

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE
UNIVERSIDAD UDS
INCORPORADO AL SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL
CAMPUS TABASCO**

Licenciatura en Enfermería

Presenta:

Nombre: Jessica Montejo Pérez

Docente:

Dr.: Alberto De Jesús López Muñoz

Materia:

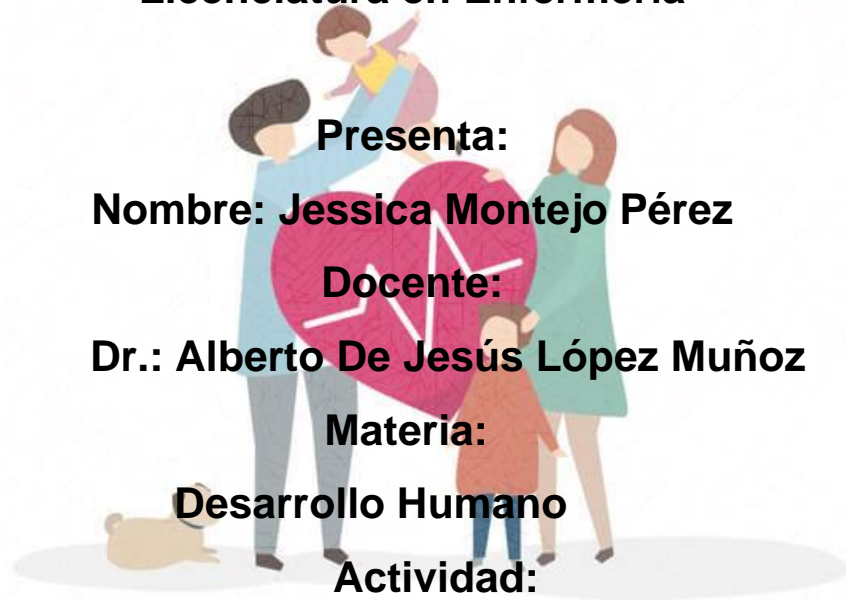
Desarrollo Humano

Actividad:

Ensayo de la unidad IV

Grado y grupo: sexto cuatrimestre

Fecha: 20-06-2020



PERSONALIDAD SALUDABLE EN LAS DIFERENTES ÁREAS DE RELACIÓN DE LA PERSONA.

Tener una personalidad saludable nos identifica y nos hace ser como somos. Trabajar en nuestra personalidad nos ayuda a mejorar constantemente haciéndonos cada vez mas agradables ante las personas y permitiéndonos vivir una vida más feliz. La apariencia no puede hacernos interesante por mas que se esfuerce uno al menos no por mucho tiempo o no en el buen sentido. Ser interesante es como captar la atención de las personas asiendo que la personalidad sea importante prácticamente cuando estamos en un entorno social, por eso se dice que la personalidad saludable es parte de una salud mental estable del equilibrio con nosotros mismos, con el medio ambiente y con las personas que nos rodea.

AMOR, GENITALIDAD Y EROTISMO

Amor: como ya lo vimos el amor es un sentimiento que nace de la emoción, es un sentimiento humano se considera un factor continuo en la vida aquí es donde colocamos nuestros deseos, expectativas, miedos y esfuerzos. Todo el mundo ama de manera diferente y tiene una idea diferente. Todos hemos sentido amor y recibido amor, por parte de papa, mama, hermanos, hijos, amigos, hacia la pareja y todos tenemos diferentes expectativas en cuanto al amor, cada uno de nosotros necesita amar y sentirse amado de cierta forma, también se traduce como un apoyo, protección, comprensión. En caso del amor romántico incluye, la aventura, los celos y el sentido de pertenencia. Dentro de este periodo tratamos de entregar y mostrar lo mejor de nosotros la cual buscamos relacionarnos con nuestro otro yo de forma seductora y encantadora como objetivo principal hacerse feliz como pareja. Todo esto que se produce a la persona surge en el cerebro donde se llevan a cabo las reacciones químicas logrando que el cuerpo lo refleje en el exterior y ciertas funcionalidades del cuerpo se ven elevadas como la frecuencia respiratoria, la frecuencia cardiaca, temperatura corporal y la tensión arterial. Varios teóricos hablan sobre los componentes del amor, John Alan Lee que desarrollo una clasificación de las diferentes aproximaciones del amor, Robert Sternberg: teoría triangular que explica que existen diferentes tipos de amor según la combinación de

tres componentes: intimidad, pasión y compromiso. Por ello el amor es de suma importancia a lo largo de nuestra vida.

Genitalidad: la genitalidad hace referencia al sexo físico, al aspecto corporal y biológico de la sexualidad, centrándose en los órganos sexuales o genitales sean de los masculinos o femeninos. La sexualidad y la genitalidad no son lo mismo, sin embargo, se entrelazan en una dimensión relacional donde la analogía es la función básica de la sexualidad esto influye sobre los procesos fisiológicos y psicológicos, es muy complejo pues comienza de una caricia, un susurro, hasta que cumplan el objetivo: el placer y de ahí surge la unión de los genitales, con esto quiero dar a entender la diferencia de estos dos conceptos.

Erotismo: es una característica humana de conjunto de estímulos sensoriales que exaltan e interaccionan al acto sexual, es una insinuación amorosa mediante actitudes, juegos, la exhibición de zonas eróticas del cuerpo a través de esta forma permite la imaginación, la fantasía o la estimulación sensoria. A diferencia de los animales nos apareamos por placer y no por fines reproductivos. El erotismo es algo fundamental para mantener las relaciones optimas conservando el goce y plenitud del deseo a través de la sensualidad, dedicación, darse tiempo para el placer, conocerse a si mismos y a la pareja en mayor profundidad. Una vida sexual satisfecha supone una mejor calidad de vida a nivel personal y claro también el de la pareja. La practica del erotismo es diferente en cada persona, por las costumbres familiares, tipos de cultura, nivel socioeconómico o por la ubicación geográfica.

DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA.

Nacer, crecer multiplicarse y morir parecieran ser tan solo etapas muy fáciles, pero en cada uno de ellos tendemos a trascender surgen responsabilidades, deberes, obligaciones. Dejar de ser niño y pasar a ser un adolescente es algo un poco complicado por que empezamos a formar parte de los adultos, nos enseñan hacer bien las cosas, es momento de empezar a asimilar todo sobre el entorno, pensar con madurez, saber tomar nuestras propias decisiones y asumir las complicaciones. Al momento de formar una familia hay que tener una buena base económica para el mantener a los hijos, claro hacer bien las cosas para que ellos aprendan de

nosotros, a lo largo de la vida las experiencias nos van enseñando a ser mejor cada día, claro siempre vamos a cometer errores porque somos seres humanos, por eso es que la literatura habla de la trascendencia como nosotros vamos cambiando día a día tanto en lo físico, psicológico y es nuestra naturaleza. En cada quien esta elegir la calidad de vida que desea llevar y esforzarse a alcanzar sus metas, es precisamente lo que nos distingue de los vegetales y los animales, en nosotros esta el pensar analizar llevar acabo como deseamos vivir y si las circunstancias personales y sociales definirán nuestros alcances de este desarrollo

CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE.

Como lo mencionábamos nosotros somos libres, responsables e inteligente, esto requiere cuidado y atención por que prevalecerá en otras áreas a través del tiempo. Las personas que estamos bien psicológicamente somos capaces de romper los limites haciendo las cosas cada vez mejor usando la razón y la inteligencia tomando nuestras propias decisiones para logras nuestras propias metas. Por ejemplo: yo decidí seguir estudiando la carrera sin el apoyo de mis padres y aquí estoy motivándome, echándole ganas aun cuando se presentes obstáculos, y la mi trascendencia fue tomar una responsabilidad a corta edad, tomar decisiones que no me afecten. La virtud es una disposición de la persona para obrar bien y hay que tener el coraje, la sabiduría, humanidad y pasión para lograr lo que queremos.

Hay que tener gratitud pues es un sentimiento de agradecimiento y alegría al recibir. Estas emociones positivas nos hacen sentir bien pueden tener un gran impacto en nuestras vidas por que nos permiten ver más posibilidades. Esta acción de gratitud también tiene un efecto positivo en las acciones de los demás.

Hay que ser optimistas por que influye en el estado de ánimo, mejora la salud mental tendemos a ser personas mas exitosas, ser optimista es lograr lo que queremos en un fututo no dejarse caer, nos da la capacidad se seguir echándole ganas y buscar hasta llegar a la meta. Con el apoyo del sentido del humor es una capacidad también de reconocer con alegría lo congruente, ser positivos aun cuando las cosas no están saliendo bien, intentarlo hacer una y otra vez, pero mejorando cada día.

Bibliografía:

plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/f7bbf0139cb09a77206de98cbba
1c271.pdf