

Cognició i Emoció

AC3 -

Entrega

-
- PRESENTACIÓ PEC 3
 - CORRECCIÓ PEC3 (Consultor:)
-

PRESENTACIÓ PEC 3 - PERCEPCIÓN DEL TIEMPO:

El objetivo de esta PEC consiste en analizar detalladamente la **percepción subjetiva del paso del tiempo** en función de una serie de variables psicológicas y contextuales. La percepción del paso del tiempo se mide por la diferencia existente entre la estimación subjetiva de la duración temporal realizada para una persona en un momento dado, por ejemplo cuando está realizando una determinada tarea, y el tiempo cronométrico (objetivo) realmente transcurrido. Os recomiendo que miréis al respecto el apartado 5 del módulo de Emoción donde se habla de la relación entre fenómenos emocionales y procesos psicológicos, en especial en el apartado 5.4.

Para poder ver los efectos que tienen los aspectos psicológicos y contextuales en la estimación subjetiva del tiempo, tendréis que llevar a cabo **tres pequeños experimentos** que consistirán en:

- 1- Lectura de un artículo periodístico extraído del diario de la comunidad valenciana "*Laso Provincias*" publicado el día 15/09/1994.
- 2- Tarea en vacío.
- 3- Tarea que consiste al escribir el nombre de la persona en mayúsculas, tantas veces como sea posible, en un tiempo determinado.

A continuación vamos a describir cada uno de estos experimentos detalladamente y veremos cuál es el resultado que se espera que se obtenga en cada uno de ellos. Por eso vamos a describir **el método experimental** que utilizaremos en esta prueba.

- **Sujetos:** 3 personas adultas que tienen que pasar **necesariamente** por cada uno de las **tres** situaciones experimentales diseñadas. Esta condición **ES MUY IMPORTANTE PARA PODER VER EL FENÓMENO QUE QUEREMOS ESTUDIAR.**
- **Procedimiento:**
Material necesario: un cronómetro o reloj que marque los segundos (para poder contar fácilmente) y una hoja (folio) en blanco.
Hoja de respuesta: ver hoja de respuesta al anexo del informe de la pec.

Diseño experimental

Cada sujeto tiene que **pasar necesariamente** por cada una de las actividades propuestas. Recordar que esta prueba es **individual**, y por lo tanto, sólo se tiene que hacer a un sujeto cada vez, y **NUNCA** tenemos que decir ni nuestro objetivo ni el tiempo real durante el cual ha estado realizando una determinada tarea.

Situación experimental 1.

Lectura de un artículo del diario "Laso Provincias" (Valencia) del día 15/09/1994.

Se dice al sujeto que a continuación leeremos en voz alta un artículo de prensa, y que posteriormente le haremos una serie de preguntas para ver su capacidad de memoria y atención a los detalles. A continuación hacemos la lectura del artículo cronometrando (sin que se dé cuenta de ello el sujeto) el **tiempo real** que realmente estamos leyendo el artículo. (Ver el artículo en el anexo). **Atención** no tenéis que leer ni muy rápidamente ni muy lentamente. Se recomendable hacer primero unas lecturas previas estando solos vosotros en voz alta para ver como hacéis esta lectura. (Para que tengáis una idea aproximada, se tarda unos **80 segundos**).

No hace falta que os diga que tenéis que estar en posición de experimentadores, cosa que quiere decir que no podéis dar *feedback (información)* ni risa, ni comer palomitas"...

OBSERVACIONES-PREGUNTAS

Antes de leer el artículo, es decir, antes de iniciar la prueba le pediremos al sujeto experimental por su **estado de ánimo** y por su **personalidad**. Para poder medir estas variables **le preguntaremos:**

- 1- **iQué estado de ánimo crees que has tenido hoy?** Esta valoración la haremos en una escala que va de **0 a 10**, siendo **0** un estado de **ánimo negativo** (muy triste, muy nervioso)- es necesario especificarlo, y **10**, un estado de **ánimo positivo** (muy alegre, muy contento). Recordar que los sujetos pueden decir cualquier número del 0 al 10.
- 2- **Si tuvieras que calificar tu personalidad en relación a los parámetros (características) de extroversión-introversión, ¿cómo dirías que eres?** Más bien tirando a extrovertido o por el contrario, más bien introvertido.
- 3- **Anotaremos esta información en la hoja de respuesta de cada sujeto.**

Una vez leído el artículo le pedimos al sujeto que nos diga **cuanto tiempo piensa que hemos estado leyendo el artículo**, y a continuación le preguntamos, que nos **valore (puntúe) de 0 a 10 la tarea realizada**, siendo **0** una tarea **muy aburrida** o nada interesante y **10** una tarea **muy divertida** o **muy interesante**.

Todos los datos del sujeto los pasaremos posteriormente en la hoja de respuesta.

Ejemplo de Hoja de respuesta para cada sujeto: (las hojas de respuesta las tenéis que adjuntar en el informe que tenéis que hacer -ver archivo informe de la pec-)

Sujeto 1.

Diseño Experimental	Tiempo real cronometrado realizando la tarea propuesta (en segundos)	Tiempo estimado por el sujeto experimental (en segundos)	Diferencia entre tiempo real y tiempo estimado (en segundos) (treal-testimado)*	Valoración por parte del sujeto del grado de interés de la tarea realizada (valores de 0-10)
<i>Situación experimental 1</i> Lectura artículo				
<i>Situación experimental 2</i> Actividad en vacío				
<i>Situación experimental 3</i> Escribir nombre en mayúsculas				
Valoración del estado de ánimo (0-10)**				
Rasgo personalidad***	Extrovertido ()	Introvertido ()		

Observaciones:

* Si la estimación temporal de la persona es superior al tiempo real, se produce el fenómeno que se denomina **sobreestimación**, y si es inferior, **infravaloración**.

** Poner la puntuación que os ha dado el sujeto (sólo una vez).

*** Marcar con una cruz el rasgo de personalidad (sólo una vez).

Situación experimental 2.

Tarea en vacío.

Se dice al sujeto que a continuación tiene que **cerrar los ojos y estar cómodamente sentado, con brazos cruzados y la cabeza sobre los brazos** (tal como lo hacíamos en el "cole" cuando éramos pequeños) hasta que nosotros digamos basta. Una vez el sujeto está cómodamente sentado y con los ojos cerrados empezamos a cronometrar el tiempo, exactamente **240 segundos (4 minutos)**. Una vez se llega al tiempo prefijado (**240 segundos**) decimos en voz alta **BASTA**.

A continuación le pedimos al sujeto que nos diga **cuanto tiempo piensa que ha estado en esta situación**, y a continuación le preguntamos, que nos **puntúe o valore de 0 a 10 la tarea realizada**, siendo 0 una tarea **muy aburrida** o nada interesante y 10 una tarea **muy divertida** o muy interesante.

Recordad que todos los datos del sujeto los pasaremos posteriormente a la hoja de respuesta.

Situación experimental 3.

Tarea que consiste en escribir el propio nombre y apellidos del sujeto experimental, tantas veces como sea posible, en un tiempo determinado. El nombre se tiene que escribir cada vez alternando mayúsculas y minúsculas. Por ex. EDUARDO CEREZA CIRUELA, eduardo cereza ciruela, EDUARDO CEREZA CIRUELA, eduardo cereza ciruela...

Se dice al sujeto que a continuación tiene que escribir en una hoja (folio) en blanco que tiene delante suyo, su **nombre y apellidos** - alternando las **mayúsculas y minúsculas**, [si queréis podéis escribir vosotros su nombre a modo de ejemplo] -, tantas veces como sea posible. Cuando digamos **YA**, tiene que empezar a escribir y cuando digamos **BASTANTE** tiene que finalizar. El tiempo real que dedicaremos a esta prueba es de **330 segundos (5 minutos y medio)**.

Una vez se llega al tiempo prefijado (**330 segundos**) decimos en voz alta **BASTA**.

A continuación le pedimos al sujeto que nos diga **cuanto tiempo piensa que ha estado en esta situación**, y a continuación le preguntamos, que nos **valore de 0 a 10 la tarea realizada**, siendo 0 una tarea muy aburrida o nada interesante y 10 una tarea muy divertida o muy interesante.

Nuevamente, todos los datos del sujeto los pasaremos posteriormente a la hoja de respuesta.

PREGUNTA:

Una vez finalizada la prueba experimental, le preguntaremos al sujeto que nos diga cómo se considera en relación al siguiente parámetro de personalidad:

Si tuvieras que calificar tu personalidad en relación a los parámetros de extraversión- introversión, ¿como dirías que eres?: Más bien tirando a introvertido o por el contrario más bien tirando a extrovertido.

Anotaremos esta información al final de los resultados obtenidos por cada sujeto.

Instrucciones sobre las "condiciones experimentales"

Como en todo buen experimento mínimamente riguroso, se tienen que seguir ciertas reglas para poder observar los fenómenos objeto de estudio y evitar que pueda quedar enmascarado por factores no sometidos a estudio (las conocidas como "variables contaminantes"):

- El sujeto tiene que disponer de tiempo suficiente y no estar condicionado por ninguna obligación (doméstica, laboral, etc.) que le impida concentrarse en la tarea o que se prevea que le pueda interrumpir.
- El sujeto tiene que estar cómodamente sentado delante de una mesa o escritorio.
- El observador (vosotros mismos/as) tiene que estar posicionado de manera que quede fuera del campo visual del sujeto (por ejemplo, sentado más atrás).
- No tiene que haber ningún ruido que dificulte la concentración en la tarea.
- Hay que tener en cuenta, además, que el sujeto tendrá que hablar en voz alta.

Instrucciones sobre los instrumentos o material necesario

Hay que disponer de un **reloj** (mejor un cronómetro) para registrar el tiempo real en el cual el sujeto pasa haciendo las diferentes actividades propuestas.

Hay que tener a mano la **hoja de respuesta** para anotar los resultados del sujeto, y un **folio en blanco** para que el sujeto pueda hacer la tarea descrita en la situación experimental 3. La hoja de respuesta está en el informe que tienes que entregar al hacer esta pec.

Annexo

Artículo extraído del diario Las Provincias (Valencia), el día 15/9/1994

El acoso sexual de un burro mata a una vaca

Sevilla .(Colpisa, J. L. Pérez Cañete)

Un vecino de la localidad gaditana de San Roque solicita una indemnización por la muerte de una vaca, cuando huía del acoso sexual de un burro propiedad de la corporación municipal. El propietario de la vaca alega que el asno entró en su terreno persiguiendo al animal con intenciones deshonestas, y ésta al tratar de escapar del acoso cayó por un terraplén como consecuencia de lo cual murió.

La historia comienza cuando los municipales de San Roque deciden adquirir un burro para el portal del belén viente que instalan todos los años por Navidad. El burro pasa el resto del año en una finca de la localidad, lindante con la del propietario de la vaca fallecida.

La demanda del vecino señala que fue el burro quien entró en su terreno acosando sexualmente a la vaca, mientras que el Ayuntamiento considera que la vaca provocó al asno.

José Lara, concejal del Ayuntamiento de San Roque, explica su versión de los hechos: "Se trata de un burro joven, con mucha fuerza, y claro, al salir la vaca completamente desnuda, con las tetas al aire, pues igual el animal se salió de madre y embistió".

Ahora serán los servicios jurídicos del Ayuntamiento los que tendrán que decidir si hubo realmente acoso sexual por parte del burro, o por el contrario, la vaca fue la que provocó al borrico. No obstante, y en previsión de males mayores, la corporación municipal ya estudia buscar una pareja al burro.

Informe de la Prueba de Evaluación Continua -3 Percepción del tiempo

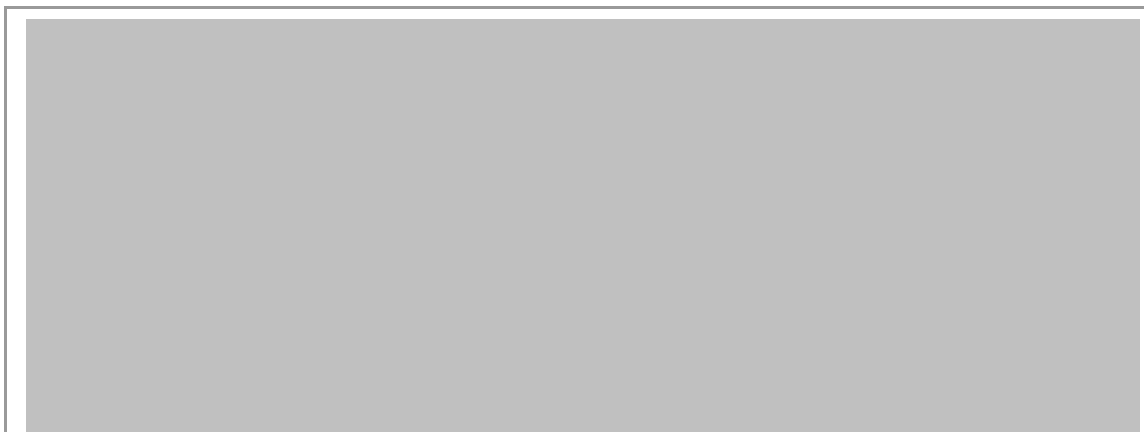
Contestad a cada una de las siguientes preguntas. Intentad ser el máximo de **sintéticos** posible y utilizar como mucho, el espacio de respuesta que se ha previsto, pero **justificando** las respuestas que deis y no disminuyendo el tamaño de las letras para tener más espacio:

1. Indica para cada una de las situaciones experimentales los resultados que esperamos obtener: infravaloración o sobrevaloración del paso del tiempo en función de las tareas realizadas. Justifica la respuesta.

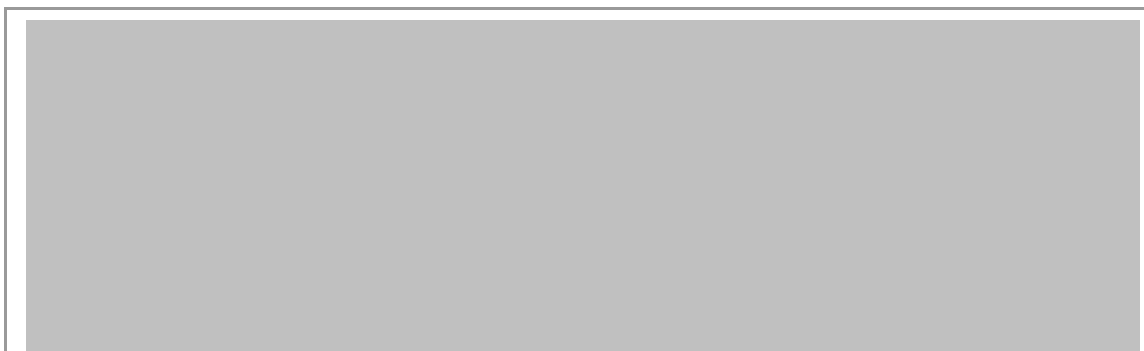
2. Cuáles crees que pueden ser los factores personales o psicológicos, así como los factores contextuales que pueden incidir en el fenómeno de la percepción del paso del tiempo.

3. Cómo podría afectar a la percepción del paso del tiempo el hecho de que uno de los sujetos experimentales fuera una persona muy extrovertida? ¿Y si la otra persona fuera muy introvertida? Razona tu respuesta.

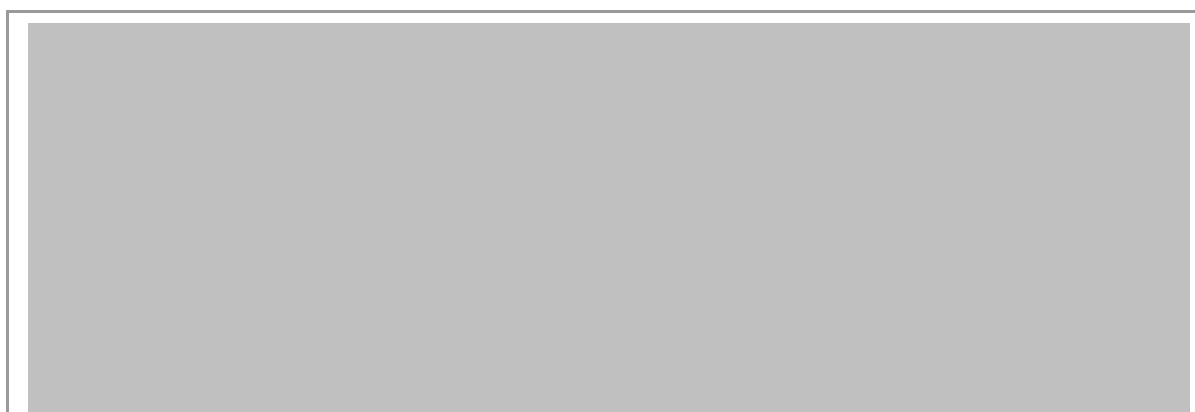
4. ¿Qué modificaciones "originales" harías a los experimentos que has realizado para potenciar todavía más la estimación subjetiva del paso del tiempo? Razona la respuesta.



5. ¿Qué efecto tendría sobre la percepción del paso del tiempo el hecho de tener una alta motivación intrínseca. Razona tu respuesta teniendo presente la teoría de flujo (ved el punto 5.3.3 del módulo de motivación).



6. ¿Cómo podría afectar el estado de ánimo al fenómeno del paso del tiempo. Razona e ilustra tu respuesta con un ejemplo.



7. Piensa en diferentes situaciones de tu vida cotidiana y pon dos ejemplos "originales" en donde se demuestre la estimación subjetiva del paso del tiempo (infravaloración o sobrevaloración).

Ejemplos infravaloración:

1-

2-

Ejemplos sobrevaloración:

1-

2-

Hoja de respuesta para cada sujeto:

Sujeto 1.

Diseño Experimental	Tiempo real cronometrado realizando la tarea propuesta (en segundos)	Tiempo estimado por el sujeto experimental (en segundos)	Diferencia entre tiempo real y tiempo estimado (en segundos) (treal-testimado)*	Valoración por parte del sujeto del grado de interés de la tarea realizada (valores de 0-10)
<i>Situación experimental 1</i> Lectura artículo				
<i>Situación experimental 2</i> Actividad en vacío				
<i>Situación experimental 3</i> Escribir nombre en mayúsculas				
Valoración del estado de ánimo (0-10)**				
Rasgo personalidad***	Extrovertido ()	Introvertido ()		

Observaciones:

* Si la estimación temporal de la persona es superior al tiempo real, se produce el fenómeno que se denomina **sobreestimación**, y si es inferior, **infravaloración**.

** Poner la puntuación que os ha dado el sujeto (sólo una vez).

*** Marcar con una cruz el rasgo de personalidad (sólo una vez).

Sujeto 2.

Diseño Experimental	Tiempo real cronometrado realizando la tarea propuesta (en segundos)	Tiempo estimado por el sujeto experimental (en segundos)	Diferencia entre tiempo real y tiempo estimado (en segundos) (treal-testimado)*	Valoración por parte del sujeto del grado de interés de la tarea realizada (valores de 0-10)
<i>Situación experimental 1</i> Lectura artículo				
<i>Situación experimental 2</i> Actividad en vacío				
<i>Situación experimental 3</i> Escribir nombre en mayúsculas				
Valoración del estado de ánimo (0-10)**				
Rasgo personalidad***	Extrovertido ()	Introvertido ()		

Observaciones:

* Si la estimación temporal de la persona es superior al tiempo real, se produce el fenómeno que se denomina **sobreestimación**, y si es inferior, **infravaloración**.

** Poner la puntuación que os ha dado el sujeto (sólo una vez).

*** Marcar con una cruz el rasgo de personalidad (sólo una vez).

Sujeto 3.

Diseño Experimental	Tiempo real cronometrado realizando la tarea propuesta (en segundos)	Tiempo estimado por el sujeto experimental (en segundos)	Diferencia entre tiempo real y tiempo estimado (en segundos) (treal-testimado)*	Valoración por parte del sujeto del grado de interés de la tarea realizada (valores de 0-10)
<i>Situación experimental 1</i> Lectura artículo				
<i>Situación experimental 2</i> Actividad en vacío				
<i>Situación experimental 3</i> Escribir nombre en mayúsculas				
Valoración del estado de ánimo (0-10)**				
Rasgo personalidad***	Extrovertido ()	Introvertido ()		

Observaciones:

* Si la estimación temporal de la persona es superior al tiempo real, se produce el fenómeno que se denomina **sobreestimación**, y si es inferior, **infravaloración**.

** Poner la puntuación que os ha dado el sujeto (sólo una vez).

*** Marcar con una cruz el rasgo de personalidad (sólo una vez).

CORRECCIÓ PEC3 (Consultor:):

- 1- La infravaloración o sobreestimación del paso del tiempo se relaciona con aquello que experimentamos mientras hacemos una tarea. Según la teoría del flujo de Csikszentmihayi y el modelo específico de Massimini, cuando se hace una tarea que resulta muy fácil la persona se muestra apática o se aburre, si la tarea supera sus habilidades experimenta ansiedad, y finalmente, si la tarea le supone un reto asumible, se divierte. Los dos primeros estados de ánimo comportan una sobreestimación del paso del tiempo, mientras que la diversión se vincula a una infravaloración temporal. De acuerdo con estas premisas, al hacer la actividad 1 debería infravalorarse el paso del tiempo, puesto que se supone que la narración de una historia divertida es una actividad entretenida. En cambio la actividad 3, tendría que comportar una sobreestimación del paso del tiempo porque es repetitiva y se tiene que hacer mucho rato, hecho que seguramente aburrirá y/o cansará al sujeto. Justo es decir, pero, que la introducción de la meta "escribir tantas veces como se pueda" favorece el interés intrínseco y por lo tanto, también puede influenciar en la percepción temporal. Respeto a la actividad 2, se hace difícil una predicción puesto que no se ponen en juego habilidades ni dificultades de ejecución; estarse sin hacer nada puede tener unas implicaciones diferentes para cada persona en función de algunos rasgos de personalidad como la extraversión.
- 2- Tanto los factores personales como contextuales que pueden afectar la percepción del tiempo son muy variados. Enumeramos algunos:
 - Factores personales: motivación hacia la tarea, habilidad para llevarla a cabo, estado de ánimo, algunos rasgos de personalidad como la extraversión,....
 - Factores contextuales: características de la tarea como la dificultad, ambiente en el que se lleva a cabo la ejecución: cómodo/incómodo, ruidoso/silencioso,.....
- 3- Respecto al papel de la extraversión/introversión: Una persona extravertida necesita unos niveles de estimulación externa más altos que una introvertida, porque su sistema de activación reticular tiene un nivel de excitación, naturalmente bajo, al contrario que el de los introvertidos, que lo tienen alto. En vista de esto, ante una tarea que ofrezca estimulación externa, como es la primera situación, el individuo extravertido tenderá a infravalorar el tiempo, pero ante una tarea que no ofrece ninguna clase de estímulo, como la segunda, tenderá a sobrevalorarlo, puesto que la encontrará completamente aburrida. Por su parte, una persona introvertida, podría sobrevalorar la tarea 1 e infravalorar la 2.
- 4- Hay muchas modificaciones posibles, las más adecuadas, aquellas que potencien la diferencia entre las tres tareas en la dimensión aburrimiento-divertimento.
- 5- Ya se ha comentado en la pregunta 1.
- 6- Los estados de ánimo positivos favorecen la infravaloración del tiempo, mientras que los estados de ánimo negativos favorecen la sobrevaloración del tiempo. Por ejemplo, estoy leyendo una novela interesantísima, cuando miro el reloj me doy cuenta de que llevo dos horas leyendo, el tiempo ha volado. Ahora, estoy leyendo el módulo de emoción y no entiendo nada de lo que explica, me veo superada por la tarea, empiezo a ponerme "nerviosa" (ansiosa), tengo la sensación de que llevo dos horas trabajando, pero cuando miro el reloj me doy cuenta de que sólo ha pasado media hora.