Centro Educativo Jean Piaget

“Aprendemos y construimos para trascender”

Sueños y Pesadillas

Valeria Valdespino Santana

Valeria Rico Aviña

TMI

Ciudad de México, 11 de octubre de 2019.

1. Introducción:

* Los sueños, así como las pesadillas, son parte de nuestras vidas, todos las tenemos, y muchas personas siempre se preguntan que significan y porque las tienen; en esta investigación se hablara sobre los sueños, las pesadillas y su significado; lo que psicólogos han dicho respecto a este tema sus opiniones; algunas investigaciones al respecto, sobre como funciona la mente y como se relacionan los sueños con la vida de una persona.

1. Preguntas de investigación:

* ¿Qué son los sueños?, ¿Qué son las pesadillas?, ¿Cómo funcionan los sueños?, ¿De qué sirven los sueños?, ¿Qué causa las pesadillas?, ¿Cómo nos afectan los sueños?

1. Objetivos:

* Especifico:
* Conocer y entender el porque de los sueños y las pesadillas y cual es su significado en nuestras vidas.
* Generales:
* Entender cómo funcionan los sueños
* Conocer el significado de los sueños
* Conocer la diferencia entre sueño y pesadilla
* Conocer que causa las pesadillas y cuál es su significado

1. Justificación:

* El conocer y entender como funcionan nuestros sueños es una forma de conocer mejor a nuestro subconsciente, y por ende a nosotros mismos.

Si conocemos nuestros sueños y el porqué de ellos, también conocemos nuestras pesadillas, que pueden ser reflejo de nosotros mismos, tal vez nuestros miedos e inseguridades, y así, podemos conocernos y entender un poco mas de nosotros como personas.