



**Nombre de alumno: Merari Alejandra
García Ruiz**

**Nombre del profesor: Nayeli Morales
Gómez**

**Nombre del trabajo: mapa
conceptual sobre la unidad 4 (temas
4.1 - 4.3)**

Materia: desarrollo humano

Grado: 6^ocuatrimestre

Grupo: "B"

Comitán de Domínguez Chiapas a Julio del 2020



UNIDAD 4 PERSONALIDAD SALUDABLE

4.1 PERSONALIDAD SALUDABLE A LAS DIFERENTES AREAS DE RELACION DE LA PERSONA.

Expertos en psicología dicen y mantienen que:

que la personalidad se crea a partir de cinco pilares.

Estos pilares son:

Extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad, consciencia y neuroticismo.

estos rasgos tienen un número de sub-características que definen la forma de ser de cada individuo

Gordon Willard Allport (Psicólogo estadounidense) define a la personalidad como:

“Personalidad es la organización dinámica, en el interior del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta y su pensamiento característicos”

los dos componentes de la personalidad son:

El temperamento (Biológico hereditario) y el carácter (Adquirido).

La estabilidad o salud se ve reflejada en tres aspectos:

1. **AUTORREALIZACIÓN:** Lo que permite al individuo explotar su potencial.
2. **SENTIDO DE DOMINIO:** Sobre él mismo y su ambiente.
3. **AUTONOMIA:** La capacidad de identificar, confrontar y resolver sus problemas.

¿Cómo es una personalidad saludable?

Entre los rasgos que se identificaron en el estudio, están:

una alta apertura a sentimientos. También, bajos niveles de hostilidad agresiva, mucha calidez, emociones positivas y la capacidad de ser directo

Por otro lado, la tendencia a deprimirse o sentirse vulnerable fue asociada con una personalidad poco saludable

Myers, Sweeny y Witmer proponen cinco áreas vitales para el bienestar que son:

1. Escencia o espiritualidad.
2. Trabajo y Ocio.
3. Amistad.
4. Amor.
5. Autodominio.

4.2. AMOR, GENITALIDAD Y EROTISMO.

¿Qué es el amor?

es una fuerte inclinación emocional hacia una persona y en un sentido más amplio hacia un grupo de personas u objetos

El amor se ha concebido como un éxtasis vertiginoso que nos brinda momentos de felicidad apasionada, euforia, excitación, risa y satisfacción.

Esto implica formas de sentirse aceptado y entendido totalmente.

El amor romántico es uno de esos fenómenos que han inspirado a muchos filósofos

El amor romántico

también llamado amor obsesivo, apasionado, encaprichamiento

se ha denominado «la más poderosa motivación humana».

El cerebro es el órgano donde se llevan a cabo todas las reacciones químicas que acontecen en el amor

La investigación psicobiológica ha encontrado que el amor romántico se compone de tres fases:

Que son el deseo, atracción y apego.

Teorías del amor

John Alan Lee: Este autor identificó tres tipos primarios de estilo de amor que son:

Eros(amor romántico y pasional)
Ludus (amor lúdico), Storge o amistad (amor - amistad)

Lee también identificó 3 estilos de amor secundarios que son:

Manía(amor posesivo y dependiente) Pragma(amor lógico y práctico) ágape(amor altruista)

Robert Sternberg formuló en 1986 la que probablemente sea la teoría más conocida sobre el amor: la **teoría triangular** (o "teoría del triángulo de Sternberg").

hay tres componentes básicos que componen las relaciones amorosas: la intimidad, la pasión y el compromiso.

De la combinación de estos tres componentes, surgen diferentes tipos o formas de amar, dependiendo de qué factores tengan más peso:

Cariño o afecto, encaprichamiento o flechazo, amor vacío, amor romántico o enamoramiento, amor fatuo, amor compañero, amor consumado o amor perfecto o amor completo, falta de amor.

4.2.2 GENITALIDAD

La sexualidad y la genitalidad no son lo mismo

La genitalidad hace referencia a:

hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrándose en los genitales (masculinos y femeninos).

Es un concepto parcial del sexo del individuo y de su conducta sexual, reduciendo ambos conceptos al aspecto anatómico fisiológico de los órganos genitales o reproductores

En si es por esto, que la sexualidad es:

es el conjunto de condiciones anatómicas, fisiológicas y psicólogo-afectivas que caracterizan cada sexo.

Mas bien, o es decir que es:

el conjunto de fenómenos emocionales y de conducta relacionados con el sexo, que marcan de manera decisiva al ser humano en todas las fases de su desarrollo.

Nosotros entendemos a la sexualidad como:

la unión de dos personas que unen sus genitales.

Y si la genitalidad es sexualidad, entonces se define:

entonces podríamos llegar a tener sexo sin que entren en juego nuestros genitales

Relacionamos que el sexo se expresa y se enmarca estrictamente en la genitalidad (lo físico)

La sexualidad es mucho más amplia que la genitalidad.

ya que incluye todas las experiencias placenteras

Confundir sexualidad y genitalidad es dejar de lado el componente afectivo, factor que determina la calidad de la relación con el otro.

se suele definir como:

como la comunicación y actividad en pareja o individual, donde intervienen distintas emociones, sentimientos y actitudes que conllevan a la estimulación genital y el orgasmo en búsqueda del placer sexual.

El Eros freudiano: la sexualidad y la cultura este es el eje problemático del erotismo

tal como es postulado por Marcuse:

Marcuse retoma la categoría psicoanalítica de Eros, definida por Freud (1986) como la gran fuerza que preserva la vida y que se encarga de vincular libidinalmente a los individuos

El origen de la palabra erotismo:

se origina del griego eros en referencia al Dios Eros a quien se le asocia con la sensualidad, el deseo y placer sexual, así como con las conductas que se manifiestan cuando existe atracción entre dos o más seres.

4.3 EROTISMO

el concepto en sí se refiere:

se refiere a las conductas y actitudes manifiestas que incitan a la interacción y a la actividad sexual, tales como:

caricias, besos, abrazos, estimulación oral, masturbación, entre otras que conducen generalmente al coito y/o directamente a la sensación de placer sexual

La manifestación de estas conductas depende directamente de la personalidad de cada uno

Estas prácticas permiten:

permiten al individuo estar en contacto con su cuerpo, identificar y percibir aquellos estímulos que le resultan placenteros

De acuerdo con los sexólogos:

no existe una práctica determinada como normal o anormal cuando se trata de erotismo y sexualidad

La respuesta ante un estímulo erótico

depende de los deseos y fantasías de cada persona y algo que es placentero para unos, puede llegar a ser hasta doloroso y abominable para otros.

Las prácticas eróticas

nos acercan a nosotros mismos

Es indispensable conocer nuestros límites y respetar los de la pareja para que la práctica del erotismo sea placentera, duradera y constante

una buena comunicación tanto con uno mismo como con la pareja es clave para que podamos explotar ese potencial erótico que nos caracteriza.

Desarrollar una identidad erótica es vital para el bienestar psicológico del individuo.