

Licenciatura en Psicología.

3er cuatrimestre.

PSICOLOGIA GENERAL.

Catedrático: Rodolfo Bataz.

Alumno: Javier Trujillo.

Ensayo 3a Unidad.



Imagen es percepción, lo que se percibe acerca de nosotros o de algo. Quiere decir que es una imagen en su carácter mental, que no somos dueños de nuestra imagen sino que vive en la cabeza de los demás y se convierte en una realidad de quienes nos perciben y una vez que perciben algo nos identifican y te clasifican, te darán adjetivos sobre si eres bueno, malo o profesional...

ALVARO GORDOA

Tengo la sensación que el presente ensayo puede abarcar muchas cuestiones algo abstractas de conceptos como: recuerdos, sentimientos, estados de ánimo y experiencias, en tema de sensaciones, considero que estamos conectados a ellas de manera permanente, dado que siempre estamos sintiendo, percibiendo y algunos dicen que hasta atrayendo vibras. Algo nos puede poner nerviosos, angustiados, arrogantes, desafiantes etc., considero que dependerá del ambiente y situación en la que nos encontremos, por medio del sistema nervioso nuestro cerebro transforma todo eso y le dará un resultado de experiencia el cual puede ser agradable o infructuoso. Pero, de donde tomamos nosotros los elementos para hacernos de una percepción, ¿nosotros la forjamos?, o bien viene de afuera y nosotros nada más la tomamos. En lo personal considero que toda percepción que nosotros adoptemos se deberá en virtud de nuestras experiencias, nuestras vivencias, y me atrevo a decir que hasta traumas, desde el punto de vista de la Gestalt propone que la conciencia es capaz de percibir el conjunto de sentimientos y que nosotros reconocemos al momento poniéndole nombre.

“TENGO UN MAL PRESENTIMIENTO SOBRE ESTO”

Es una frase que es citada comúnmente en el universo de Star Wars y hasta se ha convertido en una especie de gag recurrente.

Toda sensación nos reporta algo que sentimos de manera inmediata, existen 3 elementos que la definen: cualidad, intensidad y duración. Sentimos algo, pero, ¿qué fue lo que nos hizo sentirlo?, que tanto afecta nuestra conciencia o nuestro proceder y por último, qué tanto tardamos en registrarlo, esta sería la sensación desmenuzada. Toda vez que algunos filósofos intuyen que la percepción viene de fuera, es decir, de los objetos externos en lo personal considero que la percepción debería generarse desde dentro de nosotros puesto que nosotros mismos seremos quienes podamos en un momentos “manipular nuestras emociones” y no darle ese sello distintivo a una situación semejante, de entrada no debe ser algo sencillo el manejo de las emociones pero si considero que podemos llegar a un estado de inteligencia emocional en el cual nosotros podemos controlar de manera racional lo que nuestra mente está percibiendo del entorno. Considero que las sensaciones que generemos dependerá mucho de nuestra capacidad de recordar, existe una frase que dice “hay olores que se transforman en recuerdos” lo cual hasta yo he comprobado apenas hace 2 semanas estaba acomodando un viejo buró con fotos y al abrirlo despidió un olor muy característico el cual me trajo el recuerdo de una chica muy especial para mí, Carolina, ¿qué hice?, cerré los ojos y dejé que es olor me llevara a ella, y ahí se desencadenaron una serie de recuerdos y vivencias de lo más especiales, la sensación de que ella estaba ahí para mí fue real, puedo decirte que **la percibí**.

La percepción puede ser dueña de un poder muy fuerte, si nosotros nos percibimos algo débiles o somos algo hipocondriacos, esto puede aminorar nuestras defensas y hacernos creer que somos vulnerables cuando en realidad no lo somos, pongamos el caso actual de la pandemia COVID19, conozco gente que está con el gel, el cubre bocas, la máscara y haciendo todo lo posible y hasta tomando cualquier cosa que le dicen con tal de no contraer coronavirus, en cambio hay personas que se sienten inmunes a eso y argumentan que es un manejo mediático, considero que eso les da algo de cierta ventaja ya que su mente no considera que pueda contraerlo y no están con el miedo latente todo el tiempo, si creo que una persona la cual se percibe débil puede presentar más bajas la defensas a una que no.

“VAMOS A PONERLE RECEPCIÓN SENSORIAL, UNA ESTRUCTURACIÓN SIMBÓLICA Y ALGO DE EMOCIÓN”

Obviamente requerimos de los sentidos para poder hacernos de una sensación ver, oír, palpar, sentir, probar, en fin, la estructuración simbólica también es parte de, esta obedece más al valor que nosotros le asignemos derivado de nuestras experiencias anteriores, un sonido, una palabra, una situación, por ejemplo siempre se utiliza mucho de chiste el sonido del golpeteo de una cama contra la pared, ¿porque? Por qué lo asociamos, o bien en un lugar concurrido si existiera un silencio general se percibe cierta pesadez en el ambiente, como lo es un velorio (no en todos).

GESTALT PARA HABLAR DE PERCEPCIÓN

La Gestalt maneja varios criterios todo con el fin de organizar un todo, estos son la agrupación, proximidad, figura y fondo, cierre, principio de constancia y de movimiento aparente. Cualquiera de estas que el cerebro tome dependerá de cómo se le presente. Percibo que quién hace mucho uso de esta técnica es la mercadotecnia, juega con los fondos y formas, contenidos, imágenes, y busca de manera creativa presentarnos un anuncio, dentro del marketing existe una técnica llamada Mercadotecnia de guerrilla la cual hace mucho énfasis en la Gestalt provocando llamar la atención y recordar el anuncio por su creatividad, fondo y forma.

La forma de la psicología o la psicología de la forma

La Gestalt apunta hacia que las formas son un conjunto de un todo muchos más complejo de lo que aparentemente es, de origen humanista busca beneficiar el potencial del ser humano.

MATRIX/1999

DIÁLOGO DE LA ESCENA DONDE NEO CONOCE AL ORÁCULO

ORÁCULO: estoy preparando galletas, huelen bien, ¿no es así?

NEO: Si

ORÁCULO: Te ofrecería que te sentaras, pero sé que no aceptarás...y no te preocupes por el florero.

NEO: ¿Cuál florero?, (buscándolo y al retroceder lo golpea con su codo y el florero cae al suelo y se rompe).

ORÁCULO: ese florero

NEO: Discúlpeme.

ORÁCULO: te dije que no te preocuparas

NEO: ¿Cómo lo sabía?

ORÁCULO: lo que debes preguntarte es si no te hubiera dicho, ¿lo habrías roto?

Incluyo este fragmento de diálogo ya que habla de la percepción extrasensorial, lo que muchos llaman clarividencia, hay personas que pueden presentir que algo va a pasar, este campo pertenece a la parapsicología. Para percibir necesitamos de nuestros órganos como son oídos, ojos, tacto, es importante que gocemos de una buena salud para que esta percepción no se vea distorsionada o resulte de otra manera derivado de no estar al 100% sano con nuestros órganos.

Nuestra capacidad de recordar, de tener buena memoria y sobre todo de saber enfocar nuestra atención a lo que si consideramos relevante son básicos para obtener un buen nivel de aprendizaje, no todos aprendemos igual y no todos recordamos igual de hecho el mismo presente en el mismo lugar no lo percibimos igual. Nuestra antología señala esta capacidad de recordar como persistencia del pasado así como también dice que algunos investigadores sugieren que la memoria se sitúa en localizaciones específicas, y otros que la memoria implica a amplias regiones cerebrales que funcionan en conjunto. Yo tengo una experiencia muy fuerte en cuestiones referentes a la memoria, por una operación mal lograda en el año de 2004, mi padre tuvo como consecuencia la pérdida de la memoria inmediata, a corto plazo se nos dijo nos indicaron cuales había sido las lesiones que él había sufrido por una complicación en el procedimiento, el daño fue irreversible y determinante el ya no pudo afianzar las cosas que ocurrían posteriores, tenía sus recuerdos revueltos, modificados en tiempo y espacio.

Hablo de esto porque ahí aprende de manera directa todos los tipos de memoria que existen y como las neuronas al recibir algún tipo de daño consecuente en una lesión grave. En su caso fue la desorientación. La memoria siempre estará reforzada por algunos elementos como son imágenes las cuales también se dividen en sucesivas, gráficas y de representación. Leer esto me recordó a un tema que vi en la preparatoria precisamente en la clase de psicología, **Teoría del olvido** se llamaba dicho tema se me hacía un excelente nombre para disco de canciones de amor, pero no, señalaba que el cerebro olvida lo que quiere olvidar o bien lo deja como en *stand by* y lo reprime.

¡SU ATENCIÓN POR FAVOR!

Fijamos nuestra atención en lo que nos interesa, enfocamos todos nuestros sentidos en uno solo para poder fijar de manera directa y captar bien lo que deseamos percibir, la atención es percepción objetiva subida de tono, es por esto que para efectos del aprendizaje éste requiere de toda nuestra atención, es por eso que en ocasiones el ambiente influye en un aprendizaje a manera de barrera pero este es rebasado por que todo nuestro enfoque está atento a lo que estamos aprendiendo.