

Realidad

Filtros mentales

Son aprendizajes que repetidos constantemente se fijan en nuestro cerebro, por efecto de las uniones neuronales y se descargan cuando hablamos, pensamos, tomamos decisiones y actuamos.

Vemos estos tipos de filtros reflejados en la empresa, en las escuelas, en los comentarios más triviales, en las propias expresiones, en las de los colegas, en los compañeros, en los jefes, los subordinados. Vemos así que estos filtros marcan todas las interacciones y las tiñen o para bien, o para mal.

Todos en mayor o menor grado hemos desarrollado filtros mentales como producto de la instrucción familiar, por nuestras propias experiencias repetidas, por los mensajes que nos dan los demás, etc., pero entonces *¿qué podemos hacer?*

En primer lugar hacemos conscientes de la realidad, que por más objetiva que una persona quiera ser, siempre tendrá un cierto sesgo, una cierta parcialidad en los puntos de vista, en la forma de evaluar el mundo y en la forma de interpretar las experiencias.

La solución comienza al "darse cuenta", al observar con menos ideas preconcebidas a las personas y los hechos que nos rodean, con un mayor sentido de posibilidad, con una mayor apertura. Incluye también adoptar aquellos "filtros" que deliberadamente deseamos experimentar, pensando por ejemplo: *¿cómo sería mi vida si creyera realmente que todo es para bien?*, y crear así un nuevo filtro, más útil, que brinde otro tipo de posibilidades. Crees poderlo lograr, nunca lo sabrás si no lo intentas, puede llevarse su tiempo, pero no dejes de intentarlo. A continuación retomamos un pensamiento de un especialista en desarrollo del pensamiento.

"El doctor Roberto Briones Jiménez, especialista en desarrollo del pensamiento, considera que eliminar un aprendizaje de toda una vida se torna complicado, lo factible es contrarrestarlos de manera sostenida y deliberada (no incidental), con lo cual estamos creando aprendizajes o antídotos que contrarresten la descarga cerebral al momento de tomar una decisión, es decir, decidir qué aprendizaje utilizaré para determinado momento o acción... podemos citar como ejemplo: cuando usted reconoce ser racista, sabe que aquello obstaculiza su éxito personal y profesional, y al mismo tiempo, lo aleja del mundo entero, entonces debe comenzar a trabajar, esto desde su propio razonamiento e intelecto.

Cuando usted comience a ver estos filtros, reconózcalos, acéptelos y trabaje honestamente sobre ellos, finaliza el doctor Briones, pues tal vez eso le ayude a establecer la diferencia entre ser feliz y tener felicidad."⁴

- **Pensamiento egocéntrico.** Se caracteriza por pensar que todo lo que ocurre está relacionado con su persona, confunde la realidad con sus deseos y temores y por tanto no es objetiva, continuamente habla de sí misma y de sus logros,

⁴ Guillermo Briones. *Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias sociales*, Editorial Icfes, 1996, p. 76.

Aplicación

Análisis

1. A D
ind
trab
sufi
.....
2. La n
que
yo t
.....
3. Clar
ven
cóm
.....
.....
4. A R
que
mol
.....
5. Cua
se r
.....

cualquier error que comete, piensa que todo mundo lo ha notado, por lo cual se vuelve perfeccionista.

- **Pensamiento arrogante.** Tiene una actitud de superioridad, las personas arrogantes tienden a ser déspotas y no aprecian las opiniones de los demás, imponen sus puntos de vista y critican a los otros acerca de lo que dicen o hacen, pueden fingir que lo saben todo, por lo general no toleran la crítica.
- **Pensamiento prejuiciado.** Es en el que se actúa de una manera exagerada, falsamente generalizada o equivocada de la realidad. Prejuicios acerca de las mujeres, de los hombres, de los indígenas o preferencia sexual, lo que impide las sanas relaciones entre los individuos, por distinción de raza, de clase social, de color, de estatus económico, entre otros.

Aplico y aprendo

Analiza los siguientes casos y escribe en las líneas el tipo de pensamiento que corresponda.

1. A David le pide la maestra que trabaje con Juana que es una compañera de origen indígena, David pide le cambie de compañera porque Juana no está capacitada para trabajar en un proyecto, pues considera que tiene serias limitaciones. No la cree suficientemente capaz.
.....
2. La mamá de Carlos le pide que la acompañe al cine a ver una película romántica, a lo que Carlos responde: "Esas películas son muy tontas, es un espectáculo para mujeres, yo tengo cosas más importantes que hacer".
.....
3. Claudia se acerca a su jefe para sugerirle algunas mejoras para que aumenten las ventas, a lo cual su jefe le indica: "Haga su trabajo señorita, usted no me va a enseñar cómo trabajar:
.....
.....
4. A Ramiro que va manejando hacia su casa se le atraviesa un auto y el chofer le indica que va fuera de su carril, entonces Ramiro le grita, ¡que te importa, deja de estar molestando!, ¡metiche!
.....
5. Cuando a Fátima se le acerca un compañero de la escuela para preguntarle la hora, ésta se retira pronto pensando: "Todos quieren lo mismo, nada más piensan en sexo".
.....

evidencia

Para reflexionar

El lenguaje es el gran instrumento de la ambición humana.

Adam Smith

El desarrollo del lenguaje

Los seres humanos somos seres lingüísticos que construimos o destruimos nuestro mundo, nuestros afectos, nuestro trabajo y a nosotros mismos a través de los actos del habla, con palabras nos comunicamos con nuestros semejantes, pero también pensamos, nos felicitamos, y nos recriminamos a nosotros mismos con palabras. Estos actos del habla, dan forma a nuestra interacción en el mundo, la visión de la vida y nuestros estados emotivos.

Los investigadores Austin y Searle hicieron una clasificación de los tipos del habla, que nos sirva para resolver conflictos con otros y con nosotros mismos.

Austin (1996) nos dice que "decir es hacer", ya que una expresión produce una acción en el mundo dando énfasis a "que siempre es necesario que las circunstancias en que las palabras se expresen sean apropiadas de alguna manera".⁵

Por otro lado Searle propone cinco tipos de actos del habla:

- **Asertivos o representativos:** Integra actos como afirmar, referir, explicar, sugerir, presumir o quejarse. Estos actos se evalúan en términos de verdadero o falso.
- **Directivos:** En donde el emisor pretende que el destinatario lleve a cabo una determinada acción, como ordenar, pedir, rogar, aconsejar, recomendar.
- **Compromisivos:** Donde el emisor manifiesta su compromiso de llevar a cabo una determinada acción, como prometer, asegurar, garantizar.
- **Expresivos:** Aquí el emisor manifiesta su estado de ánimo como felicidad, agradecer, complacerse, perdonar, insultar.
- **Declarativos:** El emisor realiza cambios en virtud de una autoridad que le ha sido dada, se emite la declaración generalmente usando un rito preconcebido como bautizar, casar, inaugurar, dictar sentencia, contratar, etcétera.⁶

Aplico y aprendo

A continuación te pedimos que imagines cómo son los actos del habla de los siguientes personajes.

a) Un drogadicto:

.....

.....

b) Un científico:

.....

.....

⁵ Actos del habla, John Searle, p. 49.

⁶ <http://www.eumed.net/libros-gratis/2013/1274/actos-habla.html>

e) Un es

d) Una p

e) Una p

f) ¿Cómo

Factor

Se entiende vivo y cond...
 vida de las p...
 prende el c...
 y culturales...
 determinado...
 humano y e...
 no se trata s...
 la vida sino...
 agua, suelo...
 elementos t...

El desar...
 dependen de...
 en el ser hum...

a) Amb

b) Amb

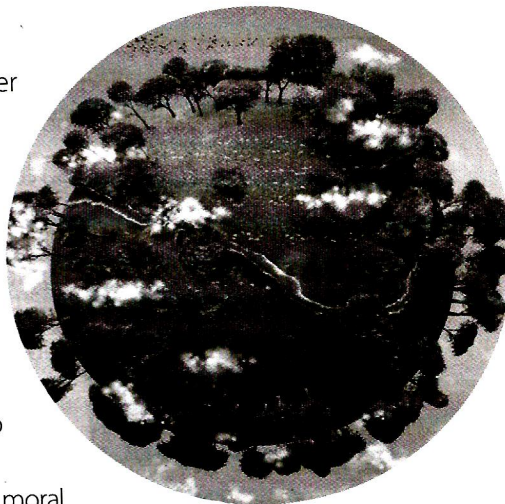
c) Amb

d) Amb

- c) Un estudiante que constantemente se siente acosado por sus compañeros de clase:
.....
.....
- d) Una persona cuando está completamente enamorada:
- e) Una persona que tiene éxito en su vida:
- f) ¿Cómo son tus actos del habla?

Factores ambientales

Se entiende por **ambiente** todo lo que afecta a un ser vivo y condiciona especialmente las circunstancias de vida de las personas o la sociedad en su vida. Comprende el conjunto de valores naturales, sociales y culturales existentes en un lugar y un momento determinado, que influyen en la vida del ser humano y en las generaciones venideras. Es decir, no se trata sólo del espacio en el que se desarrolla la vida sino que también abarca seres vivos, objetos, agua, suelo, aire y las relaciones entre ellos, así como elementos tan intangibles como la cultura.



El desarrollo físico, social, psicológico cognitivo y moral dependen de la herencia y el ambiente, este último influye en el ser humano en los siguientes aspectos:

■ El ambiente tiene un impacto en la vida del ser humano.

- a) **Ambiente físico:** Incluye a las personas que le rodean y están pendientes de él y del desarrollo de su vida, así como el entorno físico que le rodea.
- b) **Ambiente mental:** Los pensamientos, la ideología y la cultura que influyen en su personalidad.
- c) **Ambiente emocional:** El cariño, la comprensión, el respeto, el reconocimiento que influyen en el desarrollo sentimental del individuo.
- d) **Ambiente social:** Sociedad, el comportamiento de las personas que le rodean.