



# **SUPER NOTA**

*Nombre del Alumno: Luis Enrique Díaz Rodríguez*

*Nombre del tema: Naturaleza y funcionamiento – Estados de la conciencia*

*Parcial: 2°*

*Nombre de la Materia: Psicología general*

*Nombre del profesor: Guadalupe Recinos Vera*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología*

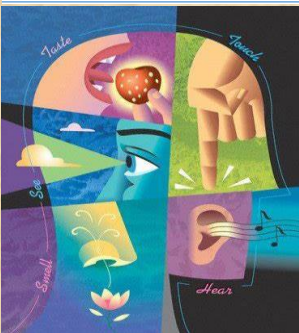
*Cuatrimestre: 3°*

## Naturaleza y funcionamiento

Naturaleza del proceso perceptual:

La percepción es un proceso cognoscitivo, una forma de conocer el mundo.

La percepción es un proceso complejo que depende tanto del mundo que nos rodea, como de quien percibe. Aportaciones del entorno Como observadores, se tiene la capacidad de rescatar las propiedades válidas del mundo circundante, a partir de la información sensorial.



Bases fisiológicas de la percepción, sensaciones:

### SENSACIÓN

Las sensaciones son la respuesta directa e inmediata a una estimulación de los órganos sensoriales. Los cinco sentidos: vista, oído, tacto, olfato y gusto.

### LA PERCEPCIÓN

El acto de percibir:

Es el conocimiento de las respuestas sensoriales a los estímulos que las excitan. Por la percepción distinguimos y diferenciamos unas cosas de otras, nuestro ser del mundo, nuestra realidad de las otras cosas.



Memoria.



Es la capacidad mental a la que más recurrimos y a la que mayor esfuerzo exigimos, aunque a todos nos ha traicionado alguna vez. Gracias a la memoria, recuperamos imágenes y escenarios del pasado, conservamos nuestras experiencias y emociones, y 85 elaboramos nuestra historia personal. No podemos vivir sin conciencia de lo que hemos vivido

## Naturaleza y funcionamiento

### Pensamiento.

El pensamiento es un proceso mental que implica la manipulación de información bajo la forma de imágenes, conceptos o proposiciones y que se infieren a partir de nuestra conducta. El pensamiento se hace evidente cuando, por ejemplo, resolvemos un problema determinado o tomamos alguna decisión.



### Lenguaje.

El lenguaje es una estructura conformada por códigos lingüísticos que permiten expresar las imágenes o representaciones mentales que crea el individuo en su mente, del mundo que percibe con sus sentidos. El lenguaje puede ser una limitación para la creación de ideas o para representar las emociones que una persona pueda experimentar.

### Inteligencia

La forma en que alguien define la inteligencia depende de a quién se interroga y las respuestas difieren en función del tiempo y lugar en el que se dan las respuestas. La cultura influye parcialmente en las conductas que se perciben como ejemplos de conducta inteligente.

El concepto de inteligencia se enfoca en las habilidades que facilitan y mantienen las relaciones grupales armoniosas.

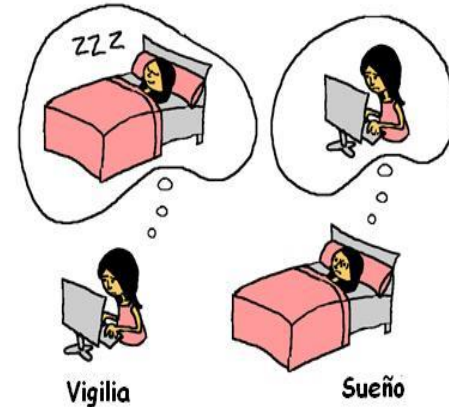


## Estados de la Conciencia

Estados de la conciencia: sueño y vigilia

La cronobiología se encarga del estudio de los ritmos circadianos, los cuales son cambios físicos, mentales y conductuales que siguen un ciclo diario y que responden, principalmente, a la luz y a la oscuridad en el ambiente de un organismo.

El sueño es un proceso reversible y una necesidad básica biológica y fisiológica que representa un cambio en los estados de conciencia y alerta. Es una parte del ciclo sueño vigilia, que es adaptable a cambios en los ritmos biológicos y que está relacionado con otros ciclos circadianos.



### La conciencia

Los psicólogos definen a la conciencia como el conocimiento personal de los sentimientos, sensaciones y pensamientos.

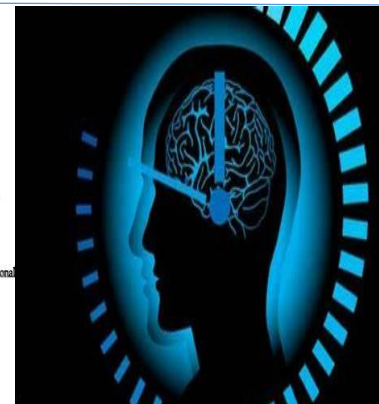
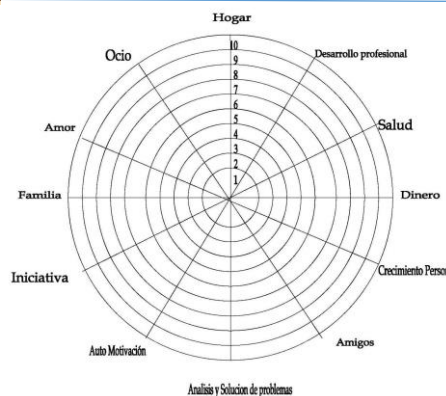
Estados de la conciencia.

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).

### Los ritmos de la vida.

Pero no solo a nivel solar o de estaciones, nosotros los seres humanos también tenemos nuestros propios ritmos. Nuestro cuerpo necesitará dormir entre 6 y 8 horas al día para descansar y reponerse. Y dentro de estas horas de sueño, el sueño tiene sus propios ritmos y fases: adormecimiento, sueño ligero, sueño delta v fase REM.



Los cambios en el sueño a lo largo de la vida, son una de las pistas que los investigadores utilizan para estudiar el sueño. El sueño es un ritmo biológico innato esencial para la supervivencia, de ahí la importancia de su estudio.

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

## Estados de la Conciencia

### Alteración de la conciencia.

Como se ha señalado, por siglos, las personas han encontrado formas de alterar su conciencia, sea a través del uso de sustancias psicoactivas (alcohol, drogas) o a través de la técnica de la hipnosis.



### Motivación.

Motivación, es una palabra que procede del término latino “motio” que significa movimiento. La motivación podría verse, pues, como la fuerza, el impulso, la energía, el deseo, la buena disposición que activa o mueve al sujeto hacia el logro de un objetivo o fin.

La motivación es lo que hace que una persona actúe y se comporte de una determinada manera. Es una combinación de procesos intelectuales, fisiológicos y psicológicos que decide, en una situación dada, con qué vigor se actúa y en qué dirección se encauza la energía.

### Emoción.

Al igual que la motivación, la emoción es un proceso activador de la conducta. Las emociones forman patrones de activación:

Fisiológica (ante ciertos miedos, por ejemplo, descarga de adrenalina).

Conductual (emisión de respuestas de agresión o huida).

Cognitiva (cuando se da la percepción de la circunstancia como amenazante)

Toda actividad humana está impregnada de emoción. Las emociones matizan todas las experiencias de la vida cotidiana

