

# PSICOTREX

NÚMERO 12 – DESEMBRE DE 2008

## MAGAZINE DE PSICOLOGIA



Autores: El Roto + D'Plagio (15/12/2005)

**EDITORIAL /** Arriben les Festes de Nadal, la televisió lluita, cada cadena pública i privada lluita per endur-se el tros més gran del pastís que és la propaganda, propaganda de: joguines, torrons, cava o també anomenat xampany, colònies, cotxes, etc.

I entre anunci i anunci de repent aparéix una cosa a la que li diuen pel·licula, la veritat es que pots anar a sopar a casa d'un amic i quan tornis encara estaran fent anuncis, un film pot durar en aquestes dates més o menys unes tres o quatre hores i segons com més.

I per si no fos prou les pel·licules, aquells troços d'història que hi ha entre anunci i anunci, no tenen molta qualitat que diguem, si no posen. "Solo en la chabola IX", repeteixen per enésima vegada un "Retorno al Futuro" que millor que es quedès allí al futur imperfecte d'on va venir.

Be amb tot això el que volem denunciar és la manipulació, intencionada i barroera per part de la "caixa tonta" que exercéix sobre la gent.

I a més a més encara tenim els programes escombreria on les fòrmules escatològiques de mal gust i el llenguatge agressiu i destrosat ocupa les millors zones horàries.

I pels nens que tenen pensades les teles?. Un Barrio Sesamo, un programa constructiu, un programa de divulgació ecològic?. No això es demanar massa, ja tenim prou amb els dibuixos japonesos de patades, cops i nens voladors, vaja tot real, tan real com la vida dels seus creadors.

Potser, i nosaltres els primers hauriem de tancar el televisor i tornar a la bona costum de contar històries o llegir, això si que és sa.

# Investigación grafológica sobre la línea

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

## 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.

## La línea como elemento de gran carga expresiva

Ante todo debemos recordar que la mayoría de las letras del alfabeto se materializan con una sola línea.

En general la línea es el elemento básico del grafismo que puede representar desde la forma básica más sencilla hasta la forma más compleja.

Desde el punto de vista grafométrico las principales propiedades representativas de la línea son:

- Expresividad
- Dinamismo
- Movimiento
- Acción
- Tensión

Estas formas de expresión se manifiesta a través del

- Grosor
- Longitud
- Orientación
- Posición
- Forma

En general, la línea recta y horizontal ante todo representa estabilidad, equilibrio, calma.

La línea recta vertical representa el equilibrio frágil si la dirección es ascendente, y por el contrario si la dirección es descendente representará la pérdida de estabilidad

La línea inclinada expresa tensión y desequilibrio

La línea quebrada es también un elemento de tensión que va desde el oposicionismo constructivo hasta la agresividad aleve o la terquedad manifiesta.

La línea curva es un elemento de suavidad, de adaptación al medio, de dinamismo y fluidez.

## Centros en los que se han desarrollado los talleres experimentales

Se han realizado los siguientes talleres

- Seminario Internacional de Pintura Creativa en Vernazza (Italia) / 12 participantes / 2007
- Taller de Grafología. Arte y Creatividad en EL Centro Cultural de Can Ratés en Cunit / Tarragona / 13 personas / 2007
- Taller de Grafología, Arte y Creatividad en el Centro de Artistas y Artesanos de El Vendrell / Tarragona/ 16 personas / 2007
- Curso de Grafología en la CEPTA de Reus / 14 personas / 2008
- Taller de Grafología Experimental en la Biblioteca de Roda de Bará / Tarragona / 15 personas. / 2008
- Curso en la Universidad de Verano URV / Salou / Tarragona / 25 personas / 2008
- 8º Simposium de Arte Contemporáneo S.I.V.E.R.A (Verbania-Italia) / 14 personas / 2008
- Curso de grafología en la CEPTA de Tarragona / 12 personas/ 2008
- Curso sobre el estrés laboral en el INSS de Tarragona / 10 personas / 2008

Total 121 personas

## PERFIL DE LOS PARTICIPANTES

### FRANJA DE EDAD MEDIA

25 a 45 años

### SEXO

63% HOMBRES

37% MUJERES

### NIVEL CULTURAL

Medio Alto

## INSTRUCCIONES

Tanto en los talleres como en los cursos de grafología creativa el ejercicio se realiza al comienzo de los mismos con el fin de que no estén condicionados por los conocimientos adquiridos, ya que el objetivo es que realicen las consignas que se les solicita de manera intuitiva y obedeciendo exclusivamente al impulso de los sentimientos que les evoca el concepto.

Se les pide que para expresar gráficamente las consignas deben hacerlo de un solo trazo es decir, sin levantar el útil del papel.

También se les explica que el rasgo a interpretar debe hacer referencia a una característica de la personalidad específica.

## LOS RASGOS A EXPRESAR ESTAN RELACIONADOS CON LA BIPOLARIDAD

LA PERSONA AGRESIVA-PACIFICA  
LA PERSONA ALEGRE-DEPRESIVA  
CON EL EQUILIBRIO MENTAL-  
TRASTORNO MENTAL

De manera complementaria solicitamos que el rasgo a expresar se relaciones con

LA PERSONA AMABLE  
LA PERSONA EUFORICA

Se trataba de especificar características de las personalidades suficientemente claras y precisas como para que despertaran en ellos una representación mental rápida y espontánea. De tal manera que fuese fácil para ellos la expresión grafica.

Para facilitar esta tarea recurrimos también a pedirles la representación simultánea de rasgos de personalidad opuestos, con el fin de que comprendieran mejor el rasgo de personalidad o característica solicitada

Una vez finalizado el ejercicio analizamos con ellos una posible interpretación de sus grafismos y aclaramos aspectos tales como el inicio y final de algunas líneas o aquellos aspectos que ellos habían querido destacar con sus rasgos.

## FACTORES GRAFOLOGICOS A MEDIR

Consideraremos aspectos relacionados con

La forma  
La dimensión  
La presión  
La velocidad  
El espacio

## SECUENCIA DEL ANALISIS

Análisis del aspecto concreto  
Hipótesis de trabajo  
Algunas peculiaridades del aspecto  
Análisis comparativo del binomio  
Anexos

## BINOMIO

Amabilidad  
Agresividad

César Reglero

# PSICOLOGÍA E INICIACIÓN AL EJERCICIO

Los programas al inicio se basan en estrategias para conseguir que las personas se inicien y mantengan en las pautas del deporte que han elegido.

Siguiendo a Buceta et al. (1996) daremos unas indicaciones para fomentar el éxito de estos programas de entrenamiento:

- Se debe crear una motivación básica para la iniciación y el mantenimiento de la persona en la práctica, basada en el tipo de deporte elegido, los costes y beneficios que su práctica aporta, así como las expectativas que se fija, etc.
- Se pueden aplicar estrategias psicológicas aplicadas a la toma de decisiones (matrices de costes-beneficios) y establecimiento de objetivos.
- Se debe seleccionar la actividad más apropiada, hay una relación positiva entre esta actividad y el nivel de gratificación personal experimentado,

esta relación suele ser un buen predictor de éxito.

- Elaborar un plan de trabajo físico, con el primer propósito de que el sujeto se adhiera al ejercicio de forma regular, para ello, este plan inicial deberá ser: poco amenazante, con un mínimo coste y muy gratificante (cómodo). El segundo propósito se centra en los beneficios que el ejercicio aporta a la salud, aquí ya pueden establecerse una serie de exigencias (objetivos) para llegar al nivel de ejercicio propuesto.
- Por último debemos utilizar una serie de técnicas psicológicas para el control de la actividad: control de la respiración, establecimiento de metas, sistemas de procesamiento mental, control del pensamiento, etc.

Los programas deben adaptarse a cada deportista y en casos específicos deben estar supervisados por médicos y psicólogos, sobretodo cuando se han sufrido accidentes, lesiones, enfermedades previas o se tenga predisposición a ellas.

Josep Castellano



EDITA: PSICOTREX A.E.I.D.P  
DIRECTOR: JOSEP CASTELLANO MASDEU  
CONSELL DE REDACCIÓ: PSICOTREX

[www.psicotrex.com](http://www.psicotrex.com) / [psicotrex@gmail.com](mailto:psicotrex@gmail.com) / Apt. Correu 861 – 43080 Tarragona / Tlf. 637 – 224 110

Dipòsit Legal T-2150-2007

PSICOTREX, MAGAZINE DE PSICOLOGÍA 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.