

15 datos sobre el comportamiento humano según la psicología

Por: Alejandro Arroyo Cano, 2016

La mente presta atención y al mismo tiempo se distrae de lo otro.

De una forma contradictoria los ojos se vuelven ciegos cuando le prestan suma atención a un objeto. Los psicólogos lo llaman "Inattention Blindness". El ejemplo más claro está en el siguiente video. La instrucción es clara: "Observa cuántos pases hace el equipo blanco". La mente se adentra tanto en ello que desatiende lo demás. Haz la prueba y sorpréndete.

La mente humana sólo repite 3 o 4 cosas a la vez.

Había una leyenda urbana que decía que el número que más se graba es el 7 y que se podía hacer una variación segura si se le agregaba o restaban 2 cifras. Entonces la triada mágica es 5, 7 y 9. La leyenda se destruyó cuando varios estudios psicológicos comprobaron que la mente sólo puede retener 3 o 4 cosas a la vez durante 20 segundos aproximados, a no ser que se repitan de manera constante hasta que se grabe.

La mayoría de las decisiones surgen del inconsciente.

Cuando estás pensando comprar una televisión, por ejemplo, ¿haces una investigación sobre cuál es la mejor opción, comparas cualidad, precios, lo que ofrece o qué es mejor para ti? Recientes investigaciones muestran que a pesar de que parece ser una decisión consciente y deliberada, en realidad es inconsciente. Psicólogos afirman que se debe a tres factores: Validación social, compromiso y reciprocidad.

La mente reconstruye los recuerdos como una película.

Un recuerdo no es una imagen visual sino energía psíquica carente de forma. Cuando se trata de recordar un evento del pasado, la mente construye una imagen diferente a lo que fue en realidad para que pueda ser procesada.

No existen las personas multitareas.

Se piensa que las mujeres pueden hacer varias cosas a la vez, pero se comprobó que la mente sólo puede hacer un proceso cognitivo. No se puede leer mientras se platica o leer mientras se escucha. A veces las personas afirman tener la habilidad de realizar distintas acciones al mismo tiempo. Aquello sólo es posible cuando se tratan de tareas físicas, ejemplo: caminar (trabajo físico) y hablar (trabajo cognitivo).

Es inevitable no prestarle atención al sexo, la comida o el peligro.

Investigaciones psicológicas descubrieron que hay una parte del cerebro que está interesada exclusivamente a la supervivencia. La comida, el sexo y las agresiones están directamente relacionadas a ella y por más racionales que queramos ser, siempre estaremos seducidos a atender nuestros instintos.

Se pueden cambiar los hábitos a través de la sorpresa y la diversión.

Se dice que los hábitos, sean buenos o malos, estarán presentes durante toda la vida. Es correcto, pero eso no implica que no puedan cambiarse. El camino es arduo, pero se logra si se crea un nuevo hábito que sea divertido. El siguiente video se sitúa en las escaleras del metro. Toda la gente prefiere las escaleras eléctricas (hábito), hasta que llega algo sorpresivo a sus vidas.

El inconsciente siempre tiene la razón.

La mente inconsciente es mucho más rápida que la consciente. A veces pasa que un vendedor está ofreciendo un equipo y dice que es el mejor. Él asegura que es una increíble compra, pero por dentro sentimos que algo no anda bien. El llamado 'presentimiento' son las señales que manda el inconsciente para decir que algo no está bien porque ya lo evaluó de manera eficiente. Dudamos porque aún no llega a nosotros la respuesta 'racional', cuando en realidad sólo somos muy lentos en procesarla.

La mente es más fácil de persuadir cuando se está triste.

La mayor tristeza del humano es perder algo valioso. Cuando se experimenta esta sensación, la mente se tranquiliza con lo que es 'familiar' para no volver a sentir la pérdida. En este caso, ¿qué es lo que siempre nos acompaña en la vida? las marcas.

El típico caso de comprar para animar es el modo de estar en contacto directo con lo 'familiar'.

Sí hay un límite para el número de amigos: 150.

El 'Número de Dunbar' comprobó que 150 personas es el límite de tamaño de un grupo social para los seres humanos. Se pueden tener muchos más, pero se demostró que sólo con este número se tendrá una relación estable.

Por naturaleza se elige lo que está primero en la lista.

Durante unas elecciones en Estados Unidos, se comprobó que la gente está interesada en los primeros tres participantes que estaban en la lista. El 90 % de votantes eligieron las primeras opciones, a pesar de que el candidato no ofrecía mucho. A su vez, en los últimos lugares se encontraba un opción fuerte, pero se perdió de los votos por estar abajo.

Es más fácil actuar o decidirse por algo cuando otra persona lo hace.

Aunque no nos guste aceptarlo, hay más personas indecisas que decididas en el mundo. Así lo comprobó un estudio sencillo que se realizó en Internet. Investigadores observaron que un individuo que compra por Internet, elige los objetos que ya tienen un gran número de ventas. En lugar de hacer click en el objeto que dice "sé el primero en comprar" prefieren aquel que ya fue validado por 100 compradores.

La mente está distraída el 30 % del día.

Los psicólogos utilizan el término 'soñar despierto' para referirse a los pensamientos perdidos, fantasías o historias imaginarias en las que se distraen las personas a lo largo del día. Una investigación comprobó que los trabajadores de una oficina sueñan despiertos el 30 % de su día laboral. Ahora sabemos que las ensoñaciones son naturales.

La mente debe estar en equilibrio para ser eficiente.

Está de más decir que la mente bajo presión no funciona. Cientos de investigaciones lo han comprado. Por su parte el psicólogo Robert Yerkes encontró que la excitación fisiológica o mental promueve la eficiencia, pero en casos controlados. Si una persona está eufórica será igual de ineficiente que una estresada.

Fuente:

<https://culturacolectiva.com/estilo-de-vida/15-datos-sobre-el-comportamiento-humano-que-debes-aprender-segun-la-psicologia>