



Mi Universidad

Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Citlali Jazmin Catemaxca Escobedo.

Nombre del tema: Estados de la conciencia

Parcial: IV.

Nombre de la Materia: Psicología General.

Nombre del profesor: Lic. Sandy Naxchiely Molina Reyes.

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Psicología.

Cuatrimestre: 3ero.



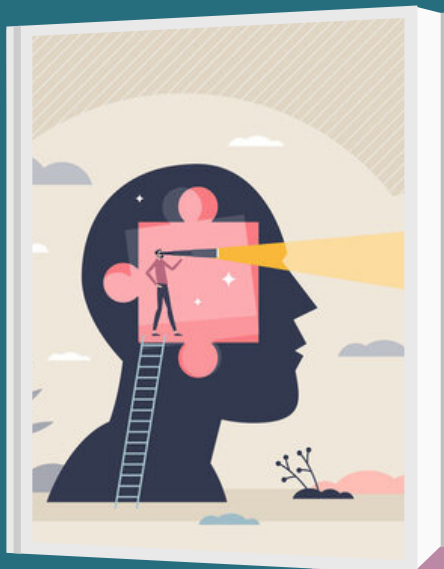
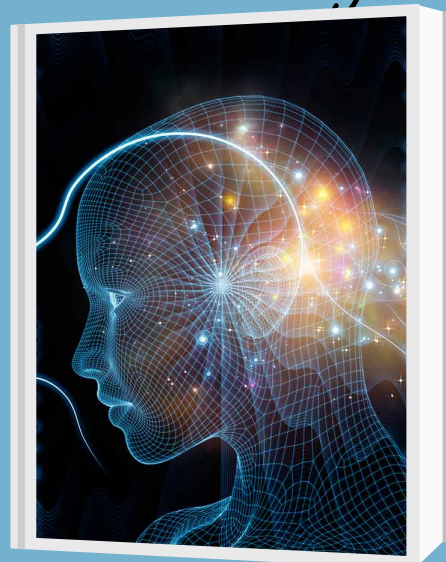
ESTADOS DE LA CONCIENCIA

Estados de la conciencia: sueño y vigilia

La cronobiología se encarga del estudio de los ritmos circadianos, los cuales son cambios mentales, físicos y conductuales que siguen un ciclo diario.

El sueño: Es un proceso reversible y una necesidad básica biológica y fisiológica que representan un cambio en los estados de conciencia y alerta.

La vigilia: Es un estado consciente que se caracteriza por un alto nivel de actividad, en especial en relación al intercambio de información entre el sujeto y su medio ambiente

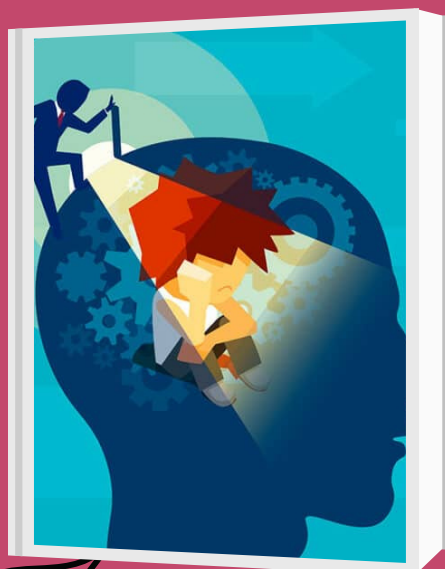
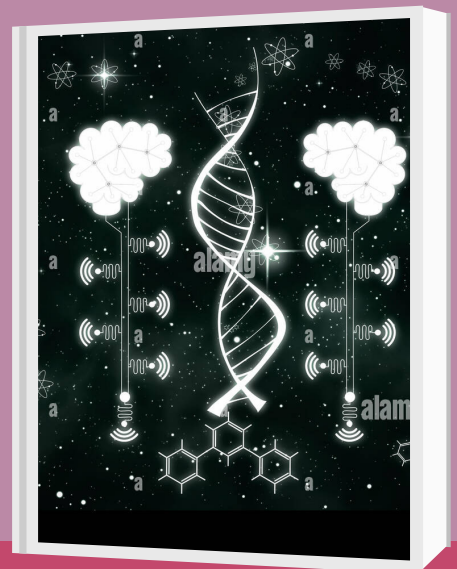


La conciencia

La conciencia 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

Evolución del estudio de la conciencia:

Darwin y Beagle uno de ellos puede enunciar se como la distinción filosófica del siglo XX entre la Conciencia fenoménica: Se refiere a únicamente a la experiencia subjetiva.
Conciencia de acceso: Incorpora la habilidad para reportar verbalmente experiencias.



Estados de la conciencia

El estado de conciencia es un concepto que tiene dos grandes componentes:

- El nivel de alerta (el nivel, o estado de conciencia)
- La conciencia del entorno y de uno mismo (contenido de la conciencia).

Contenido de la conciencia :

En el primer nivel o estado de conciencia se establece una diferencia entre focalizar la atención hacia fuera, hacia el ambiente.

1. Nivel de alerta: Cuando alguien está alerta pero no consciente, un organismo experimentará percepciones, sensaciones, pensamientos.

2. Nivel de autoconciencia: La capacidad de ser el objeto de nuestra propia atención

3. Nivel de meta-autoconciencia: ser consciente de que uno es autoconsciente.



Los ritmos de la vida

Los seres humanos también tienen sus propios ritmos. Los ritmos biológicos influyen en la habilidad para sentir y percibir los estímulos.



El sueño como estado de la conciencia



Bases anatomofisiológicas:

Sistema Activador Reticulo Ascendente, su función consiste y desincronizar en forma difusa la electrogénesis cerebral, inhibiéndolo el sueño.

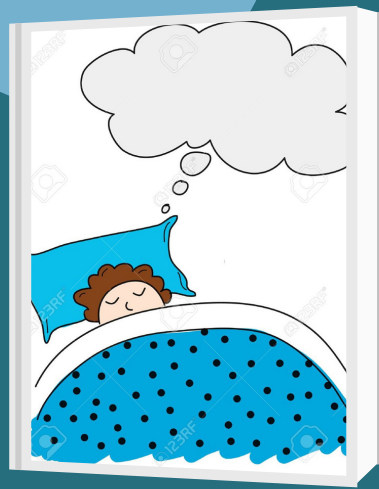
Sueño y maduración cerebral : El registro EEG del sueño de un recién nacido y un niño pequeño muestran la diferencia entre dos grandes etapas:

.1.Sueño lento:Predomina la actividad delta, correspondiente a sueño NREM.

.2.Sueño inquieto (sueño REM) : Se caracteriza por una actividad rápida, movimientos oculares e hipotonía generalizada.

Características del sueño

El sueño es un ritmo biológico innato esencial para la supervivencia.



El estudio del sueño



Durante una noche normal, el ser humano atraviesa cinco etapas del sueño:El sueño MOR y cuatro más conocidas como etapa 1,2,3 y 4.

1. Sueño ligero :Respiración más irregular y músculos relajados.

2. El sueño profundo: La temperatura del cuerpo desciende.

3. Aparece una nueva onda cerebral:Delta, es grande y lenta (pérdida mayor de conciencia).

4. El sueño a nivel más profundo:Se llega a un nivel de inconsciencia.

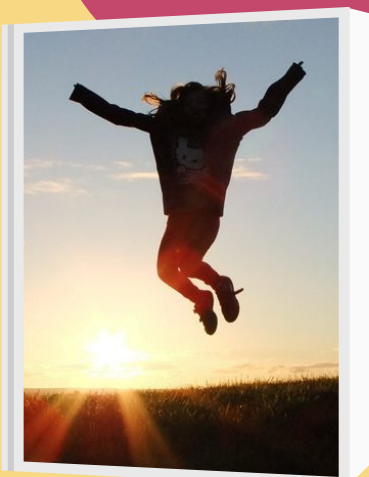
Alteración de la conciencia

Por siglos las personas han encontrado formas de alterar su conciencia, a través del uso de sustancias psicoactivas (alcohol y drogas) o a través de la hipnosis.

Hipnosis: Interacción social en la que una persona responde a la sugestión ofrecida por otra persona.



Motivación



La motivación es una actitud continuada en el tiempo con el objetivo de satisfacer una necesidad u objetivo.

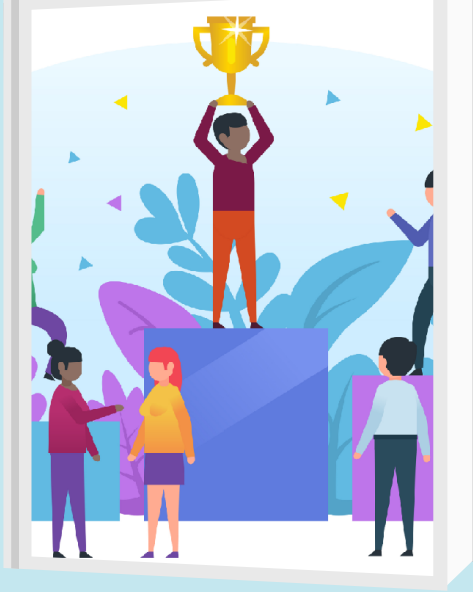
Motivos desencadenados por algún tipo de estímulo:

1. Condición corporal.
2. Señal del ambiente.
3. Sentimiento.

Características de la motivación

Ciclo motivacional:

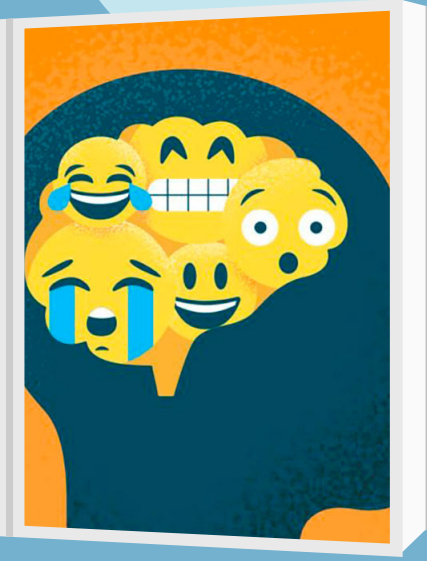
- Equilibrio inicial.
- Estímulos.
- Necesidad.
- Estado de tensión.
- Comportamiento.



Emoción

El conjunto de reacciones orgánicas que experimenta un individuo cuando responden a ciertos estímulos externos.

La emoción se caracteriza por ser una alteración del ánimo de corta duración pero, de mayor intensidad que un sentimiento.



Tipos de emociones:

Emociones primarias o básicas: son aquellas que son innatas y que responde a un estímulo. Son: ira, tristeza, alegría.

Emociones secundarias: son aquellas que se generan luego de una emoción pEmociones positivas y negativas: son las que afectan las conductas de las personas, por lo que algunas emociones pueden generar acciones o reacciones positivasrimaria, vergüenza, culpa.

