

Método de estudio de la psicología y cómo se utiliza

Algunos de los métodos de estudio de la psicología se pueden mencionar:

Método descriptivo: Método de investigación basado en el mecanismo de la **observación** como fuente de información. Tiene como punto débil, que puede ser influida por el subjetivismo del observador (pensamientos, expectativas, motivaciones, etc.).

Es un procedimiento sistemático, objetivo y verificable mediante el cual el investigador utilizando sus sentidos entra en contacto con el objetivo de estudio en el medio natural donde acontece, con la finalidad de describir fenómenos, hecho o acontecimientos y descubrir posibles relaciones entre ellos, sin alterar las condiciones en que suceden

Algunos tipos de investigación descriptiva, son:

- **Estudio de casos:** Estudio en profundidad de un sujeto con la intención de extrapolar las observaciones al resto de sujetos. Los datos que se dan con este método son únicos, íntimos y complejos; además abarca un considerable periodo temporal y esto ayuda los psicólogos a formular ideas acerca del desarrollo de una persona. Los psicólogos se apoyan para realizar este método en otras herramientas descriptivas como la observación, cuestionarios, pruebas y test especializado. Este método se utiliza mucho en la Psicología Clínica, por que proporcionan información muy detallada.
- **La encuesta:** Estudio de las respuestas de una muestra mayor a $N=1$ frente a una serie de preguntas diseñadas para obtener información sobre conductas, pensamientos, opiniones, etc. su objetivo es la de obtener información estadística definida. Una encuesta puede contener preguntas estructuradas, esto quiere decir, que se espera que todos respondan o que incluso ofrezcan opciones de respuestas precisas; aunque otras puede tener preguntas abiertas, y que el examinador pueda tener la libertad de formular preguntas que sean necesarias para investigar ciertos temas. Hay varios tipos de encuestas, pero la mas utilizada es la del sondeo de opinión.
- **Observación naturalista:** Método descriptivo basado en la observación y el registro sistemático de las conductas mostradas por los seres en su hábitat natural. La principal ventaja de este método es que el comportamiento observado tiende a ser más natural y más variado que el que podemos observar en un laboratorio; pero, su principal desventaja es la postura de quien observa el evento; pero para evitar esto se usan instrumentos cerrados, como la lista de control y la escala de estimación.

Método correlacional: A partir de los resultados obtenidos con el método de la descripción, es habitual intentar establecer asociaciones entre distintos resultados que suelen darse de manera conjuntamente.

En este caso, el investigador construye una batería de test con el cual contempla las variables a estudiar y a los sujetos que tienen que contestar el test; después, el investigador analiza los datos para poder comprobar su hipótesis que hizo; en sí, esta investigación consiste en el análisis de relaciones casuales, tratando de encontrar factores asociados a ciertos tipos de

conducta. Se pueden presentar dos tipos de correlación:

- Positivas
- Negativas

Algunos aspectos que debemos tener en consideración para evitar de llegar a conclusiones falsas, son:

- **Correlaciones ilusorias:** se pueden percibir asociaciones entre fenómenos a pesar que las bases teóricas no la sustentan. Por ejemplo una correlación entre la velocidad de tipeo en computadora e inteligencia verbal
- **Inferencias débiles de causa-efecto:** la correlación muestra una asociación entre variables, pero no establece el orden cronológico entre ambas (no revela la causa ni el efecto).

Algunos de los métodos correlacional tenemos:

- **Psicometria:** se basa en el empleo de tests o pruebas psicológicas. El comportamiento que mediante el test se desencadena se registra con objetividad para luego poderlo evaluar estadísticamente poniéndolo en relación con normas o patrones de referencia.
- **Análisis factorial:** permite realizar un estudio mas fino de los datos obtenidos por las pruebas psicológicas, analizando los diversos factores que intervienen en el fenómeno estudiado, ajustando de esta manera el diagnóstico final.

Métodos filósofos / psicológicos:

- **La Fenomenología:** Fue un método empleado que se limita a describir los estados de consciencia de los individuos, sin sacar de ellos conclusiones ni leyes de tipo general. Es decir, describe las estructuras de la experiencia tal y como se presentan en la conciencia, sin recurrir a teoría, deducción o suposiciones procedentes de otras disciplinas tales como las ciencias naturales. Edmund Husserl fue uno de los principales inspiradores.
- **La Introspección:** Literalmente significa Ver hacia adentro. Es el único método que permite el acercamiento al sector interno de la vida mental. Consiste en la autoobservación analítica de los propios procesos conscientes. Estudia los fenómenos que se producen extrayendo de ellos los datos sobre lo que más tarde se convertirán en teorías. Lamentablemente este método, aún cuando se entrene rigurosamente a los sujetos, está sometido a la subjetividad de éstos, y resulta muy difícil, por no decir imposible, la comprobación de los mismos.

Métodos clínicos: Son de origen médico, su finalidad es llegar a un diagnóstico mediante el cual se logre solucionar un caso individual. Mezcla datos obtenidos en otras investigaciones de cuadros clínicos, extrayendo de ellos los criterios a aplicar en cada caso concreto.

A su vez se divide en dos métodos, los cuales son:

- **Estudio biográfico:** Es también llamado Historia Clínica. Se trata de formar un cuadro comparativo e informativo del sujeto en estudio. Los datos que son ingresados a las mismas, se obtienen de entrevistas con el propio individuo en estudio y a estas se le suman las realizadas a personas relacionadas con él.
- **Método Psicoanalítico:** El creador del Psicoanálisis fue Sigmund Freud. Se refiere al estudio del individuo basada en la relación entre los procesos mentales conscientes e inconscientes que se dan en el mismo. Su característica diferencial es la introducción de los procesos inconscientes en el estudio de la psicología.

Método experimental: En la investigación de enfoque experimental el investigador manipula una o más variables de estudio, para controlar el aumento o disminución de esas variables y su efecto en las conductas observadas. Dicho de otra forma, un experimento consiste en hacer un cambio en el valor de una variable (variable independiente) y observar su efecto en otra variable (variable dependiente). Esto se lleva a cabo en condiciones rigurosamente controladas, con el fin de describir de qué modo o por qué causa se produce una situación o acontecimiento particular.

Se basa en relacionar determinados aspectos del comportamiento psicológico del individuo con aspectos del ambiente en que se desarrollan. Estas relaciones conducen a la enumeración, de hipótesis, reglas generales, etc. El modo de proceder experimentalmente comporta cuatro fases perfectamente separadas. En primer lugar se plantea el problema a investigar. Tras ello se formula una hipótesis sobre el mismo. En tercer lugar, se diseña un experimento en el que, como es lógico, se considerarán dos variables que puedan influir.

Podemos concluir que la psicología se caracteriza por ser una ciencia que posee un objeto de estudio y métodos propios, y que también utiliza un sistema de conocimientos útiles para resolver los problemas del hombre. Es importante destacar, que los métodos que se adoptan son muy variados, y van a depender de las limitaciones y ventajas de cada situación que se presente. Es decir, dependerá de las condiciones que se muestren alrededor del sujeto para elegir qué método y cuáles técnicas son las más adecuadas.

Los métodos experimentales son los adecuados para poner a prueba hipótesis de relaciones causales.

Al comenzar a realizar una investigación, debemos delimitar las variables que deseamos analizar a través de la investigación y cuáles vamos a desechar, al igual que dejar claro cuáles podrían influir en nuestros resultados. Antes describamos los tipos de variables:

- **Variables independientes:** Una variable independiente es la característica o propiedad que suponemos es la causa del fenómeno estudiado y es este término el que vamos a emplear para referirnos a la variable que el investigador va a manipular.
- **Variables dependientes:** Es la variable que recopila las modificaciones que tienen lugar al manipular la variable independiente. Será aquello que debemos observar, lo que tendremos que medir y aquello que nos facilitará la información que tener en cuenta.
- **Variables controladas:** Las variables relevantes han de estar totalmente controladas,

mientras que el resto deben estar igualadas para evitar que influyan en el resultado de nuestro experimento y que se conviertan en variables contaminantes

La psicología a partir de su separación con la filosofía (siglo XIX), comenzó a utilizar los métodos característicos de las ciencias naturales, y a descubrir y desarrollar procedimientos de investigación propios, dejando de lado los métodos filosóficos calificándolos de poco científicos y comenzando a adoptar otros basados en la extrospección.