

DESARROLLO HUMANO

PERSONALIDAD SANA Y SUS CARACTERISTICAS

LISEIDY AYYSLETH DOMINQUEZ DIAZ

UNIVERSIDAD DEL SURESTE | 23/JULIO/2020



PERSONALIDAD SANA

La Organización Mundial de la Salud desde 1952 define a la Salud Mental como; "La capacidad de tener relaciones armoniosas con otros, la participación constructiva en las modificaciones de su ambiente físico y social y también la capacidad de obtener una satisfacción armoniosa y equilibrada de sus propios impulsos instintivos"

Expertos en psicología sostienen que la personalidad se crea a partir de cinco pilares. Extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad, consciencia y neuroticismo.

CARACTERISTICAS DE LA PERSONALIDAD SANA

- Buena autoestima
- Bienestar físico
- Logros académicos
- Relaciones personales

- Actitud positiva ante la vida
- Personalidad sana
- Calidez
- Emociones positivas