



Subsecretaría de Educación Media Superior
Dirección General de Bachillerato
Escuela Preparatoria Federal por Cooperación
"QUETZALCOATL"
CLAVE: EMS-2/123 CCT. 17SBC2123R Tepoztlán Morelos

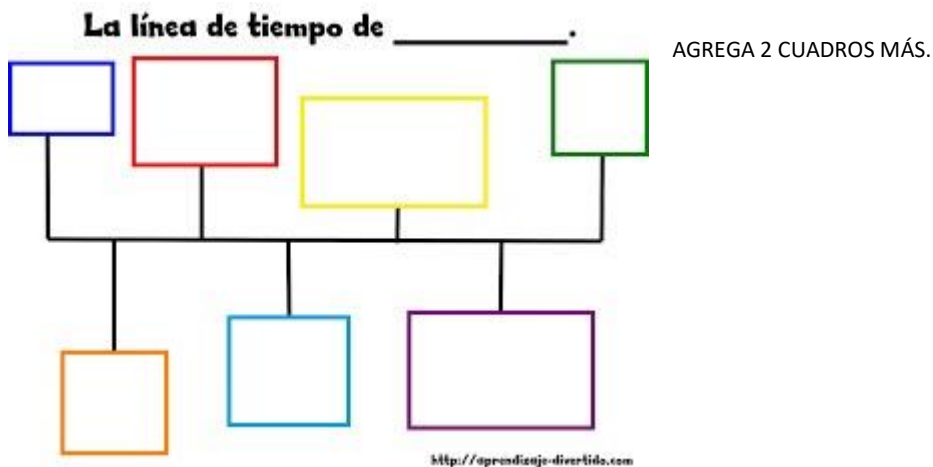


Asignatura: Psicología I		Guía para extraordinario
Profesor: Florencio Noriega Vilchis		Fecha: julio 2026
Alumno:	Grupo:	Aciertos:

Revisión de guía: fecha que indique la dirección. Si la entregas un día antes del examen, **puedo devolverla para corregir, sin firmar.**

INSTRUCCIONES: contesta cada una de las preguntas y/o ejercicios: **Apóyate en tus apuntes. Al final te comparto datos bibliográficos para qué investigues. Daré puntaje a quien entregue su guía contestada con anticipación (días antes del examen). Contesta con tinta azul y letra clara.**

- 1- **Elabora una línea de tiempo** de 10 datos o acontecimientos con fecha, respecto a la evolución de la psicología, en su etapa precientífica y científica, ésta última (Wilhelm Wundt y el Estructuralismo).

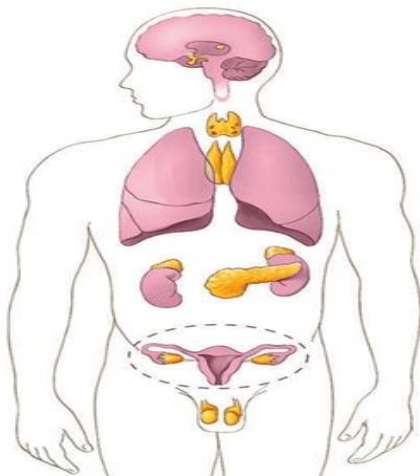
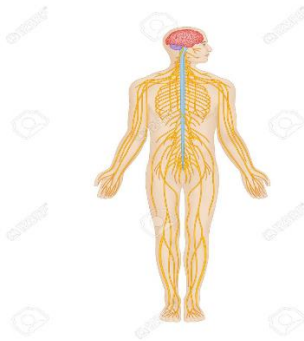


- 2- Investiga los siguientes conceptos y descríbelos; 3 renglones cada uno: **psicoanálisis, funcionalismo, Gestalt, humanismo, conductismo, psicología cognitiva, psicología evolutiva, cognitivo-conductual, neurociencias:**

3- Desarrolla una característica de cada una de las áreas de la Psicología: **clínica, educativa, social, organizacional, evolutiva y neuropsicología.**

ÁREA	CARACTERÍSTICAS
Psicología clínica	
Psicología educativa	
Psicología social	
Psicología organizacional	
Psicología evolutiva	
Neuropsicología	

4- Registra los nombres del sistema nervioso central y periférico, lóbulos y sistema endocrino, donde correspondan



5- Menciona las características básicas de la neurona:

R=

6- Menciona cuando menos una característica de cada neurotransmisor: adrenalina, dopamina, serotonina, oxitocina, endorfina

7- Menciona las emociones básicas:

8- ¿En qué consiste la autorregulación emocional?

R=

9- Menciona 5 síntomas de un trastorno de ansiedad y 5 del de depresión

ANSIEDAD	DEPRESIÓN

10- Realiza el siguiente cuadro comparativo:

CARACTERÍSTICAS DE LAS FOBIAS	CARACTERÍSTICAS DEL ESTRÉS

11- En trastorno de sueño, menciona 3 factores de riesgo y 3 factores protectores.

R=

12- Escribe las diferencias entre motivación intrínseca y extrínseca.

R=

13- Describe cuando menos 3 estrategias motivacionales:

R=

14- Describe cuando menos una idea de cada uno de los factores que influyen en la motivación:

Factores que influyen en la motivación	Característica o idea
Establecimiento de metas	
Identificación y desarrollo de habilidades	
auto reflexión	
Introspección	
Autocuidado	

15- En el siguiente cuadro comparativo, diferencia las características entre el conductismo clásico y operante.

CONDUCTISMO CLÁSICO (IVAN PAVLOV)	CONDUCTISMO OPERANTE

BIBLIOGRAFÍA

A continuación, te comparto datos, lo que no encuentres, búscalo en tus apuntes o invéstigalo.

¿Qué son las emociones?

Son reacciones complejas en las se interrelacionan la mente y el cuerpo. Hay tres tipos de respuestas emocionales:

- 1-Un estado emocional subjetivo que se interpreta, por ejemplo con un «me siento bien o me siento mal».
- 2-Una conducta impulsiva que pueda expresarse o no de forma abierta, por ejemplo acercarse a alguien, llorar o evitar un contacto.
- 3-Cambios en nuestro cuerpo o respuestas fisiológicas, por ejemplo sudar, aceleración o disminución del ritmo cardiaco, temblor, etc.

Embotamiento afectivo: momentos en los cuales pareciera que no hay emoción.

Las emociones pueden ser facilitador u obstructor en el establecimiento de relaciones de cualquier tipo. La realidad se construye a partir de quien la evalúa.

Reconocimiento de emociones: interpretar lo que se está sintiendo y darle un nombre, así como de ubicar que la está provocando.

¿Cuáles son esas emociones y en que consiste cada una de ellas?

Alegría: sensación positiva que se produce ante la satisfacción y el triunfo, y hace que la vida nos resulte más confortante. Nos ayuda a relacionarnos mejor con las personas de nuestro alrededor.

Sorpresa: se presenta mediante situaciones inesperadas. Es breve. Ejemplo: un encuentro con alguien que hacía tiempo no veíamos, un trueno, un regalo, etc.

La sorpresa se transforma en otra emoción; se puede pasar a la alegría, al temor, al miedo, al enojo, etc.

Su función principal es prepararnos para afrontar acontecimientos repentinos e inesperados, así como sus consecuencias. Nos prepara para poner toda nuestra atención en el nuevo acontecimiento.

Miedo: aparece cuando se percibe una situación o un estímulo de forma amenazante; es una emoción que se activa cuando sentimos daño o peligro. Se puede confundir o asociar con la ansiedad y la desesperación.

El dolor físico, por ejemplo, ante accidentes que provoquen una herida, quemadura o enfermedad, y el dolor psicológico ante situaciones que vulneren nuestra autoestima o que pongan en riesgo la pérdida de una amistad, un ser querido o un bien material.

El miedo ocasiona nerviosismo, esa tensión nos permite protegernos o desarrollar una acción para evitar el peligro, como huir.

Interés: siempre tenemos interés por algo, cuando nos sentimos interesados estamos más activos.

Surge ante un cambio, novedad o desafío en nuestras vidas, cuando sentimos deseos de aprender algo nuevo o lograr cosas. Nos hace explorar, nos provoca curiosidad y nos permite ser más creativos; en resumen desarrollar más nuestras habilidades y capacidades.

Ira: se presenta cuando se detiene o bloquea una conducta dirigida a una meta: ser engañados, lastimados, traicionados, así como al percibir una amenaza. No hay control físico o psicológico.

Es una emoción que puede ser muy peligrosa si no sabemos regularla o manejarla. Ejemplo, es como si quisiéramos destruir las barreras que tenemos por delante, tenemos coraje y quisiéramos quitar algo que no nos gusta. Podríamos lastimar a alguien, cerrar una puerta de golpe, dar puñetazos a una pared.

Angustia: se presenta cuando hay separación, el fracaso o el dolor. Puede paralizar a las personas, generarles sentimientos de desesperanza, provocarle una falta de motivación e incluso llegar a deprimirla.

Aparece como reacción ante algo desconocido o inesperado. Se manifiesta con alteraciones físicas como incremento del ritmo cardíaco, temblores, sudoración excesiva, sensación de opresión en el pecho o de falta de aire.

Culpa: Lo positivo-nos lleva a corregir nuestros errores. Lo negativo-puede paralizar con sentimientos tan abrumadores de vergüenza y falta de aceptación que se deja de funcionar como un ser humano adaptado.

La culpa positiva conduce al cambio. Es como una medicina, te cura para que puedas seguir viviendo con mayor conciencia y autocontrol. **La negativa** provoca el odio personal hacia los que se encuentran en nuestro entorno.

Es bueno sentir un poco de culpa si se hace algo que dañe o lastime a alguien, es una forma de tener autocritica y tal vez de enmendar ciertos comportamientos.

Vergüenza: solo se experimenta a través del juicio de los demás. Es una emoción incomoda porque va ligada al aislamiento social.

Se puede manifestar mediante sentimientos de culpa, timidez, inseguridad, pudor, recato, rubor, sonrojo.

Tristeza: se presenta ante situaciones de fracaso, y separación o pérdida. Se manifiesta con sentimientos de frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgano, abatimiento, disgusto o preocupación.

Celos: suelen presentarse cuando sentimos amenazada nuestra relación con otra persona, lo cual puede ser de amistad, de amor de pareja, familiar, laboral o de cualquier otro tipo; percibimos que puede quebrantarse o incluso acabar. Se asocia con angustia y a menudo desemboca en enojo expresado o contenido. En general las emociones son un sistema de alarma con respecto a cómo nos encontramos, lo que nos gusta o lo que funciona mal a nuestro alrededor, con la finalidad de realizar cambios en nuestras vidas.

LA ANSIEDAD

* VACIO EN EL ESTOMAGO, OPRESION EN EL PECHO SE SUBE LA PRESIÓN ARTERIAL, UNA OPRESION EN EL PECHO, EN LA CABEZA, LE DA TAQUICARDIA, SIENTE QUE LE FALTA EL AIRE.

*UNA SENSACIÓN DE QUE ALGO MALO VA A PASAR; LEE, PERO NO ENTIENDE NADA, NO COME, TRAGA. PORQUE SIENTE QUE EL VACIO QUE SIENTE ES HAMBRE, ES ANSIEDAD.

*SI ES MUJER, SE PONE HACER MUCHO QUEHACER, QUIERE DAR LA IMAGEN DE TRABAJADORA, ERES ANSIOSA. **TRABAJADORES COMPULSIVOS=ANSIEDAD.** PRODUCE EYACULACIÓN PRECOZ, DISFUNCIÓN ERECTIL. **CUANDO SE ELEVA, SURGE UN MECANISMO DE DEFENSA (VALVULA)= LA DEPRESIÓN.** APARECEN LAS RECCIONES MANIACO DEPRESIVAS (BIPOLARIDAD).

TRASTORNO

DEPRESIVO

Se pasa por este estado cuando existen pérdidas de un ser querido, de un trabajo, algún bien material, una ruptura amorosa o por no pasar un examen.

- Se cae en tristeza, desánimo, leve desesperanza, sin energía para continuar con la vida.
- Cuando el desánimo continuo o se prolonga=trastorno del estado de ánimo.
- **DEPRESIÓN MAYOR:**
- La persona se encuentra en suma tristeza
- Pierde interés por lo que antes disfrutaba.
- Hay sentimiento de minusvalía y culpa que no le permite sentir placer.
- Dificultad para concentrarse y tomar decisiones.
- La falta de concentración y fallas en la memoria a corto plazo son algunos de los primeros síntomas de la depresión clínica.
- Es tal su ánimo de desesperanza y tristeza que llegan a pensar las formas en que pueden quitarse la vida.
- **QUIÉN PUEDE SUFRIR DEPRESIÓN**
- Las mujeres tienen una prevalencia 3 veces mayor que los hombres.
- En bebés o niños se detiene su desarrollo motor y hay demora en el habla, no hay aumento de peso.

TRASTORNO OBSESIVO-COMPULSIVO

Tener trastorno obsesivo-compulsivo significa tener obsesiones, compulsiones o ambas cosas. Ejemplos de comportamientos obsesivos o compulsivos incluyen los siguientes: **Tener pensamientos, impulsos o imágenes mentales no deseados que ocurren una y otra vez y que causan ansiedad o angustia.**

- El trastorno obsesivo compulsivo (TOC) se caracteriza por un patrón de pensamientos y miedos no deseados (obsesiones) que provocan comportamientos repetitivos (compulsiones). Estas obsesiones y compulsiones interfieren en las actividades diarias y causan un gran sufrimiento emocional.

- **1. Motivación intrínseca:** Es cuando estamos motivados para hacer algo porque lo disfrutamos o porque es satisfactorio. La motivación **viene de nuestro interior.**
- **2. Motivación extrínseca:** Es cuando estamos motivados para hacer algo debido a factores externos como recompensas o castigos. **La motivación viene de fuera de nosotros.**
- **3. Motivación social:** Es cuando estamos motivados para hacer algo porque **queremos encajar en un grupo o impresionar a los demás.** La motivación proviene de otras personas.
- **psicología clínica** es una disciplina científica y profesional que se define como la rama de la psicología que **se encarga de realizar la evaluación, la explicación, el diagnóstico, el tratamiento y la prevención** de los **trastornos mentales** y de la promoción del **bienestar psicológico.**
- **Psicología Educativa:** ¿dónde se aplica?
La Psicología Educativa es la rama de la Psicología que se encarga de estudiar el aprendizaje y el desarrollo humano en el ámbito de la educación. Sus investigaciones, siempre bajo un marco científico, buscan optimizar los aprendizajes y el rendimiento de los alumnos. Estos estudios se traducen en nuevos planteamientos sobre las estrategias educativas eficaces y los programas de intervención más novedosos.

- **Los psicólogos laborales se involucran en una amplia gama de actividades, que abarcan áreas tales como:**
Contratación y selección de personal. Gestión de personal.
Mejora del rendimiento de cada trabajador. Entorno de trabajo y ergonomía (relación hombre puesto de trabajo)
Cambio empresarial/organizacional. Consultoría.
Investigación en el entorno laboral.

Función del Cuerpo calloso

El cuerpo calloso complementa el racionamiento de nuestro sistema, lo conforman fibras nerviosas que tienen como función y objetivo principal, conectar los hemisferios cerebrales para garantizar el buen funcionamiento de nuestro cerebro en todos sus sentidos.

El cuerpo calloso se encarga de transmitir rápidamente los impulsos nerviosos, albergados en nuestras alejadas de nuestro sistema.

Su estilo es profundamente sensorial y está asociado con el percibir e interceptar información aguda de una manera rápida y prolongada.

EL CUERPO CALLOSO ENLAZA LA COMUNICACIÓN Y PERMITE UNIR LA INFORMACIÓN PARA CORREGIR E INTERPRETAR UN MENSAJE.



ÁREAS Y FUNCIÓN DEL S.N.P.



El sistema nervioso: cómo cuidarlo

No tomando sustancias tóxicas que afectan mucho a las neuronas: el alcohol, las drogas, algunos medicamentos... hacen disminuir el número de neuronas más rápidamente de lo normal.

Descansar lo suficiente. Debemos dormir por lo menos ocho horas.

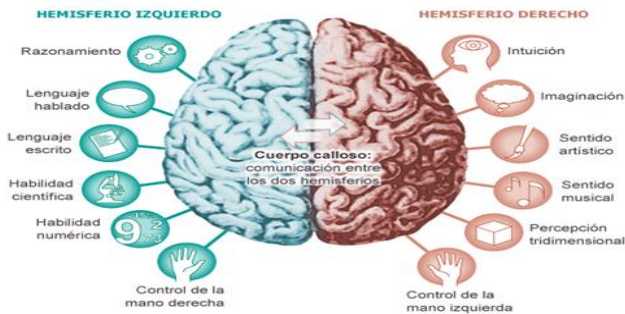
Alimentándonos bien es una buena forma de cuidar el sistema nervioso.

Estar bien con los demás es otra forma de cuidar el sistema nervioso.



ESPECIALIZACIÓN DE LOS HEMISFERIOS CEREBRALES

Aunque en general las funciones cerebrales están más deslocalizadas de lo que se creía, hay unas cuantas funciones que se realizan con más intensidad en una mitad que en otra



SISTEMA NERVIOSO CENTRAL= ENCÉFALO + MÉDULA ESPINAL



El sistema nervioso: para qué sirve

El sistema nervioso es fundamental para vivir.

Es el encargado de **relacionarnos** con el exterior. Por medio de los sentidos.

Es el encargado de **controlar** todos los demás órganos de nuestro organismo: el corazón, los pulmones, intestino etc..

Controla la posición del cuerpo, si estamos de pie o tumbados.

Se encarga también de guardar nuestros recuerdos.

Controla nuestros **sentimientos**: la alegría, la tristeza...



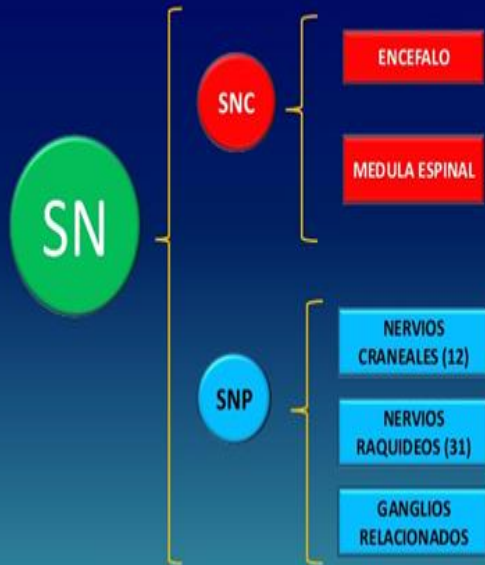
¿PARA QUÉ NOS SIRVE EL SN?

- Su función principal es la comunicación neuronal
- Recibe estímulos diversos y los transduce en impulsos nerviosos los cuales se conducen a centros nerviosos con el fin de:

Percibir sensaciones

Iniciar reacciones motoras

¿CÓMO ESTA ORGANIZADO EL SN?



RELACIÓN ANATÓMICA Y FISIOLÓGICA DEL SISTEMA NERVIOSO Y LA CONDUCTA.

El sistema nervioso.

- Es el encargado de dirigir la función de relación.
- Está formado por tejido nervioso.
- Está constituido por dos partes:
 - El sistema nervioso central.
 - El sistema nervioso periférico.

