



**Nombre de alumno: Karen Paulina
López Gómez**

**Nombre del profesor: Sergio
Alejandro López Ruiz**

**Nombre del trabajo: Primera
actividad, los secretos de la
psicología de Daniel Coleman**

Materia: Psicología medica

Grado: 1

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 31 de agosto de 2021.

Karen Paulina López Gómez

LOS SECRETOS de la psicología

Daniel
Coleman

I. CÓMO VEMOS EL MUNDO

Conocemos que el mundo nos rodea a través de nuestros sentidos: vista, oído, gusto y tacto.

Estamos tan habituados a nuestros sentidos que no nos damos cuenta de lo sorprendentemente complejos que son.

Cada sentido tiene un límite de percepción que puede detectar el estímulo más débil. Estos están perfectamente ajustados a sus propósitos.

Podemos fiarnos de que nuestros ojos nos reflejan cuando ocurre en el mundo, pero a veces nos engañan, como surge con las ilusiones ópticas.

Hemos observado muchas o líneas onduladas que flotan ante nuestros ojos, estas se llaman fosfenos, al frotar proyectan sombras sobre la retina.

También podemos mencionar el "punto ciego", que todos lo tenemos y es donde no se registra nada. Otro punto a tratar de la vista es el "efecto auter-nético", que es debido a la fatiga muscular, empleado para contrarrestar el cansancio.

Podemos mencionar muchos más "fenómenos", efectos que podemos pensar con ellos y decir lo que nuestros ojos ven, sin embargo el ojo humano es sorprendente con lo que pueden percibir.

II. CÓMO CAMBIAMOS: DEL NACIMIENTO A LA VEJEZ

Un aspecto fascinante de la vida humana es que un recién nacido, casi no es capaz de hacer nada, con el tiempo se convierte en un adulto poseedor de conocimientos, habilidades, capacidades, etc.

Este proceso de cambios y aprendizajes continúa

Karen Paulina López Gómez

a lo largo de nuestra vida, incluso hasta la vejez.

Existen diferencias sobre un recién nacido y un adulto, como lo que puede ver, por que se encarriman con sus padres y viceversa y el pensamiento distintos entre ambos.

Los recién nacidos hacen con reflejos, para poder apreciar algunos podemos hacer lo siguiente:

- Hacer coquillas al un niño
- Sostener a un niño con una mano bajo su cabeza y la otra en su región lumbar, al bajarlo este extenderá los brazos.

Podemos mencionar otros, pero también es interesante el por que los niños se encarriman con sus padres y viceversa, a esto podemos atribuirle los cuidados que los niños necesitan para vivir y que sin la ayuda de sus papás quedarían expuestos a sufrir, incluso a no sobrevivir.

Los niños demuestran su temperamento a la muy tierna edad, existen diferencias de temperamento relacionados a la sustancia química llamada MAO.

Todos los niños tienen etapas distintas, incluso para crecer y es así como son tan diferentes de los adultos pues conciben al mundo de una forma distinta.

Preservando que nuestros hábitos, disciplina, forma de pensar, personas que nos rodean en nuestra madre y forma de convivir a los demás y al mundo en general.

III NUESTRAS MÁQUINAS CEREBRO Y CUERPO

Los psicólogos se interesan principalmente en cómo nos comportamos, sentimos y pensamos. Esto depende de nuestra estructura física y del funcionamiento del cuerpo y el cerebro. Los psicólogos han estudiado los mecanismos de este cuerpo y cerebro.

Karen Paulina López Gómez

A fin de comprender en que medida nos afectan enfocándonos en aquellas partes del organismo que tienen efectos psicológicos.

Adentrándonos más a partes específicas está el cerebro que podemos ejercitarlo, usándolo más, así se pone más apto y se conserva mejor.

Y es sorprendente que al hablar del cerebro podemos encontrar que personas con alto CI, triunfadoras y exitosas, los han sometido a pruebas encontrando que disponen de un cerebro carente de algunas partes.

Existen sustancias que lastimosamente son dañinas para el cerebro pero que inevitablemente podemos ignorar ya que están en el medio ambiente.

La química del cerebro es de suma importancia para disfrutar más una actividad y es importante la complejidad del cerebro, como para retener datos, puede relacionar datos entre sí y reconocer ciertos esquemas.

Sondear al cerebro produce efectos asombrosos. Los investigadores han actuado directamente con el cerebro a través de una pequeña descarga eléctrica e implantando electrodos en zonas clave del cerebro con el fin de controlar la conducta.

Incluso los dolores de cabeza están relacionados con el cerebro pero no atribuidos a este en su totalidad.

IV. COMO PENSAMOS Y APRENDAMOS.

Más que cualquier otro animal, el ser humano es capaz de aprender y pensar. Comenzamos a aprender a partir del momento en que nacemos y no nunca dejamos de hacerlo. Casi todo cuanto nos hace seres sociales y civilizados es aprendido.

Por lo tanto es sumamente importante saber

Karen Paulina López Gómez

como aprendemos, los principios que controlan el aprendizaje y cómo recordamos.

Nuestra capacidad de pensar y razonar es mayor a la de otros animales, podemos hacer desde simples actividades como utilizar los zapatos hasta actividades más complejas gracias a nuestra capacidad de aprendizaje.

Capacidades y técnicas aprendidas que ponemos en práctica (incluso para los más pequeños, mencionando que incluso a chimpancés con técnicas de construcción y premiando lo que hacían hasta cierto punto pudieron hacerlos razonar).

Y es sorprendente la forma de comunicarnos puesto que existen varios idiomas pero también "fonemas" (sonidos), incluso aprendemos a sentir emociones.

V. CONCIENCIA

La mayor parte del tiempo nos encontramos en un estado de conciencia normal y alerta. Sin embargo, pasamos largo tiempo en diferentes grados de conciencia. Es importante conocer otros estados ya que nos ayudan a conocer más a fondo nuestro estado normal.

El alcohol tiene un efecto en la persona que lo consume tanto al momento de ingerirlo, como tiempo después de consumirlo. Hay sustancias más fuertes que tienden a tener reacciones como entorpecimiento hasta agresividad.

Las horas del sueño también son importantes y relacionado a ello los sueños. Existen teorías sobre el significado de los sueños y muchos psicólogos sostienen que provienen de nuestras experiencias.

Hay muchos temas más por mencionar como el estado hipnótico, que aún no se sabe con seguridad sus efectos de conciencia.

