

Percepción

La percepción es considerada como un proceso cognoscitivo que te presenta de manera sensible objetos en forma unitaria y estructurada en el espacio y en el tiempo, podría decirse que es un scanner que de manera rápida y espontánea interpreta todo lo que se te presenta, con la finalidad de seleccionar, organizar y dar significado a los estímulos recibidos.

La realidad se muestra a la mirada humana como una articulación ordenada de objetos, encontramos en la misma naturaleza diferentes niveles de complejidad sistemáticamente regulados en los que podemos descubrir diferentes niveles naturales, entre los que existe una interacción continua.

Cada persona da un sentido diferente a su entorno y percibirá de diferente manera el mismo hecho u objeto que el resto de las personas. El ser humano se percibe a sí mismo como un ser más en el mundo, diferente y semejante a los demás seres.

Por la percepción nos reconocemos a nosotros mismos y las cosas que hay en nuestro entorno, a través de la elaboración que hacemos de la información que nos llega por los sentidos. El sistema nervioso permite la actividad perceptiva que se origina a partir de la interacción física/ fisiológica entre algún tipo de energía y alguna parte del organismo (los receptores sensoriales, los sentidos).

La percepción es la elaboración mental de la información que llega a nosotros del mundo exterior, es el proceso de organización e interpretación que permite acercarte con la realidad y referirte después a ella sin necesidad de que se presente físicamente.

Percepción

Nuestra comprensión del mundo depende de la percepción que es acertada, la mayoría de las veces sirve para la supervivencia, permitiéndote ser consciente de lo que te rodea, e incluso de ti mismo. Por esto, es relevante saber cuánto corresponde la realidad con la información que crean nuestros sentidos, es decir, cómo convertimos la información del mundo físico en información psicológica. Tu entorno, educación y naturaleza influyen en tu conducta y la conducta de la persona en una situación en función de sus percepciones.

Elementos de la percepción:

El Perceptor: un individuo entra en contacto con una energía externa y trata de interpretarla, puede ser un objeto, sonido, imagen, olor, sabor, textura.

El Objetivo: las características del objetivo con que se entra en contacto.

La Situación: el contexto en el cual entramos en contacto con el objetivo, la contextualización es un aprendizaje complejo que nos permite percibir un objeto como siendo el mismo, independientemente del lugar diferente dónde se encuentre, al mismo tiempo que nos ayuda a discriminar (reconocer) objetos ya conocidos.

Percepción

La percepción implica la integración simultánea de diferentes señales de origen fisiológico (los sentidos) y psicológico que están presentes desde que nacemos, pero con la experiencia los vamos desarrollando más. El tiempo, actitudes, medio ambiente y otros factores situacionales también influyen en precisión perceptiva.

Ejemplo:

Si un maestro se siente presionado por el tiempo para cumplir con el programa establecido, las limitaciones de tiempo influirán en sus percepciones. Podrá percibir que los alumnos no tienen la velocidad de aprendizaje requerida.

Al contrario, si tiene tiempo sobrante para cumplir con el programa, le alcanzará para aplicar más ejercicios que aportarán al aprendizaje de los alumnos. Podrá percibir que los alumnos son altamente eficientes en su aprendizaje.

La percepción tiende habitualmente a la simplificación o agrupación debido a la excesiva riqueza y complejidad del mundo perceptivo, por lo que no se les puede explicar como producto de una simple sucesión de sensaciones, los hechos son más complejos.

El conjunto de lo que llamamos percepción ha sido estudiado por varios psicólogos dando origen a la teoría de la Gestalt fundada por Max Wertheimer, Wolfgang Köhler y Kurt Koffka en los primeros años de la Primera Guerra Mundial y cuya finalidad era analizar las leyes de la percepción humana y la dinámica entre la figura y el fondo. De aquí, precisamente, deriva la acepción alemana Gestalt. Esta

Percepción

palabra de origen germánico se ha traducido al castellano como forma o configuración (Sacristán Romero, 2005).

La Gestalt destaca la importancia de lo que aporta a la percepción el sujeto que percibe, cómo organiza la información sensorial, de esta forma señalan que existen leyes de organización perceptual:

Ley de la proximidad: los estímulos próximos entre sí, suelen agruparse juntos.

Ley de la semejanza: los estímulos de tamaño, color o forma similares, suelen agruparse juntos.

Ley del cierre: tendencia a completar una figura, de modo que tenga una forma general consistente.

Ley de figura y fondo: tendencia a agrupar sensaciones en figuras y fondos.

Ley de ambigüedad: los roles de figura y fondo se confunden e intercambian. Depende del receptor seleccionar esos roles.

Ley de dirección: esta ley marca una orientación en cualquier discurso visual. La mirada se dirige hacia un determinado sector.

Percepción

Ley de anomalía: se pone el acento en un elemento por diferenciarse al resto de una serie. Se considera fuera de la norma.

Ley de pregnancia: se consideran de mejor forma y se fijan en la memoria con más facilidad aquellas con alto grado de simplicidad, contraste o simetría.

Ley de simplicidad: ciertas formas, antes complejas tienden a reducir sus rasgos morfológicos hasta quedar constituidas por pocos elementos.

Ley de tensión: sirve para provocar mayor atención, la tensión se refiere a contrastes en colores, líneas quebradas u objetos fuera de ejes.

Existen además dos fenómenos importantes dentro de la percepción:

1. Predisposición perceptiva: la mayoría de las veces percibimos lo que esperamos ver o lo que se acomoda mejor con nuestras ideas sobre lo que tiene sentido. Debemos conocer la manera como nuestras expectativas influyen en la percepción.

Percepción

2. Constancia perceptiva: los patrones perceptivos se mantienen a pesar de que cambien, hacen posible las invariancias en un mundo en el que los objetos se encuentran en variación, por lo que permiten alcanzar un conocimiento de objetos estables, lo que otorga a esta propiedad perceptual una función capital en la adaptación.

Las leyes anteriores aplican tanto para estímulos físicos como sociales, ahora vamos a aplicar la percepción a las relaciones interpersonales.

¿De qué manera percibimos a las demás personas?

Atajos de la percepción

Existen diferentes atajos que frecuentemente se usan para relacionarse con otros:

Estereotipos:

Colocar a los individuos en ciertas categorías según estereotipos. Juicio de otra persona con base en la percepción personal del grupo al cual pertenece esa persona.

Ejemplo:

“Si Pedro se junta con el grupo EMOS de la universidad, es un EMO”

Percepción

Proyección:

Percibir a los demás de acuerdo con lo que ella misma es, más que de acuerdo con lo que realmente es la persona observada.

Ejemplo:

“Martha es muy inteligente, tiene el mismo método de estudio que utilizo yo”

Percepción selectiva:

La gente interpreta lo que ve con base en sus intereses, historia, experiencia y actitudes.

Ejemplo:

“A mí ya me ha pasado antes y siempre es lo mismo, si tu novio no te habla el fin de semana es que tiene otra novia”

Efecto de Halo:

Dibujar una impresión general acerca de un individuo con base en una característica única.

Ejemplo:

“Ya se complicó todo, si Lucía ya nos quedó mal con la primera entrega del proyecto, ya nos quedará mal con el resto”.

Percepción

Al final de este punto podemos notar cómo nuestras experiencias personales, características, ideas, etc. afectan nuestra forma de relacionarnos con nuestro ambiente y las personas que en él habitan.

Conocer estas leyes o tendencias en la percepción nos debe llevar a una búsqueda cada vez mayor de una autorregulación y buen contacto con el entorno. Debes ser cuidadoso y objetivo en el proceso perceptivo, la persona se construye utilizando su percepción en pro de su desarrollo y crecimiento, nunca para opacar o destruir al otro.