

## LABORATORIO yodai

AUDIOS DEL PODCAST

*(El texto escrito puede tener leves diferencias con el audio al adaptarlo para la lectura)*

### IPP 3. Desarrolla la "autopercepción biodigital"

En este podcast me voy a centrar más en la autopercepción biodigital que he mencionado y que se entrena con el IPP.

El ADSM (Análisis Digital de Sistemas Mentales) surge en buena parte al mirarnos en el espejo de las máquinas y sobre todo de la inteligencia artificial.

Por eso se desarrolla ahora una autopercepción biodigital y no antes de la era digital.

Porque es una nueva manera de concebirse interiormente. Es una nueva manera de concebir el yo. Cuando nos preguntamos o nos preguntan: ¿quién eres y qué haces? uno se pone hacer una novela, una literatura psicológica en donde cuenta una serie de cosas. Yo me llamo tal y cual, me dedico a esto siento estas cosas, pienso que la vida es tal otra.

Es un relato. Una especie de literatura novelada y entonces tenemos un discurso psicológico muy literaturizado. Hablamos como si escribiéramos novelas donde mezclamos contenidos emociones, hechos, frases, textos, impresiones de cosas y conductas y eso representa el yo, el yo soy, yo estoy, yo siento, voy, hago, subo, bajo...

Estas cosas componen nuestro relato y así nos auto percibimos o así nos contamos como nos auto percibimos. Y eso está muy bien. Somos así.

En el mundo actual sobre todo el mundo futuro en la sociedades con entorno y dispositivos tecnológicos inteligentes tenemos, nos enfrentamos a que ese relato, tal como lo creamos y comunicamos, las máquinas no lo entienden. Pero, por el contrario, ellas, sí nos leen como si fuéramos datos y algoritmos. Nos cuantifican, nos sensobiometrizan, por decirlo más técnicamente, nos algoritmizan, nos predicen y lo más importante, es que determinan nuestro comportamiento.

Por eso se irá haciendo imprescindible una autopercepción diferente. Una autopercepción biodigital.

Yo suelo repetir el mantra: "no dejes que te digitalicen, digitalízate tú". Antes de que nos digitalicen las máquinas es importante el testeo del IPP porque con ese gesto, somos nosotros mismos los que transformamos la experiencia, en dato. Así las máquinas entenderán lo que queremos que entiendan y no lo que solas digitalizan sobre nosotros.

Este tema lo abordaremos también más adelante, pero quería introducir la compleja relación que tenemos y tendremos con las máquinas y sus IAs, porque se irá haciendo central en el tratamiento de la interioridad.

Pues eso. Por aquí lo dejo y nos queda aún el último podcast antes del cierre.

Que la plenitud biodigital te vaya llenando los segundos, minutos y días y la gestiones de maravilla.