

Angel Diego de la Cruz Abarca

Los secretos de la psicología.

1.- Como vemos el mundo.

En este tema se observa la percepción de las cosas, como al ver una puerta al verla cerrada la veremos de una forma rectangular, pero da un ejemplo de que al abrirla se trasa una línea cambiaría por completo la percepción.

Al igual nos dan ejemplos de cosas que ignoramos de cosas que son tan comunes que no llegamos a tomarlas la importancia hasta que algo lo cambia y se hace notar. En el libro se da un ejemplo de la luz sobre nuestros ojos, la luz brilla sobre nuestra retina, lo cual hace que logremos ver las cosas que están sobre el y que normalmente no percibimos.

2.- Como cambiamos del nacimiento a la vejez

Lo que se puede observar en este capítulo son las distintas etapas de la vida de una persona pasando desde el nacimiento, infancia, adolescencia, la parte adulta hasta la vejez, viendo las etapas y retos que tiene cada una de esas etapas en nuestra vida.

Iniciando por el nacimiento, la primer etapa de nuestra vida, y una de las más sorprendentes para todos ya que nacemos con muchas habilidades y reflejos que a los 6 meses son cuando comunmente se pierden, como tener las ganas de caminar o nadar aun sin saber nada de ello, al igual que tener una percepción de los movimientos de nuestro alrededor, como al mover una cama donde se encuentre un bebé el cual reaccionara ante las vibraciones de la superficie en las que se encuentra.

En la adolescencia viendo los cambios que han llegado con las distintas generaciones, desde los cambios de intereses hasta el cambio de necesidades que llegamos a tener en esa etapa de la vida.

Una de las etapas más importantes que tenemos en la vida es la parte adulta, en la cual se llevan acabo la mayor parte de decisiones que tomamos en la vida, como lo es casarse la cual poco a poco es menos comun, los divorcios han aumentado en los años, y al igual es algo que juega un papel de gran importancia en la psicología y la salud, ya que una persona casada tiene una vida más feliz lo que lo hace vivir más que una persona solitaria.

La vejez es uno de los más importantes ya que es la culminación de la vida humana, y también donde las personas crean un repaso de todo lo que han hecho en su vida, las cosas buenas y malas.

3.- Nuestras máquinas: Cerebro y cuerpo.

Nuestro cuerpo es muy poderoso pero sensible a la vez ya que muchas veces nuestra tasa de mortalidad pueden llegar a ser gracias a cambios de temperatura, cosas como hipotermia o un golpe de calor son cosas sumamente importantes ya que aunque no le damos la importancia que se debería hay muchas cosas de ese tipo que pueden llegar a afectarnos de una manera muy grave.

Al igual nuestro cuerpo necesitamos la evolución y fortalecer las partes de nuestro cuerpo que sucede normalmente al ejercitarnos y al desarrollar habilidades que posiblemente pueden ser hereditarias a las siguientes generaciones.

1. Como pensamos y aprendemos

La capacidad de comprensión y aprendizaje es un tema importante y algo complejo en el cual sabemos que el tiempo de memorización depende mucho de la velocidad con la que se observen o escuchen las cosas.

Al igual llegamos a memorizar o comprender cosas entre más llamativas sean para el gg humano, lo cual crea una memorización más fácil al igual que su reconocimiento casi de inmediato o con referencias a ello.

5.- Conciencia.

La conciencia es un factor muy importante para las personas ya que es una de las cosas que tienen un mayor peso para nosotros la cual muchas veces puede hacer que una persona llegue a sentirse bien o mal dependiendo muchas veces sino es que en su totalidad de las acciones que llegue a tener o las decisiones que se tomen.

Un ejemplo de ella es el consumo de alcohol el cual dependiendo la cantidad ingerida hará más notoria la pérdida de conciencia en la persona que llegue a ingerirlo, lo cual lo puede llevar a tomar decisiones o acciones de las cuales muy probablemente no podrá controlar o recordar en lo más mínimo.

Las horas de sueño también son un factor muy importante ya que sin horas de sueño adecuadas la conciencia y entendimiento de las cosas es mucho menor, lo cual nos llega a perjudicar de maneras muy importantes.

