

ENSAYO

INTRODUCCIÓN

La psicología es una ciencia que nos ha ayudado a tener una gran percepción de todo lo que nos rodea y como vemos el mundo; esta ciencia se ha centrado y nos ha ayudado a percibir nuestro entorno de maneras personalmente muy bonitas. En este ámbito, podemos hablar de las maravillas que tienen los sentidos en nosotros; los sentidos son como habilidades que tiene el cuerpo para percibir nuestro entorno como para ver, oír, sentir, oler y que cada una nos permite apreciar nuestro entorno como a cada persona le gusta, como ver un hermoso atardecer, escuchar el ruido del viento entre los árboles, admirar las estrellas, sentir o tocar lo suave de una almohada y oler el perfume que más nos agrada. Pero esto no siempre puede suceder así, muchas veces estos sentidos nos pueden hacer fallar en las cosas que vemos cuando la realidad es muy distinta. Un ejemplo muy claro es ver algo que a una distancia lejana se ve muy diminuto, pero si nos acercamos al objeto, podemos apreciar que es mucho más grande que lo que se veía al principio. Los sentidos nos permiten identificar cosas y al combinarse todos podemos realizar cosas increíbles, aunque algunos animales

tienen mejor sentidos más desarrollados, el de los humanos nos permite apreciar correctamente nuestro entorno y si apreciáramos de más, esta también podría afectar la salud de las personas, tenemos unos sentidos que son adecuados para percibir las cosas.

Uno de los más fascinantes aspectos de la vida humana es que un indefenso recién nacido, que casi no es capaz de hacer nada, con el tiempo se convierte en un adulto poseedor de conocimientos, habilidades, etc... Este proceso de desarrollo continúa a lo largo de la vida, constantemente cambiamos y nos desarrollamos, incluso hasta en la vejez.

El proceso de desarrollo que va desde el nacimiento a la vejez, es un proceso en el cual adquirimos conocimientos, sabiduras y aprendizajes en muchas etapas hasta llegar a la muerte. En este proceso que lo podemos denominar "vida", adquirimos conocimiento, desarrollamos nuestras capacidades y habilidades, nuestros reflejos innatos y adquiridos, la mente, la conducta social y entre muchas otras cosas. También en la vejez existen muchos problemas y cambios que ocurren con la edad. Los niños ven el mundo de una manera muy distinta a una persona adulta, los niños ven al mundo como algo nuevo, algo que los llena de aprendizaje y una persona adulta ya no ve de esa manera su alrededor. Los procesos de nacer, crecer, reproducirse y envejecer, son etapas que se deben disfrutar, por que solo sucede una vez, solo

31/08/21

tenemos una oportunidad.

Las máquinas son nuestro cuerpo y nuestro cerebro, pero nos enfocaremos más en hablar sobre cómo nuestro cerebro nos ayuda a actuar y comportarnos, en cómo sentimos y nos expresamos, se puede considerar al cerebro y al cuerpo como una máquina o un robot por que de esa manera es como funcionan, el cerebro es como la parte central que tiene control sobre el resto del cuerpo, si el cerebro ordena algo, el cuerpo es el que responde como una máquina, el cerebro mande señales al cuerpo con hormonas, señales por medio de la columna vertebral y eso constituye una unión importante, a lo largo de la historia, el tamaño del cerebro ha aumentado considerablemente, que ha ayudado a la evolución del hombre.

Más que cualquier otro animal el ser humano es capaz de aprender y pensar. Comenzamos a aprender del momento en que nacemos y ya nunca dejamos de hacerlo. Casi todo cuanto nos hace seres sociales y civilizados es algo aprendido. Desde la manera de atarnos las cintas del zapato hasta la capacidad para leer y tocar el piano; desde el lenguaje hasta la moralidad y la política. Por lo tanto, es absolutamente fundamental comprender cómo aprendemos, los principios que controlan el aprendizaje y cómo recordamos. Además usamos nuestra mente, es decir, pensamos y razonamos de manera que superamos ampliamente las capacidades de

45180/15

otros animales. Resolvemos problemas, componemos poemas, memorizamos cantidades etc.

La mayor parte del tiempo nos encontramos en un estado de conciencia normal y de alerta, (aunque no siempre lo parezca). Sin embargo, pasamos largo tiempo en diferentes grados de conciencia. Dormimos aproximadamente un tercio de nuestra vida, en el que soñamos; pero los fenómenos de dormir y soñar son muy diferentes a los insomnios. Existen, además, otros estados que incluyen la hipnosis, la meditación, los inducidos por drogas, como el delirio alcohólico y cierta euforia. Es importante comprender todos estos estados, el alcohol es una manera de entorpecer al cuerpo, es una manera de ponernos en peligro, al igual el consumo de sustancias nocivas.

El sueño es muy importante, pero la cantidad de horas depende del individuo, así como desde que nacemos dormimos hasta 18 horas, estas horas conforme crecemos, disminuye, y la cantidad de horas que necesita cada persona para dormir, es la que el cuerpo pide.

RESUMEN

De los cinco temas comentados podemos retomar y decir que el estudio de la psicología va más allá de lo que solo vemos. La psicología nos enseña como es el ámbito que no vemos, nos ayuda a entender y comprender nuestro entorno.

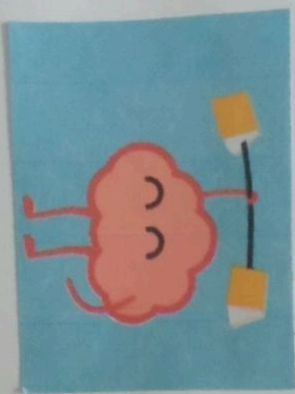
31/08/21

como podemos apreciar en el primer capitulo los sentidos nos permite observar muchas cosas y como es que todo se va relacionando dandonos puntos de vista muy distintos a los que podemos observar.

Los secretos de la psicología nos permite adentrarnos en las cuestiones que pueden considerarse simple, pero son todo lo contrario.



Conciencia



Manera de aprender y pensar.

LOS SECRETOS DE LA PSICOLOGIA



Como admiramos el mundo



Cerebro y cuerpo



Como cambiamos

