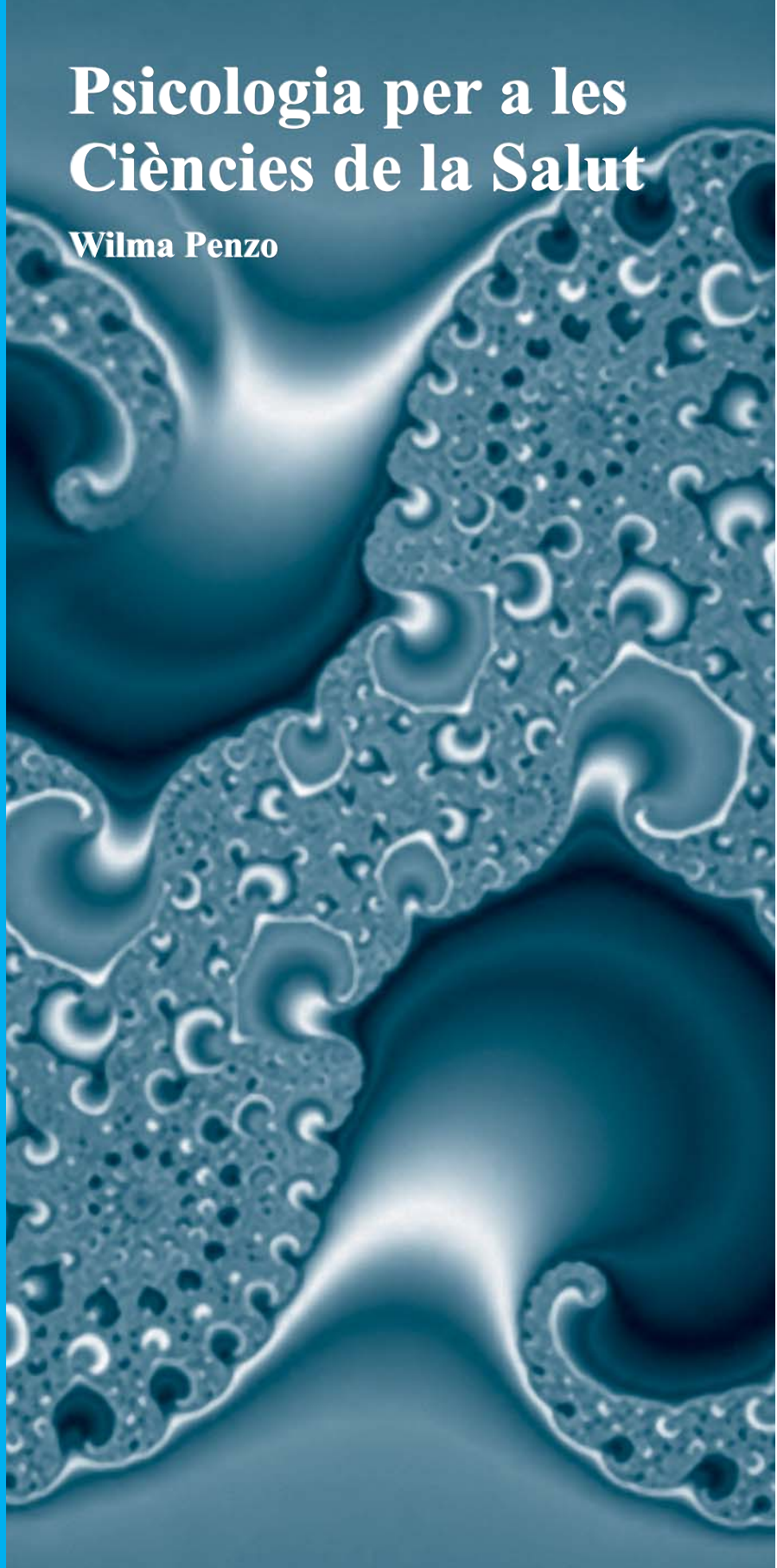


Col·lecció UB 29

Psicologia per a les Ciències de la Salut

Wilma Penzo



Psicologia per a les Ciències de la Salut

Wilma Penzo

ÍNDEX

Introducció	13
------------------------------	-----------

CAPÍTOL 1

Bases epistemològiques. L'objecte d'estudi de la psicologia	19
Coneixement natural i coneixement científic	21
Els models científics en la psicologia	26
L'objecte d'estudi de la psicologia	32

CAPÍTOL 2

Processos d'adquisició de conductes i informació	39
Condicionament responent	44
Condicionament operant	47
Control pels estímuls antecedents	57
Processos complexos d'aprenentatge basats en el control dels estímuls	65

CAPÍTOL 3

El procés de recordar	69
Delimitació del concepte	71
Recordar informació	74
Factors emocionals en el recordar	76
Recordar-se de fer quelcom	77
Rellevància per a la psicologia mèdica	78
Influència de l'edat	80
Problemes amnèsics	81

CAPÍTOL 4

Components psicològics dels tractaments	87
El programa terapèutic	90
Reducció de l'ansietat	100
Finalitats formatives del tractament	102

CAPÍTOL 5

Mètodes d'estudi	107
Els continguts d'informació	109
Procediments per obtenir informació	116

CAPÍTOL 6

Hàbits adaptatius i estils de vida	131
Definició	134
Rellevància per a la psicologia mèdica	136
Processos de formació dels hàbits adaptatius	139
Modificació dels hàbits i estils de vida	141
Mètodes d'estudi	146
Tractaments	148

CAPÍTOL 7

El procés d'emmalaltir	155
Els conceptes de salut i malaltia	157
Alternatives en les definicions de salut i malaltia	161
Existeixen malalties psicosomàtiques?	165
Les conductes d'emmalaltir	169
Factors socials que condicionen l'actuació del professional	172

CAPÍTOL 8

La comunicació metge-pacient	177
La comunicació interpersonal	180
La comunicació metge-pacient	184
El procés diagnòstic	190
L'hospitalització	195

CAPÍTOL 9

El compliment de les prescripcions terapèutiques	203
Definició	205
Modalitats d'incompliment	207
Factors de risc d'incompliment	209
Procediments de detecció del compliment	210
Intervenció en l'incompliment de les prescripcions terapèutiques	214

CAPÍTOL 10

L'efecte placebo	225
L'efecte placebo en la investigació terapèutica	227
L'efecte placebo a la clínica	229
Anàlisi del concepte	233
Ús clínic de l'efecte placebo	240

CAPÍTOL 11

El dolor crònic	243
Definició	245
Diferències entre dolor agut i crònic	246
Aspectes psicològics del dolor crònic	247
Mètodes d'estudi	248
Tractaments	256
Referències	263

Capítol 1

BASES EPISTEMOLÒGIQUES. L'OBJECTE D'ESTUDI DE LA PSICOLOGIA

Continguts

CONEIXEMENT NATURAL I CONEIXEMENT CIENTÍFIC

Coneixements inicials de psicologia

Els tipus de coneixement

Diferències entre el coneixement natural i el coneixement científic

El llenguatge precientífic: les descripcions per analogia

ELS MODELS CIENTÍFICS EN LA PSICOLOGIA

Internalisme-externalisme. Explicacions disposicionals i situacionals

El model d'interacció

L'OBJECTE D'ESTUDI DE LA PSICOLOGIA

Relacions entre la psicologia i la fisiologia pel que fa al seu objecte d'estudi

La unitat d'anàlisi en psicologia

L'objecte d'estudi de la psicologia mèdica

CONEIXEMENT NATURAL I CONEIXEMENT CIENTÍFIC

Coneixements inicials de psicologia

L'estudiant que comença a cursar l'assignatura de psicologia no ho fa partint des de zero, atès que ja posseeix uns sòlids coneixements en la matèria. Sap, per exemple, explicar el propi comportament i el dels altres, pot entendre i sintonitzar amb allò que els passa als protagonistes d'una novel·la o una pel·lícula, encara que no hi hagi tingut un tracte directe, sap mantenir relacions personals satisfactòries amb els familiars, amics i desconeguts, pot anticipar les reaccions de la gent i decidir en quin moment convé dir o fer alguna cosa i en quins moments no. En una paraula, sap psicologia. L'assaltaran dubtes o manifestarà incerteses, perquè el seu coneixement no és complet, però cap coneixement no ho és.

Com ha adquirit aquests coneixements? Segurament, no pas mitjançant l'ensenyament formal. Els ha adquirit per experiència, en la convivència amb la gent, de la mateixa manera i alhora que aprenia el llenguatge i les pautes de relació social: en el procés de *socialització*. Els ha adquirit apreciament els resultats de les seves accions, reflexionant sobre ells i escoltant els comentaris sobre la seva persona de la gent que l'envolta. Més tard el seu aprenentatge s'ha produït per observació i imitació del comportament dels altres i a partir dels seus consells, instruccions i suggeriments. En aquest procés han tingut un paper molt important el joc, com a mitjà per assajar sense riscos noves pautes de comportament, i les històries i els relats sobre personatges fantàstics o reals, per mitjà dels quals ha après les bases de l'explicació del comportament humà. Només molt més tard i quan els fonaments ja eren sòlidament establerts, hi ha intervingut l'aprenentatge formal, aquell que té lloc a l'escola. Però aquest no ha afectat tots els àmbits del coneixement assolit en les primeres etapes de la vida, sinó tan sols una part reduïda. En concret, no hi ha un període d'aprenentatge formal, no hi ha un ensenyament escolar de la psicologia, com és el cas de les matemàtiques, la física o la història, i és molt probable que la primera experiència d'aquest tipus es produeixi —si és que es produeix— a la Universitat.

Els tipus de coneixement

Si, interessada pel comportament de les persones, una estudiant tracta d'ampliar els seus coneixements consultant un text de psicologia, trobarà una sorpresa gens agradable. El llenguatge s'hi revela molt diferent del que ella acostuma a utilitzar, li resulta vague, no sap a què es refereixen la majoria de coses que hi llegeix.

Això no és exclusiu de la psicologia. Una cosa anàloga pot passar en qualsevol altra disciplina científica. Per exemple, un nen de 12 anys que sap anar amb bicicleta, sap un munt de física. Dit d'una altra manera: el seu comportament en agafar les corbes es pot descriure molt bé en un text de la matèria. Tot i això, si aquest nen consultés un manual de física per esbrinar la millor manera de seure a la bicicleta per mantenir l'equilibri, en trauria poc profit. Li resultaria molt més útil preguntar-ho a un company més expert. I el mateix li passaria a un cuiner si consultés un llibre de química per conèixer l'efecte de la cocción sobre els aliments o les millors combinacions de condiments per fer un besuc al forn.

La conclusió que es pot treure d'aquests exemples és que no hi ha un sol tipus de coneixement, sinó diversos. Els psicòlegs no són necessàriament persones d'encant irresistible; ni els físics, ciclistes insuperables; ni els químics, exquisits cuiners. Les diferències entre els diversos tipus de coneixements són qualitatives. No és que els uns sàpiguen més que els altres, sinó que saben coses diferents o les saben de diferent manera.

Dels diversos tipus de coneixements ens n'interessen especialment dos: el *natural* i el *científic* o disciplinari. El primer està representat per la descripció d'allò que sap aquesta estudiant. El segon és allò que s'entén per psicologia com a ciència (en contraposició a la psicologia natural) i és representat pel contingut dels textos i els manuals de la disciplina. El primer s'adquireix per experiència directa, en la vida amb els altres, en la solució dels problemes que presenta la realitat i la convivència social. El segon, per mitjà de l'ensenyament formal i l'estudi dels textos i la comunicació amb els membres de la comunitat científica. Cap d'ells no és millor que l'altre en termes absoluts. Ho és en termes relatius: pel que fa a un context i a unes necessitats determinades.

Diferències entre el coneixement natural i el coneixement científic

Les principals diferències entre aquests dos tipus de coneixement rauen en el nivell de generalitat dels seus enunciats i en el mètode mitjançant el qual s'assoleixen.

Pel que fa al grau de *generalitat*, el coneixement disciplinari o científic és abstracte, s'articula en enunciats (lleis i teories) referits a casos generals. No s'ocupa

del que li ocorre a un individu particular ni d'allò que succeeix en el seu context concret. Li interessa el comportament de tots els individus o objectes que comparteixen una determinada propietat o característica.

El coneixement natural és parcial, se circumscriu a la solució i explicació de problemes concrets, en contextos concrets. Per fer un símil gastronòmic, una cuinera estarà interessada en preparar les millors pizzes possibles, no en formular teories sobre *Il metodo pizzaiolo*, i encara menys sobre la composició dels aliments. Al propietari d'un es restaurant li interessa fer un bon vi, no pas formular una teoria de la fermentació. A un jove a punt d'anar-se'n de vacances li interessa aconseguir diners de l'àvia, no una teoria de les motivacions. Els dos tipus de coneixement no són contradictoris, però tampoc no són necessàriament iguals: l'èmfasi és diferent.

A conseqüència d'aquesta diferència, també el *llenguatge* serà diferent. El de la disciplina és formal, pretén recollir la generalitat. El del coneixement natural és anecdòtic, parla d'individus particulars, que fan una cosa concreta en una situació específica. Es basa en explicacions particulars i parcials per a fets o episodis particulars i parcials. Per aquesta raó, la coherència, és a dir, explicar de la mateixa manera fenòmens que pertanyen a una mateixa classe general, no és un requisit del llenguatge natural, però sí una exigència bàsica en el llenguatge dels científics.

En segon lloc, els dos tipus de coneixement es diferencien en el *mètode* a partir del qual es construeix cadascun d'ells. El que atorga validesa a un procediment o una explicació en el coneixement natural és l'eficàcia o utilitat que tenen a la pràctica. En canvi, la pregunta que millor defineix el coneixement dels científics és: "Vostè, com ho sap?". Aquesta pregunta expressa la característica crítica del saber científic, allò que el fonamenta. El que fa que una afirmació sigui lícita i pròpiament científica és el seu fonament: les proves en què es basa, la possibilitat de ser refutada. La ciència no parteix del supòsit que els científics són imparcials i objectius, sinó tot el contrari. Precisament perquè assumeix la seva irreductible subjectivitat, disposa d'una bateria de suports metodològics per afrontar-la i contrarestar els seus efectes. El principal suport és la replicació i la recerca de punts de referència comuns.

Malgrat aquestes diferències, el coneixement científic no és radicalment diferent del coneixement natural, ans s'hi basa, s'hi origina i se'n deriva. La ciència no surt del no-res, sinó que és la sistematització de les solucions als problemes que els membres de l'espècie humana han anat trobant en el curs de l'evolució i de l'adaptació al medi. Si no hi hagués connexions amb el coneixement natural, ni la psicologia ni cap altra ciència no es podrien aprendre. Les disciplines científiques s'assenten sobre els coneixements i la manera de descriure la realitat pròpia del sentit comú i de l'experiència humana, directa o observada. Aquesta és la base sobre la qual es construeix el coneixement científic, el qual sense ella seria impossible. El que el coneixement científic li afegeix és un llenguatge que, en la seva característica essencial, és el llenguatge de la generalitat, el llenguatge formal.

El llenguatge precientífic: les descripcions per analogia

El fet que la ciència tingui el seu origen en el coneixement natural pot causar algunes dificultats en les primeres fases de l'adquisició del llenguatge científic. Aquestes dificultats rauen, en primer lloc, en la possibilitat de confusió, atès que els *mateixos termes* són utilitzats amb un significat diferent en un àmbit i en l'altre. Això succeeix en totes les ciències. Així, termes com ara “afinitat” o “força” van sorgir del llenguatge corrent i s'hi segueixen utilitzant, però han adquirit un precís significat tècnic en la física o la química.

Això no sol constituir un problema important en aquestes disciplines científiques perquè, gràcies a l'ensenyament escolar, hi ha hagut ocasió d'aprendre a manejar aquests termes en el seu significat tècnic i, sobretot, a distingir clarament *les condicions d'ús* en els dos contextos: el del llenguatge corrent i el del llenguatge científic. Però, com ja hem dit, fa falta a la psicologia un període d'escolarització i d'aprenentatge formal a nivells elementals. Per aquesta raó, a l'estudiant universitari li pot ser difícil discernir quan certes paraules del llenguatge corrent, com ara “estímul”, “discriminació” o “control”, són emprades com a termes tècnics i, per tant, amb un significat i en un context d'ús diferents, en part o totalment.

La segona font de confusions en l'àmbit de la psicologia deriva de l'origen de les explicacions i descripcions dels fenòmens. A la història de totes les ciències les explicacions inicials han consistit en *metàfores*, és a dir, explicacions per analogia. Davant un fenomen nou, l'ésser humà recorre al coneixement del que disposa i descriu el desconegut a partir d'allò que li és familiar. Hom formula així explicacions o descripcions del tipus *Com si...* Per exemple, una nena pot descriure el formigueig dient: “És com si tingués coca-cola al genoll”. Amb el temps, hom elabora explicacions i definicions més generalitzadores, per influència de l'aprenentatge formal o de les teories científiques.

El més conegut i immediat per a l'ésser humà és el seu cos i el seu funcionament, així com les coses animades en general. I per això mateix les primeres explicacions són de tipus animístic i es basen en el funcionament de l'ésser humà: es tracta de les metàfores o analogies *antropomòrfiques*. Alguns exemples en són les descripcions que atribueixen intencionalitat i sentiments als objectes (“La taula és dolenta”) i, en general, que expliquen la naturalesa atribuint-li motivacions i mecanismes propis de les persones.

En segon lloc, les coses conegudes són els productes de l'acció humana, els instruments creats per les persones. Això origina les metàfores en termes de *màquines*, com ara el rellotge, la càmera fotogràfica i, més recentment, l'ordinador. No es tracta d'explicacions qualitativament errònies ni necessàriament ingènues, ja que poden ser molt elaborades i complexes. El que les diferencia de les explicacions científiques són els coneixements específics dels qui les formulen.

En totes les ciències, en algun moment de la seva evolució, i, per tant, també

en la psicologia, les explicacions metafòriques conviuen amb les explicacions científiques. D'aquí la dificultat per als qui inicien l'estudi d'una ciència, ja que han d'aprendre a distingir en cada cas si es tracta d'una metàfora o si es tracta d'una explicació basada en l'experimentació i elaborada a partir de l'aplicació del mètode científic.

En la psicologia, les metàfores de tipus antropomòrfic són molt difoses i apareixen fins i tot en els textos científics de disciplines afins, com ara l'anatomia o les neurociències. Un tipus particular d'aquestes metàfores són les explicacions o descripcions *mentalistes*, que consisteixen a suposar l'existència d'una estructura —la ment— per explicar una sèrie de processos —l'activitat mental—, que pertanyen a les relacions de la persona amb el seu medi. Es tracta de creences anàlogues a la de pensar que l'ombra és una part del cos, visible només quan hi ha llum, o que el foc està als llumins. Des del punt de vista del coneixement científic, aquestes metàfores, quan no són reconegudes com a tals, plantegen dues possibles fonts d'error: d'una banda, confondre la part amb el tot i inferir semblança d'altres aspectes que aquells que justifiquen l'analogia, i, d'altra banda, atribuir-los significat literal i consistència material.

Un exemple del primer tipus de problemes són els raonaments segons els quals l'existència d'una funció suposa l'existència d'una estructura. Per exemple, es descriu la funció de recordar amb un símil d'aquest tipus: “És com si les experiències quedessin emmagatzemades en algun lloc.” Recordar seria anàleg a buscar a les golfes o en un fitxer. Aquesta és una bona descripció del que succeeix quan una persona recorda, però és una descripció metafòrica. L'error consisteix a inferir l'existència d'un lloc o d'una estructura on es guarden els records.

En referència al segon possible motiu de confusió —atribuir a les metàfores un sentit literal— el problema radica en atribuir materialitat a maneres de parlar pròpies del llenguatge corrent. Que sigui lícit dir: “Estic enfonsada” no significa que s'hagi d'anar a buscar aquesta persona en el subsòl. Així mateix, que es pugui dir: “Tinc bona memòria” no significa que hi hagi res concret que sigui la memòria. Si l'avi comenta: “Dec estar perdent la memòria, perquè mai no sé on em deixo les claus”, l'ajudarem a buscar les claus, no pas la memòria.

Aquestes expressions són perfectament vàlides i no presenten problemes dins la comunicació en el llenguatge corrent perquè se'ls dona el suport del context, que fa evident o comprensible el sentit en què les persones les utilitzen. Quan es transporten al llenguatge de la psicologia com a ciència i, per tant, es treuen del seu context, es pot caure en l'error de creure que es refereixen a fenòmens reals o que n'existeix un referent empíric. Als estudiants els resulta difícil adonar-se que aquestes expressions són metafòriques i no indiquen l'existència de res material. Per exemple, els resulta difícil acceptar que “La força de voluntat” no té entitat material, sinó que és una manera de parlar per indicar un conjunt de comportaments, de propietats d'aquests comportaments i de relacions amb l'entorn.

ELS MODELS CIENTÍFICS EN LA PSICOLOGIA

En cada moment del seu desenvolupament, les ciències es caracteritzen per la vigència d'uns determinats *models*, també anomenats paradigmes. La percepció de la realitat no és mai directa ni immediata, sinó el resultat d'un procés d'aprenentatge i de construcció social. Els models constitueixen marcs de referència, maneres de veure i mirar la realitat objecte d'estudi. Els models són més generals que les teories i no solen ser formulats explícitament. Quan una persona pregunta: "La intel·ligència, és innata o adquirida?" ens està donant informació sobre el marc de referència o el model des del qual considera el comportament. Ens està dient, entre altres coses, el següent: a) que considera que existeix una entitat, que és la intel·ligència; b) que aquesta entitat pot ser o bé innata o bé adquirida, i c) que aquestes dues característiques són excloents. Compareu la pregunta anterior amb aquesta: "De quina manera influeixen els factors hereditaris i l'experiència en el comportament intel·ligent?" Volen saber el mateix, però les preguntes es formulen des de models diferents.

La qüestió dels models revesteix un interès pràctic, a més del teòric. Com ja hem dit, un model determina o articula les maneres en què hom observa els fenòmens de la realitat. Determina quines són les preguntes lícites i pertinents, quines dades es consideren rellevants i com es recolliran: és a dir, els mètodes d'investigació o de recerca d'informació. Per exemple, en la biologia actual, no es consideren lícites les preguntes sobre els efectes o els mecanismes de la *força vital*. Pel que fa als mètodes, no seria acceptable un estudi sobre l'acció de les vitamines basat exclusivament en les *descripcions verbals* dels subjectes sobre els seus efectes. Les estretes relacions d'interdependència entre els components de la ciència —els coneixements, els mètodes d'investigació i els models—, fan que el desenvolupament de la ciència i de cadascuna de les seves branques, lluny de ser acumulatiu o lineal, procedeixi de manera pulsativa, al ritme d'evolució d'aquests components.

Quan o amb quin criteri es pot dir que un model és millor que un altre? La pregunta no és ociosa, ja que no hi ha cap element de parangó extern als models, i independent d'ells, que permeti comparar-los. No es pot estudiar directament la realitat i per tant no existeix una referència objectiva. En conseqüència, la comparació entre models no s'estableix en termes de quin d'ells capta la *veritat* o de quin és més *cert*. La comparació s'estableix en termes d'eficiència, d'una banda, i de poder explicatiu i de coherència interna, d'una altra. Un model es considera més eficient que un altre quan dóna raó d'un rang més ampli de fenòmens amb les explicacions més senzilles i parsimonioses. La coherència interna es refereix al fet d'utilitzar un mateix tipus d'explicacions per a tots els fenòmens i processos estudiats.

Internalisme-externalisme. Explicacions disposicionals i situacionals

Un dels principals motius de desconcert per a l'estudiant de psicologia és l'existència de diferents escoles o línies, que sostenen postures aparentment contradictòries. Per què no es posen d'acord?, es pregunta. Per què no es decideix quina té raó i no s'eliminen o es deixen extingir les altres? O bé, poc preocupat per qüestions de coherència interna, suggereix una tercera possibilitat: atès que totes poden ser igualment vàlides, per què hom no agafa el que és bo de cadascuna?

Deixant de banda l'última pregunta, inspirada en un ferotge eclecticisme, i per tant impossible de rebatre, en realitat, les diferències no són tantes. L'aparent exuberància d'escoles es redueix, en últim terme, a un nombre molt limitat de variacions en aspectes que tenen a veure amb els models i les dimensions que se n'originen. La diferència més general concerneix la perspectiva que hom assumeix en l'explicació del comportament. En els casos extrems, aquesta perspectiva pot ser internalista o externalista. A continuació s'exposen exemples de cadascuna.

Dos psicòlegs estan parlant del rendiment en els estudis d'una noia. El primer comenta: "És una persona molt motivada. Es nota que és responsable i metòdica en el treball. Li agrada arribar al fons de les coses i vol comprendre el significat del que estudia." El segon raona així: "Els seus professors són bons docents: expliquen amb claredat, dosifiquen la feina que els estudiants han de fer pel seu compte i presenten nombrosos exercicis per consolidar l'aprenentatge. Els materials d'estudi són clars i interessants. Els companys constitueixen excel·lents exemples de treball."

Deixant de banda que, per claredat, s'han descrit dues postures extremes, el que diu cadascun d'aquests psicòlegs representa un tipus característic d'explicacions. La primera (Fig. 1.1) se centra en aspectes interns de la noia, allò que s'anomena "disposicions": és una explicació internalista o *disposicional*. Les explicacions formulades en termes de personalitat, tendències, propensions, motivacions, funcions, aptituds o actituds són explicacions disposicionals. El seu enunciat para-

Fig. 1.1. Representació esquemàtica d'un model internalista, segons el qual la conducta depèn de causes internes o pròpies de l'individu.

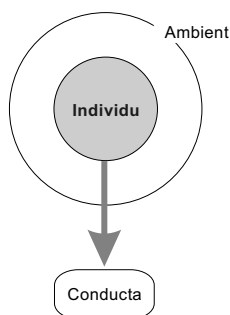
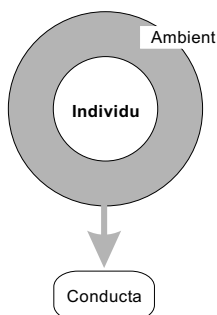


Fig. 1.2. Representació esquemàtica d'un model externalista, segons el qual la conducta depèn de causes externes a l'individu i pertanyents a l'ambient físic o social.

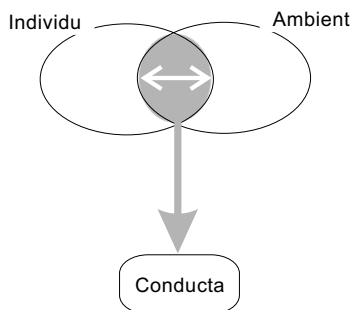


digmàtic és: “Aquesta persona es comporta d’aquesta manera perquè *és ... o té ...*” Un tipus important d’explicacions internalistes són les que es basen en factors biològics, tant si són genètics com si són neuroquímics o fisiològics.

La segona explicació (Fig. 1.2) se centra en els factors del medi que envolta l’estudiant, en la situació o les circumstàncies: és una explicació externalista o *situacional*. Les explicacions que es formulen en termes de les condicions ambientals o del comportament d’altres persones són exemples d’explicacions situacionals. Quan parlem de la influència de les instruccions verbals o del comportament de models significatius o, en un pla més general, de les “males companyies” o de les “condicions de vida”, estem donant explicacions d’aquest tipus.

Es deu haver intuït que hi hauria d’haver un tercer tipus de descripcions: les que se centren en les relacions entre les característiques i les disposicions del subjecte i les característiques ambientals i atenen simultàniament les unes i les altres, entenent que no es poden analitzar per separat. Aquestes explicacions pertanyen a un model d’interacció i són aquelles en què ens basarem. Des d’aquest punt de vista, ni les disposicions ni la situació actuen per separat, ni són suficients per explicar el

Fig. 1.3. Representació esquemàtica d’un model d’interacció, segons el qual la conducta depèn de la interacció de causes pròpies de l’individu i de l’ambient.



comportament: per això és necessari que es tinguin en compte ambdós ordres de factors i, sobretot, que es tinguin en compte simultàniament, en *temps real*. O, dit d'una altra manera, no com la unió sinó com la intersecció dels seus efectes. Des d'aquest model, els comentaris sobre l'estudiant discorrerien en aquestes línies: "Aquest és el tipus d'ensenyament més adequat per a les capacitats i l'estil d'aprenentatge d'aquesta noia. El seu mètode de treball i la seva motivació li permeten aprofitar al màxim les oportunitats que ofereix aquest ambient docent. El seu nivell de coneixements és equivalent al dels seus companys, així que pot assolir el màxim rendiment del treball en equip i de l'observació de les capacitats dels altres."

El model d'interacció

El marc de referència des del qual enfocarem l'estudi de la psicologia és el model d'interacció. Es caracteritza pels següents elements: a) Els agents (si més no, dos) que intervenen en la interacció exerceixen una acció recíproca l'un sobre l'altre, s'influeixen i es modifiquen mútuament, i b) arran d'aquesta influència recíproca, els dos agents van canviant en el transcurs del procés de la interacció.

L'exemple més clar d'interacció és el *diàleg*. Allò que diu cadascú dels interlocutors dóna lloc a allò que diu l'altre i ho condiciona. Allò que cadascú diu en un cert moment s'ajusta amb gran precisió a allò que ha dit l'altre, no tan sols pel que fa al contingut sinó també al to, els gestos i, en general, a la manera. A més, cadascun dels interlocutors va modificant el seu comportament —el que diu i com ho diu— segons com han transcorregut les coses fins aquell moment, de com ha reaccionat l'altre a les seves intervencions anteriors, del que l'altre ha dit. A partir de cada segment del diàleg es crea una nova situació de base que condicionarà allò que succeeixi ulteriorment. No és el mateix, per exemple, dir "no estic d'acord amb tu" al començament del diàleg que després de diversos intercanvis; i no és el mateix la primera vegada que es diu que la tercera o la quarta. L'efecte sobre l'interlocutor serà diferent a causa d'allò que ha succeït fins aquell moment.

Globalment, tot el que succeeixi en el diàleg també dependrà del *context*: el grau de familiaritat dels interlocutors entre ells, la situació general (per exemple, presència o no d'altres persones) en la qual es tingui la conversa, la història prèvia de diàlegs d'aquesta mena o el tema de què parlen.

El fet que, en un diàleg, les postures i el comportament es van modificant per la influència de cada intervenció, sovint de manera imprevisible a priori, queda reflectit clarament en una experiència molt comuna: la d'una persona que, abans de parlar amb una altra, prepara a consciència allò que dirà. Els seus propòsits s'acompleixen —quan s'acompleixen— tan sols en els primers intercanvis del diàleg. A mesura que aquest progressa, la persona s'observa a si mateixa dient coses que tenen poc a veure amb el que havia preparat i dient-ho de manera molt diferent a com ho

havia previst. El seu comportament ha anat adaptant-se al de l'interlocutor i de poc li ha servit el que abans decidís fer, perquè aquesta influència és molt més forta. Això no passa només en els casos de preparació anterior, sinó sempre. La preparació anterior ens serveix aquí tan sols per fer palès aquest efecte, ja que ofereix un punt de referència per establir la comparació. En els altres casos això succeeix però de manera tan natural i tan poc brusca que no es percep o no es valora.

Estudiar el comportament humà des d'un model o una perspectiva d'interacció fa impossible les anomenades *explicacions lineals* que pretenen establir una continuïtat directa entre un estat inicial i el resultat final, distanciat en el temps. Els fenòmens es van modificant continuament pels efectes de les successives interaccions i cada interacció va creant estats o substrats per a les successives.

Hem vist un exemple d'interacció relativament senzill, com ara el diàleg. Veurem ara un exemple més complex: com s'explicaria, des d'un model d'interacció, l'aparent *herència* d'habilitats complexes, en el cas d'un nen, fill de músics, que desenvolupi allò que en llenguatge ordinari es descriu com *un gran talent musical*. L'explicació lineal és que ha heretat aquest talent. L'explicació basada en la interacció és, òbviament, més complexa, per més que no estigui totalment en contradicció amb aquella.

Fent una mica d'especulació, l'explicació podria ser la següent: el nen ha heretat quelcom, que no és el talent sinó una cosa molt més senzilla. Podria tractar-se d'allò que possibilita o genera una marcada capacitat de distingir i identificar sons i reproduir-los. Això donaria lloc a què el nen prestés especial atenció als sons, mostrés una atracció per les joguines musicals i una tendència a la manipulació d'aquests objectes. Allà on un altre nen veu només un objecte particularment idoni per ser usat com a projectil, ell veuria una cosa que, adequadament manejada, produeix un soroll especial i per a ell molt interessant. El resultat de les seves manipulacions i de les seves contínues exploracions per esbrinar quin so fa cada cosa en percutir-la sobre d'altres, seria que l'ambient físic d'aquest nen, ja a les primeres èpoques de la seva vida, fos diferent del d'altres nens: molt més ric en estimulacions auditives, perquè el nen les provoca i perquè les detecta i les atén d'una manera selectiva.

A més, aquest nen és fill de músics. Això suposa moltes coses: en primer lloc que escoltarà instruments i peces musicals amb especial freqüència i diversitat i també és molt probable que senti parlar de música, amb la qual cosa el seu llenguatge sobre aquesta matèria serà especialment ric i selectiu. Però la influència de la professió dels pares es notarà encara més en un altre àmbit, de gran importància: la seva formació. Els pares estan especialment qualificats per reconèixer les capacitats del nen molt aviat, quan són encara incipients. La seva sensibilitat els farà valorar petits assajos o senzilles produccions que a un adult d'una altra formació, de menys *oïda*, li passarien desapercebudes. Se suposa que aquestes primeres manifestacions musicals faran gràcia als pares, que les celebraran d'una manera més o menys efusiva però que no passarà desapercebuda al nen, sempre amb les antenes a punt per captar

les reaccions dels adults i descobrir el significat de les coses a partir de les seves valoracions, de les seves respostes emocionals.

A un nen descobert quan intenta produir uns sons tot agitant un sonall, els pares li oferiran models especialment adients sobre com aconseguir aquests sons, li oferiran noves fonts sonores, en forma de joguines o jocs. En una paraula, li donaran l'oportunitat d'augmentar ulteriorment les seves habilitats, tot presentant-li models i accions per imitar que s'ajustin amb precisió a les seves capacitats i li permetin alhora exercitar-les i potenciar-les. És probable que aquests pares facin el mateix amb els altres fills, però és encara més probable que amb aquest ho facin més i amb més entusiasme, perquè aquest, per la seva habilitat, *és més agraït*, respon millor a qualsevol iniciativa d'aquest tipus i l'aprofita millor.

Atès que aquest és un llibre de psicologia i no una novel·la, no podem desenvolupar ulteriorment l'exemple i hem de passar a fer-ne algunes reflexions. Però queden sobre la taula unes quantes preguntes per als qui vulguin seguir amb el raonament: què hauria passat si els pares d'aquest nen no haguessin estat músics sinó persones d'habilitats musicals *normals*? Es pot descartar taxativament que el nen hagués arribat a ser concertista? I si els pares haguessin estat sords?

L'anterior descripció mostra dos exemples d'interacció: la que es dona entre el comportament del nen i el dels seus pares i la que es dona entre les característiques constitucionals del nen i el seu ambient físic. En el primer cas, el *nen condiciona els seus pares*: se suposa que les seves manifestacions d'alegria o de satisfacció seran més intenses i més previsibles quan aquests l'estimulin auditivament d'una manera que li resulti nova o particularment atractiva. I *els pares condicionen el nen*: oferint-li models, estimulacions i ocasions per exercitar i consolidar la seva capacitat i presentant-los-hi en els moments en què el nen està especialment preparat o és particularment receptiu.

Pel que fa al segon cas, la capacitat inicial *enriqueix l'ambient* ja que permet que el nen hi capti una major quantitat i varietat d'estímuls sonors. Aquest ambient més ric en estimulacions desenvolupa i modifica la capacitat inicial, tot diferenciant-la i augmentant la competència del nen per detectar i produir sons. Això, al seu torn, augmentarà la riquesa ambiental,... i així successivament. Es produeix d'aquesta manera un efecte de *bola de neu*, en el qual l'augment de l'habilitat del nen representa un augment de les oportunitats d'exercitar aquestes habilitats i potenciar-les. L'explicació lineal recull senzillament el fet que els pares són músics, o fins i tot el fet que, de petit, aquest nen semblava especialment interessat en les joguines musicals i d'aquí *salta* al moment del seu debut com a concertista precoç. La perspectiva d'interacció *omple* aquest període amb un complex entramat d'influències recíproques entre el nen i el seu ambient físic i entre el nen i el seu ambient social. L'efecte d'aquestes influències és la creació de successius estats o nivells de competència, cadascun dels quals es caracteritza per noves i més riques possibilitats de relació amb l'ambient i cadascun dels quals depèn de tota la història anterior.

Tal com queda palès en l'exemple anterior, en el curs de la interacció tots els elements implicats es veuen afectats i modificats dialècticament. Una conseqüència important d'això és que també els factors fisiològics entren en aquest joc i resulten modificats per l'experiència. Aquest fenomen serà molt més marcat com més jove i, per tant, més modificable sigui l'organisme, i en conjunt podem considerar el desenvolupament precisament com un procés en el qual unes possibilitats potencials —inespecífiques des del punt de vista de la psicologia— es van realitzant i configurant mitjançant la interacció amb el medi. A això hi contribueix l'especial plasticitat de l'organisme i el temps relativament llarg de cria propis de la nostra espècie. La indefensió característica de la cria humana en les primeres èpoques de la seva vida suposa l'existència d'un període relativament llarg de dependència, durant el qual es dona entrada i es possibilita la influència social i l'establiment de les bases de la transmissió cultural.

L'OBJECTE D'ESTUDI DE LA PSICOLOGIA

Tota ciència posseeix un objecte d'estudi i té com a funció descriure i explicar el *comportament*, les *relacions* i les *propietats* de tal objecte d'estudi. La física estudia el comportament dels àtoms, la química el de les molècules, la biologia el de les cèl·lules, la fisiologia el de l'organisme. Així mateix, cada ciència estudia les relacions del seu objecte d'estudi amb el medi que li correspon: per exemple, el medi extracel·lular o el medi extern.

Cada objecte d'estudi posseeix unes propietats característiques, pròpies del nivell d'organització de la matèria a la qual pertany. A cada nivell, s'hi integren les propietats dels nivells menys complexos i hi apareixen noves propietats. Així, a nivell de l'organisme, per posar només un exemple, apareixen propietats noves: les que estan relacionades amb el manteniment de l'homeòstasi. En elles s'integren les propietats dels òrgans, les cèl·lules i les restants estructures més elementals.

La psicologia és la ciència que estudia el comportament de l'individu, en la seva relació amb el medi socialment construït. El seu objecte d'estudi és, doncs, l'individu; i la funció de la psicologia com a ciència és descriure i explicar el seu comportament i les seves relacions i propietats.

Què és el *medi socialment construït*? Diguem primer el que no és. No és el medi extern: les relacions amb aquest són objecte d'estudi de la fisiologia. Tampoc és, senzillament, el medi social, és a dir, la presència i el comportament dels altres individus: aquest és, sens dubte, molt important, però també ho és en els animals, fins i tot inferiors, com les formigues o les abelles. I, fent un exemple de major similitud, amb el medi social humà també s'hi relacionen els animals domèstics. I són evidents les diferències del seu comportament amb el de les persones. D'altra

banda, l'individu no es relaciona només amb persones sinó també amb objectes, és a dir, amb el medi físic, i també aquesta relació té unes característiques peculiars en l'espècie humana.

Per *medi socialment construït* s'entén que la realitat física i la realitat social amb les quals estableix contacte l'individu es caracteritzen per la presència de propietats establertes per la cultura, pel significat que els ha atribuït l'evolució i la història de l'espècie humana i de cada individu. El que caracteritza aquesta espècie és el llenguatge. I aquest, transforma els elements del medi físic: els confereix propietats simbòliques. En conclusió, la psicologia estudia el comportament de l'individu en relació amb les propietats simbòliques del medi, aquelles que s'han construït en el transcurs de la història i del desenvolupament de la cultura, per mediació del llenguatge.

Un exemple, potser excessivament senzill però il·lustratiu d'aquesta idea, són els diners. Des del punt de vista físic, es tracta de trossos de paper o de metall. Però la seva influència en el comportament, en el que fan les persones per aconseguir-lo, conservar-lo o operar amb ell, no depèn d'aquesta naturalesa física sinó del seu valor, que se li ha assignat arbitràriament i que no manté cap relació proporcional amb la matèria física (no hi ha relació entre la mida d'una moneda i el seu valor). I també cada individu aprèn a identificar i a interpretar en el procés de socialització. Sense la convivència social i l'aprenentatge que se'n deriva, els diners serien paper i metall. La seva influència en el comportament —si hi fos— es deuria només a aquestes característiques físiques. Ara bé, el fet que no hi hagi o no sigui necessària una relació entre les característiques físiques i el valor dels diners, no vol dir que els dos aspectes siguin independents i que es pugui prescindir d'aquelles. Per fer feliç a un creditor fa falta entregar-li uns determinats exemplars dels trossos de paper. No n'hi ha prou amb dir-li una cosa així com “Considera saldat el meu deute i vés en pau”. Per tant, les propietats físiques no desapareixen ni deixen de ser funcionals en el comportament estudiat per la psicologia, però s'integren en propietats noves i més complexes: són les propietats físiques simbòlicament interpretades.

Un altre exemple, molt més complex, és el propi llenguatge. Des del punt de vista físic, les paraules no són més que sons, estímuls acústics d'una determinada longitud d'ona i una determinada intensitat. Però aquesta longitud d'ona o aquesta intensitat no expliquen la influència en el comportament d'una mala notícia, d'un poema, d'una expressió d'afecte o admiració o d'una explicació filosòfica. Totes aquestes formes de llenguatge influeixen en el comportament pel seu significat, per allò que representen o simbolitzen. També en aquest cas cal recordar el que hem dit més amunt: el significat no substitueix els estímuls físics de les paraules. Cal que hi hagi sons: quan no n'hi ha, es diu que la persona delira o al·lucina. El que passa és que les paraules no són funcionals a causa dels sons, sinó a causa del que aquests sons i les seves combinacions representen o simbolitzen.

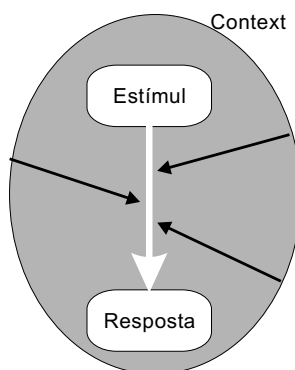
Relacions entre la psicologia i la fisiologia pel que fa al seu objecte d'estudi

D'una manera una mica superficial, hi ha qui sosté que la diferència entre la fisiologia i la psicologia rau en el fet que una estudia el comportament d'òrgans o estructures i l'altra, el de l'organisme total. Aquest plantejament reflecteix una idea incorrecta de la fisiologia, ja que el seu objecte d'estudi és l'organisme com a unitat funcional. Les diferències rauen en el fet que la fisiologia estudia el comportament de l'organisme en la seva relació amb el medi intern i extern, mentre que la psicologia estudia el comportament de l'individu en relació amb el medi socialment construït.

De l'anterior plantejament es deriven dues conseqüències. La primera és que, en línies generals, la fisiologia estudia el comportament de l'organisme com a element de l'espècie; la psicologia, com a individu. Això equival a dir que la primera estudia el comportament innat o reflex, i la segona, el comportament adquirit a través de l'experiència, en una història que és sempre particular de cada individu. Hem dit "en línies generals" perquè la distinció és menys categòrica de com s'ha exposat. De fet, també en fisiologia s'estudien alguns processos propis dels individus: la immunologia i, en concret, la formació d'anticossos específics, n'és un exemple.

En segon lloc, la fisiologia estudia el comportament de l'organisme davant les propietats energètiques o fisicoquímiques del medi; la psicologia, el comportament de l'individu davant les propietats simbòliques del medi. D'això es desprèn que no n'hi ha prou amb la mera exposició a un element o a un canvi del medi per explicar el seu efecte sobre el comportament psicològic. Les explicacions en termes dels estímuls presents es basen en la descripció de les seves propietats fisicoquímiques. Des del punt de vista de la psicologia s'explica fàcilment perquè dues persones, o una mateixa persona en dos moments distints, no responen d'igual forma a "un

Fig. 1.4. La unitat d'estudi en psicologia és la relació d'un estímulo i una resposta, dins d'un context. L'acció del context és modular la relació.



mateix estímul". Simplement, no hi ha tal igualtat. Quan es tenen en compte també les dimensions de significació psicològica, és a dir les propietats simbòliques i el seu significat, es revelen com a estímuls diferents.

La unitat d'anàlisi en psicologia

Per poder ser estudiats, el comportament i el medi són segmentats en elements individualitzats. Aquests elements reben el nom de respostes i d'estímuls, respectivament. Les seves definicions són interdependents: un *estímul* és un canvi del medi capaç de donar lloc a una resposta; una *resposta* és un canvi del comportament de l'individu ocasionat o produït per un estímul. Recollint l'anterior, els estímuls que donen lloc a respostes psicològiques són constituïts per la conjunció de propietats físiques i simbòliques. Dit d'una altra forma, l'individu respon a l'estímul d'acord amb allò que significa per a ell.

La relació entre estímuls i respostes es dona sempre dins un *context* i és *modulada* per aquest context. El context constitueix l'element relativament estable o que no varia durant la relació estímul-resposta. Alguns exemples especialment importants de context són la història de l'individu, els factors disposicionals (la personalitat o els estils de comportament) i l'estat fisiològic (les característiques de reactivitat de l'organisme, el cansament, l'estat nutritiu o la manca de son). L'efecte d'aquests factors contextuais és, com ja hem dit, de modulació de la relació, en el sentit de facilitar-la o inhibir-la.

La unitat d'anàlisi en psicologia és la relació funcional entre un estímul i una resposta en un context. Resposta, estímul i context són els elements d'aquesta unitat i la seva definició és interdependent: no es pot formular per separat o al marge l'un dels altres.

Un exemple, relacionat amb l'acció dels fàrmacs, que il·lustra molt clarament els punts precedents és representat per les experiències, que es remunten al 1962, de Schachter i Singer. Seguint els estudis de Marañón (1924), aquests autors injectaven als seus subjectes experimentals (voluntaris sans) substàncies de diversos efectes psicotròpics (estimulants i hipnòtics) o bé substàncies inertes. Alguns dels subjectes rebien instruccions que descrivien amb exactitud els efectes (euforitzants o depressors) que anaven a experimentar. Els restants subjectes rebien instruccions ambigües o contradictòries pel que fa als efectes. Després de l'administració de la substància —les característiques exactes de les quals ignoraven— els subjectes es quedaven al costat d'altres persones, que aparentment havien rebut el mateix producte i que, en realitat, eren col·laboradors dels investigadors. Aquestes persones referien uns efectes i es comportaven de dues formes: o bé d'una manera corresponent a allò que havia d'experimentar el subjecte, d'acord amb la substància que se li havia administrat, o bé de forma oposada. Els investigadors

van observar que el comportament dels seus subjectes i els efectes que referien no es podien explicar ni predir tenint en compte només la substància rebuda. Aquest comportament no presentava una relació lineal amb la substància. Per explicar-lo calia tenir en compte els tres conjunts de factors: la substància rebuda, les explicacions i el comportament dels models. Sols de la conjunció d'aquests factors sorgia l'esquema explicatiu complex que permetia justificar o predir el comportament observat.

Els resultats d'aquests estudis es poden generalitzar i fonamenten el principi segons el qual el comportament d'una persona no es pot explicar per factors fisiològics. No és que aquests siguin ineficaços o poc importants: és que són parcials. Es necessita, en cada cas, saber com els interpreta el subjecte, quines expectatives li desporten, i com els valora o veu que són valorats pel seu grup social. Hauríem de buscar l'explicació del comportament en l'acció de factors fisiològics interpretats o valorats simbòlicament.

En un tractament clínic, per exemple, la resposta terapèutica, és a dir el canvi que experimenta el pacient, es produeix a conseqüència de la ingestió d'un fàrmac, per citar el cas més freqüent. Això és el que ens revela una observació centrada només en els aspectes fisiològics. Però el fàrmac no és l'únic element present. Els medicaments no es materialitzen del no-res. Són prescrits per algun professional que, habitualment, acompanya la recepta d'unes explicacions. I encara que el professional sigui una persona especialment taciturna, les explicacions es produeixen sempre: estan en el prospecte, les dona el farmacèutic o el familiar que ha patit una dolència semblant. Aquest fàrmac és prescrit en un context —la consulta d'assistència— on les persones solen ser ateses i curades, on hi ha uns professionals els coneixements dels quals els fan especialment efectius per a aquestes comeses. Això ho sap el pacient perquè forma part de la seva cultura i per experiència directa, des de la més tendra infància.

Tots els factors citats existeixen. Tenir-los en compte o desestimar-los depèn del model des del qual s'estudii la trobada terapèutica. En psicologia, les expectatives i les valoracions originades per la comunicació en el context assistencial constitueixen elements indispensables per explicar els efectes positius o negatius d'un tractament. Si, a més, l'anàlisi s'efectua des d'un model d'interacció, el que s'observi no serà la simple juxtaposició o superposició d'elements fisiològics i simbòlics, sinó una unitat que és el resultat de l'acció recíproca d'aquests elements. En concret, allò que s'observi serà el resultat d'un procés en què les interpretacions del pacient influeixen en l'eficàcia i l'efecte del fàrmac i aquests, al seu torn, donen lloc a noves interpretacions i expectatives.

Com es pot suposar, aquestes qüestions revesteixen gran importància per la psicologia mèdica. Per exemple, en l'envelliment, en la menopausa o en la pubertat es produeixen canvis fisiològics importants. Però l'acció d'aquests canvis no explica per si sola el comportament de les persones en aquestes èpoques de la vida. Per explicar-ho cal tenir en compte també què significa el fet d'envellir, o de tenir la

primera menstruació, a la nostra cultura. Cada persona respondrà de forma diferent a aquests fets segons el significat que els doni, segons el que ha après a esperar d'aquestes situacions, segons la valoració que en faci.

L'objecte d'estudi de la psicologia mèdica

La psicologia mèdica és una part de la psicologia. El seu objecte d'estudi és el comportament de l'individu en un context constituït per la salut o per la malaltia. L'individu estudiat és tant el pacient com el professional. El pacient s'estudia des de dos punts de vista: com a tal, o sigui en les seves relacions amb la malaltia, i com a generador de recursos adaptatius. El comportament del professional s'estudia en les seves funcions característiques: la promoció de la salut, la investigació i recerca d'informació, el diagnòstic, el tractament o la rehabilitació.

Per tant, la psicologia mèdica recull i sintetitza les aportacions provinents de tres camps disciplinaris: la psicologia, la medicina i l'educació per la salut. La informació bàsica l'ofereixen els propis professionals i els pacients: la tasca de la psicologia com a ciència consisteix a estructurar-la en un discurs psicològic, proporcionant-li un marc teòric i un llenguatge científic. Les principals àrees estudiades per la psicologia mèdica són les següents:

- Els hàbits i estils de vida. La seva influència en la salut i en la malaltia, la seva adquisició i modificació.
- Les influències recíproques entre el procés d'emmalaltir, el comportament i els estils de vida, amb especial referència als processos crònics.
- El pacient com a font bàsica d'informació.
- El professional com a investigador. Les estratègies per obtenir una vàlida informació del pacient.
- El raonament mèdic. El procés diagnòstic.
- El professional com a comunicador. L'eficàcia en transmetre informació i en formular prescripcions.
- El professional com a educador o modificador d'hàbits de comportament. L'elaboració dels programes terapèutics.