



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

E.L.N GUADALUPE FLORES ZAVALA

ING. JUAN J. AGUSTÍN GUZMÁN

CUADRO SINOPTICO: PERSONALIDAD SALUDABLE

DESARROLLO HUMANO

SEXTO CUATRIMESTRE

PASIÓN POR EDUCAR

LIC. NUTRICIÓN

TAPACHULA CHIAPAS A 28 DE JULIO DEL 2020

PERSONALIDAD SALUDABLE

DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA :

las teorías existentes del desarrollo humano, están más que nada en comprender los sucesos más relevantes en la relación dinámica entre el desarrollo contexto, trascendencia.

Etapa social: es una tercera etapa que empieza a procurar que las acciones propias se orienten hacia un efecto benéfico en la comunidad y en las demás personas

Asimilación y aprendizaje: Es una etapa egocéntrica en que el ser humano asimila todo de su contorno sin retribuir mayor cosa, en la que se consolida, si hay una buena educación

El individuo observa que se han alcanzado logros económicos, profesionales y laborales

Se adquiere una postura más pausada y serena aunque surge la angustia por no malbaratar los años que quedan.

Expansión y afinación: Es la etapa en la cual el ser humano especialmente el hombre, alcanza estabilidad económica , social, laboral y conyugal.

Etapa social y alturista: caracterizada por una visible declinación biológica con un crecimiento de lo espiritual y trascendente

La sabiduría aquí se fundamenta en el cumulo de experiencias vividas y en todas aquellas que han sido superadas

Es una etapa de autoafirmación, en la que el ser humano se guía por sus constantes confrontamientos con el mundo.

Este periodo pueden surgir cambios en la vida, nuevas orientaciones derivadas de un cuestionamiento sobre lo que se ha hecho

cuando juzga lo hace con criterios universales que personales cuando opina lo hace en base a un conocimiento experimentado y comprobado.

TRASCENDENCIA HUMANA:

el desarrollo no solo a nivel biológico sino también anímico y espiritual.

Esto le permite ser creativo, aportar su impulso personal al mundo y hacer contribuciones orientadas hacia el futuro de las personas y de las organizaciones

Cada ser humano late la necesidad básica de llegar a ser adulto biológico, anímico psicológico y trascendente el desarrollo apunta a esos tres niveles.

Erich Fromm dice muchos seres humanos mueren sin haber nacido completamente sin haber alcanzado una completa madurez.

Los tres elementos constitutivos: lo biológico, lo psíquico y lo social y así llega a su misma comprensión holística.

Adquiere entonces un carácter de finalidad que ha de cumplirse como lo más importante, lo esencial, por lo que se convierte en el fundamento de la acción.

Tiene la capacidad de ser parte del universo, de acercarlo en sus elementos y de comprenderlo. Debe configurar la dimensión de su existencia a partir de la practica de combatir la mediocridad y la unidimensionalidad.

Es su dimensión trascendental y es aquí en donde adquiere el sentido de ir tanto en el conocimiento como en la vida plena y cabal.

CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE:

El ser humano es libre responsable. Inteligente, con capacidades y limitaciones, teniendo en todo momento la capacidad y la decisión de cambiar

se convierte en alguien capaz de lograr todo lo que se proponga, en alguien siempre dispuesto al cambio para mejorar, para crecer como ser humano, pero sobre todo para trascender.

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.

Las virtudes son las características centrales del carácter universales para considerar que un individuo las posee deben estar por encima de un cierto valor.

Las fortalezas son los aspectos psicológicos que definen las virtudes, aquellas formas distinguibles en las que se manifiesta una virtud.

Las virtudes trascendentales permiten al individuo establecer una conexión con el universo , proporcionando sentido a su vida

se define como la creencia y el compromiso con los aspectos trascendentales de la vida

La gratitud es el sentimiento de agradecimiento y alegría al recibir lo que uno percibe como un obsequio

La capacidad para percibir, apreciar y saborear los componentes de la propia vida se considera un factor determinante en el bienestar

Una sociedad basada en la gratitud proporciona un recurso emocional importante para promover la estabilidad social .

la reciprocidad en la interacción humana e inhibe la realización de comportamientos interpersonales destructivos

Los esfuerzos que se realicen merecen la pena provoca un buen ánimo y acciones dirigidas a la consecución de objetivos

La gente optimista tiene mejor estado de ánimo, es más perseverante, tiene más éxitos y experimenta una mejor salud física

El optimismo y la esperanza están relacionados con la resolución activa de problemas y la atención a la información para la resolución

las emociones positivas son elementos esenciales en el funcionamiento óptimo del ser humano.

Estimulan la resiliencia psicológica y provocan espirales de estado de ánimo positivo que aumentan el bienestar emocional.

El bienestar personal y el desarrollo social de los individuos es óptimo cuando se satisfacen las necesidades básicas de competencia, pertenencia y autonomía.