



UNIVERSIDAD DEL SURESTE CAMPUS TABASCO

Lic. En Enfermería

Alumno:

Ángel Gabriel Arcos Álvaro

Materia:

Desarrollo Humano

Docente:

Alberto de Jesús López

Actividad

“ensayo tipo investigación de la unidad 4”

Introducción

En este ensayo tipo investigación demostraremos las cualidades de nosotros mismos todas basadas en el experimento de distintos teóricos.

Data sobre nuestras actitudes y valores que tenemos tales como nuestra personalidad saludable y no solo conmigo mismo si no con las sociedades. También abarca nuestras cualidades como la auto realización, sentido del dominio y la autonomía.

Más a fondo de nuestro ser percibimos al amor como algo único e inigualable, una sensación que nos domina y logra motivarnos para realizar una acción. En la parte de genitalidad se relaciona con el sexo, pero son distintos ya que esta se centra en las partes fisiológicas y anatómicas de nuestras partes íntimas, ya que cuando hablamos de sexualidad se entiende como la unión de dos personas que unen sus genitales.

El erotismo es más específico ya que es una interacción mas íntima con nosotros mismos o con nuestra pareja, dando a conocer nuestras más anónimas cualidades, estas interacciones van a depender de distintos factores tales como el gusto por la persona, algún fetiche, que son estimulados por caricias, besos, estimulación oral, abrazos, entre otros.

Para nuestra trascendencia es importante conocer de nuestras cualidades y dificultades para mejorar el nivel de vida que llevamos y en como la interactuamos con la sociedad.

Unas de las principales características de una persona trascendente es su actitud positiva ya que ayuda a mejorar el estado de ánimo y esta actúa positivamente en la salud. El ser humano es libre, inteligente, con capacidades de modificar su estado de trascendencia y con limitaciones que ayudan a entender sus metas.

PERSONALIDAD SALUDABLE EN LAS DIFERENTES AREAS DE RELACION DE LAS PERSONAS

Etimológicamente la palabra persona tiene su origen en el lenguaje griego que significa etimológicamente como máscara. El psicólogo estadounidense Gordon Willard Allport expresa que la personalidad es la organización dinámica, en el interior del individuo de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta y su pensamiento característico. Los dos componentes de la personalidad son el temperamento (biológico hereditario) y el carácter (adquirido).

De tal modo que la personalidad se refleja en 3 modos:

- Auto realización
- Sentido del dominio
- Autonomía

Respecto a la calidad de vida se define como una percepción individual de la persona sobre su posición en la vida, sociedad y cultura como al igual las metas y las expectativas. De este modo el Myers Sweeny y Witmer proponen cinco áreas vitales para el bienestar.

- Esencia y espiritualidad
- Trabajo y Ocio
- Amor
- Autodominio

Wolf opina que una persona normal su armonía es provocada por su armonía psíquica, cuando esta se desequilibra por una tensión psíquica se produce la anormalidad estos son algunos ejemplos psicodinámicos son:

- La fijación puede aparecer en frustraciones, estereotipias o en la detención de desarrollo mental.
- El aislamiento por medio de síntomas de retiro.
- La inadaptación comprende los síntomas que producen conflictos en el individuo con su medio.
- La pasividad como apatía.
- La autodestrucción con sentimientos de inferioridad llegando al suicidio.
- La esterilidad se manifiesta con impotencia, sentimientos de vacío y aburrimiento.
- El desequilibrio se manifiesta con obsesiones e impulsos incontrolados.

También el hombre es considerado como un ente biopsicosocial para la atención de la salud mental en la que deben incluirse:

1. Autodominio y autoconocimiento.
2. Responsabilidad de acciones.
3. Correcta percepción y adaptación a la realidad.

4. Madurez afectiva
5. Estabilidad emocional.
5. Cultivo intelectual.
6. Educación de la voluntad.
7. Vivir con valores éticos.
8. Elaboración de un proyecto existencial.
9. Vida Espiritual

Amor, genitalidad y erotismo.

AMOR

Es una sensación fuerte que percibimos hacia una persona u objeto, esta es considerada como un sentimiento universal ya que la padecemos todas las personas. De igual manera esta es concebida como un éxtasis vertiginoso ya que nos propicia momentos de felicidad apasionada, euforia, excitación. Risas y satisfacción.

Por lo tanto, este sentimiento se efectúa como motivación ya se para el enamoramiento de una persona con el fin de perpetuar la especie. De este modo ocurre un cambio brusco en nuestra conciencia, la persona amada se convierte en algo único y muy importante, reacciones que se llevan a cabo en el cerebro.

Teorías del amor.

Jhon Alan Lee durante los años (1973-1976) desarrollo una clasificación de las diferentes aproximaciones del amor. Lee propuso e identifico tres tipos primarios de estilo de amor:

1. Eros: amor romántico y pasional.
2. Ludus: amor lúdico.
3. Storge o amistad: amor-amistad.

También identifica 3 estilos secundarios:

1. Mania: amor posesivo y dependiente.
2. Pragma: amor lógico y practico.
3. Ágape: amor altruista.

Robert Sternberg, psicólogo conocido por su trabajo en el campo de la inteligencia, en el año de 1986 formula una teoría sobre el amor conocido como: La teoría triangular. Según el psicólogo las denomina en 3 componentes básicos que componen las relaciones amorosas: las intimidad, la pasión y el compromiso.

La intimidad: Se refiere al sentimiento de cercanía, unión y afecto hacia el otro, sin que existan pasión y compromiso a largo plazo.

Compromiso y decisión: estas juegan un papel muy importante en el amor ya que influye en las tomas de decisiones t en expectativas para mantener una relación y

permanecer juntos. En este sentido fondo la lealtad, fidelidad y responsabilidad, que son barómetros que funcionan como una marcha de una relación amorosa.

Estas también se dividen en:

Corto plazo: decisión que uno toma de amar al otro.

Largo plazo: el compromiso para mantener ese amor, de hacer planes a futuros y trabajar para que esos planes se realicen.

De la combinación de estos tres componentes, surgen diferentes tipos o formas de amar, dependiendo de qué factores tengan más peso.

- **Cariño o afecto:** experiencia de componente de intimidad, y caracterizaría por ejemplo una relación de verdadera amistad.
- **Encaprichamiento o flechazo:** cuando existe pasión, pero no se sustente por la intimidad y el compromiso, por lo que se llama amor a primera vista.
- **Amor vacío:** decisión y compromiso de amar a otro, pero sin la intimidad y pasión.
- **Amor romántico o enamoramiento:** cuando se predomina la intimidad y la pasión, pero no el compromiso. Se ejemplifica como amor de verano.
- **Amor fatuo:** la pasión se cristaliza enseguida en un compromiso sin antes llegar a la intimidad. Son conocidas como bodas relámpago.
- **Amor compañero o “companionate love”:** situación en la que se aparece la intimidad y el compromiso, pero si la pasión. Se denomina compromiso de cariño.
- **Amor consumado o amor perfecto o amor completo:** es la combinación de los 3 componentes, cosa que todos quieren alcanzar, pero muy pocos los logran ya que según Sternberg es difícil de alcanzar y difícil de mantener. Hasta el amor más consumado puede perderse.
- **Falta de amor:** no existe la pasión ni la intimidad y ni el compromiso. De tal forma que en cuestiones la relación existe mantenida por otras variables ajenas.

Genitalidad

La sexualidad y la genitalidad no son las mismas, pero se entrelazan. La genitalidad hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrándose en los genitales (masculinos-femeninos).

Erotismo

Es definida como la necesidad de excitación que se obtiene mediante estímulos que alteran la conciencia donde interviene las emociones, sentimiento y actitudes. Estas estimulan a la erección del genital para el placer de la persona llegando al orgasmo.

El erotismo se asocia con las interacciones para la actividad sexual tales como: caricias, besos, abrazos, estimulación oral, masturbación, entre otras con el fin de proceder al coito.

Esto dependerá de los gustos de las personas e incluso algún fetiche, así como otros factores como el nivel socioeconómico, el tipo de cultura, las costumbres familiares, prácticas religiosas, ubicación geográfica, entre otros.

Formas de redescubrirnos a través del placer.

Las practicas eróticas nos hacen demostrar la parte mas intima de nosotros mismos, pero como dice un dicho hablando se entiende la gente, si llevamos a cabo esto, nos ayudará a tener mejor interacción íntima a conocer nuestros límites y complacernos ambos para dejar una excelente y duradera satisfacción.

Desarrollo humano y trascendencia

se consideran grandes etapas en el desarrollo de las personas en la que cada uno abarca un periodo amplio, estas no afectan a teorías anteriores solo es un método de entendimiento sobre sucesos relevantes en la relación dinámica. Estas etapas van de la siguiente manera:

- a) Asimilación-Aprendizaje (0 a 21 años aproximadamente)
- b) Expansión afinación.
- c) Etapa social.
- d) Etapa social altruista.

Trascendencia humana

el ser humano al momento de nacer es inconsciente, conforme va creciendo va adquiriendo esa filosofía de llegar a la adultez de ser anímico y espiritual con el afán de trascendencia. Una de las grandes metas es haber alcanzado conciencia, autonomía y libertad, sin embargo, Erich Fromm afirma que muchos seres humanos mueren sin haber madurado, haber conocido de si mismos, de sus circunstancias y fines.

Las características de la persona trascendente, es mediante su inteligencia, libertad y responsabilidad y capacidades limitadas que los hacen único, y con decisiones de autosuperarse y cambiar. Una persona que se manipula y que deja perder su identidad es una persona que a futuro no podrá lograr sus metas puesto que solo será el reflejo de las metas de otros.

Para una estabilidad en nuestra vida cotidiana son las fortalezas un autoanálisis y positivismo para poder trascender, según autores hacen que la vida tenga sentido. Estas se valorarán por virtudes que son características del carácter, estas proponen 6 virtudes que comprenden 25 fortalezas.

- Sabiduría y conocimiento: incluye la creatividad, curiosidad, mentalidad abierta, amor por el conocimiento y perspectivas.
- Coraje: valentía, perseverancia, vitalidad y autenticidad.
- Humanidad: amabilidad, inteligencia social y amor.
- Justicia: capacidad de trabajar en equipo, equidad y liderazgo.
- Templanza: autorregulación, prudencia, perdón y modestia.
- Trascendencia: apreciación de la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor y espiritualidad.

Gratitud

Es un sentimiento de alegría y de agradecimiento en el momento en el que nos dan un obsequio que se nos es proporcionada por otra persona y también de una forma inmaterial como la pasa en un entorno de naturaleza. Nos brinda una capacidad de percibir, apreciar y saborear los componentes de la propia vida.

Este gran valor también le brinda a una sociedad un recurso emocional importante para promover una estabilidad social. De tal forma que se usa como barómetro moral.

Esperanza (optimismo, pensamientos sobre futuros, orientación hacia el futuro)

Forma parte de las variables que se refieren a posturas cognitivas, emocionales y motivacionales hacia nuestro futuro. Esta cualidad la padecemos todos, pero las personas que es muy optimista, tienen un buen estado de ánimo, es una persona muy perseverante y tiene una mejor salud física. Estas están relacionadas con una resolución activa de los problemas y la atención a la información relevante.

Humor

Es una fortaleza con la que percibimos con alegría lo incongruente y de tal manera de provocar una risa en los demás, estas se relacionan con el buen estado del ánimo y evita contundentemente el estrés. La gente con sentido del humor se ríe más, y reír está asociado a cambios en el sistema muscular, cambios cardiovasculares, endocrinos, inmunológicos y neuronales.

También nos favorece en las relaciones sociales y proporciona un mayor apoyo social que funciona como inhibidor del estrés y estimulador de la salud.

Espiritualidad

Nos referimos a las creencias y prácticas basadas en la convicción de que existe una dimensión trascendencia de la vida. Esto nos ayuda a ser lo que somos en la sociedad, el compartir de que existe la trascendencia espiritual; por lo tanto, la espiritualidad es una relación íntima entre el ser humano y divinidad.

Referencia

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/ce1f98a4d49b4925ab51e9f64256060a>.