



Nombre de alumnos: HUGO JAVIER GORDILLO ABADÍA

Nombre del profesor: ANA ESTELÍ HIDALGO MARTINEZ

Nombre del trabajo: Reporte de lectura

Materia: Psicología general

Grado: 3° cuatrimestre

Grupo: A

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de julio del 2020.

ESTADO DE CONSCIENCIA Y EL SUEÑO COMO ESTADO DE CONSCIENCIA.

Como ya sabemos la consciencia es el conocimiento que un individuo tiene de sus pensamientos, sus sentimientos y sus actos, es la capacidad propia de los seres humanos de reconocerse a sí mismos, de tener conocimiento y percepción de su propia existencia y de su entorno. En este sentido, la consciencia está asociada a la actividad mental que implica un dominio por parte del propio individuo sobre sus sentidos.

Como pudimos notar en nuestra lectura existen cuatro tipos de consciencia. El sueño profundo que es el estado que tenemos cuando estamos dormidos en la cama, cuando nuestro cuerpo físico descansa. La vigilia estado que tenemos cuando abrimos los ojos al mundo físico, en el que creemos que estamos despiertos por el mero hecho de abrir los ojos al mundo físico. Recuerdo de sí o consciencia de sí es el estado de consciencia que tenemos cuando nos observamos a nosotros mismos y estamos en íntima recordación de nuestro ser. Y consciencia despierta es el estado que tiene todo aquél que ha alcanzado su Conciencia Divina, todo aquél que ha despertado totalmente su Conciencia, de hecho se convierte en un Hombre de Conciencia Despierta.

Y podemos decir que el estado de consciencia, se puede definir como el estado en el que se encuentran activas nuestras funciones neurocognitivas superiores (atención, percepción, lenguaje, funciones ejecutivas, memoria y coordinación). El tener consciencia es tener una experiencia -la experiencia subjetiva, el fenómeno de ver una imagen, oír un sonido, tener un pensamiento o sentir una emoción - Tenemos consciencia incluso cuando “soñamos despiertos” o cuando soñamos dormidos, ya que tenemos experiencia.

Los ensueños ocurren sin esfuerzo, a menudo cuando queremos evadir un poco las exigencias del mundo real, y nos dice que los sueños son un mecanismo con que procesamos la copiosa información recibida durante el día; dicha información nos permite recuperar las ideas dejándolas de lado para análisis posterior y transformarlas en formas nuevas y más útiles.

La consciencia solamente se desvanece en el sueño profundo, en estados de anestesia general, o en otros estados en los que no experimentamos nada. Se sabe que para tener consciencia es necesario el correcto funcionamiento de unas estructuras cerebrales determinadas.

Estos temas fueron muy interesantes y relevantes para mí, ya que es muy interesante tener el conocimiento sobre nuestra consciencia, que es, que funciones tiene en nuestra existencia y que tipos de consciencia existen y considero que es importante tener conocimiento sobre ello ya que mientras dormimos nuestro cerebro sigue funcionando y es un enigma saber lo que sucede en esos momentos durante dormimos.

En lo particular fue un tema interesante pero algo complicado de comprender, ya que es algo complejo y no tengo una noción muy clara sobre el tema, pero un tema muy interesante que espero aprender mucho sobre el.