

PSICOTREX

NÚMERO 20 – AGOST DE 2009

MAGAZINE DE PSICOLOGIA



Autor: Ferran Fernández

EDITORIAL: L'obra de Ferran Fernández és una declaració d'intencions plena i total.

Nosaltres no ens atrevim des d'aquí ni a prohibir que es prohibeixi res, més be pensem que podem reflexar totes les idees que es vulgui.

Aquest número dedicat al transtorn mental, com a manifestació psicològica, conductual i perquè no també artística, ens ajudarà a comprendre que aquí no es salva ningú, tothom està d'alguna manera tocat de l'ala i el que no te res de res, encara està pitjor del que es pensava, ja que la perfecció no existeix, enlloc. Ni Dèu, deu ser perfecte perquè si nosaltres som una imatge d'ell, llavors si nosaltres estem gillats, ell està com una... I no es faltat a ningú, no.

No oblidem que en noms de tots els Dèus s'han fet mil i una barbaritats, pobres Dèus desgraciats que utilitzen el seus noms per donar sentit a veritables bestieses humanes.

A les alçades que som i sense voler pendre-li a ningú l'il.lusió de que continui pensat que els Reis d'Orient, no son els pares sino veritables Reis Mags.

No es hora ja de que tots ens adonem que l'únic Dèu que tenim és el que cadascú porta dins del seu cos, perquè tots som deus, però també tots som dimonis, per cert els transtornats mentals fa uns segles estaven més prop d'aquets que no dels àngels.

Hi ha que veure com camvien les coses.

Investigación grafológica sobre la línea

(*) Trabajo dirigido por César Reglero y la colaboración del equipo de Psicotrex

PARTE VIII TALLERES DE GRAFOLOGIA EXPERIMENTAL

OBJETIVO

El presente trabajo proyectado a partir del trazado de una línea realizada de manera intuitiva por personas sin conocimientos previos de grafología tiene como finalidad servir de base para explicar determinadas hipótesis relacionadas con diferentes aspectos de la personalidad basados en parámetros grafométricos.

TALLER EXPERIMENTAL DE GRAFOLOGIA SOBRE LA LINEA: EL TRASTORNO MENTAL.

Siguiendo los parámetros de la Organización Mundial de la Salud (OMS) vamos a encuadrar a una persona con trastorno mental en un marco en donde se produce una incapacidad para normalizar su vida y adaptarse de una manera adecuada en su ámbito familiar, social y profesional.

Es decir, estamos definiendo a una persona con una incapacidad manifiesta para atender a los requerimientos y las demandas exigidas en estos ámbitos y en consecuencia, se producen serios desajustes que le perturban tanto a él como a aquellas personas que le rodean.

Este concepto fue bien entendido por los participantes en los talleres por cuanto los gráficos que se ejecutaron muestran con meridiana claridad el simbolismo del pensamiento confuso, el pensamiento acelerado, los estados de ánimo alternos, etc.

Todo ello se correlaciona de manera directa con aquellas escrituras donde la primera impresión de conjunto es también confusa, con abundancia de irregularidades, desproporciones, letra ilegible o semi-ilegible. Son escrituras en las que fácilmente se aprecia la sensación de inestabilidad y fragilidad anímica.

Casi el 50% de las muestras presentadas expresan todos los rasgos anteriormente señalados, pero hay otras figuras que destacan también por señalar la inestabilidad de carácter y los altibajos anímicos en sus diferentes dimensiones y los expresan de diferentes formas: en forma bucleada, en serpentina o

en forma angulosa. Inclusive figuras como la 4, 6 o 25 sugieren que otras formas, como las cuadradas, por ejemplo, cuando se encuentran en un marco de energías contrapuestas, pueden ser indicativas de comportamientos anormales.

El tercer tipo de líneas que queremos resaltar son aquellas que se relacionan con las espirales que combinadas con las formas bucleadas parecen querer mostrar la complejidad envolvente de unos parámetros que se van enmarañando a medida que se va agravando el trastorno mental hasta caer en una tela de araña de la que no pueden escapar y que muchas veces desemboca en un estado de ansiedad generalizada o de angustia paralizante. (fig. 5,6,8,11,15.) Procesos todos ellos que fácilmente culminan en un estado depresivo (fig 32, 33, 34, 36).

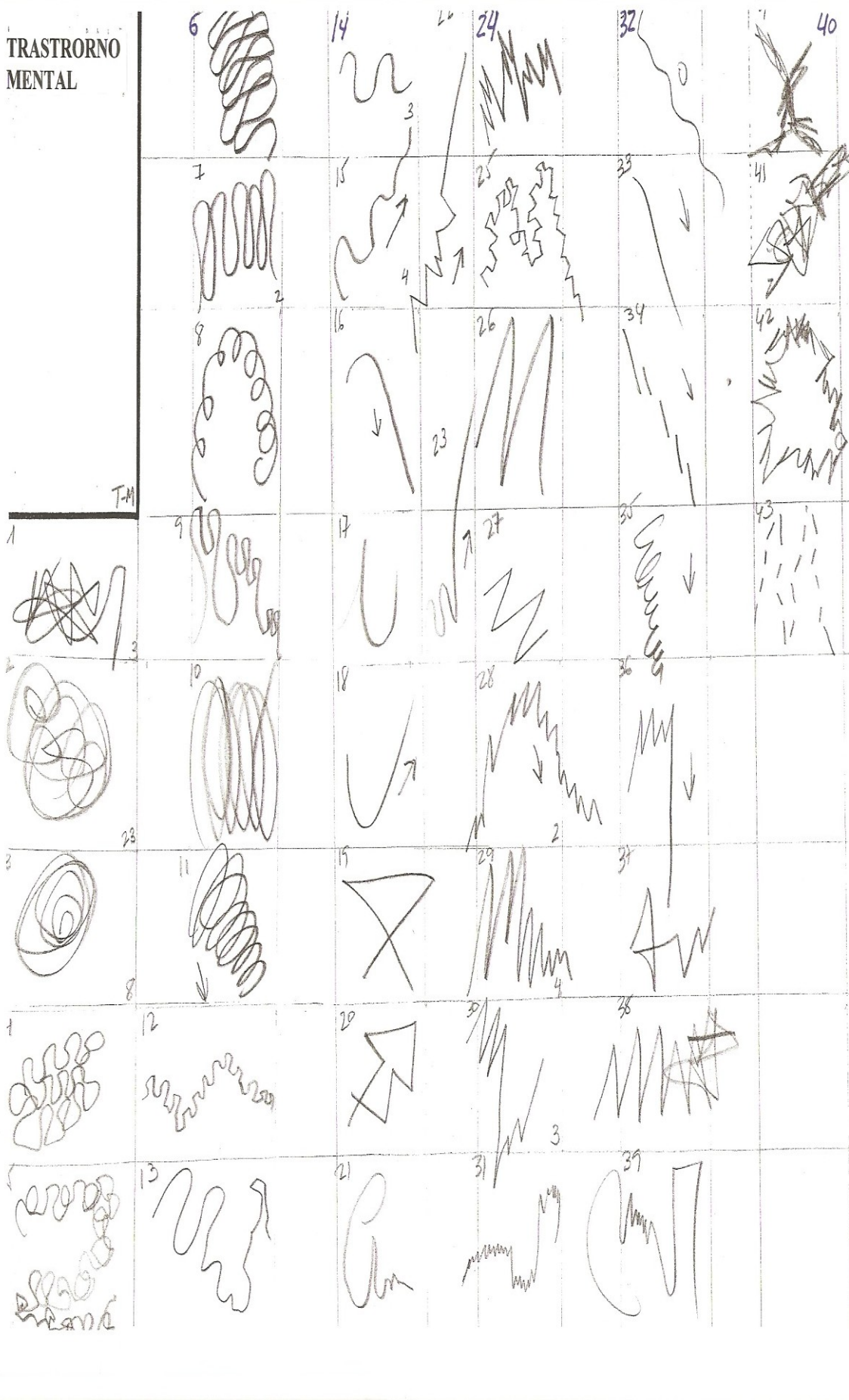
Relacionadas también con los altibajos anímicos encontramos figuras que correlacionan con el pensamiento fragmentado. Son las fig. 34 y 43 que adquieren especial relevancia si tenemos en cuenta que la consigna dada requería que no se levantara el útil del para que el gráfico pudiera ser realizado en un solo trazo.

Encontramos este tipo de fragmentaciones en aquellas personas en las que inicialmente se mantiene un grado de concentración que les permite que en las primeras líneas la escritura sea más o menos legible, y que, poco a poco, las formas de las letras se van desintegrando y, consecuentemente, rompiendo el trazo.

Algunas muestras como las fig. 40, 41 y 42 pueden ser representativas de personas cuyo estado se agrava a causa de algún tipo de toxicomanías, alcoholismo, etc. Son formas temblorosas, agitadas, descontroladas. Rasgos que sin duda también se pueden asociar fácilmente con trastornos psicósomáticos.

Para terminar este apartado, señalamos algunas figuras como las 17, 22, 23, en las que se observa un proceso final reactivo. Que podría ser propio de los procesos bipolares o simplemente, relacionados con una fase evolutiva final positiva.

TRASTORNO MENTAL



PSICOLOGIA Y PLANIFICACIÓN MENTAL EN EL DEPORTE

Antes de abordar una nueva temporada tendríamos que ser conscientes del nivel físico y mental del que partimos, que objetivos realistas intentaremos conseguir, cual es nuestra situación personal, familiar y profesional.

También tomar conciencia del transcurso de tiempo y de la evolución relativa a nuestra edad, no es lo mismo cuando tenemos veinte años y planificamos la temporada siguiente que cuando tenemos cincuenta, debemos ser conscientes de nuestras posibilidades y limitaciones en este caso más físicas que mentales y controlar nuestra imaginación y aspiraciones.

PLANIFICACIÓN MENTAL DE LOS ENTRENAMIENTOS

La posibilidad de mejora de las personas es muy grande, por lo que la genética aún siendo insustituible y un factor primordial, ve reducida su importancia cuando se realiza un buen trabajo tanto físico como mental.

Dosil (2002c) diferencia tres tipos de personalidad que pueden generalizarse a cualquier modalidad deportiva:

- Los que quieren y no pueden: son aquellos que tienen unas cualidades limitadas para la práctica del deporte.
- Los que pueden y “no quieren”: aquellos que teniendo unas condiciones físicas extraordinarias, no se implican todo lo que debieran.
- “Los otros”: quienes poseyendo ciertas cualidades físicas, que podrán desarrollar en función del trabajo que realicen, pueden alcanzar un alto rendimiento a base de esfuerzo y sacrificio.

Es muy importante saber para qué se entrena, cuales son los objetivos a corto, medio y largo plazo de la temporada, que

preparación física y psicológica se tiene, dónde se puede mejorar o no, de qué métodos o estrategias se dispone, cuales son los puntos fuertes y débiles de cada deportista, etc.

Es muy interesante tener información de períodos anteriores para ver la evolución que se ha seguido, si se está en una fase de ascenso, equilibrio o descenso y ajustarse a esta información.

Normalmente conforme aumenta la experiencia y los años de práctica, el nivel de fortaleza mental del corredor aumenta y predomina en su personalidad la influencia de su percepción interna frente a una mayor influencia de factores externos aspectos estos que influyen más a los deportistas muy jóvenes o más vulnerables psicológicamente.

Una vez superada la fase de iniciación, el deportista consolidado intentará trasladar a los entrenamientos, todos los elementos que luego se darán en la fase de competición, pero la ventaja que se da aquí es que se pueden fraccionar en diferentes fases o periodos de entrenamiento, experimentar mayor sufrimiento un día, establecer series para otro, una sesión más suave de carrera para otro, etc, e incluso adaptarlas a las condiciones climatológicas, al estado de ánimo, a aspectos personales, laborales o familiares, etc. Esto no se podrá realizar el día de la competición, en ese momento hay lo que hay y no podremos hacer experimentos, tendremos que aceptar la situación tal como se da.

Para eso sirve el entrenamiento previo, para tener preparadas todas las alternativas que se pueden dar en la carrera: situaciones de calor, lluvia, viento, sobreesfuerzo, tácticas, estrategias, sensaciones corporales, etc.

Josep Castellano

EDITA: PSICOTREX A.E.I.D.P

DIRECTOR: JOSEP CASTELLANO MASDEU
CONSELL DE REDACCIÓ: PSICOTREX

www.psicotrex.com / psicotrex@gmail.com / Apt. Correu 861 – 43080 Tarragona / Tlf. 637 – 224 110

Dipòsit Legal T-2150-2007

PSICOTREX. MAGAZINE DE PSICOLOGIA és propietat de PSICOTREX A.E.I.D.P. Entitat sense ànim de lucre inscrita al Registre d'Entitats de la Generalitat de Catalunya. Tots els articles publicats són propietat de Psicotrex A.E.I.D.P. i no es poden reproduir sense permís de Psicotrex. Sempre es farà constar la seva font. L'equip directiu de Psicotrex Magazine de Psicologia no es fa responsable de les opinions que s'expressin a la seva Revista, éssent els autors els únics responsables. PSICOTREX A.E.I.D.P. s'autoimposa uns límits morals, com són: la dignitat de les persones, la no discriminació per cap raó, la igualtat de gènere i la Llibertat d'opinió. Sense més límits que les Lleis vigents.