación.
- No existe ningún modelo de personalidad interaccionista.

TEORÍAS IMPLÍCITAS DE LA PERSONALIDAD

Características generales (teoría no científica).
- Procesos por los que las personas desarrollan teorías acerca de su propia personalidad y sobre los demás.
- Estudio de las inferencias acerca de la naturaleza de la personalidad en ausencia de indicadores directos o conductuales de muchos de los rasgos inferidos.
- Estudio del lenguaje especializado de rasgos y creencias que elaboramos sobre cuales son los rasgos que parecen co-ocurrir en el individuo (patrón de ocurrencia de conductas).

LA INTELIGECIA

Conceptos:
* Inteligencia general: capacidad global para solucionar problemas. El cociente intelectual / coeficiente de inteligencia.
Cociente: edad mental dividida por la edad cronológica. 100 es la media de la población.
Coeficiente es el calculo de datos.
* El concepto de la Edad Mental. Rendimiento típico que tienen los niños.

Modelos factoriales.

● Las aptitudes mentales primarias.
- Fluidez verbal.
- Comprensión verbal.
- Razonamiento numérico.
- Razonamiento espacial.
- Razonamiento inductivo.

Mediadores del rendimiento intelectual.
- Motivación del logro.
- Ansiedad (de examen).
- Concentración y atención.
- Estabilidad emocional.

La inteligencia emocional.
* Competencia personal.
    - Determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos.
      - Conciencia de uno mismo.
      - Autorregulación.
      - Motivación.
* Competencia social.
    - Habilidades sociales.
    - Empatía.

Inteligencia emocional.
Competencia emocional:

* Conciencia de uno mismo; conciencia de nuestro propio estado interno; valoración de uno mismo; confianza en uno mismo.

* Autorregulación: control de las emociones.

* Motivación: interés por mantener y empezar uno nuevas actividades.

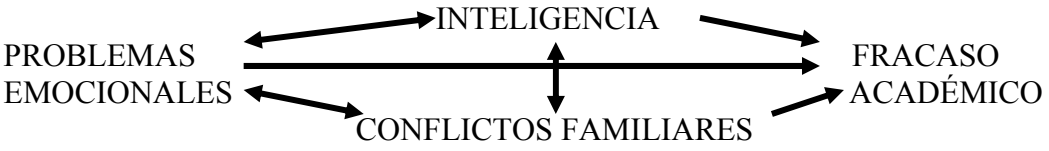
Competencia social:

* Empatía: ponerse en el lugar de otro, capacidad de ponerse en el lugar de otro, comprender creencias políticas, sociales, etc., aunque no las comparta.

* Habilidades sociales: Liderazgo, capacidad emprendedora en las relaciones interpersonales.

RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA Y CRIMINALIDAD.

Idea muy arraigada. En los niños si se hallaron diferencias de 15 y 20 puntos entre los cocientes de delincuencia juvenil y la población general. Posteriormente se encontró que si se controlaba el estado socioeconómico esta diferencia era escasa o nula.



POLÉMICA.

En 1994 Richard J. Hermstein y Charles Murra, publicaron el libro "The Bell Curve". Estos investigadores sostienen que la inteligencia es hereditable en un 60 por 100 y que el cociente intelectual de los negros norteamericanos es genéticamente inferior al de los blancos

TEMA 5.- MODELOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE

PROCESOS DE APRENDIZAJE

Conceptos básicos:

- Contexto: Cultural, social, político, etc. determina en parte el comportamiento de los humanos
- Situación: Laboral, familiar, personal, etc,
- Estímulo: Cualquier elemento de la situación que tiene relación con la respuesta.

E ⟶ R

Constituye una forma entre otras, de explicar y predecir la conducta.

Posibilita la adaptación de la persona a su medio ambiente.

Explican la forma en que se aprende cualquier conducta, con independencia de su naturaleza.

TIPOS DE ESTÍMULOS SEGÚN SU RELACIÓN CON LA RESPUESTA.

- **Estímulos elicitantes o reflejos.-** La relación entre estímulo-respuesta sí es de causa-efecto. Causa una conducta. Un estímulo que causa una conducta, es una reacción de causa-efecto.
  Estímulo eléctrico (Ee) ➔ contracción muscular (R).

- **Estímulos neutros.-** hay un estímulo que no tiene relación con la conducta. Que no provocan respuestas. Después del estímulo viene la respuesta . Así estos tres estímulos causan respuestas.

- **Estímulos reforzantes o reforzadores**, estímulos ambientales que aparecen detrás de la respuesta. Así el cambio después de la respuesta, así cuando alguien cuenta un chiste, lo normal es que se rían. **Si es positivo, eso refuerza la respuesta o conducta, si no, la conducta cambia. Así refuerza la conducta en un futuro**.

  Probar un dulce (R) ➔ según la ingesta (Er+)
  (R) ➔ cesar la ingesta (Er-)

- **Estímulos discriminativos** están delante de la respuesta, sin producirlas ni causarlas.

  E d ------ R ------- E r
  Vendedor de cupones (Ed) ➔ comprar un cupón (R)

Una serie de estímulos que darán una respuesta, pero se tiene que ver si los estímulos reforzadores serían positivos o negativos para ver o este estímulo discriminativo se usa o no.

Estos modelos se pusieron de moda con las formulaciones de **Skinner**, años 50. Skinner plantea que tanto el estímulo discriminativo como la respuesta deben ser observados. Todo aquello que no es observable ni objetivo se descarta del análisis.

Posteriormente este modelo situacional se convierte en subjetivo. Es todo lo observable y no observable, lo objetivo y lo subjetivo.

Todos los resultados no son objetivables. Así, hoy en día , se entiende que los estímulos y las respuestas pueden ser objetivos y subjetivos.
Si quiero una respuesta, busco situaciones para que se de esa respuesta, así, además lo buscamos, buscamos situaciones para que se de esa respuesta.

Variable organísmica: E d --- O --- R --- E r . O = Variable organísmica.

Es el valor del refuerzo. Refuerza el estímulo. Cambia las relaciones. La mayor parte de la conducta del ser humano es aprendida y con este modelo es la mayor parte de lo aprendido. Lo que influye en esa O es sobretodo la personalidad. Desde el punto de vista situacionista se ha estudiado la conducta anormal o patológica.

Los estímulos reforzadores son los que mantienen determinadas creencias en un individuo. Usan métodos experimentales para la evaluación. Siempre se van a tratar el comportamiento presente, lo que origina una conducta que no tiene por qué ser lo mismo que mantiene esa conducta. Así se ¿interviene? Sobre los estímulos discriminativos que mantienen esa conducta.

¿No es necesario el conocimiento del corpus ¿ teórico **modelo internalista** o personalista: La persona determina la conducta del sujeto.

Modelo situacionales o situacionista. Cvaracterísticas de la situación, determina la conducta. Si se quiere variar la conducta, habría que variar la persona o la situación.

Desde esta combinación nace el tercer modelo que el **interaccionismo.** Este es la relación que existe entre variables personales y variables situacionales, determinan la conducta del individuo.

La mayoría de las investigaciones se van a los más sencillos, o sea, al modelo internalista o situacionista, cuando puede ser más interesante el internalista, aunque es más complicado.

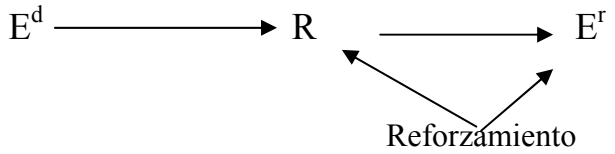
El que más se utiliza es el modelo **situacional**. Esto se matiza con las personalidades extremas o situaciones extremas donde la norma de conducta es similar.

El condicionamiento Instrumental (Skinner)

a) Especial utilidad para la adquisición de nuevas conductas a través del ensayo y el error (discriminativos).

b) Los estímulos no provocan (causan), la conducta sino que facilitan su aparición.

- A través del proceso de reforzamiento o condicionamiento.
- Asociación o presentación repetitiva de ciertos estímulos, respuestas y reforzadores.



Permite que en determinadas situaciones ya reforzadas, las personas ante similares situaciones, tendrán una conducta o respuesta similar, aprende una conducta para convertirse en un hábito, (forma parte de la personaliad).

TIPOS DE CONDICIONAMIENTO

	Gratificante	Aversivo
Aplicación	Positivo ↑	Castigo ↓
Retirada	Extinción ↓	Negativo ↑

CASTIGO

- Aplicación contingente a la respuesta (inmediatamente, no en unas horas o días, temporalmente instantáneo E-R)
- El E^r debe ser evaluado como aversivo por la persona, (negativo para ella)
- El problema de la habituación (una vez habituada, deja de ser aversiva, por lo tanto deja de ser castigo).
- Respuestas emocionales que siguen al proceso, (adaptativa, ante un castigo hay conductas agrresivas, por lo que se favorecen las conductas negativas, no son tenidas en cuenta, ya que pueden hacer un daño terrible en el sujeto)
- Cuestiones éticas, morales (a veces se confunde con castigos, pero no lo son)

Hay que ponderar el castigo ya que, unas veces sí y otros no, el castigo no sirve de nada.

A veces el castigo no sirve de nada, ya que, no se le enseña nada a través del castigo, se le castiga por haber hecho algo mal (que a veces no sabe el qué o el por qué) y sin embargo no le enseñamos ha hacerlo bien, o no todos los sujetos aprenden de la misma manera.

El castigo en muchas ocasiones es contraproducente cuando se utiliza como único método, hay que utilizarlo junto a otros.

- Retirada de algo gratificante = algo negativo (en general), aumenta la respuesta y luego disminuye, nos produce frustración, enfado..
- Retirada de algo negativo = algo positivo (en general)

A estos tipos de condicionamiento habría que añadirle que cada uno se puede realizar en base a distintos programas de reforzamiento:

- Relación entre la aparición de los E^d y la presentación de los E^r

	FIJO	VARIABLE
De razón (frecuencia)	RF	RV
De intervalo (tiempo)	IF	IV

-Ejemplos:

RF: 1 (slir con amigo a divertirse)

RV: 2,5,7,1,9,7...(juegos de azar)

IF: 1 mes (nómina)

IV: 3,200,500... (conducta supersticiosa)

- Para iniciar una conducta: RF: 1
- Para mantenerla: RV

Muchas veces los tipos de condición se pueden simbolizar en el mismo sujeto.

Ej: en una pandilla una persona golpea ⟶ reforzamiento da reconocimiento social.

Muchos de esos reforzamientos se realizan con programas de reforzamiento.

El condicionamiento de las conductas delictivas puede estar mezclado con otros condicionamientos sociales, aventureros. Etc...

DENTRO DE SKINNER: EL CONDICIONAMIENTO CLÁSICO (Pavlov)

Utilidad para la explicación de las respuestas del S.N. Autónomo (involuntarias y difíciles de controlar).

- Sudoración, ritmo cardíaco, ritmo respitatorio, tono muscular, tamaño pupilar, tensión arterial, ...

FASES

E. Incondicionada ⟶ Respuesta incondicionada

E.Incondicionada ⟷ Estímulo neutro

E.Incondicionada ⟷ Estímulo neutro

E.Condicionada ⟶ Respuesta condicionada (parecida a la incondicionada)

E.modificada- Provocan por si misma una respuesta

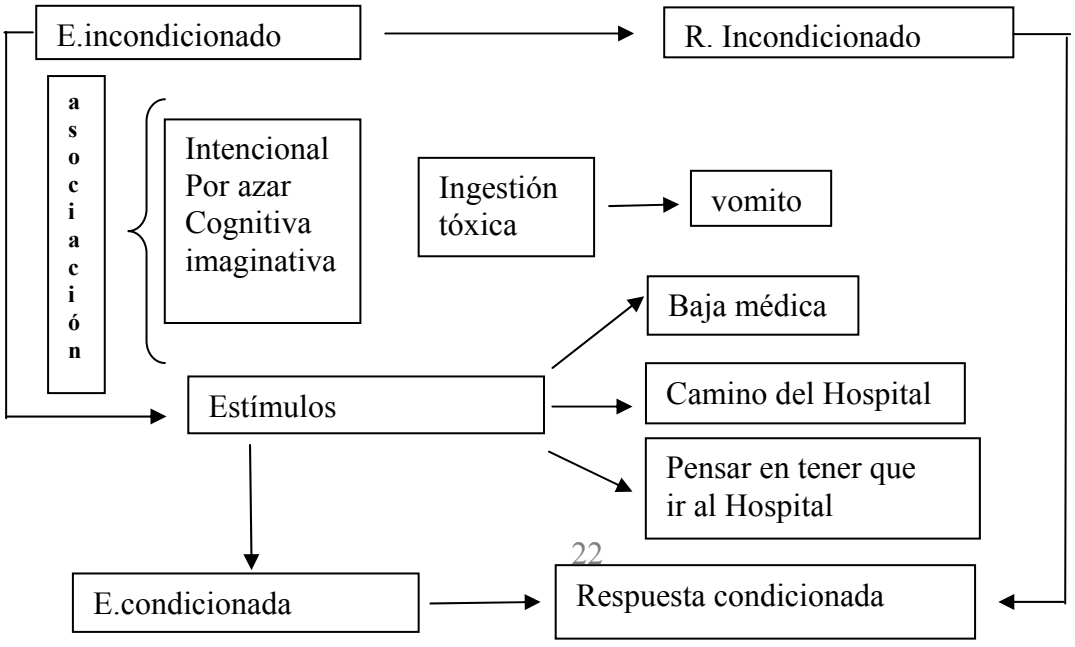
E.Neutro – Provoca de por si una determinada respuesta.

¿Qué sucede si una persona asocia estímulo incondicionado a un estímulo neutro?

Se puede canalizar; el estímulo neutro deja de serlo y se convierte en condicionado y desencadena una respuesta condicionada en el sujeto.

La respuesta condicionada se parece a la respuesta incondicionada en líneas generales

EL PROCESO DEL CONDICIONAMIENTO CLÁSICO



Ejemplo: Respuesta incondicionada- dolor

Respuesta condicionada- llanto

La conducta criminal se explica en parte por un condicionamiento de Skinner (el estímulo facilita la aparición de una respuesta) y por el condicionamiento clásico (provoca una determinada respuesta). Es reforzada se da en la teoría de Skinner pero no en la de Pavlor.

EFECTO PLACEBO: ingesta de medicamentos sin sustancia o contenido, provoca bienestar, también es pejudicial para el enferm puesto que se tiene en una situación engañosa.

TIPOS DE ESTÍMULOS Y RESPUESTAS

Motores

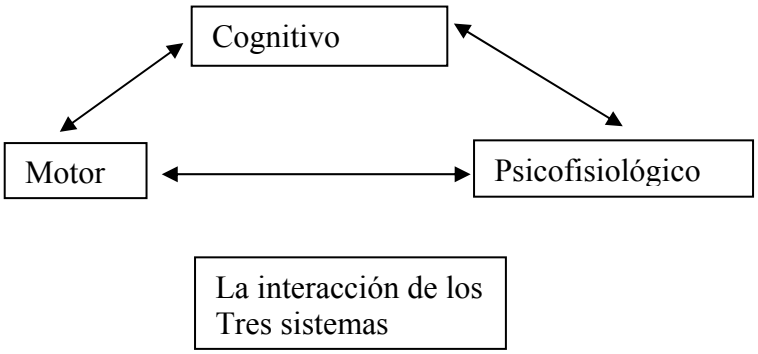
- Estímulos: los de naturaleza física, observables.
- Respuestas: movimientos, acciones directas observables.

Cognitivos

- Pensamientos, expectativas, creencias

Psicofísicos

- Ponerse rojo, quedarse blanco, sudores, taquicardias, temblores...



¿Una respuesta motora puede venir desencadenada por un estimulo cognitivo?

SÍ, lo gognitivo SÍ tiene que ver con lo motor.

¿La cognitiva tiene que ver con la psicofisiológica?

SÍ, y al revés también.

¿Podemos modificar variables psicofisiológicas desde el punto de vista cognitivo?

SÍ, con la relajación.

DISTORSIONES COGNITIVAS

Investigación de Mischel:

En niños de 4-5 años le ofrece un caramelo y 2 a los 10minutos- el niño elige los 2- capacidad de retraso de recompensa.

Una cosa es lo que piensa el sujeto (contenido del pensamiento) y otra es la forma.

Estructura de pensamiento = contenido (ideas, creencias...)

Las formas de pensar sí pueden ser distintas con independencia del contenido del pensamiento.

¿Qué diferencia hay entre un impulso y un reflexivo?. Es una forma de pensar si un reflexivo se equivoca se echa la culpa y al impulsivo le da igual.

Los errores en un impulsivo son valorados en menos medida que en un reflexivo.

TEMA 6.- LAS HABILIDADES SOCIALES.

¿QUÉ ES LA COMUNICACIÓN?.

Comunicación es el proceso mediante el cual las personas se intercambian ideas, sentimientos, etc., buscando con ello un comportamiento o actitud determinados ene. Sujeto receptor.

☻ Para que haya comunicación:
1. Que la información intercambiada sea significativa.
2. Que el intercambio modifique algo en el sujeto receptor.
3. Que esa modificación del receptor sea buscada por el emisor.

☻ Conductas que boicotean la comunicación:
1. Ataque y contraataque. En lugar de solucionar un primer problema se saca a relucir otro para defenderse. Se aumenta el conflicto sin posibilidad de reducirlo.
2. Generalizaciones. Se elimina la posibilidad de cambiar conducta al establecer una norma. "Ustedes siempre se creen que .....".
3. Citar errores del pasado. Se actualizan constantemente las antiguas agresiones.
4. No se expresan claramente los sentimientos. Crea en el interlocutor dudas acerca de nuestra verdadera intención, sobre todo cuando hay implicaciones personales.
5. No se permite la expresión de sentimientos. Ocasiona aumentos de tensión y distanciamiento.
6. Se dan informaciones con varias posibles interpretaciones. Potencia los mal entendidos al proporcionar informaciones incompletas. "Haya usted....".
7. Se interpreta de forma irrespetuosa el comportamiento ajeno. El interlocutor se siente aprisionado por el otro con afirmaciones como. "Tú dices eso porque....".
8. Interrumpir y no escuchar. Quien habla tiene la sensación de no ser atendido y ser juzgado incorrectamente.

☻ Aplicación de la comunicación al control de conflictos.
1. Evitar actitudes de competitividad interpersonal, llevando las relaciones conflictivas a un terreno de neutralidad en el que los problemas puedan ser abordados sin que nadie tenga que sentirse vencedor o vencido.
2. Mantener conductas comunicativas, manifestando nuestras intenciones, opiniones o puntos de vista, sin intentar engañar o manipular. "Policía que no grita a otra persona que si está gritando".
3. Adoptar una postura de escucha auténtica sin prejuicios ni mecanismos defensivos, intentado positivamente comprender al otro.
4. Comprender los cambios que, con el tiempo, se producen en las personas. (Tanto en los demás como en nosotros mismos), como consecuencia de las experiencias que vamos viviendo.

☻ Pautas de comunicación positiva.
- Mensaje claro, conciso y concreto.
- Código y contexto adecuado. El código es el tipo de lenguaje que se utiliza lenguaje verbal o lenguaje no verbal. No se puede utilizar el mismo con una persona mayor que con un niñato.
- Establecer contacto visual.
- Demostrar interés.
- Establecer empatía.
- Gestos, volumen, tono, posturas, ate., adecuadas.
- Centrar la atención. Evitar "ruidos", interferencias, interrupciones, etc.
- Controlar las emociones.

- Crear y mantener un clima adecuado.
- Reforzar los mensajes y la comprensión. Provocar y potenciar la retroalimentación.

HABILIDADES SOCIALES.

Nuestra conducta oscila entre dos extremos. Un extremo es la conducta pasiva, es la conducta de la persona que renuncia a sus derechos, cede la iniciativa, se rinde. En el otro extremo están las conductas agresivas, las personas que imponen sus ideas, no respetan las derechos de los demás, estás conductas no sólo son físicas si no también aptitudes.

Las habilidades sociales es un conjunto de comportamiento interpersonales complejos. Un componente esencial de la capacidad de adaptación. La capacidad para comportarse de una manera recompensable y no hacerlo de manera que sea castigada o ignorada por los demás, pero sin dejar de conseguir lo que se desea. Se negocia la forma no el fondo. La pericia del comportamiento de un sujeto para conseguir el objetivo que persigue, sin ocasionar reacciones no deseables de las personas que le rodean.
Para que sean autenticas habilidades sociales y tengan éxito, las conductas requieren ser:

a) Positivas
b) Adecuadas al momento concreto
c) Orientadas al intercambio y a la integración.

SON HABILIDADES, porque se trata de repertorios de conductas que han sido adquiridas por aprendizaje. Sea por ensayo-error, sea por imitación, por instrucción o por información correctiva, y que se pueden adaptar y modificar con la práctica.

SON SOCIALES, porque implica procesos interpersonales que pueden ir desde lo muy simple (una petición de un hijo a su madre) hasta muy complejas (el liderazgo de multitudes). Comprenden respuestas verbales y no verbales.

☺ **Comportamiento pasivo.**
Es aquel en el que se ignoran los derechos, sentimientos, necesidades u opiniones de la propia persona, o se permite su violación o profanación. El tono es de timidez intentando no ser advertido, con vergüenza y retraimiento. Lo cual refleja una baja autoestima y una personalidad poco fuerte, autodesprecio y bajo autoconcepto .
Se permite que los sentimientos y necesidades, propios estén desatendidos y que el interlocutor saque provecho, controle y/o subyugue.

☺ **Conducta agresiva.**
No respeta los derechos de los demás . El Comportamiento agresivo es aquel en el que quien habla viola, ignora o limita los sentimientos, opiniones, necesidades o derechos del que escucha.
En el comportamiento agresivo quien lo emite se aprovecha del otro e intenta controlarlo o le impide la expansión abierta de sus deseos.

El Tono es mandar, exigente egocéntrico e insensible manifestando indiferencia por los sentimientos ajenos. Es una conducta arrogante, manipuladora, intimidatoria, negativa, castigadora, ofensiva y molesta.

☺ **Conducta asertiva.**
Es la conducta intermedia. La deseable es aquella que reconoce las necesidades sentimientos y derechos propios y ajenos, sin violarlos y tratando de lograr soluciones positivas y satisfactorias.
Nadie es siempre asertivo aunque sería lo deseable. El que habla se expresa de forma que no degrada a quienes escucha, ni viola o niega sus propios derechos o sentimientos.
En la conducta asertiva el tono es:

a) Sincero y positivo.
b) Justo y no primitivo
c) Directo y considerado
d) NO defensivo
e) Sensible y
f) Constructivo

TIPOS DE HABILIDADES SOCIALES.

a. **Básicas**.- escuchar, dar gracias, preguntar, iniciar conversación, etc.
b. **Avanzadas**.- Pedir ayuda, participar, dar instrucciones, disculparse.
c. **Relacionadas con los sentimientos**.- Expresar sentimientos, conocerlos, expresar afecto, resolver el miedo, autorrecompensarse.
d. **Alternativas a la agresión**.- Pedir permiso, ayudar, negociar, responder a las bromas, evitar peleas.
e. **Para hacer frente al estrés**.- Quejarse, resolver la vergüenza, responder al fracaso, responder a la persuasión.
f. **De planificación**.- Tomar decisiones, recoger información, establecer objetivos.

Técnicas para mantener una postura asertiva y más lejana posible de los conflictos.
Si quieres convencer recuerde:
1.- No juzgue nunca, describa. Una palabra puede cambiar una frase. No personalizar y describir la situación.
2.- Centrarse en los hecho y no en las personas o en sus sentimientos.
3.- Antes que nada escuche atentamente. Darle la oportunidad de expresarse o explicarse.
4.- Las emociones configuran el comportamiento: detectan las necesidades emocionales de su interlocutor.
5.- Diríjase a las emociones positivas de su interlocutor. Buscar cosas a las que no se puede oponer, recurrir a la educación?
6.- Resalte las emociones negativas cuando quiera que su interlocutor las critique desde una óptica positiva: consiga que se sienta malo, culpable, incapaz.
7.- No entre al trapo: empiece por cuestiones menores para llegar a las mayores.
8.- Hay expresiones que generan resistencia: “Tiene que....”, “Debe hacer..”, “Debería.....”,
9.- Hay expresiones que inclinan a la colaboración: “Puede usted...”, “Sea tan amable..”, “Quiere por favor..”. Para comprometer a alguien pedir un favor.
10.-Ser asertivo es: primero entender, después encontrar coincidencias y finalmente actuar como sea preciso.

La conducta varía dependiendo de la situación.
a) Conducta pasiva: se ignoran los derechos, sentimientos, opiniones…
b) Conducta agresiva: no respeta los derechos de los demás.
c) Conducta asertiva: la intermedia, la deseable.

HABILIDADES SOCIALES NO VERBALES
Principales elementos:
a) Comportamentales: la mirada, expresión corporal, expresión facial, gestos, orientación, distancia, contacto físico, apariencia personal.
b) Componentes para lingüísticos: volumen de la voz, fluidez verbal, tiempo de habla, claridad de articulación, velocidad…
c) Componentes verbales: vocabulario (el mensaje viene condicionado por los elementos, situaciones culturales o personales…), palabras concretas que se utilizan dependiendo de la situación de la persona, de su papel en esa situación, de lo que pretende conseguir de lo que sabe decir.

PENSAMIENTOS NO CONTROLADOS

Materializan sentimientos de los que no somos consciente, son pensamientos automáticos.

¿ QUÉ ES MÁS IMPORTANTE LO QUE SE HACE O CÓMO SE HACE ?

¿ Qué es la empatía ¿

1.- Es la capacidad para conectar de forma correcta y sincera con los sentimiento y emociones de otra persona.

La forma de decir las cosas está relacionada con los sentimientos

2.- Por consiguiente, la empatía es la capacidad de entender subjetivamente lo que los demás experimentan, compartiendo sus emociones la tristeza, alegría, entusiasmo, optimismo, etc.

3.- La capacidad de empatizar implica:

- Preocupación por los demás.
- Sensibilidad
- Respeto
- Confianza
- Posibilidad de amistad

4.- Ocasiona en quien la recibe sensación de comprensión de intentar ser comprendido.

La empatía es algo que se aprende bien o mal.

HABILIDADES SOCIALES Y COMUNICACIÓN.- ¿Qué son las habilidades sociales ¿ Son un conjunto de comportamientos interpersonales complejos.

Un componente esencial de la capacidad de adaptación y comunicación. Así mismo es la pericia del comportamiento de un sujeto para conseguir el objetivo que persigue, sin ocasionar reacciones no deseables de las personas que le rodean.

A veces hay que enfrentarse con los demás, diciendo que no. Es también la capacidad para comportarse de una forma recompensable y de no hacerlo de manera que sea castigada o ignorada por los demás . Pero sin dejar de conseguir esencialmente lo que se desea.

Para que sean auténticamente habilidades y tengan éxito, las conductas requieren ser:

a) Positivas.
b) Adecuadas al momento concreto
c) Orientadas al intercambio y a la integración
  - **A)** Son habilidades porque se trata de repertorios de conductas que han sido adquiridas por aprendizaje (sea por ensayo-error, sea por imitación, por instrucción o por información correcta) y que se pueden adaptar y modificar por la práctica. Que sean adquiridas tiene la ventaja de que siempre se pueden mejorar.
  - **B)** Son sociales porque implica procesos interpersonales que pueden ir desde muy simples (por ejemplo, petición de un hijo a su madre) hasta muy complejas (por ejemplo, el liderazgo de multitudes). Comprende respuestas verbales y no verbales.
  - **C)** También implica respuestas efectivas y apropiadas e iniciativas constructivas.
  - **D)** Acrecienta el reforzamiento social.
  - **E)** Son recíprocas por naturaleza y ocasionan una correspondencia efectiva y apropiada. Se trata de huir de situaciones violentas.
  - **F)** Su ejercicio está condicionado por las características del medio, por ejemplo, edad, sexo, estatus del interlocutor, etc.
  - **G)** Sus déficits y excesos pueden ser especificados y objetivados y se pueden modificar.

HABILIDADES NO VERBALES.- Nos diferencia de los animales la palabra, pero también la posibilidad de entender lo que nos dice, tanto por el oído, como por la vista.
Se puede controlar con la voluntad lo que se dice, pero lo que se siente también se expresa, no por las palabras , sino por los gestos, el tono de la voz, la expresión,..... lo cual hago inconscientemente, pero también se capta inconscientemente.
Con la comunicación no consciente se adaptan mutuamente los interlocutores. Las habilidades no verbales son tan expresivas o más que el lenguaje verbal.

1.- Son un complemento de la comunicación verbal que ayuda a proporcionar en intercambio de información, además de expresar el afecto y la intensidad del mensaje verbal.
Es un componente esencial de la comunicación.
2.- La inconsistencia entre dos tipos de lenguaje da lugar a malentendidos, comunicación ineficaz, dobles mensajes y malestar entre los que interactúan.
Cuando no coincide mensaje verbal y no verbal, nos quedamos con el segundo. Puede llegar a invalidar el mensaje.ç
3.- Los principales elementos son:

a. **Componentes comportamentales,** vocabulario, palabra y comportamiento.
b. " paralingüísticos.
c. " verbales.

a. **COMPORTAMENTALES.-** Es por ejemplo la mirada. Se define objetivamente como mirar a otra persona entre los ojos, o la forma más general, a la mitad superior de la cara. La mirada es mutua implica que se ha establecido contacto ocular con otra persona.
La mirada convence. Con ella se puede convencer y hacer dudar. La mirada de los demás nos dice lo que pasa en su interior. Las personas que hablan demasiado miran poco, los que escuchan miran mucho a quiénes le habla. Al hablar es preciso mirar a los ojos de todos, para que nadie se sienta desplazado. La mirada debe ser delicada, evitando la indiscreción o la incomodidad. La mirada debe ser directa . Formalmente desviamos la mirada inmediatamente antes o después de cada cuatro frases. Al terminar de hablar sin que miramos a otros interlocutores?. Según la necesidad emocional del momento, existe un ritmo de mirar.
Las personas que miran más, se perciben como más agradables. La mirada hostil se percibe como hostil o dominante. Dejar de mirar primero se percibe como señal de sumisión o vergüenza. La dilatación pupilar ¿indicadores por el otro mirar intensifica? La impresión de algunas emociones como la ira , mirar menos intensifica la impresión de otros como la vergüenza.

2. Expresión facial.- La cara es el principal sistema de señales para manifestar lo que sentimos . se valoran tres rasgos:
-Frente-cejas.
-Ojos-párpados
-Parte inferior de la cara.

Iniciar una conversación con una expresión de miedo o enfado, es iniciar un fracaso. Culturalmente el lenguaje verbal es distinto.
La sonrisa componente de la comunicación puede ser defensiva, amistosa, pacificadora, expresa mensajes.

3. Gestos.- Comportamiento generalmente emitido de forma inconsciente que implica toda la sincronización muscular del que lo emite y que constituyen un estímulo visual, con significado para el observador. Apoya el lenguaje verbal o lo invalida . Los movimientos desinhibidos sugieren franqueza, espontaneidad y confianza en sí mismo, salvo que el gesto sea errático y nervioso. El gesto contrario al lenguaje verbal prevalece sobre éste.
La posición del cuerpo reflejan los sentimientos actitudes hacia uno mismo y hacia quiénes le rodean, posturas:

a) Cálidas.- inclinación hacia delante.

b) **Dominantes**.- Brazos en jara, avance del pecho.
c) **De sumisión**.- Cabeza ladeada.
d) **Agresivas**.- Puños cerrados, mentón levantado
e) **Orientación**.- Señala el fondo de interés hacia otra persona . Cuanto más cara a cara más íntima es una relación y viceversa. La angulación de las orientaciones señala el vértice de confluencia de los intereses.
f) **Distancia/contacto físico**.- cada cultura marca unas pautas acerca de las distancias físicas permitidas entre las personas, según el tipo de relación y confianza que exista entre ellas y de la situación en que se produzca la relación.

El grado de proximidad implica el nivel de intimidad y/o de interacción. Pero varía según el contexto social, por ejemplo, tocarse según se esté en soledad o en un lugar abarrotado.

La presión del tacto y los puntos en que se producen, señalan estados emocionales, como miedo, sensualidad, etc., o pueden transmitir la intensidad de la emoción.
Las zonas proxémicas ¿ son los territorios que necesitamos tener libres a nuestro alrededor para poder sentirnos cómodos . Varían según las culturas:
En nuestro entorno:
-Intima 5 a 45 cms.
-Personal 45 a 75 cms.
-Social 120 a 210 cms.
-Pública 350 a 750 cms.

g) **Aparencia personal.-** Aunque sabemos que resulta muy manipulable por los recursos técnicos, el aspecto exterior constituye una forma de autopresentación. Fundamentalmente se basa en :
-Vestimenta
-Cara
-Pelo
-Manos
-Conjunto físico del sujeto, que le hacen parecer más o menos atractivo o artifical. Es muy importante en la primera impresión.Y ella es fundamental en la posible relación que de ahí se tiene ¿. Aunque no es tan importante o fundamental cuando la relación se hace duradera.

b) COMPONENTES PARALINGÜÍSTICOS.-

1.- Volumen de la voz
2.- Entonación.
3.- Fluidez.
4.- Tiempo de habla.
5.- Claridad de la articulación.
6.- Velocidad.

1.- VOLUMEN DE LA VOZ.- Si la voz es el vehículo para transmitir un mensaje, un volumen débil hace que ese mensaje no llegue con claridad. Mientras que uno alto implica seguridad y dominio. Un volumen bajo sugiere que el sujeto no está seguro de lo que dice o de sí mismo y que, de alguna forma, no se atreve a expresarse ante el otro.
Pero un exceso de volumen implica agresividad, ira o ineducación?, y provoca una reacción, bien en el mismo sentido, bien en el opuesto, ocasionando choques o retiradas.
Los cambios en el volumen permiten enfatizar ideas o puntos mientras que un volumen constante (plano) se hace cansado y facilita que se pierda el interés.

2.- ENTONACIÓN.- Permite pensar y comunicar sentimientos y emociones. Las mismas palabras , según su entonación, pueden expresar afecto, excitación, ira , esperanza, etc. En nuestro medio la entonación contiene muchas veces más mensajes que las propias palabras utilizadas. Ello puede ser utilizado para tergiversar la comunicación.

Poca entonación junto a volumen bajo sugieren aburrimiento y / o tristeza. Un tono que no varía hace monótono el mensaje y desmotiva la comunicación. El cambio de entonación expresa dinamismo, cesión del turno de palabra, preguntas, etc.
Una entonación ascendente se avalúa positivamente (alegría), la que baja negativamente (tristeza, agotamiento) y la fija como señal de falta de interés (recitación).

3.- FLUIDEZ.- Excesivas perturbaciones del tipo de vacilaciones, las repeticiones, los falsos comienzos o los remoquetes dan impresión de inseguridad, incompetencia, desinterés y/o ansiedad. Un exceso de remoquetes o de palabras de relleno, son percibidos como expresiones de aburrimiento o de falta de nitidez en las ideas a transmitir.
Silencios demasiado largos se pueden interpretar como muestras de ansiedad, enfado o incluso desprecio.

4.- TIEMPO DE HABLA.- Se refiere al tiempo durante el cual un sujeto hace uso de la palabra. Puede ser deficitario por ambos extremos. Un déficit por falta ocasiona la impresión de desinterés, desconocimiento o falta de seguridad. Y en cualquier caso, de falta de respeto y/o participación.
Un déficit por exceso, implica falta de interés por los demás, deseos de ser comprendido y considerado por los demás (pero no a la inversa) y falta de respeto al concepto de igualdad de los demás.

5.- CLARIDAD DE LA ARTICULACIÓN.- De este factor depende la crítica de la transmisión del mensaje.
Hablar a borbotones, arrastrando las palabras, con vocalizaciones o acentos excesivos, se hace pesado al oírlo y produce sensación de petulancia, autocomplacencia y superioridad.

6. VELOCIDAD.- Un exceso de velocidad causa la impresión de prisa y cuesta seguirlo. Un exceso de lentitud puede dar la impresión de cansancio, de aburrimiento, de desconocimiento, de inseguridad,.....

COMPONENTES VERBALRES:
1.- VOCABULARIO
2.- SINTAXIS
3.-

1.- VOCABULARIO.- Con independencia del contenido del mensaje viene condicionado por elementos situacionales, culturales, intencionales, personales, etc.. Se puede hablar con una infinita variedad de propósitos directos e indirectos.
Las palabras concretas que se utilizan dependen de la situación de la persona, de su papel en esa situación, de lo que pretende conseguir, de lo que sabe decir, etc.

El tema o contenido puede también variar infinitamente: íntimo, impersonal, sencillo, abstracto, técnico, etc. Son elementos de esa habilidad el saber cuándo y cómo preguntar, valorar expresiones de atención al otro, comentar positivamente, reforzar verbalmente, variar de temas , utilizar expresiones en primera persona, etc.

PENSAMIENTOS NO CONTROLADOS.- Materializan sentimientos de los que no somos conscientes. Los pensamientos automáticos son:
-Ideas muy escuetas y variables.
-No razonadas ni argumentadas.
-Que constantemente pasan de forma fugaz por nuestra mente.
-Aparentemente inmotivadas.
-Objetivamente absurdas y exageradas.
A pesar de todo ello, los pensamientos automáticos tienen una gran capacidad de convicción para quien los experimenta. Cada persona, en cada momento y circunstancia, es sometida de forma aparentemente

espontánea, a diversos pensamientos de esa índole. De tal forma que también parecen inevitables e incontrolables.
No tiene sentido eliminar estos pensamientos salvo que nos incordien o nos lleve a una enfermedad. Tales pensamientos están siempre más en relación **a" lo que debería ser", "podría ser" o "me gustaría que fuera" o "que no fuera",** que a lo que es la realidad verbalmente.

Es decir, que los pensamientos automáticos son:
1.- Mensajes específicos y discretos.
2.- Relativamente idiosincráticos
3.- Tendentes a la dramatización.
4.- Difíciles de desviar
5.- Aprendidos.
6.- Relativos a lo que debería ser
7.- Muy extractados.
8.- Siempre.....

PELIGROS COGNITIVOS.-
1.- TENDENCIA A LA COMPETENCIA.
2.- Miedo AL ridículo.
3.- Tener prisa y simplificar.
4.- Objetivos poco claros.
5.- Sentir más que pensar y creer que es lo cierto.
6.- Pensar en uno más que en el objetivo
7.- Las generalizaciones.
8.- Creer que las cosas son blancas o negras (los extremos).
9.- Creer saber lo que piensa el otro.
10.- Pensar más en lo que debería que en lo que es.

TEMA 7.-

Concepto y modelos de estrés.-

Cualquier situación que provoque un cambio y/o exija una adaptación causa estrés.
Estrés es la respuesta fisiológica, sicológica y conductual de un individuo que intenta adaptarse y ajustarse a presiones internas y externas.

La mujer es más propensa a padecerlo por su trabajo profesional y su trabajo en el hogar.
Lo padecen trabajadores y empleados más que los directivos.

El estrés supone: -

- perdida de calidad de vida
- perdida de productividad
- errores profesionales

Definiciones.-

- Basada en el estímulo: " Es la fuerza o estímulo que actúa sobre el sujeto y ocasiona respuesta de tensión"
- Basada en la respuesta: " Es la respuesta sico y/o fisiológica que expresa un sujeto"
- Basada en Estímulo-Respuesta: " Es la consecuencia de la interacción de estímulo y respuesta"
- Funcionales: "Respuesta adaptativa, que es consecuencia de una acción que plantea demandas físicas o sicológicas

Proceso del Estrés.-

El estrés es un proceso de interacción entre mente consciente e inconsciente y cuerpo.

El recuerdo del pasado o imaginación del futuro puede desencadenar respuesta de estrés.

El estrés es una relación particular entre el individuo y un entorno evaluado por éste como amenazante para su bienestar.

<u>Clases de estrés.-</u>

- Eutrés, nos ayuda a adaptarnos (positivo)
    - Mantiene defensas alertas
    - Se es capaz de afrontar situaciones nuevas
    - Vitalidad
    - Entusiasmo
    - Optimismo
    - Expectativas positivas
    - Resistencia a la enfermedad
- Ditrés, Nos impide la adaptación (negativo)

- La respuesta al estímulo es desmesurada, excitación
- Desproporción estimulo respuesta, o esta dura más de lo necesario
- Incapacidad de concentración y pensar
- Fatigabilidad
- Irritabilidad
- Depresión
- Pesimismo
- Enfermedades
- Accidentes

La ausencia del estrés implica la muerte, si no hay excitación no se superan los obstáculos y se solucuonan los problemas.

Factores que intervienen.-

- Experiencia previa, más experiencia menos estrés
- Apoyo social, soledad estrés
- Control personal, más control menos estrés
- Estilo de viada
- Acontecimientos vitales

Causas del estrés.-

Estresores: aquello que provoca estrés.

❖ Motivaciones

Aquello que tiene capacidad para impulsarnos es lo que inicia una conducta, lo que la provoca.

Motivaciones primarias:

- Conservación de la vida
- Conservar la especie
- Conservar el organismo
- Actividad y excitación
- Hambre sed, térmicas, evitación del dolor, sexo, sueño, descanso

Motivaciones secundarias:

- Sociales: asociación, competencia
- Rendimiento, necesidad de esforzarse
- Seguridad física
- Afecto al grupo
- Preservar autoestima
- Información y saber
- Belleza

❖ Necesidad

Es la situación objetiva o subjetiva que experimenta el organismo debido al defecto de una función.
El estado de excitación provoca la movilización dela energía en forma de impulso

Necesidades subjetivas:

- Logro-éxito, hacer bien las cosas o mejorarlas
- Afiliación amistad, tener cada vez más amigos
- Poder de influencia, dominar, controlar, castigar para lograr objetivos

❖ Problema

Fracaso en la búsqueda de soluciones eficaces.
Mientras más aumenta el problema, más estrés y más dificultad en encontrar soluciones.

❖ Conflicto

La vivencia que se experimenta ante una situación que provoca dos respuestas incompatibles
Causas:

- Importancia al trabajo y objetivo
- Proponemos metas no asequibles
- Discordancia entre conducta e ideales
- Compromiso en relación a los demás
- No ser libre para expresar deseos o sentimientos
- Imposibilidad de pedir ayuda con probabilidad de no recibirla

❖ Situaciones ansiógenas

- Incertidumbre: desconocimiento de lo que pueda ocurrir
- Cambios: necesidad de adaptarse a una nueva situación, con la posibilidad de no lograrlo
- Falta de información: no saber que hacer ante una nueva situación
- Sobrecarga de los canales de procesamiento: no se puede manejar toda la información disponible
- Falta de habilidades: no saber afrontar las diferentes situaciones que se presentan por falta de motivación o entrenamiento

❖ Frustración

La sensación que se tiene cuando un obstáculo impide la satisfacción de una necesidad, impide la consecución de una meta.

necesidad⇒ actuación⇒ objetivo⇒ satisfacción

↓

si aparece un obstáculo

padecemos frustración

↓

Aumenta la necesidad y la agresividad

↙ ↘

Es positivo si permite vencer el obstáculo Es negativo si aparece agresiones

Consecuencia de la aparición de un obstáculo:

- Agresión, se lucha contra el obstáculo
- Regresión, hacer que otro venza el obstáculo
- Represión-inhibición, aguantarse
- Fijación, se potencia la necesidad
- Estereotipia, conductas repetitivas que no vence el obstáculo

❖ <u>Acontecimientos vitales</u>

Eventos poco frecuentes pero con mucha intensidad.
Hay poco control sobre lo que ocurre.
Aparece en la adolescencia, maduración, casamiento, jubilación, etc.
Puede ser esperado o imprevisto
Requiere tiempo para adaptarse no consiguiéndolo todo el mundo
Hay y tendencia a precipitarse en la toma de decisiones, normalmente incorrectas
Hay perdida de autoestima, por lo que se recurre a drogas, juegos, maltratos, etc.

❖ <u>Fastidios cotidianos</u>

Acontecimientos de alta frecuencia y baja intensidad, es estresante por la acumulación de pequeños obstáculos.
Si es crónico aparecen vías de escape como alcoholismo, tabaco, drogas, etc.

❖ <u>Sobrecarga</u>

Es la demanda del entorno o propia que desborda la capacidad de respuesta automática.
Aparece por soportar más situaciones, o de más intensidad, debido a

- Falta de tiempo
- Excesiva responsabilidad asumida
- Falta de apoyo

❖ <u>Ruido</u>

Incide directamente en el sistema nervioso central, e indirectamente descompensando el equilibrio hormonal.

- Autopercepción

Hay más estrés en persona con baja auto estima, inseguras y percepción negativas de si misma.

Válvulas de escape del estrés.-

Naturales: sexo, sueño, comida, hobbies, deporte
Artificiales: drogas, tabaco, alcohol

Ley general del estrés.-

Cada vez que el organismo no puede responder adecuadamente a un estimulo, se vive como una situación real o ficticia de peligro.

Cuando se percibe el peligro se desencadena una reacción de lucha-huida y/o estrés.

Síndrome general de adaptación.-

Suma de reacciones inespecíficas del organismo como consecuencia de situaciones estresantes.

Fase de alarma:

- El cerebro interpreta los estímulos peligrosos
- Los anaiza y compara con experiencias anteriores
- Evaluamos posibles respuestas, si es negativa:
  - Se libera hormona de estrés
  - Se pone en alerta
  - Sube frecuencia cardiaca
  - Sube frecuencia sanguínea
  - Dilatan pupilas
  - Se tensa músculos

Fase de resistencia:
Mientras dure el estimulo aparece el cansancio o fatiga, si desaparece la amenaza el organismo vuelve a estado normal.

Fase de agotamiento:
Si la reacción se mantiene en el tiempo:

- El nivel de resistencia termina por agotarse
- Aparecen de nuevo síntomas de alarma
- Se empieza a sufrir problemas físicos y/o síquicos

Manifestaciones del estrés.-

- Subjetivos: ansiedad, agresividad, apatía, depresión, frustración, fatiga
- Cognitivos: indecisión, poca concentración, fallo de memoria
- Sicofisiológico: ritmo cardiaco, presión arterial, sudoración, midriasis
- Sobre la salud: asma, dolor torácico, mareos, diarreas, insomnio, amenorrea
- Comportamiento: accidente, consumo de alcohol, inestabilidad emocional y del comportamiento
- Sobre el entorno: descenso productividad, absentismo, insatisfacción laboral

TEMA 8
VIOLENCIA, AGRESIÓN, IDEAS IRRACIONALES.

● El problema de los pensamientos que no controlamos.
Los pensamientos automáticos son:
- Ideas muy escuetas y variables.
- No razonadas ni argumentadas.
- Que constantemente pasan de forma fugaz por nuestra mente.
- Aparentemente inmotivadas.
- Objetivamente absurdas y exageradas.

A pesar de todo ello, los pensamientos tienen una gran capacidad de convicción para quien los experimenta. Cada persona, en cada momento y circunstancia, es sometida de forma aparente espontánea, a diversos pensamientos de esa índole. De tal forma que también parecen inevitables e incontrolables.

Es decir que los pensamientos automáticos son:
1. Mensajes específicos y discretos.
2. Relativamente idiosincrásicos.
3. Tendentes a la dramatización.
4. Difíciles de desviar.
5. Aprendidos.
6. Relativos a "lo que debería ser".
7. Muy extractados.
8. Siempre creídos.
9. Aparentemente espontáneos.

Tales pensamientos están siempre muy relacionados a "lo que debería ser", "podría ser" o "me gustaría que fuera o que no fuera", que a lo que es la realidad verdaderamente.

Peligros cognitivos.

A. La tendencia a la competencia.
"Yo debería ser más…"; "Este no me puede…"; "¿Qué se habrá creído…?".
B. El miedo al ridículo.
"¿Se estará riendo de mi…?"; "Está demostrando que es superior a mi…".
C. Tener prisas y simplificar.
"Hay que salir de lo desagradable lo antes posible…"; "¿Para que complicarme la vida?"; "Soluciono rápido y a otra cosa…".
D. Objetivos poco claros.
"¿Qué pretendía realmente?"; "¿Es esto lo realmente importante para mi?"; "Mi objetivo ¿tiene que ver conmigo, con otra persona…o con mi trabajo?".
E. Sentir más que pensar y creer que es lo cierto.
"Las cosas son como las siento""; "Lo real es lo que yo siento y lo que piensan los otros está equivocado"; "Primero siento y luego pienso las explicaciones lógicas".
F. Pensar más en uno que en el objetivo.
"Ahora se va a enterar…"; "Si no reconoce mi superioridad se va a acordadar…"; "Ande yo caliente…"; "A mi ¿Qué más me da…?".
G. Las generalizaciones.
"Si esto pasa hoy, esto es lo que pasa siempre…"; "Ya lo intenté y fracasé…"; "Los…son…".
H. Creer que las cosas son blancas o negras.

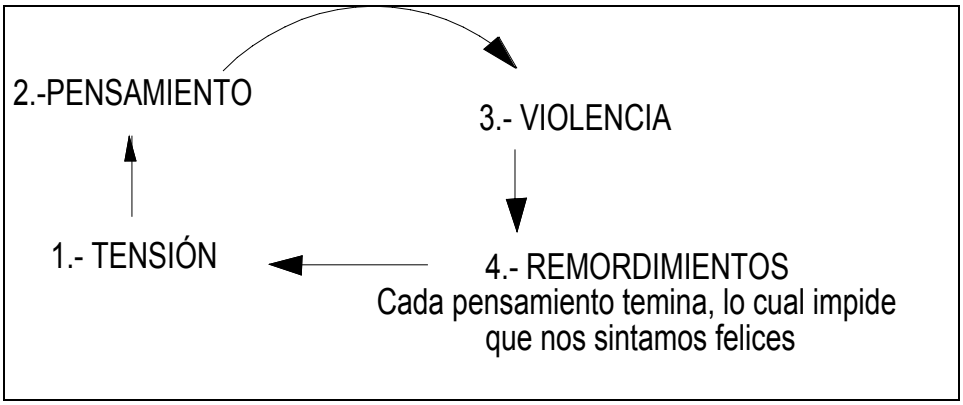
"O es bueno o es malo…o es blanco o es negro…"; "Ha sido, o no ha sido…"; "Me quiere o me odia…".
I. Creer saber lo que piensa el otro.
"Este cree que yo soy tonto…"; "Lo dice para que yo crea que…"; "Sabe perfectamente que…".
J. Pensar más en lo que debería que en lo que es.
"Debería saber que…"; "No debería portarse así…""Me gustaría que la gente…"; "No hay derecho a que…".

Según la Real Academia, qué es violento: Que está fuera de su natural estado, situación o modo. Que obra con ímpetu o fuerza..... O sea que la violencia es algo distinto de agresividad. La violencia la desarrollamos todos y la agresividad ya implica algo más (aunque hay alguien que lo dice al revés).

¿Qué formas de agredir tiene el ser humano?.
Física; verbal; directa; indirecta; activa; pasiva; individual; social, etc.
Cada uno la practica a su manera.
¿Qué hay que tener presenta al hablar de violencia?.

- La ira no justifica la violencia.
- Es responsabilidad de cada uno el encontrar formas no violentas de afrontar los problemas.
- La provocación no justifica la violencia.
- Nadie puede obligar a nadie a hacer lo que no quiera.
- Cada uno es responsable de su propia felicidad.
- Cada uno es responsable de su propia conducta.

CICLO DE CONFLICTO



Por ejemplo: el ciclo de un maltrato doméstico una vez producida la primera agresión es sentirse mal por haberlo hecho.

1.- Tensión

- Se incrementa estrés y tensión
- Los problemas no se resuelven, sino que se guardan.
- Con ello se magnifican y suman a otros anteriores
- Se actualizan faltas e injusticias anteriores
- Se culpa al otro de la infidelidad propia
- Se inician formas menores de violencia (provocaciones, retos, etc.)

2.-Pensamientos

- Se pierde contacto con la realidad (visión de túnel)
- Se dramatiza la situación.
- Se minimizan las consecuencias y el grado de riesgo
- Se inicia la búsqueda de señales que motiven argumentos para saltarse valores propios.

3.- Violencia

- Se considera que se ha llegado a un punto de no retorno
- Se inician comportamientos claramente provocativos
- Fácilmente se invade el espacio vital y/o íntimo del otro
- Se trata de impedir al otro que se marche o aleje
- Se produce una descarga violenta de tensión
- Se mantiene la situación como defensa/represalia hasta que uno ha liberado su tensión y resulta vencedor.

4.- Remordimientos

A veces no se trata tanto de remordimientos como de satisfacción y perdón.

- Una vez liberada la tensión se experimenta calma y magnanimidad.
- Al valorar las consecuencias de no resistir la ira, aparecen sentimientos de vergüenza y culpa por haberse excedido y perdido el control.
- Aparecen manifestaciones de arrepentimiento, tristeza, malestar y deseo de perdón.
- Análisis realista de lo sucedido, sus causas y la probabilidad de que vuelva a ocurrir

NO ES LO MISMO ENFADARSE QUE SER VIOLENTO

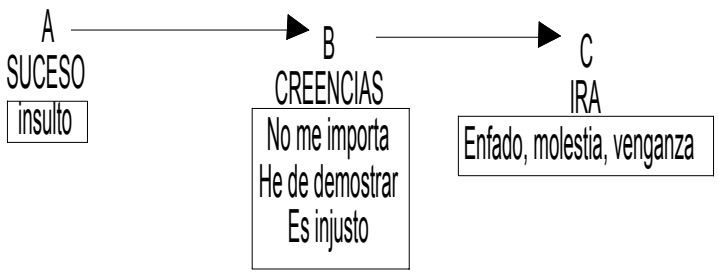
La ira es una emoción y la violencia es una conducta

- Se trata de distinguir entre lo que decimos y lo que hacemos. Esto es lo que nos diferencia de otras especies.
- La ira es una emoción normal y natural.
- Enfadarse supone ventajas e inconvenientes.
- Es posible aprender a controlar la intensidad y la duración de la ira y el enfado, nos enfadamos en función de lo que hemos aprendido o sentimos.

SEÑALES DE LA IRA.

1. Pensamientos. Atención a lo que nos decimos, recordamos o imaginamos. Hay pensamientos "calientes", e irracionales (venganza, injusticia, cosas pasadas, etc) que potencian el enfado.
2. Los sentimientos: emociones, cambios físicos como tensión muscular, agitación, cerrar puños, etc, que expresan aumento de la ira.
3. Acciones/conductas basadas en los pensamientos, incluyen decir palabras, alzar la voz, el lenguaje no verbal.

PROCESO DE LA IRA



Es un proceso de estímulo respuesta esto es aprendido y naturalmente puede llevar a la violencia o puede que no, dependerá del sujeto.

PENSAMIENTOS PARA ENFADARSE UNO MISMO

Hay pensamientos que hacen que se enfade en el momento y hay otros que duran toda la vida
1.- PONER ETIQUETAS

En vez de reconocer en el otro cosas buenas y cosas malas, llevarlo a una dimensión negativa (es un imbécil)

2.- LEER LA MENTE DE OTRO

Sabemos porque actuó el otro de una forma determinada, conocemos que lo hizo para molestar (lo hizo queriendo, sabe que no aguanto eso)

3.- PREDECIR EL FUTURO

Sabemos lo que va a pasar. Lo que ocurrió una vez volverá a ocurrir (nunca cambiará, no vale la pena seguir intentándolo)

4.- CREAR CATÁSTROFES

Exageramos la importancia de un suceso negativo de forma que nos convencemos de que es terrible algo que era solo molesto

5.- CREACIÓN DE DEBERES Y OBLIGACIONES

Conflictos deseos y preferencias en necesidades y obligaciones. Lo cual crea sentimientos de injusticia, ira "justificada" y deseos de venganza. Se viola una "ley" cuando no se actúa como uno piensa que debe ser. No es justo. No debe hacerlo. No puede salirse con la suya.

6.- VENGANZA

Pensar en las formas de devolver el daño sufrido.
Me gustaría estrangularla. Como la coja...
CREENCIAS PROBLEMÁTICAS PARA UNO MISMO.

1. Es terrible que la gente o las cosas no sean como uno quiere. Surgen estos pensamientos cuando las cosas no salen como uno quiere.
2. La mayor parte de las miserias humanas se deben a cosas que pasan fuera de uno. Para poder ser feliz hay que controlar todo o que pasa
3. El presente está totalmente determinado por el pasado. El hecho de que anteriormente haya sido así, no quiere decir que necesariamente tenga que seguir siendo así siempre. Posiblemente hayamos automatizados comportamientos que podríamos modificar.
4. Si no hacemos todo lo posible para agradar a los demás nos rechazarán y abandonarán. Creencia consecuente con una baja autoestima que nos hace creer que no somos dignos de ser queridos por nosotros mismos, sino por lo que aparentamos. Tememos ser descubiertos.
5. Si los demás lo desaprueban, es señal de que estamos equivocados o de que somos malas personas.
6. La soledad es terrible. Sólo en presencia e otro/s podemos ser felices y autorrealizarnos.
7. Existen un amor y una relación de pareja y con los demás perfectos.
8. Merecemos la mejor vida y obtener todo lo que queremos de la relación con los demás.

CÓMO SE AUTOJUSTIFICA LA VIOLENCIA?

<u>1.- Funciona</u>

Es la única forma de conseguir lo que se quiere.

Es lo único que entiende mucha gente ⟶ la violencia.

2.- Desahogo

No podría más. Estaba que explotaba. Mi paciencia tiene un límite. (la paciencia de cada uno tiene el mismo límite)

3.- Normal ⟶ Normalización de la violencia
Cualquiera en mi lugar hubiera hecho lo mismo.

4.- Machismo
El hombre ha de tener lo que hay que tener. Y ha de demostrarlo (también lo usan algunas mujeres).

5.- Dignidad
No me trató con el respeto y la consideración que me merezco.

6.- Genética
Nosotros somos así. Mi padre lo hubiera hecho de la misma manera.

7.- Locura (trastorno mental transitorio)
Había bebido. Lo vi todo rojo. No sabía lo que hacía.

8.- Amnesia
A partir de ahí no recuerdo nada. Cuando me di cuenta ya estaba hecho. (se trata de negar la evidencia)

9.- Defensa
No tuve otro remedio. Si no le doy yo, me hubiese dado a mí.

10.- Provocación
Se lo estaba buscando. Me obligó a hacerlo.

TEMA 9.-

PROCESOS PSICOLÓGICOS IMPLICADOS EN EL TESTIMONIO: EL TESTIMONIO VISUAL: NATURALEZA, POSIBILIDADES Y LIMITACIONES.

¿LA DECISIÓN JUDICIAL SE BASA EN PRUEBAS O EN CONOCIMIENTO?

Cualquier proceso y/o toma de decisión judicial se basa en información.

La información con la que se trabaja ni es toda la posible, ni es toda o parte de la realidad objetiva-

Las deficiencias de la información con la que se trabaja en la realidad son debidas a las limitaciones que impone el propio sistema legal a las que poseen quienes deben manejarlas y a las que tienen quienes deben aportarlas

El propio sistema legal especifica quien puede testificar, que puede decir y como debe hacerlo e introduce otras informaciones externas.

Quienes deben manejar las informaciones tienen sus propios preconceptos, informaciones genéricas aplicables, personales, experiencias, sesgos, etc.

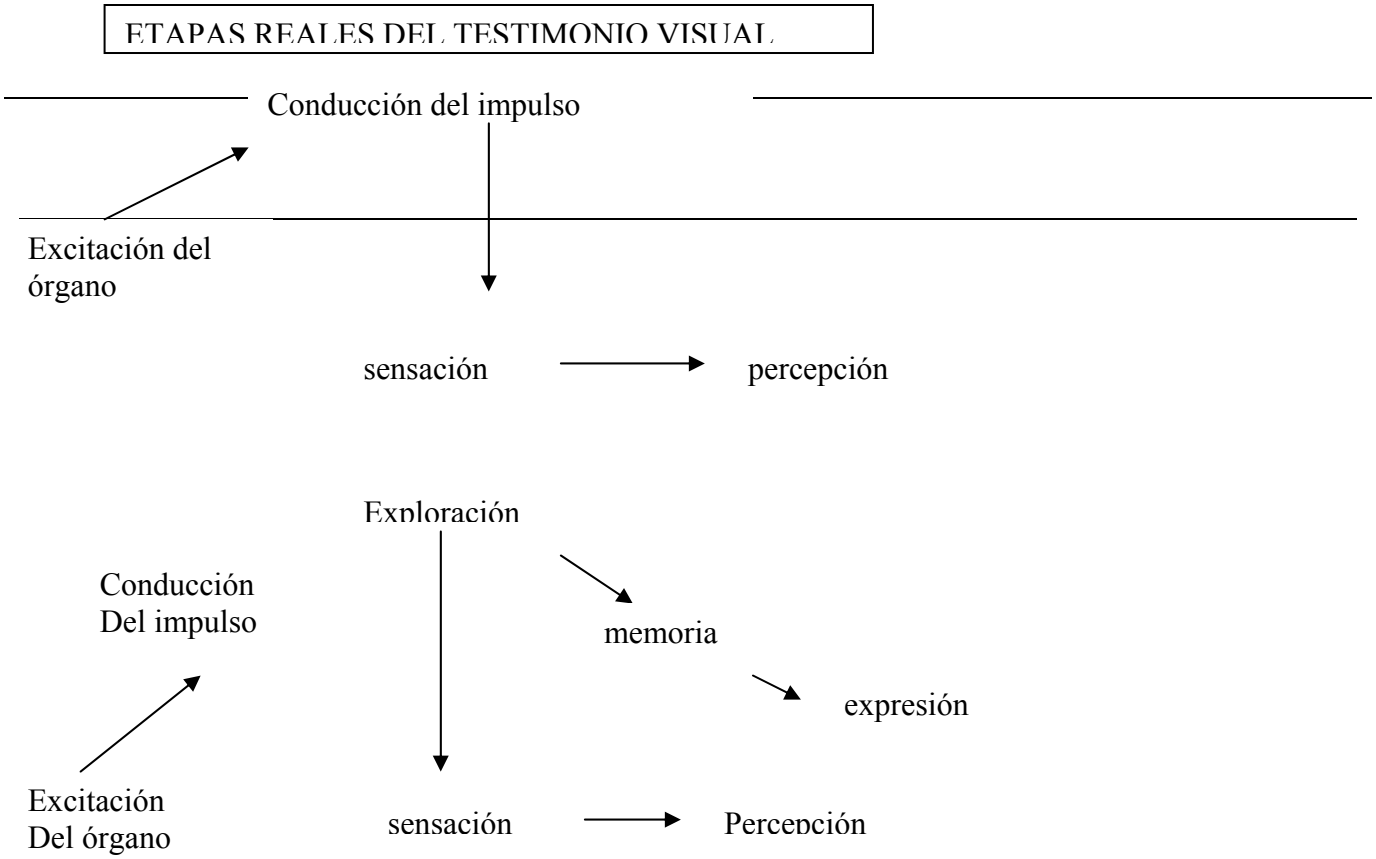
Quienes deben aportar la información lo hacen en función de su propia experiencia personal o profesional y como toda experiencia con grandes cargas de subjetividad.

La consideración de la opinión de expertos de las circunstancias sociales, psicológicas y ambientales de decisiones previas sobre otros casos similares, de los interpretaciones y argumentaciones de los abogados, constituyen elementos de información distintos de la realidad objetiva.

Principios básicos de la alteración del recuerdo en un testigo:

1. El cambio en el recuerdo es más probable que se produzca si la memoria del sujeto es reactiva por información posterior.
2. El cambio en el recuerdo será más fácil de producirse si entre la información original y la posterior al suceso no se detectan discrepancias.

CUENTEME LO QUE VIÓ

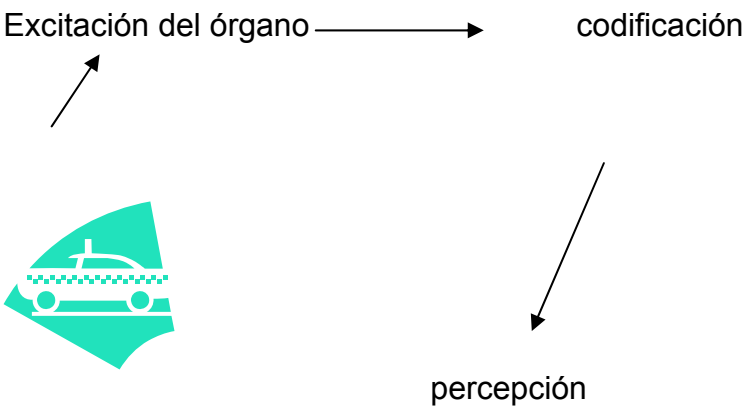


¿VEMOS LO QUE VEMOS?

-PERCEPCIÓN: es la función activa por la que somos capaces de organizar, estructurar, e interpretar un campo de fenómenos que se nos da.

- UMBRAL ABSOLUTO: es el valor mínimo necesario para que cierto estímulo o estimulación pueda ser identificado por el organismo.

- UMBRAL DIFERENCIAL: es el cambio más pequeño del estímulo que es capaz de detectar el organismo.



LEYES DE LA PERCEPCIÓN.

1. La realidad es externa, pero percibida por nosotros.
2. Existe una búsqueda activa de significados.
3. Actuamos con datos parciales y reducidos.
4. Existe gran facilidad para que se puedan dar errores.
5. Participan tres componentes: receptor, simbólico y afectivo.
6. Las leyes de la Gestalt orientan la actividad.

El ser humano es incapaz de captar una realidad sin sentido o significado. Cuando la realidad no lo tiene por si mismo nosotros se lo asignamos.

La percepción no es simultánea a la estimulación, sino que depende de una actividad de exploración.

Un objeto nunca es identificado “en si”, sino que lo es en función, por una parte, de los aspectos que el sujeto haya explorado en el objeto y por otra parte, de la propia manera en que se ha efectuado la exploración.

LEYES BÁSICAS DE LA PERCEPCIÓN.

1. Ley de estructuración.
    A. Ley proximidad: tendemos a unir en un todo las partes más próximas entre si.
    B. Ley del cierre: las figuras tienden siempre a completarse al ser percibidas.
    C. Ley de la continuidad: nuestra mente tiende a la continuidad para constituir un todo aunque se den las cualidades para ello.
    D. Ley de la semejanza o similitud. Inferimos estructuras de aquellos estímulos perceptivos que sean parecidos.
    E. Ley de la familiaridad. Existe una tendencia a captar figuras conocidas entre estímulos dispersos.
    F. Ley del movimiento común. El sujeto jerarquiza su entorno en “cosas que se mueven” y “cosas que están quietas” en función de características de la relación figura – fondo.

2. Ley de la pregnancia: En el campo perceptivo destacan siempre las formas simétricas o completas sobre las asimétricas o incompletas.

3. Ley de la figura – fondo.

Los distintos elementos percibidos (forma) conforman una figura sobre un espacio que es el fondo, existiendo alternancia perceptiva entre ambos en el campo perceptivo, de forma que la figura puede tomarse por el fondo y el fondo por la figura.

LEYES BÁSICAS DE LA PERCEPCIÓN.

1. El todo domina las partes (principio básico).
2. El todo es más que la suma de las partes.
3. Cada elemento depende de la estructura total y de las leyes que la rigen.
4. En la vida psíquica no existen elementos simples.
5. Principio del isomorfismo. Es una ley de la naturaleza por la cual las cosas se estructuran y organizan de acuerdo a las formas más adecuadas o a una configuración más adecuada.

LAS ILUSIONES PERCEPTIVAS

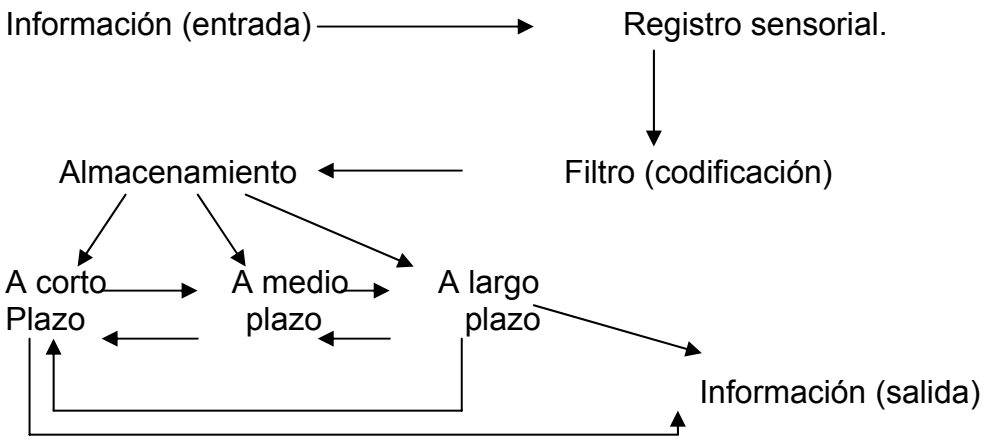
A la hora de percibir no todas las personas ven igual la realidad.

En función de la situación emocional del sujeto se ven identificadas antes unas partes del cuerpo que otras.

La realidad es difícil identificable porque no es siempre lo que percibimos la realidad, eso es lo que se denomina " Ilusiones perceptivas".

Percibir una cosa que es distinta de la realidad.

¿RECORDAMOS LO QUE RECORDAMOS?



Cuando alguien no recuerda lo que debe o es recuerdo algo parecido, tratamos de rellenar ese vacío de la memoria con algún contenido.

La memoria funciona de manera muy compleja.

- ✓ Fijación

- ✓ Retención
- ✓ Recuperación Recuerdo
- ✓ Reconocimiento
- ✓ Olvido

1. FIJACIÓN.

Capacidad de añadir nuevos materiales, procesos vividos, a la memoria como almacén de recuerdos y experiencias previas.

Depende de TRES factores:

Interés

Intensidad

Repetición

2. RETENCIÓN

Almacenamiento de conocimientos y materiales que puedan volver posteriormente a la conciencia pasado poco o mucho tiempo.

Los factores que fijan la memoria son:

a) Intensidad o vivacidad de la experiencia
b) Interés o matización.
c) Reiteración del estímulo

Se puede potenciar mediante

a) Sobre aprendizaje
b) Repaso
c) Recitación activa

3. **RECUPERACIÓN**

Proceso complejo de búsqueda activa, de elección de la conexión necesaria de entre muchos posibles.

Es por ello una peculiar forma de actividad cognitiva.

4. **RECUERDO**

Retorno a la conciencia material o información previa almacenada.

Puede haber alteraciones (ej. Miedo, angustia).

5. **RECONOCIMIENTO**

Sentimiento de familiaridad que acompaña a la vuelta a la conciencia de material previo almacenado.

---

6. OLVIDO

- perdida de la capacidad de recuperar información que fue almacenada. Se trata de explicar por CUATRO teorías

a) teoría del desuso (ej foto de la comunión)
b) teoría de la interferencia (similitud)
c) teoría de la represión (Freud) (experiencias traumáticas)
d) teoría de la perdida de acceso (drogas, alcohol)

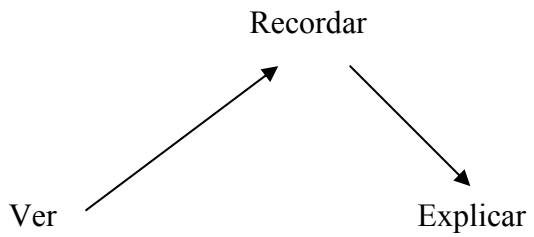
¿QUÉ VARIABLES PUEDEN INFLUIR EN LA MEMORIA DEL TESTIGO?

A. VARIABLES PROPIAS DEL SISTEMA

- Interrogatorio del testigo utilizada por la policía (dirigido *(interferencia*), relato libre (*detalles específicos*), etc...)
- Reinstauración del contexto en que se produjo el suceso.
- Formación de rueda o sistema de identificación.
- Instrucciones recibidas , cuando se examina la rueda o el sistema de identificación.
- Posibilidad de que el presunto autor pueda identificar al testigo cuando hace el reconocimiento.
- Sugerencias inconscientes que se dan al testigo sobre las expectativas de la policía.
- Posibilidad de que un testigo oiga la declaración de otro.

B. VARIABLES CIRCUNSTANCIALES

- tiempo transcurrido desde que se produjo el suceso
- actividad que ha llevado a cabo el testigo mientras tanto
- oportunidad para ver con detalle lo sucedido.
- Capacidad del testigo para recordar personas y sucesos
- Sexo del testigo
- Sexo del presunto autor del delito.
- Grado de espectacularidad o vivencia del suceso



¿EXPLICAMOS LO QUE QUEREMOS EXPLICAR?

REQUISITOS DE LA CREDIBILIDAD DEL TESTIGO

REQUISITOS DEL TESTIMONIO

1 EXACTITUD

Precisión del testimonio

2 SEGURIDAD

del testigo en su testimonio.

3 CONFIANZA

Del testigo en su capacidad para relatar fielmente los hechos.

4 FIABILIDAD

Nivel en el que los oyentes creen que el testigo es fiel a los hechos.

5 CREDIBILIDAD.

Grado en que se considera al testigo como persona fiable.

1 exactitud → depende del testimonio
2 seguridad → depende del testigo
3 confianza → integra testigo y testimonio
4 fiabilidad → integra testimonio y oyentes
5 Credibilidad → integra testigo y oyentes.

FASES DEL TESTIMONIO VISUAL:

1) Presencia del hecho
2) Narración a instructor diligencias ¿Identificación?
3) Ratificación en juzgado
4) Declaración de el juicio

1. Presencia del hecho:

- Ansiedad, miedo, sorpresa, etc.
- Circunstancias ambientales, físicas, sociales, etc.

- Necesidad de serenidad

2. Narración a instructor diligencias

- Búsqueda de precisión y acopio de información
- Ambiente “recogido”
- Necesidad de exactitud

¿Identificación?

- Ambiente policial
- ¿Ansiedad por exceso de precisión?
- Necesidad de seguridad
- Tarea de reconocimiento

3. Ratificación en juzgados

- Audiencia desconocida (Abogados, funcionarios, etc.)
- Necesidad de confianza

4. Declaración de el juicio

- Ambiente publico y de desconfianza
- Necesidad de fiabilidad y credibilidad
- Tarea de evocación y expresión
-

MOTIVOS DE PERDIDA DE CREDIBILIDAD DEL TESTIGO

1º. Esta contextualizado→ es testigo de acusación o defensa

2º. Esta en situación de confrontación → con los testigos y abogados de la otra parte.

3º. Está en situación de compromiso público → es parte activa, implicada e interesada.

4º. Está en situación de peligro → al cuestionarse su credibilidad.

5º. Está en situación de inseguridad → al ser consciente de que no posee la totalidad de la información.

6º. Está en situación ambivalente → puede ser testigo porque es objetivo y neutral, pero su intervención favorece a unos y perjudica a otros.

TEMA 10: PROBLEMÁICA DE LA DROGODEPENDENCIA

¿QUE SON TRANSTORNOS RELACIONADOS CON SUSTANCIAS?

- Son todas aquellas alteraciones relacionadas con la ingestión de drogas de abuso (incluido el alcohol), los efectos secundarios de un medicamento a la exposición de tóxicos.

¿QUE ES UNA DROGA?

Es el nombre genérico de ciertas sustancias minerales, vegetales o animales que se emplean en la medicina, en la industria o en las bellas artes.

Se entiende por fármaco o droga toda sustancia que al ser introducida en el organismo vivo puede modificar una o más funciones del mismo.

Trastornos relacionados con las sustancias.

a) Trastornos por el consumo de sustancias: dependencia y abuso

b) Trastornos inducidos por sustancias: intoxicación y abstinencia.

Existe dependencia cuando el individuo continua consumiendo pese a tener problemas significativos relacionados con ella.

ES LO MISMO HÁBITO, TOXICOMANÍA Y DEPENDENCIA.

HÁBITO: Un estado debido al consumo repetido de drogas.

Son características del hábito:

1. Deseo de continuar el consumo a causa del bienestar que proporciona.
2. Poca o ninguna tendencia a aumentar la dosis.
3. Cierta dependencia psíquica.
4. Ausencia de dependencia física (no síndrome de abstinencia).
5. Efectos perjudiciales referidos básicamente al individuo.

TOXICOMANÍA: es un estado de intoxicación crónica o periódica, originada por el consumo repetido de una droga natural o sintética.

- Necesidad invencible de consumir.
- Dependencia de tipo psíquica y generalmente físico.
- Tendencia al aumento de la dosis.
- Efectos perjudiciales para el individuo y la sociedad.

DEPENDENCIA: Es un estado psíquico y a veces también físico, derivado de la interacción entre un organismo y una sustancia considerada como droga.

Es un estado de adaptación psicológico, fisiológico y bioquímico producido por la administración repetida de una droga.

CLASES DE DEPENDENCIA.

DEPENDENCIA FÍSICA → es el estado de adaptación que se manifiesta por la aparición de intensos trastornos físicos cuando se suprime la toma del fármaco o droga. La necesidad de continuar tomando una droga para evitar el síndrome físico de abstinencia o supresión.

DEPENDENCIA PSIQUICA → el estado en que un impulso psíquico que lleva a tomar periódicamente o de forma continua, un fármaco o droga para experimentar placer o evitar un malestar.

DEPENDENCIA CRUZADA → es la que permite sustituir total o parcialmente la dependencia a una droga para la obtención de los efectos de otra. (heroína. Metadona)

CLÍNICAMENTE LA DEPENDENCIA SE CARACTERIZA POR LA APARICIÓN DE:

A tolerancia; B síndrome de abstinencia; C perdida de control.

● La tolerancia es la capacidad que tiene un organismo para adaptarse a un producto, lo que le obliga a aumentar la dosis para obtener los mismos efectos. Varía según el producto, el individuo, las dosis y la frecuencia del consumo.

● El síndrome de abstinencia es una serie de trastornos mentales o físicos que sufre el organismo humano cuando se le priva de una sustancia que le es necesaria para el mantenimiento de su normalidad.

CUANDO EL CONSUMON IMPLICA DEPENDENCIA.

● Necesidad de una determinada frecuencia de administración.
● Presencia de una sustancia que al ser administrada produzca efectos más agudos
● Existencia de una cierta tolerancia física y/o psíquica así como un cierto deterioro del individuo y daño a la sociedad.

EN QUE CONSISTE EL ABUSO DE SUSTANCIAS.

Consiste en un patrón desadaptativo de consumo de sustancias que se manifiesta por consecuencias adversas, significativas y recurrentes relacionadas con el consumo repetido de sustancias. No implica tolerancia, abstinencia, ni patrón compulsivo de uso.

QUE ES LA INTOXICACIÓN

Es la situación en la que aparece un síndrome reversible, específico de la

sustancia, debido a su reciente ingestión (o exposición). Sus manifestaciones son

las debidas a la acción directa de la sustancia sobre el sistema nervioso central y se presentan durante el consumo de la sustancia o poco tiempo después.

ABSTINENCIA: consiste en la presencia de un cambio desadaptativo del comportamiento con concomitantes físico lógicos y cognoscitivos, debido al cese o reducción del consumo prolongado de grandes cantidades de sustancias.

ASPECTOS GENÉRICOS A CONSIDERAR:

1. Los productos utilizados:
    a. tipo de droga.
    b. Forma de administración.
    c. Dosis habitual.
    d. Duración de la dependencia.
    e. Nivel de tolerancia.
    f. Respuesta individual característica.

Drogas más utilizadas:

Drogas Ilegales: cannabicos, opiáceos, barbitúricos, alucinógenos, estimulantes, inhalantes.

Drogas institucionalizadas: café, té, tabaco, alcohol, fármacos.

CLASIFICACIÓN.

1. Según su origen: naturales o sintéticas.
2. Atendiendo a sus estructura química.
3. Según su acción farmacológica.
4. Atendiendo a los efectos que ocasiona en el consumidor.
5. Según consideraciones legales o sociológicas.

La OMS clasifica las drogas en CUATRO GRUPOS:

GRUPO I: opio y derivados
GRUPO II: barbitúricos y alcohol.
GRUPO III: cocaína y anfetaminas.
GRUPO IV: alucinógenos, cannabis y derivados.

En función de los efectos:

- Depresores: alcohol, opiáceos, hipnocedantes (barbitúricos, benzodacepinas).
- Estimulantes: café, tabaco, anfetaminas, cocaína.
- Alucinógenas: LSD, mezcalina, cocaína, inhalante.

Los consumidores:

Personalidad, factores genéticos, inferencia a historia de aprendizaje, nivel de estrés, desarrollo sexual.

El contexto de consumo:

Características de la familia, actividad laboral/escolar, clima sociocultural, legislación vigente, actitud social ante la droga, influencias externas diversas.

ACTITUDES RELACIONADAS CON LA DROGA POR LA FAMILIA.

1. TENDENCIA AL HEDONISMO. Búsqueda del máximo placer inmediato y con el mínimo esfuerzo posible.
2. TENDENCIA A LA EVASIÓN. Se debe renunciar a todo deseo que no se pueda conseguir de inmediato y con un nivel de esfuerzo bajo.

3. INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN: Es necesario satisfacer de inmediato cualquier necesidad. Lo contrario es insoportable.

4. NECESIDAD DE AYUDA: es necesario buscar ayuda o apoyo para solucionar cualquier dificultad personal

5. BUSQUEDA DE SOLUCIONES EXTERNAS: Los problemas personales tienen soluciones que están fuera de uno mismo. Es mejor intentar cambiar a los demás o lo que nos rodea, que cambiar uno mismo.

6. FE EN LA QUÍMICA COMO AGENTE: Los problemas internos pueden ser solucionados con agentes externos, químicos.

7. EGOCENTRISMO: Todo se referencia al propio individuo, la escala de valores gira alrededor de uno mismo.

8. CONSUMISMO: Es posible satisfacer el hedonismo a través del consumo y la posesión de bienes o poder.

9. INSATISFACCIÓN PERSONAL: Dificultades de auto aceptación e insatisfacción con uno mismo.

10. ABURRIMIENTO: Atrofia de la creatividad para ocupar y aprovechar satisfactoriamente el ocio.

11. COMPETITIVIDAD: Es necesario responder a las presiones para competir y hay que hacerlo eficazmente y triunfando.

12. VALORACIÓN POR RENDIMIENTO: La autovaloración debe estar condicionada al rendimiento y al éxito.

13. MIEDO A LA MARGINACIÓN (SOLEDAD): El déficit en el rendimiento o el fracaso llevan asociados necesariamente el rechazo y la marginación.

14. DEPENDENCIA SOCIAL: Es necesario que se sienta culpable y asustado quien se resista a la presión social.

Como se argumenta la presión para el inicio del consumo de drogas.

- Peor es el alcohol
- Todos lo hacemos
- Es lo normal

Características de personalidad de toxicómanos.

- Bajo control de impulso
- Habilidad afectiva
- Inmadurez e inseguridad
- Ansiedad mal controlada
- Estructura neurótica
- Agresividad mal controlada
- Fantasía mal controlada
- Conflictiva ambiental

Datos adjetivados sobre alcoholismo.

Estadísticamente:

- Consumidor habitual a los 16⇒a los 23 alcohólico
- Bebedores adolescente tienen mayor probabilidad de problemas persistentes de índole comportamental y emocional
- Más probable ser gran bebedor los que empiezan en un bar o local similar, al contrario del que empieza en casa
- La publicidad influye sobre el tipo de bebida, la marca y no sobre la cantidad
- Rimer riesgo en la juventud no es la dependencia, sino las lesiones y traumatismo a si mismo, a otros , daños cerebrales, etc.
- Conductores menores de 20 años sufren más accidentes que los mayores a pesar de menor concentración de alcohol

Prevención.

SI:

- hacer que la copa dure más
- deshacerte de la bebida que no te gusta
- hacer lo que crees aunque los demás no lo entiendan
- ser tu mismo sin alcohol
- evitar otra ronda

NO:

- Creer que no vas a ser menos respetado, si te niegas a beber (miedo al rechazo)
- Permitir que te transporte alguien que ha bebido
- Creer que lo pasa mejor quien se rie más porque está bebido
- Creer que es necesario el alcohol para coger el punto
- Creer que el consumo tiene que ver con madurez.

Efectos sicológicos del consumo de alcohol.

- Inestabilidad caracterial (cambios de carácter)
- Irritabilidad, malhumor, apatía o explosividad
- Confusión, alucinaciones
- Deterioro y/o demenciación
- Conflictividad socio ambiental

Explicación comportamental.

El consumo de alcohol es aprendido, que el reforzada por el efecto ansiolítico, mientras que los efectos negativos son indefinidos y tardíos.

Cuanto alcohol se puede beber.

Calculo de gramos de alcohol de una bebida:

$$V \cdot \frac{\text{Grado} \cdot 0.8}{100}$$

V= volumen
Grado= graduación de la bebida

Limite de tolerancia

1gr de alcohol / Kgr de peso / dia
40 gr de alcohol / dia = consumo moderado

Clasificación.

Bebedor ligero hasta 49 cc/dia
Bebedor moderado de 50 a 99 cc/día
Bebedor alto de 100 a 149 cc/día
Bebedor excesivo más de 150 cc/día

Problemas del alcohol.

Existencia alcohólica:

- Tendencia a la embriaguez (sobre todo entre los 12 y 20 años)
- Beber todos los días ¾ litros de vino de 10º o equivalente
- Existencia de patología mental

Violencia y alcohol.

- Importante relación entre:
    - Agresiones e intoxicaciones alcohólicas

  - Desordenes públicos e intoxicación alcohólica
  - Acciones criminales y efectos del alcohol
  - Asesinatos e ingesta de alcohol

- La gravedad y número de lesiones es proporcional al grado de intoxicación alcohólica
- Proximidad física de gran número de hombres durante largos periodos de tiempo, en espacios reducidos y/o ambientes desinhibidos
- El alcohol aumenta la posibilidad de detención de los agresores ebrios, en comparación de los sobrios
- Violencia e intoxicación pueden tener una misma base común (marginalidad)
- La violencia aparece por alcohol, más el ambiente y las circunstancia
- El consumo de alcohol el primer escalón de la violencia

Fases.

- Prealcohólica
  - Consumo de antiestrés
  - Aumento de la tolerancia del alcohol
  - Estado de embriaguez cada vez más frecuente
  - Episodios de amnesia de ebriedad ocasionales

- Prodrómica
  - Amnesia frecuente
  - Consumo subrepticio, a escondidas
  - Consumo compulsivo
  - Dependencia sicológica
  - Sentimiento de culpa

- Crucial
  - Perdida del control sobre el consumo
  - Crisis de embriaguez prolongada de repetición
  - Tentativas de control mediante esquema de conducta tipo compulsivo
  - Periodos de abstinencia
  - Perdida de tolerancia
  - Problemas laborales, familiares y legales
  - Conducta megalómana y/o agresiva

- Crónica
  - Síndrome de abstinencia cada vez más intenso
  - Consumo matinal correctivo
  - Sicosis alcohólica
  - Complicaciones físicas crónicas
  - Daño cerebral
  - Deterioro social grave

TEMA 11

LA VIOLENCIA DOMESTICA. TIPOS Y CONSECUENCIAS.

LOS TÉRMINOS EMPLEADOS.

● Acciones	● Contexto o destino
- Maltrato	- De género
- Violencia	- Doméstica
- Abuso (se utiliza en menores)	– Familiar
- Acoso	- Contra la mujer

Abuso se suele usar como abuso sexual a menores.
Acoso se suele usar como acoso labora mobing.

1. LAS DEFINICIONES.

1.1 Violencia: cualidad de violento, acción y efecto de violentar o violentarse. Acción violenta o centra el natural modo de proceder (acción de violar a una mujer).

1.2 Violentar: aplicar medios violentos a personas o cosas para vencer su resistencia. Dar impresión o sentido violento a lo dicho o escrito (entrar en una casa en otra parte contra la voluntad de su dueño). Poner a alguien en una situación violenta o hacer que se moleste o enoje. Vencer, no su repugnancia a hacer una cosa.

1.3 Maltrato: acción o efecto de maltratar/se.

1.4 Maltratar: tratar mal a uno de palabra o acto. Menoscabar, echar a perder.

1.5 Abuso: acción o efecto de abusar. Infidelidad que consiste en burlar o perjudicar a otro que, por inexperiencia, afecto, bondad excesiva o descuido le ha hecho rédito. Ejercicio de un derecho con ánimo de hacer daño a otro. Circunstancia agravante de apreciación determinada por aprovechar en la comisión del delito la notable desproporción de la fuerza o entre delincuente y víctima.

1.6 Doméstico: perteneciente o relativo a la casa u hogar.

1.7 Familiar: perteneciente a la familia. El que tiene trato frecuente y confianza con uno (criado, sirviente)

1.8 ¿Y el masculino de víctima?: se establecen relaciones entre los vocablos y las realidades sociales de cada país. De ahí el sexismo del lenguaje.

Violencia no tiene que ver con lo que se hace, si no como se hace.

¿Y los límites entre maltrato?
¿Y la capacidad o escasa habilidades para tratar óptimamente a una persona?
¿Y los tratos simplemente inadecuado por desconocimiento.
¿Quién identifica los límites? ¿Cómo se identifica?

● Formas de violencia.
Actividades instrumentales para el maltrato.

- Violencia física, abuso emocional, utilización de niños, aislamiento, abuso sexual, económico, privilegios machistas, no todos son ilegales.
- Naturaleza amorfa de conductas de maltrato.
- Permisividad de conductas de maltrato en ciertas circunstancias

En función del contexto una conducta puede ser maltrato o no.

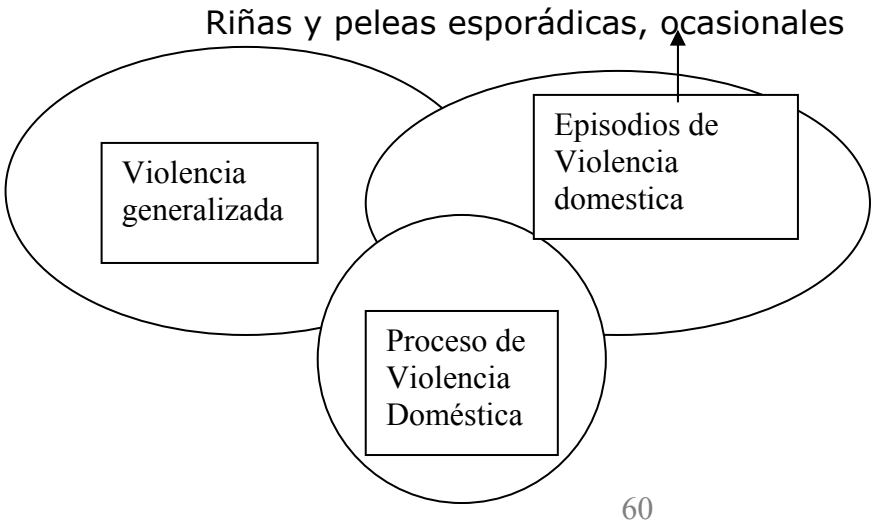
Las formas de violencia dependen de muchos factores:

- La actividad o acción instrumental,
- El agresor,
- La víctima,
- La edad de ambos (negligencia),
- El tipo de relación, etc.

● Todo ello hace que, de hecho, los tipos de maltrato sean mucho más variados de lo que se piensa.

Categorías de violencia familiar según el C.G.P.J.: Física y psicológica.

Violencia Psicológica → Vioencia emocional; violencia económica; violencia social.
Entre violencia física y violencia psicológica → violencia sexualy violencia instrumental.



Una precisión adicional pero no menos importante.

La discriminación entre:

● Maltrato como episodio	● Maltrato como proceso
- Determinantes más situacionales	- Determinantes más Sociales y personales.
- Secuelas a medio y largo plazo Limitado: - Sobre la víctima - Sobre el agresor	- Secuelas a medio y largo plazo ilimitados: - Sobre la víctima - Sobre el agresor

2. CRITERIOS PARA EL DIAGNÓSTICO DE VIOLENCIA DOMÉSTICA.

- Intencionalidad
- Estabilidad temporal
- Discontinuidad
- Entre personas estrechamente relacionadas afectivamente
- Desproporción, desajuste entre medios y fines
- Diferenciación con otros trastornos que cursan con violencia generalizada.

2.1 Si no hay intencionalidad no se puede hacer el diagnóstico de violencia doméstica. El maltrato se tiene que producir durante un determinado periodo de tiempo limitado. Determinar el criterio temporal es muy difícil, en cualquier caso no debe ser un periodo corto, sino entre seis meses a un año o más.

● En algunas familias existe una cormobilidad (padre agrede a madre y madre agrede a padre) de agresores y formas de maltrato.

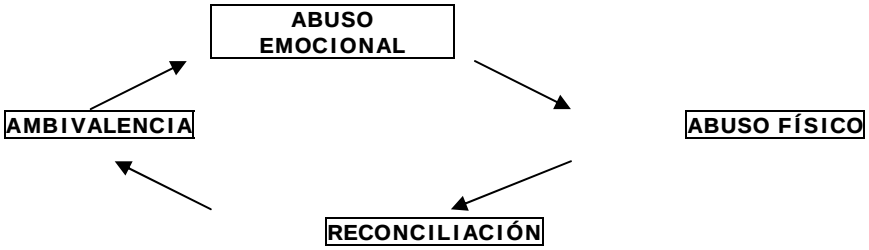
3. VIOLENCIA EMOCIONAL

- Acciones u omisiones que alteran el bienestar de la víctima.
- Golpes que solamente los ven o los oyen quienes los dan.

4. IDENTIFICACIÓN DE LA VIOLENCIA EMOCIONAL

- Se detectan con mayor dificultad.
- Habilidad manipuladora del agresor
- Aceptación social de la conducta.
- Vergüenza del reconocimiento social del maltrato
- Aceptación de la víctima:
  - Es un maltrato normal
  - Merecedoras del maltrato
  - No se reconoce como patología
  - Mejor eso que "otra cosa".

FASES DE LA VIOLENCIA



5. EL PROCESO DE LA VICTIMIZACIÓN

- Preparación previa de la situación de control: finanzas, social
- Control temporal y del ambiente físico de la víctima: supresión de hábitos, relaciones
- Creación de una sensación de impotencia, miedo y dependencia: abuso emocional
- Creación de las deseadas y nuevas actitudes y conductas en la víctima
- Imposición de un sistema lógico cerrado.

MOTIVOS DEL MALTRATO:

- Motivitos culturales – históricos.
  - Es mi mujer, mi hijo.
- Modelado interpersonal:
  - Maltratadotes de maltratadotes.
  - La fuerza de la fuerza en vez de la lógica y la razón.
  - Modelado en los medios de comunicación.
- Asociación con estados anormales.
  - Drogas, frustración, etc.

6. MOTIVOS DE LA PERMANENCIA DE LA VÍCTIMA

- Imposibilidad (niños pequeños)
- Codependencia de la víctima ¡qué bueno es cuando no me pega!
- Expectativas y/o promesas de mejoría o cambio.
- Expectativas y/o amenazas de empeoramiento
- Presiones familiares o religiosas
- No se reconoce como víctima
- Miedo a dejar la relación
- Falta de recursos (familiares, económicos, sociales...)
- Hijos ¡no quiero que se críen sin un padre!
- Sentimientos de culpa

- Amenazas
- Dependencia económica

7. EVITACIÓN DEL ABANDONO

● Luna de miel: regalos (sobornos)

● Super padre: promesas (incumplidas)

● Exculpación: atribuir la responsabilidad del maltrato a Dios, enfermedades...

● Síndrome de sobriedad: si puede dejar de beber... puede dejar de maltratar.

● Síndrome de Counseling: acudir a programas de intervención (de forma esporádica)

● La "gravedad permisividad sacral" de las conductas de violencia familiar no tienen una relación directa con sus consecuencias en la víctima.

● Condiciones agravantes y precipitantes

TEMA 12

CONSIDERACIONES PSICOLÓGICOS – CRIMINOLÓGICAS SOBRE LA TIPOLOGÍA DE LA DELINCUENCIA.

Trastornos relacionados con la conducta delictiva.

● Trastornos del control de impulsos no clasificados en otros apartados.
- Trastorno explosivo intermitente (violencia): cleptomanía, piromanía.

● Trastorno disocial.
- Agresión a personas y animales. Destrucción de la propiedad, fraude o robo: violación de normas.

● Trastorno negativista desafiante.

Trastorno explosivo intermitente (se meten en este saco a todos los sujetos que no se encuadran en el punto C).

A. Episodios aislados de dificultad para controlar los impulsos agresivos.
B. El grado de agresividad es desproporcionado con respecto a la intensidad de cualquier estresante psicosocial precipitante.
C. Los episodios agresivos no se explican mejor por la presencia de otro trastorno mental y no son debidos a los efectos fisiológicos directos de una sustancia o una enfermedad médica.

Trastorno disocial.

A. Presencia de 3 o más de los siguientes criterios durante los 12 meses y por lo menos de un criterio durante los últimos 6 meses.
   - Agresión a persona o animales.
   - Destrucción de la propiedad.
   - Fraudulencia o robo.
   - Violaciones graves de normas.
B. El trastorno discocial provoca deterioro clínicamente significativo de la actividad social, académica o labora.
C. Si el individuo tiene 18 años o más no cumple criterios de trastorno antisocial de la personalidad.

Trastorno negativista desafiante.

A. Un patrón de comportamiento negativista, desafiante que dura por lo menos 6 meses estando presente 4 o más de los siguientes comportamientos:……
B. El trastorno de conducta provoca deterioro clínicamente significa activa en la actividad social, académica o laboral.
C. Los comportamientos en cuestión no aparecen exclusivamente en el transcurso de un trastorno psicótico o de un trastorno de estado de ánimo.
D. No se cumplen los criterios de trastorno disocial si el sujeto tiene 18 años o menos tampoco del trastorno antisocial de personalidad.

Trastorno de la personalidad.

Patrón permanente e inflexible de experiencias internas y de comportamiento que….es estable a lo largo del tiempo y comporta malestar o perjuicios para el sujeto.

Áreas: cognitivas, afectiva, interpersonal, control de los impulsos.

El marco teórico de los trastornos de la personalidad en el DSM.

"Los rasgos de personalidad son patrones persistentes de formas de percibir relacionarse y pensar sobre el entorno y sobre uno mismo que se ponen de manifiesto en una amplia gama de contextos sociales y personales".
"El clínico tiene que valorar la estabilidad de los rasgos de personalidad a lo largo del tiempo y en situaciones diferentes".

Sistema categorial del DSM.
"Los ítems en cada grupo de criterios para cada uno de los trastornos de la personalidad específicos son enumerados en orden de importancia diagnostica decreciente según los datos relevantes sobre eficiencia diagnostica (cuando existen)".

Trastorno antisocial de la personalidad.

- No se establece en edades menores de 18 años.
- Sólo si hay historia de síntomas de trastorno disocial ante de los 15 años.
- En mayores de 18 años sólo se realizará el diagnóstico del trastorno disocial si no se cumplen los criterios para el trastorno antisocial de la personalidad.
- Si está asociado a un trastorno relacionado con sustancias no se establece el diagnóstico de TAP a no ser que haya aparecido desde la infancia.

El TAP tiene poco que ver con la conducta criminal.
Es un error asociar el TAP con el psicópata.

Sólo un pequeño subgrupo del patrón de personalidad antisocial entra en conflicto con la ley (Millon 1991).

Los delincuentes psicópatas cometen más crímenes, mayor variedad, más violentos, más reincidentes al salir de la cárcel, menor efecto al tratamiento de los delincuentes nos psicópatas (Hare 1981).
El 5% de los delincuentes cometen 50 – 60% de los crímenes.
Hare crea un concepto de psicópata que tiene que ver con la criminalidad cosa que no hace el DSM.

TEMA 13

PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA INTERVENCIÓN PSCOLÓGICA.

LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA.

Marco teórico (que es lo que tenemos que evaluar).

↓

Marco metodológico (como lo tenemos que evaluar).

↓

Evaluación → Diagnóstico → Tratamiento

Seguimiento del paciente durante el tratamiento

La técnica de intervención debe de ajustarse al tratamiento. Es un proceso dinámico. Recambia la evaluación, el diagnóstico y tratamiento a lo largo de la intervención.

La evaluación es distinta dependiendo del marco teórico. El marco metodológico nos dice como recoger la información.

* El control sobre los tratamientos.
  - Necesidad de regular las intervenciones psicológicas.
    - Transición de análisis clínicos y cualitativos a procedimientos estadísticos
  - Análisis de efectividad / eficacia.
    - Orientadas a resultados.
    - No orientadas a procesos.
    - No orientadas a análisis de fracasos

* Categorías de tratamiento (empíricamente validadas – comprobadas).
  - Categorías utilizadas.
    - Empíricamente comprobadas.
    - Probablemente eficaces.
    - En fase experimental.
  - Muchos no son evaluados.
    - Disparidad de criterios de selección.
    - Exigencia de los criterios de selección.

- Resultados "contradictorios".

* Criterios de eficacia: el caballo de Troya.
  - ¿Cómo la evaluamos?
    - Orientación al trastorno (síntomas).
    - Centrado en salud (bienestar, funcionalidad…)
  - ¿Qué información decide el éxito del tratamiento?
    - ¿Clínico, paciente, familia, compañero…?
    - ¿Criterios objetivos o subjetivos?
  - ¿"O" éxito "o" fracaso?

* No existe ninguna terapia psicológica eficaz para los trastornos de la personalidad e particular, ni para los trastornos de la personalidad en general.

* Principios básicos de intervención.
  - Técnicas psicoanalíticas.
  - Conductuales.
  - Cognitiva.

* Terapias psicoanalíticas.
  - El psicoanalista trata de identificar el conflicto que causa los síntomas.
  - El conflicto puede resultar de fuerzas conscientes o subconscientes.
  - Se puede llegar al subconsciente durante la terapia por medio de la asociación libre y el análisis de la transferencia.

* Terapias de conducta.
  - Las terapias del comportamiento usan el aprendizaje como base para cambiar el comportamiento.
  - La terapia del comportamiento también hace uso de otros métodos para alterar el comportamiento de las personas (técnicas de relajación, entrenamiento en habilidades sociales…).

* Terapias cognitivas.
  - La idea principal de esta terapia es que lo que uno piensa dirige lo que uno hace y siente. Por eso esta terapia trata de identificar pensamientos problemáticos y cambiarlos a pensamientos más adaptativos (cambia cognoscitivos).
  - Identificar estos pensamientos problemáticos y las creencias básicas que generan estos comportamientos.