

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

TEMA

DIEGO QUIÑONES GARCÍA

ALUMNO

DESARROLLO HUMANO

MATERIA

ING. JUAN JESUS GUZMAN AGUSTIN

CATEDRATICO

LNU 6°

CUATRIMESTRE

INDICE

UNIVERSIDAD DEL SURESTE	1
INTRODUCCIÓN	3
DESARROLLO	4

INTRODUCCIÓN

Dentro de este trabajo se basa sobre carácter y aspectos psicológicos con los cuales se construyen la personalidad de las personas, aspectos biopsicosociales que ayudan de igual forma, también hablo acerca de cómo influye y cuál es la importancia de la educación de casa y lo que nuestros padres nos enseñan y como esto influye a la hora de formar nuestro carácter y nuestro temperamento para nuestro día a día, también definí eso quien y donde podemos enseñar nuestra personalidad, si es en nuestro ambiente laboral, círculo social o en la intimidad y como es que se basa en 3 aspectos importantísimos como lo es la autorrealización, la autonomía y el dominio, para nuestra personalidad .

DESARROLLO

Personalidad saludable en las diferentes áreas de relación de la persona

Todos hemos hablado o echo algún tipo de referencia sobre la personalidad de alguna persona, pero muchos no conocemos el origen y el significado de dicha palabra y es que la personalidad es muy voluble y modificable y es por eso que no hay una definición en específica, por la cual muchos de ustedes pueden tener diferente opinión y definición. **Gordon Willard Allport** define que son cuestiones que determinan la conducta y pensamiento, con una composición de la personalidad; El temperamento y el carácter y es que estos dos son los que definen la personalidad de muchas personas, pero esto como muchas otros aspectos que podemos heredar de nuestros padres o adquirirlo a raíz de ellos, porque sabemos que lo que somos en la vida es gracias a nuestros padres y a toda esa educación que recibimos en casa, lo cual es demostrable por tres aspectos o características que reafirman el punto que les digo sobre lo que aprendemos en casa gracias a nuestros padres, los cuales son los siguientes;

- AUTORREALIZACIÓN
- SENTIDO DE DOMINIO
- AUTONOMIA

Aspectos o actitudes según las consideres ustedes, por eso para comenzar a describirles cada aspecto necesito que sepan y tengan la certeza de lo que les hablo. **Abraham Maslow (1950)**, define la “Autorrealización como una virtud del ser humano que tiene el impulso por convertirse en lo que uno es capaz de ser, como el crecimiento y desarrollo del potencial propio”, pero muchos podrían tener inseguridades para identificar a una persona con esa virtud lo cual con ustedes de suerte les voy a proporcionar algunas características para que puedan identificar a una persona realizada o autorealizada; Siempre dicen la verdad, son muy creativos, espontáneos, bondadosos y tolerantes, aprecian el esfuerzo o trabajo de los mismos, entre muchas más. Mientras que el sentido de dominio es ese poder que poseemos como individuos sobre el uso o disposición de lo que es nuestro o en otros casos el poder que podemos llegar a ejercer sobre otras personas y esto nos da una

pauta para mencionarles algunas ambientes en los cuales podemos ejercer algún tipo de dominio; Podemos tener dominio o conocimiento o manejo que tenemos sobre una materia, ciencia, arte, operador informático, dominio público y privado. Recuerden que el dominio es una característica importante para aquellos líderes o jefes que tengan a cargo de muchas personas y por último la Autonomía esa virtud que muchos padres esperan de nosotros a cierta edad, pero en palabras sencillas es nuestra capacidad de identificar, confrontar y resolver problemas y esto nuevamente nos lleva al inicio a que es lo que nos enseñan en nuestro periodo de aprendizaje, porque el ser humano tiene instintos, pero no nace sabio, necesita de ejemplos, guías y doctrinas por ver para aprender. Pero hay algo que me intriga y es que necesito que ustedes sepan lo que es un ente Biopsicosocial, porque para la salud mental y tener una buena personalidad y sobretodos que sea saludable tienen que saber que **ENTE- BIOPSIOSOCIAL es, Lo que existe o puede existir, Vida, Alma mente o la actividad mental y social relativo a una compañía o sociedad, bien sea compañeros socios aliados, familia o círculo social ms cercano.** Así como también un equilibrio Biopsicosocial se define como la actividad psíquica que nos permite soñar, razonar y diferenciar lo bueno y de lo malo, así como dirigir nuestro comportamiento y establecer nuestra relación con cualquier tipo de ambiente del que se nos rodee, algunos aspectos que debemos tener y esforzarnos por estas virtudes para lograr tener una buena personalidad las cuales les enumero de la siguiente manera para que las tomen en cuenta;

1. Autodominio y autoconocimiento.
2. Responsabilidad de acciones.
3. Correcta percepción y adaptación a la realidad.
4. Madurez afectiva
5. Estabilidad emocional.
6. Cultivo intelectual.
7. Educación de la voluntad.
8. Vivir con valores éticos.
9. Elaboración de un proyecto existencial.
10. Vida Espiritual

CONCLUSIÓN

De manera muy personal lo que logre explicar y desarrollar durante esta redacción es que dejar en claro las definiciones y todo lo que está detrás de una buena o mala personalidad, s que todo esto se basa en psicología y aspectos, valore y virtudes que tienes como persona, recalco y menciono mucho la importancia que tiene la educación que recibimos en casa por medio de nuestros padres o cualquier figura que nos eduque y más la que vayamos a adquiriendo, porque para mí el carácter te lo vas forjando tu o cuestiones o episodios que se te presenten en la vida y en realidad eso es lo que vale, porque existen infinidad de personalidades pero u buen carácter, valores, educación y temperatura es lo que te definirá la persona y la personalidad que tú mostraras para las demás personas que rodeen tu vida personal o tu círculo social, laboral etc.