**VALORACIÓN PERSONAL**

Este segundo trabajo me ha hecho abrir los ojos a cerca de la psicología, esta ciencia que trata de la conducta y de los procesos mentales de los individuos.

Tanto mis compañeros como yo, hemos aprendido ciertas cosas que, anteriormente, y no muy bien, controlábamos de la psicología.

En esta segunda lectura me he sentido muy identificada con ciertos capítulos, cada cual más impactante que el siguiente. Pero el más certero y el que más me ha llamado la atención ha sido el segundo de estos pequeños siete capítulos, titulado: <<Las cosas son como parecen, ¿o tal vez no?>>. Pero, y bien, al igual que con este, el quinto ha hecho que despertaran en mi ciertas emociones como la de pena, por la que, cada una de las personas que son discriminadas, sufren acoso día a día sin ser auxiliados. Seguramente estas personas no son ayudadas por el miedo que puedan tener los otros a acabar como ellos. Y una vez más resaltamos la importancia e influencia de la sociedad en el ser humano.

Esto deja de ser para mí de nuevo un asunto teórico que pasa a hacerme pensar y entender al ser humano, como mejorar la sociedad, de dónde venimos, a donde vamos, quiénes somos… etc.

Volviendo al tema de la sociedad, siempre se ha dicho que el conjunto de una sociedad que posee una cultura característica, influye de algún modo a cada individuo y, normalmente, de forma negativa como podemos observar en este quinto capítulo.

Me impresiona la forma en la que en este libro la psicología se muestra como un engaño al cerebro, unas “alarmas” que le hacen activarse por sí solo, la capacidad humana de pensar, etc. Sé que el ojo, por ejemplo, es el órgano de la vista a través del cual captamos la luz y percibimos el color y la forma de las cosas pero, tiene ciertos límites como por ejemplo que no pueda ver células (por ello el uso de microscopios).

Me considero una persona activa, es decir, que me muevo mucho y tratando de investigar a cerca del ser humano encontré la llamada psicología inversa, también conocida por Reactancia. Esta es una reacción emocional en contradicción directa a reglas o regulaciones que amenazan o suprimen ciertas libertades en la conducta. Puede ocurrir cuando alguien es fuertemente presionado para aceptar un determinado punto de vista o actitud. Además, puede causar que una persona adopte o endurezca un punto de vista o actitud contraria a la intencionada y también incrementa la resistencia a la persuasión.

Con esto pretendía captar la atención en cuanto a que la psicología es un juego que se realiza sobre la mente humana, un estudio del hombre hecho especialmente para el hombre.

Quiero destacar la autoestima, un tema tratado en una de las lecturas del libro. La diferencia entre una autoestima alta y una baja es sorprendente. Desde llegar a quererse hasta suicidar por la soledad y marginación a incluso ser tú el propio burlador abusón de aquellos marginados burlados que día a día lo padecen.

Yo, personalmente, admito que para lo que hay que ser, soy bastante pesimista, pero gracias doy a aquellos que me cargan de positivismo cada día y me ayudan a superar y afrontar mis miedos de los que tanto tendemos a huir en vez de afrontarlos con seguridad y optimismo.

Natalia Párraga Casado

1ºBachillerato