

UNIVERSIDAD DEL SURESTE



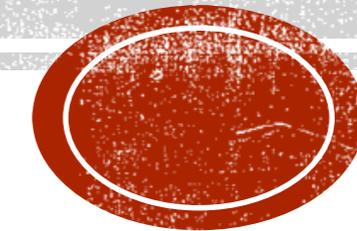
Nombre del alumno: **Diego Quiñones García**

Nombre del profesor: **ING. Juan Jesús Guzmán Agustín**

Tema: **Personalidad Saludable**

Materia: **Desarrollo Humano**

Cuatrimestre: **6°**



PERSONALIDAD SALUDABLE

DESARROLLO HUMANO Y TRASENDENCIA

Existen grandes etapas en el desarrollo de las personas, cada una abarca un periodo amplio y solo es un panorama general, no sustituye a la clasificación hecha por las teorías existentes del desarrollo humano, sino que están enfocadas más que nada en comprender los sucesos más relevantes en la relación dinámica entre el desarrollo-contexto-trascendencia.

ETAPAS

- **Asimilación-aprendizaje (0 -21 años aprox)**
- **Expansión- afinación (21-42 años)**
- **Etapa social (35-42 años)**
- **Etapa social altruista (42-63 años)**

Caracterizada por una dependencia del mundo del adulto y un crecimiento paulatino de la conciencia partiendo de un nivel bajo de conciencia. **Es una etapa en la que la sociedad educa al hombre** y este aprovecha al máximo lo que ella en forma complaciente le brinda y es una etapa egocéntrica en que el ser humano asimila todo de su contorno sin retribuir mayor cosa

Es la etapa en la cual el ser humano, especialmente el hombre, alcanza estabilidad económica, social, laboral y conyugal. Todo esto significa que el ser humano se autoeduca, es consciente de sí mismo y se proyecta a un nivel social. Es una etapa de autoafirmación, en la que el ser humano se guía por sus constantes confrontamientos con el mundo ya no es la sociedad la que educa al hombre

Se empieza a procurar que las acciones propias se orienten hacia un efecto buen físico en la comunidad y en las demás personas. Puede ser que esto se observe como tendencia aunque todavía no se plasme como realidad

Caracterizada por una visible declinación biológica y un crecimiento de lo espiritual y trascendente. Se muestra, en esta etapa, con más evidencia la capacidad para darse a los demás, volverse altruista y sabio, la sabiduría aquí conquistada se fundamenta en el acumulo de experiencias vividas y en todas aquellas que han sido superadas

TRASENDENCIA HUMANA

Ser apto para el desarrollo no solo a nivel biológico sino también anímico y espiritual y esto nos permite ser creativo, aportar su impulso personal al mundo y hacer contribuciones orientadas hacia el futuro de las personas y de las organizaciones.

Características

El ser humano viene al mundo nace en un estado de inconciencia y dependencia completa. Meta de su vida es que al final de ella, haya alcanzado conciencia, autonomía y libertad, **tres elementos constitutivos: lo biológico, lo psíquico y lo social** y así llega a su misma comprensión holística. Hoy el hombre es un complejo de la naturaleza configurado por aciertos y desaciertos. Se dirige hacia un futuro incierto, pero siempre busca una esperanza porque tiene hambre de elevación.

Virtudes

- **Sabiduría y conocimiento**, dentro de las que se incluyen creatividad, curiosidad, mentalidad abierta, amor por el conocimiento y perspectiva.
- **Coraje**, que comprende valentía, perseverancia, vitalidad y autenticidad.
- **Humanidad**, en las que figuran amabilidad, inteligencia social y amor.
- **Justicia**, a la que pertenecen la 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.

CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASENDENTE

EL hombre es un ser humano libre. responsable. Inteligente, con capacidades y limitaciones que lo hacen único e irreplicable (original) teniendo en todo momento la capacidad y la decisión de cambiar, para ser mejor (superación), haciendo uso adecuado de sus facultades, ya que es el único modo de dejar de creer que es un "títere de las circunstancias".

Marco de la psicología

Existe una línea de investigación centrada en las fortalezas y virtudes que favorecen el crecimiento humano, en donde es clave la clasificación presentada en el manual Character Strengths and Virtues, **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., mientras que las virtudes son las características centrales del carácter valoradas por filósofos morales y pensadores religiosos.

Fortalezas Y Efectos

- **Gratitud**; es el sentimiento de agradecimiento y alegría al recibir lo que uno percibe como un obsequio, ya sea un obsequio material proporcionado por otra persona o algo inmaterial, como un momento de paz provocado por la naturaleza.
- **Esperanzas/Optimismo**; Variables se refieren a posturas cognitivas, emocionales y motivacionales hacia el futuro.
- **Humor**; es la capacidad para reconocer con alegría lo incongruente, para ver la adversidad de una manera benigna y para provocar la risa en los demás o experimentarla uno mismo.
- **Espiritualidad**; se refieren a las creencias y prácticas basadas en la convicción de que existe una dimensión trascendental (no material) de la vida.