

CHAT DEL MIÉRCOLES 18 DE ENERO DE 2012.

SOBRE LA INCERTIDUMBRE

10:59:21 <balderrama> La incertidumbre es la regla en la vida, de pocas cosas tenemos la certeza, uno de los indicadores de salud mental es la forma en la que enfrentamos la incertidumbre, la toleramos? la vivimos con un prejuicio optimista?

18/01/2012 10:59:44 <balderrama> con un prejuicio pesimista? Cuando uno cuando otro?

18/01/2012 11:00:23 <balderrama> Hoy la propuesta es hablar alrededor de la incertidumbre

18/01/2012 11:02:21 <Laura> Buenos días!

18/01/2012 11:06:31 <balderrama> Si lo revisan estamos hablando de como se enfrenta a la vida

18/01/2012 11:13:46 <Kiki> algo pasa con la incertidumbre que comienza como una semilla de curiosidad excitante, pero luego algo pasa (no se que) que puede mutar en miedo, a veces terrible

18/01/2012 11:13:57 <Kiki> a veces

18/01/2012 11:13:58 <balderrama> Existe siempre un prejuicio inconsciente, por ejemplo cuando hacemos planes a largo plazo, estudiar, casarse, un viaje, incluso una cita para la próxima semana

18/01/2012 11:14:53 <balderrama> estamos dando por cierto que estaremos vivos, sanos y en condiciones que permitan realizar el proyecto

18/01/2012 11:15:05 * usuario539 se une a Mi sala

18/01/2012 11:16:36 <balderrama> De hecho existe toda una industria de las agendas, se deduce que hay prejuicios optimistas con respecto a la longevidad, incluso hay quien ahorra para la vejez

18/01/2012 11:18:33 <Kiki> la expectativa de vivir mucho es algo relativamente novedoso en la humanidad, y la incertidumbre ha estado siempre

18/01/2012 11:18:41 <balderrama> Ojo, suena a broma, pero por ejemplo los narcos, viven con el prejuicio de que vivirán poco tiempo (prejuicio justificado por cierto) solo que no es que el prejuicio "viviré poco tiempo" lo lleve a dedicarse al narco, sino que dedicarse al narco lo coloca en ese riesgo

22:16 <balderrama> de curiosidad excitante a miedo, que pudo haber pasado?

18/01/2012 11:24:45 <Kiki> supongo que a veces los sucesos tienen pistas que se pueden reconocer que caerían en situaciones desagradableso todo lo contrario pistas de situaciones tan novedosas que no hay punto de referencia ?

18/01/2012 11:27:21 <balderrama> De acuerdo, pueden aparecer indicadores de reales, que incrementen o reduzcan la probabilidad de que tal cosa ocurra

18/01/2012 11:31:24 <Kiki> un día estaba con la ginecóloga y me diagnosticó una UTI, yo creo que puse una cara de angustia tal que ella me dijo en seguida del diagnóstico : no te preocupes tanto ya has vencido infecciones antes, con esta también podrás

18/01/2012 11:31:57 <balderrama> Pero el prejuicio inicial provoca confianza (fe) y por lo tanto actitud y acción que apunten a lograr algo o por el contrario miedo, y con ello actitudes y acciones de precaución, huida o incluso pelea (Le llamamos la "profecía auto cumplida")

18/01/2012 11:32:13 <Marce> se ve que la circunstancia de cada persona lo colocaría en un prejuicio determinado

18/01/2012 11:32:33 <Kiki> esa certeza del conocimiento previo y del éxito anterior me alivio mucho

18/01/2012 11:33:55 <balderrama> y la creencia (confianza) de que estás en manos de una experta competente

18/01/2012 11:35:27 <balderrama> Insisto en que creer no implica dudas, por el contrario es "dar por cierto", es una emoción, no un pensamiento

36:57 <Kiki> es emoción es natural? es decir se da por default?

18/01/2012 11:38:08 <Marce> un me late o corazonada en vez de pienso que

18/01/2012 11:39:00 <Marce> yo lo vivo como algo aprendido

18/01/2012 11:39:46 <Kiki> el pienso que, o el me late que ? que es lo aprendido en tu caso ?

18/01/2012 11:39:47 <Marce> mi mama, es la persona más optimista y positiva que conozco, ella ante cualquier situación siempre espera lo mejor; y yo pense que asi era todo mundo;

18/01/2012 11:41:23 <balderrama> Una parte por default (es decir por la carga biológica que produce sustancias que generan confianza), otra por aprendizaje, me educaron en el miedo o en la confianza, otra por la confianza en los recursos propios ("El ave canta aunque la rama cruja... ¡como que sabe lo que son sus alas!), otra por experiencias, por interpretación de la realidad, por formas aprendidas de solucionar problemas, etc.

18/01/2012 11:44:26 <balderrama> Pero (y vuelvo a un cuestionamiento que hacía Kiki) dado que la fe, la confianza básica es irracional...

18/01/2012 11:44:27 <Kiki> si alguna de estas fallan (estoy pensando en las dos primeras) tendremos a un inseguro irredento?

18/01/2012 11:45:00 <balderrama> educar a los hijos en la racionalidad NO les dará confianza

18/01/2012 11:45:22 <balderrama> Pero educarlos en la irracionalidad tampoco

18/01/2012 11:47:25 <usuario117> DR. POR QUÉ LA MAYORIA DE LAS PERSONAS VIVIMOS CON MIEDO?

18/01/2012 11:48:22 <Kiki> lo que si me di cuenta con lo que paso en los días anteriores, es que no hay algo o alguna manera universal de percibir la confianza

18/01/2012 11:48:41 <balderrama> El proceso sería que primero desarrollen la confianza (como emoción), luego (cuando el cerebro tenga capacidad para pensar con lógica) sometan a duda (crítica) lo que se justifique y cuando se justifique sin que la duda sea vista como peligrosa o prohibida

18/01/2012 11:48:50 <mariana c.> ¿será por eso que se sugiere la educación en la fe?

18/01/2012 11:50:40 <balderrama> Cuando comemos damos por cierto que ese bocado tiene calidad y condiciones que permiten que lo ingiera, sería absurdo tratar de verificar racionalmente cada dato, creo (fe) en la cocinera que preparó el platillo y me lo como feliz

18/01/2012 11:50:41 <Marce> en eso estaba pensando mariana, que la fé nos invita a confiar, estar serenos, y que la esperanza es optimismo

18/01/2012 11:51:54 <Kiki> la fe en que, por que así lanzada al aire no veo que sirva, yo solo entiendo la fe dirigida a algo....como es la cosa?

18/01/2012 11:53:36 <balderrama> Si es un problema social grave el que las instituciones y personajes que deberían provocar confianza (fe) han perdido autoridad moral. Hablo de gobernantes,, policías, maestros, sacerdotes, padres de familia, médicos, etc.

11:56:44 <usuario117> CÓMO, AUTORIDAD MORAL?

18/01/2012 11:57:22 <usuario117> Disculpe mi ignorancia

18/01/2012 11:57:33 <balderrama> Pérdida de autoridad moral significa que han dejado de ser confiables

18/01/2012 11:57:46 <usuario117> Gracias Dr.

18/01/2012 11:57:55 <mariana c.> yo me refiero a educar en la fe en dios

18/01/2012 11:58:07 <balderrama> han dejado de ser "dignos de crédito"

18/01/2012 11:58:24 <usuario117> Gracias, ya me quedo claro.

18/01/2012 11:58:43 <mariana c.> en que por encima de las circunstancias y los problemas, hay una relación con dios que puede no quebrantarse

18/01/2012 11:59:08 <mariana c.> y encontrar un sentido más profundo a las experiencias que tenemos cada día

18/01/2012 11:59:30 <balderrama> Hablo de grupos, de prejuicio ante el rol, no tiene que ocurrir que todos los... sean no confiables, pero ya no es el peso de la etiqueta sino la individualidad, por ejemplo paradójicamente

18/01/2012 12:00:48 <balderrama> Nunca en la historia de la humanidad los médicos habían sabido tanto como en esta época, y nunca en la historia habían tenido menos autoridad moral

18/01/2012 12:01:16 <mariana c.> igual los maestros y los licenciados...

18/01/2012 12:03:11 <balderrama> Mariana eso de educar en la fe en Dios, puede ser útil, pero ojo hay gente que educa en el "temor a Dios"

18/01/2012 12:03:19 <mariana c.> como dice el tango: ahora cualquiera es un señor y cualquiera es un ladrón

18/01/2012 12:03:30 <Kiki> y a los padres nos van empujando por ese tobogán.....si nos dejamos...

18/01/2012 12:03:38 <mariana c.> sí, coincido en eso, dr.

18/01/2012 12:03:58 <usuario117> Por lo regular se nos inculca miedo a Dios más que amor a Dios

18/01/2012 12:04:55 <balderrama> Bueno el tiempo se acabó, gracias por pensar en voz alta. Nos conectamos el próximo lunes. Bye

18/01/2012 12:05:16 <mariana c.> gracias, ¡hasta luego!