



Universidad del sureste.

Materia: Desarrollo humano.
Área: Lic. Psicología.

Catedrático:
Alumno: Leonel de Jesús López Gómez.

Mapa conceptual.

San Cristóbal de las casas Chiapas, a 15 de julio de
2020.

Cómo reconocer a una persona saludable.

- Apertura a los sentimientos y emociones propias (lo que lleva a experimentar estados emocionales más profundos, tanto de felicidad como de infelicidad).
- La franqueza (son individuos más directos, sinceros e ingenuos).

La personalidad saludable es una forma de actuar del individuo, guiada por la inteligencia y el respeto por la vida, para que las necesidades personales sean satisfechas y con el fin de que la persona crezca.

Competencia, en el sentido en que uno es capaz, sensible, prudente y efectivo. Los individuos más competentes se sienten bien preparados para lidiar con la vida.

Calor, amistad, cercanía, Este tipo de persona es capaz de formar más fácilmente vínculos estrechos con los demás.

El Perfil de Personalidad Saludable.

1. Coagulación rápida. Si tus cortes o heridas cicatrizan normalmente significa que gozas de buena salud.
2. Tu peso.
3. Tu evacuación.
4. Ritmo del corazón.
5. Sueño regular.
6. El color de tu orina.