



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ACTIVIDAD:

ENSAYO

MATERIA:

DESARROLLO HUMANO

DOSCENTE:

ALUMNA:

KATY LIZBETH ALVAREZ PEREZ

CARRERA:

LIC EN ENFERMERIA

GRADO Y GRUPO: 6Q

PERSONALIDAD SALUDABLE

Respecto a la calidad de vida se dice que se define como una percepción individual de la persona sobre su posición en la vida, en el contexto de la cultura y los sistemas de valores en los cuales ella vive y en relación con sus metas, expectativas estándares y preocupaciones. En este sentido entonces se comprende que una personalidad saludable parte de una salud mental estable, del equilibrio del individuo consigo mismo y con su medio, es el grado de adaptación interna y externa que logra la persona de acuerdo a su contexto social, cultural y familiar. El amor es una fuerte inclinación emocional hacia una persona y en un sentido más amplio hacia un grupo de personas u objetos. Es un sentimiento humano universal, ya que tanto hombres como mujeres de distintas épocas, sociedades y niveles socioeconómicos han sido seducidos, perturbados, desconcertados por este poder, dominados por este sentimiento que muchos denominan como mágico. El amor se ha concebido como un éxtasis vertiginoso que nos brinda momentos de felicidad apasionada, euforia, excitación, risa y satisfacción; implica formas de sentirse aceptado y entendido totalmente. El amor romántico, también llamado amor obsesivo, apasionado, encaprichamiento proviene de nuestros antepasados para centrar atención en una pareja específica, conservando tiempo y energía, por lo que se ha denominado la más poderosa motivación humana. Una de las primeras cosas que ocurre cuando nos enamoramos, es que experimentamos un cambio brusco en nuestra conciencia; la persona amada se convierte en algo nuevo, único y sumamente importante. El cerebro es el órgano donde se llevan a cabo todas las reacciones químicas que acontecen en el amor. La intimidad se refiere al sentimiento de cercanía, unión y afecto hacia el otro, sin que exista pasión ni compromiso a largo plazo. Se relaciona con los sentimientos que en una relación promueven la proximidad, la vinculación y la conexión. La pasión está referida a las ganas intensas de unión con la pareja y en menor parte a la sexualidad, aunque no siempre tiene que ser necesariamente carnal. Coincide con el denominado amor a primera vista y consiste en un estado de deseo intenso de unión con el otro producido por una excitación mental y física. El compromiso/decisión. No se puede olvidar uno el papel que en el amor juegan la decisión y las expectativas de mantener la relación y permanecer juntos. En este sentido la lealtad, fidelidad, responsabilidad funcionan, por

norma general, como buenos barómetros de la marcha de una relación amorosa. El compromiso está formado por dos aspectos en relación a una variable temporal.

Cariño o afecto resulta cuando se experimenta solo o mayoritariamente el componente de intimidad, y caracterizaría, por ejemplo, una relación de verdadera amistad. Encaprichamiento o Flechazo curre cuando hay Pasión, pero esta no se ve sustentada por la intimidad o el compromiso. Ser a lo que llamamos amor a primera vista. Amor vacío Existe la decisión y el compromiso de amar al otro, pero sin la experiencia de la intimidad ni de la pasión. Puede ocurrir en los últimos estadios de una relación duradera o en relaciones de conveniencia. Amor romántico o enamoramiento Se da cuando predominan en la relación la intimidad y la pasión, pero no el compromiso. Es decir, los amantes se atraen tanto física como emocionalmente, pero este sentimiento de unión y compenetración no va acompañado de compromiso. Es el que podríamos ejemplificar como amor de verano. Amor fatuo En este caso la pasión cristaliza enseguida en un compromiso, sin dar tiempo para que la intimidad surja; por lo que es un compromiso poco profundo, ya que no está presente la influencia estabilizante y profundizadora de la intimidad. Sería el tipo de amor que fundamenta las bodas de plata. Es por esto que la sexualidad es el conjunto de condiciones anatómicas, fisiológicas y psicológico-afectivas que caracterizan cada sexo, es decir, el conjunto de fenómenos emocionales y de conducta relacionados con el sexo, que marcan de manera decisiva al ser humano en todas las fases de su desarrollo. La sexualidad humana de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) se define como Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. El erotismo es una característica humana; y en efecto, el concepto en sí se refiere a las conductas y actitudes manifiestas que incitan a la interacción y a la actividad sexual, tales como: caricias, besos, abrazos, estimulación oral, masturbación, entre otras que conducen generalmente al coito y/o directamente a la sensación de placer sexual de quien las practica y que no necesariamente se busca con estas conductas la reproducción. Las fortalezas constituyen el principio fundamental de la condición humana y una actividad congruente con ellas representa un importante camino hacia una vida psicológica óptima. Según los autores, lo que hace que la vida merezca la pena no es efímero, por lo que es necesario un análisis en términos de rasgos positivos de personalidad. Las fortalezas proporcionan la explicación para esta estabilidad de la vida bien vivida.

BIBLIOGRAFIA: libro de desarrollo humano