

## CUADRO SINÓPTICO

Nombre del Alumno: Luis Armando Alvarado Martínez

Parcial: 3 cuatrimestre

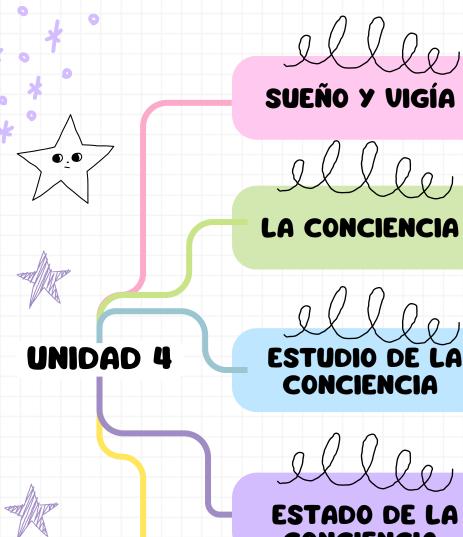
Nombre de la Materia: psicología general

Nombre del profesor: Luisa bethel Lopez

Nombre de la Licenciatura : psicología general

**Cuatrimestre lugar:3** 

Universidad del sureste	2



CONCIENCIA

LOS RITMOS DE LA

VIDA



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.

La conciencia nos permite crear metáforas, concebir posibilidades, expandir nuestra existencia. Nuestra representación simbólica de la realidad nos habilita para extraer conclusiones y elaborar nuevos conocimientos a partir de los que ya tenemos.



Distingue entre conciencia primaria, construida de experiencias vividas en el presente e

interpretadas según las categorizaciones (conceptos que creamos de nuestras experiencias y que asignamos con palabras) hechas por el individuo: es un "presente

recordado"; y conciencia superior, que se basa en la emergencia del lenguaje en el ser humano



Estado normal de conciencia
Contenido de la conciencia
1- Nivel de alerta:
2- Nivel de "autoconciencia"
3- Nivel de "meta-autoconciencia":



Los continuos cambios corporales llamados "ritmos biológicos" influyen en la habilidad para sentir y percibir los estímulos. La mayoría de los procesos biológicos internos siguen un ritmo en el que se alternan niveles bajos y altos, que asemejan a las mareas del océano. Algunos procesos biológicos están acompañados de cambios en la concientización o nivel de conciencia. Por ejemplo, el ritmo del sueño y la vigilla se acompaña del cambio en la conciencia que se llama soñar.



## BIBLIOGRAFÍA BÁSICA COMPLEMENTARIA.

- 1.- Arango, S. (2009). Los ritmos circadianos y la productividad laboral. El cuaderno.
  - Escuela de Ciencias Estratégicas. Vol 3 N° 5. P. 39-57 (2009). Medellín Colombia.
- 2.- Arana, J., Meilán, J., Pérez, E. (2006). El concepto de psicología. Entre la diversidad
- conceptual y la conveniencia de unificación. Apreciaciones desde la epistemología. Revista
  - Intercontinental de Psicología y Educación 2006
  - 3.-Baron, R. (1997). Psicología. 3a Ed. México: Prentice Hall, Hispanoamérica, SA.
  - 4.-Coon, D. (2005). Fundamentos de Psicología. 10a Edición. Thomson editores.
  - 5.- Davis, S. & Palladino, J. Psicología. 5a Ed. México: Pearson Educación de México.