



**Nombre de alumno: Rodríguez Pérez
Gina Elizabeth**

**Nombre del profesor: Ana Estelí
Hidalgo Martínez**

**Nombre del trabajo: Mapa
Conceptual**

Materia: Psicología General

Grado: 3° cuatrimestre

Grupo: Psicología

Comitán de Domínguez Chiapas 30 de Julio 2021

Estados de consciencia

El sueño como estado de consciencia

Es

Estado se da cuando el sujeto tiene conocimiento de si mi mismo y del entorno que le rodea.

Se

Estructuran

Nivel de alerta

Consciencia del entorno

Se establece una diferencia entre focalizar la atención hacia fuera, hacia el ambiente; y focalizarla hacia dentro, hacia uno mismo (autoconsciencia

Nivel de alerta
Autoconsciencia
Meta-autoconsciencia

Características del sueño

Los ensueños ocurren sin esfuerzo, a menudo cuando queremos evadir un poco las exigencias del mundo real.

Soñar

Los sueños son experiencias visuales o auditivas que ocurren principalmente durante los periodos de movimientos oculares rápidos.

Alteraciones artificiales de la consciencia

Privación sensorial
Meditación
Hipnosis

Dormir

Reposar, con los ojos cerrados, en un estado inconsciente en el que se produce la suspensión de las funciones sensoriales y de los movimientos voluntarios.

Contenido de la consciencia). Se necesita estar en estado de vigilia para tener consciencia (con la excepción del estado REM).