



**NOMBRE DEL ALUMNO: ANA GABRIELA MATIAS GONZALEZ**

**NOMBRE DEL PROFESOR: MARIA DEL CARMEN BRIONES MARTINEZ**

**NOMBRE DEL TRABAJO: CUADRO SINOPTICO**

**NOMBRE DE LA MATERIA: PSICOLOGIA GENERAL**

**GRADO: 3ER CUATRIMESTRE**

**GRUPO: "A"**

E  
S  
T  
A  
D  
O  
S  
D  
E  
C  
O  
N  
S  
C  
I  
E  
N  
C  
I  
A

Concepto de consciencia

Es la capacidad propia de los seres humanos de Reconocerse a si mismo, de tener conocimiento y percepción De su propia existencia y de su entorno.

-una persona consciente es aquella que tiene conocimiento de lo que ocurre consigo y en su entorno.  
-en la consciencia en dos grandes áreas: la consciencia de vigilia (o conocimiento Consciente). Que abraca los:

-los pensamientos

-los sentimientos

-y las percepciones que surgen cuando estamos Despiertos y en un estado de alerta razonable.

Evolución del estudio de la consciencia

La evolución de la consciencia se va dando a través de Multiples vidas y de la acumulación de experiencias Adquiridas con los diferentes cuerpos, en planetas Y dimensiones.

-la evolución de la consciencia esta relacionada con el periodo entre vidas.

-la consciencia se manifiesta en el periodo entre vidas cuando pasa Por la muerte biológica, descartando así su soma (cuerpo físico).

Estados de consciencia

El hombre puede estar en cuatro estados de Consciencia. Desgraciadamente esta siempre Entre los dos estados primeros o mas bajo, Entre el sueño y la vigilia, o la vigilia y el sueño.

-primer estado: sueño profundo, estado que tenemos cuando estamos dormidos en la cama, cuando nuestro cuerpo físico descanza.

-segundo estado: vigilia, estado que tenemos cuando abrimos los ojos Al mundo físico.

-tercer estado: recuerdo de si o consciencia de si, es el estado de consciencia Que tenemos cuando nos observamos a nosotros mismos y estamos en Intima recordación de nuestro ser.

-cuarto estado: consciencia despierta, es el estado que tiene todo aquel que ha Lanzado su consciencia Divina, todo aquel que ha despertado totalmente su Consciencia.

E  
S  
T  
A  
D  
O  
S  
D  
E  
C  
O  
N  
S  
C  
I  
E  
N  
C  
I  
A

El sueño como estado de consciencia

El estado de consciencia o conciencia se puede definir como el estado en el que se encuentran activas nuestras funciones neurocognitivas superiores (atención, percepción, lenguaje, funciones ejecutivas, memoria y coordinación).

Tener conciencia significa tener una experiencia-la experiencia ejecutiva,

- el fenómeno de ver una imagen
- oir un sonido.
- tener un pensamiento o sentir una emoción.

Características del sueño

Los sueños ocurren sin esfuerzos, a menudo cuando queremos evadir un poco las exigencias del mundo real. Pero para algunos psicólogos no tiene valor positivo ni práctico. La investigación de los patrones del sueño muestra que el sueño normal se realiza en varias etapas.

- etapa uno: comienza tras el estado inicial "crepuscular", que se caracteriza por ondas alfa irregulares de bajo voltaje y por un estado de vigilia relajada.
- las etapas 2 y 3: se caracterizan por un sueño cada vez más profundo.
- durante la etapa 4: cuando el cerebro emite ondas delta muy lentas. La frecuencia cardíaca y respiratoria, así como la presión sanguínea y la temperatura corporal presentan el nivel más bajo que alcanzarán durante la noche.