



**Nombre de alumnos:** Lizbeth Fidelia Morales Cruz

**Nombre del profesor:** Lic. Nayeli Morales

**Nombre del trabajo:** Ensayo

**Materia:** Desarrollo Humano

**Grado:** 6ºto cuatrimestre

**Grupo:** "A"

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de julio del 2020.

## PERSONALIDAD SALUDABLE.

### 4.3 Desarrollo humano y trascendencia.

El desarrollo humano es un proceso de descubrimiento, de crecimiento, de humanización, de conquista de la libertad; representa el esfuerzo de los hombres y las mujeres por conquistarse a sí mismos a través de la iluminación de la inteligencia y el fortalecimiento de la voluntad. Expresa un perfil que representa convicciones y creencias funcionales a un ideal de sociedad, y que integra la conducta colectiva, el comportamiento humano social y de valores deseables en la sociedad, los valores expresan el perfil resultante de un contexto cultural y un concepto de nación los valores se manifiestan en actitudes y grandes habilidades de aplicación múltiple que, conjuntadas, son las que permiten lograr las capacidades y competencias requeridas, un desarrollo humano integral, finalmente, debe cubrir todas las posibilidades de crecimiento se han identificado seis dimensiones claves para que, a través de su desarrollo y sano equilibrio, cada persona logre una vida más plena, completa y feliz, estas dimensiones son: bienestar físico, familia y pareja, desarrollo profesional, aspectos culturales y de educación, desarrollo social, bienestar emocional y trascendencia en otras palabras, desarrollo humano es el trabajo que toda persona realiza consigo misma para despertar la capacidad que tiene, desde que nació, de ser feliz y lograr cosas para su beneficio y el de los demás es el camino que las personas recorren para desarrollar sus capacidades, quererse a sí mismos y establecer relaciones saludables para los demás.

Podemos considerar que hay 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. 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 al final de esta etapa el ser humano este más en capacidad de darse a los demás y de contribuir con su experiencia al desarrollo de los demás si ha tenido una adecuada educación al final de este periodo pueden surgir cambios en la vida, nuevas orientaciones derivadas. En esta fase el individuo observa que no tiene la plenitud biológica de los primeros años y en algunos inclusive, esta empieza a declinar Se adquiere una postura más pausada y serena ante la vida, aunque paralelamente surge la angustia por no malbaratar los años que quedan, caracterizada por una visible declinación biológica y un crecimiento de lo espiritual y trascendente se muestra, en esta etapa, con m s evidencia la capacidad para darse a los demás, volverse altruista y sabio la sabiduría aquí conquistada se fundamenta en el cúmulo de experiencias vividas y en todas aquellas que han sido superadas el apasionamiento, el egoísmo y el individualismo. El ser humano es un ser apto para el desarrollo no solo a nivel biológico sino también anímico y espiritual, lo que distingue esencialmente al hombre de los vegetales y animales es su devenir espiritual, su afán de trascendencia, de mayor conciencia y de libertad: 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, cuando un 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, 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, el trascender del hombre se refiere al reto de ir más allá del límite de su existencia, es el hombre el que tiene la capacidad de ser parte del universo, de acercarlo en sus elementos y de comprenderlo al trascender en su conciencia, trasciende en el mundo y en su misma sociedad, debe configurar la dimensión de su existencia a partir de la práctica de combatir la mediocridad y la unidimensionalidad. 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 y el sentido de todo lo que hace. El hombre es un ser humano libre. responsable. Inteligente, con capacidades y limitaciones que lo hacen único e irreplicable teniendo en todo momento la capacidad y la decisión de cambiar, para ser mejor haciendo uso adecuado de sus facultades, una persona al reunir estas características implícitas en la idea central, que quizás sean las mínimas de las tantas con las que cuenta, al menos con éstas 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, una persona que no utiliza su inteligencia, que no toma sus propias decisiones, que se deja manipular por otros, perdiendo su originalidad, es una persona incapaz de lograr sus propias metas, pues éstas son solo un espejo de las metas de otros. 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 valoradas por filósofos morales y pensadores religiosos. El análisis de éstas en distintas sociedades, culturas y épocas históricas ha dado lugar a un consenso, que considera fundamentales las de sabiduría, coraje, humanidad, justicia, templanza y trascendencia se trata de valores 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, la apreciación de la belleza y la excelencia conecta a la persona directamente con la belleza y la excelencia del mundo y de las demás personas; la gratitud, con la bondad; la esperanza, con el futuro imaginado; y el humor, con los problemas y contradicciones de la vida de tal manera que suple la angustia por una forma más llevadera de afrontar las situaciones, la 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 una respuesta de agradecimiento ante las circunstancias de la vida puede ser una estrategia psicológica adaptativa y un importante proceso mediante el cual la persona interpreta positivamente sus experiencias cotidianas, funciona como un barómetro moral, al dotar al individuo de una señal afectiva tras percibir que alguien ha actuado favorablemente hacia él; funciona además como motivadora moral, estimulando el comportamiento prosocial y también como reforzador moral del individuo por su conducta previa, la capacidad de reemplazar la amargura y el resentimiento por agradecimiento y aceptación es clave en la adaptación madura a la vida. La gente optimista tiene mejor estado de ánimo, es más perseverante, tiene más éxitos y experimenta una mejor salud

física los efectos del optimismo están mediados especialmente a nivel cognitivo: un optimista es más probable que ejecute hábitos que mejoren la salud y aseguren el apoyo social, aunque es posible que los estados emocionales positivos afecten directamente al curso de la enfermedad, la orientación hacia el futuro está asociada con la conciencia, la diligencia y la capacidad para retrasar gratificaciones, probablemente asociadas al mantenimiento del bienestar subjetivo. El sentido del humor como fortaleza 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, la gente con sentido del humor se ríe más y reír de forma habitual está asociado a cambios en el sistema muscular, cambios cardiovasculares, endocrinos, inmunológicos y neuronales tener buen sentido del humor favorece las relaciones sociales y proporciona un mayor apoyo social que funciona como inhibidor del estrés y estimulador de la salud, la espiritualidad y religiosidad se refieren a las creencias y prácticas basadas en la convicción de que existe una dimensión trascendental de la vida, Psicológicamente, estas creencias son importantes porque influyen en las atribuciones que las personas hacen, en el significado que construyen y en la forma en la que establecen sus relaciones con los demás y con el mundo ambas tienen en común la creencia en la existencia de una dimensión trascendental de la vida pero difieren en que la religiosidad tiene que ver con la aceptación de creencias asociadas al culto de una figura divina y la participación en actos públicos y privados relacionados con ella y la espiritualidad describe lo privado, la relación de intimidad entre el ser humano y lo divino, y las virtudes que se derivan de esa relación, las emociones positivas son elementos esenciales en el funcionamiento óptimo del ser humano, ya que amplían los repertorios de pensamiento acción, reducen las emociones negativas prolongadas, estimulan la resiliencia psicológica y provocan espirales de estado de ánimo positivo que aumentan el bienestar emocional. La autorrealización y el bienestar psicológico son componentes muy importantes, si no la finalidad última, de la salud mental los valores de una persona y sus objetivos median entre los hechos externos y cómo se vive la experiencia, y en ese sentido las fortalezas trascendentales pueden promover múltiples efectos deseables que contribuyen eficazmente al bienestar y a una vida más plena el bienestar personal y el desarrollo social de los individuos es óptimo cuando se satisfacen las necesidades básicas de competencia, pertenencia y autonomía.

El desarrollo del ser humano son aquellos cambios y continuidad que atraviesa a lo largo de su ciclo vital el ser humano, son las etapas que se debe vivir como persona, desde la concepción se va desarrollando hasta llegar a la muerte es un camino largo que pasa el ser humano, el desarrollo es físico y mental, el desarrollo se va asociando con los factores familiares, sociales, religiosos y educativos, esto puede afectar a la persona en su desarrollo como las desviaciones de conducta, día a día el ser humano atraviesa cambios en su persona, el carácter es un cambio que se da a lo largo de lo vivido que los factores sociales, educativos, familiares entre otros han ido ayudando a la formación de esta todos los cambios, el desarrollo como persona es muy importante a lo largo de la vida.

## Bibliografía

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/d048706a820a5290502ae862d9d40c4c>.