

Pienso, siento, hablo





INFLUENCIA DE EL PENSAMIENTO EN EL LENGUAJE

Benjamín Lee estudio a los esquimales y su amplio vocabulario para designar la nieve; ya que la nieve es muy relevante en sus vidas



COMO SE DICE NIEVE EN EL CLIMA CÁLIDO

- **Nieve**
- **Hielo**

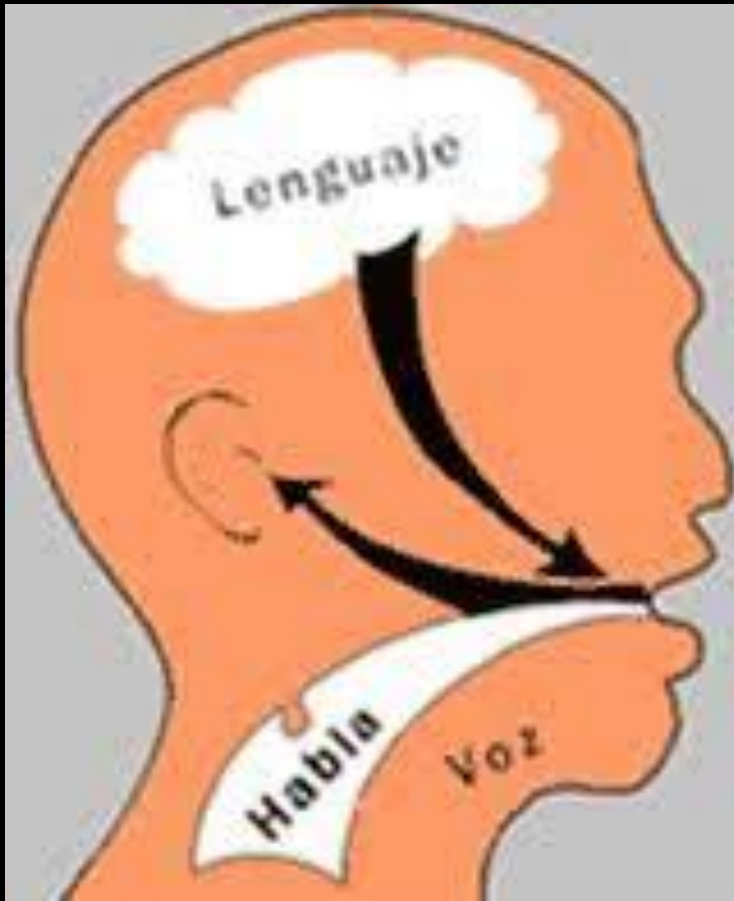
COMO SE DICE NIEVE EN EL CLIMA FRÍO (ESQUIMALES)

- 1.- lumi: nieve
2.- pyry: lluvia de nieve
3.- myräkkä: tormenta de nieve
4.- rae: granizo
5.- räntä: aguanieve
6.- tuisku: lluvia de nieve con viento fuerte
7.- laviini: pequeña avalancha
- 8.- hyhmä: nieve flotando sobre el agua
9.- loska: nieve, agua y barro mezclados juntos
10.- sohjo: aguanieve; agua y nieve mezcladas

Hipótesis de la relatividad lingüística



**Las lenguas reflejan
las necesidades de
sus habitantes**



Pensamos a
través del
LENGUAJE
interno

Pienso luego siento



Pienso: yo creo que me está engañando
Siento: dolor emocional

Todo sentimiento va después de un pensamiento

Pienso: yo creo que
me está engañando

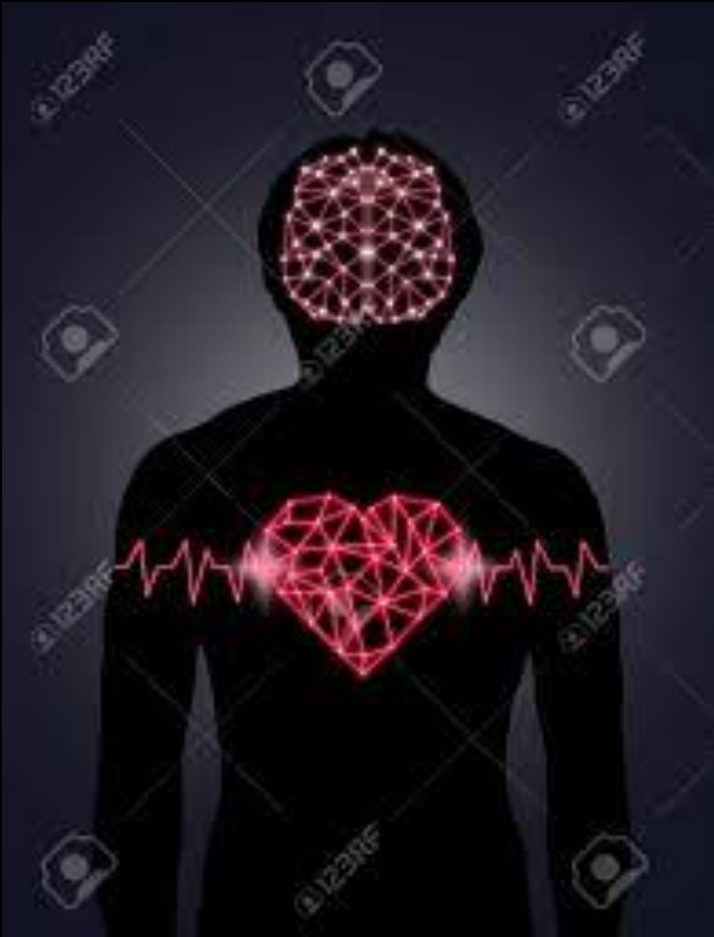
Siento: dolor
emocional



Pienso: yo creo que está
dormido en casa

Siento: tranquilidad

Lenguaje interno del depresivo

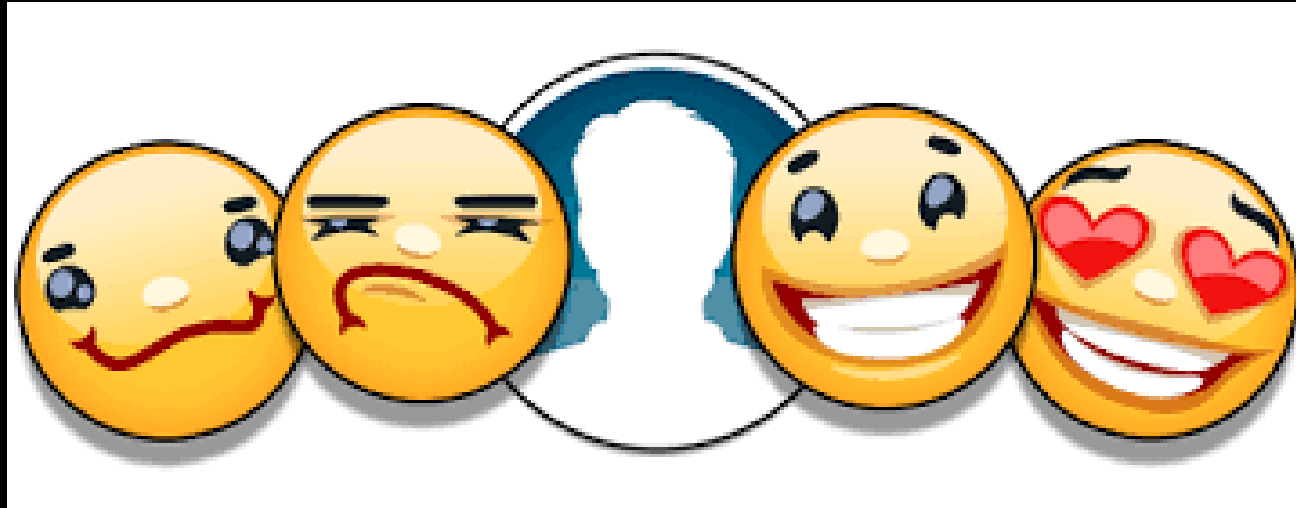


Piensa así:

- Mi vida no vale la pena
- Soy un fracaso
- Todo me sale mal
- Nadie me quiere
- Tengo miedo

¿Cómo se sentirá pensando así?

El lenguaje es el reflejo de nuestro pensamiento y estado de ánimo



Estás caritas piensan:

- De nuevo para el trabajo...
que pereza
- Estoy triste

Estás caritas piensan:

- Que hermoso día
- Estoy feliz

Psicología Cognitiva



Trabaja cambiando los pensamientos;
el lenguaje interno.

Si cambias lo que piensas,
cambias lo que sientes.

**Cuando un paciente se
siente mal....**

Le preguntamos

¿Qué estás PENSANDO?

No que estás sintiendo

los pensamientos,
los sentimientos y
el lenguaje,
están íntimamente
relacionados...

Gracias

