

PERSONALIDAD SALUDABLE

- **Materia:** Desarrollo humano
- **Catedrático:** Lic. Bayron Iram Vidals Camposeco
Carrera: Enfermería
- **Cuatrimestre:** 6to Cuatrimestre.
- **Alumno:** Roblero Mateo Keyla Vianey

personalidad saludable en las diferentes áreas de relación de la persona.

¿Qué es?

Es la organización dinámica, en el interior del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta y su pensamiento.

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. Autonomía. la capacidad de identificar, confrontar y resolver sus problemas.

John Alan Lee, sociólogo y maestro de la Universidad de Toronto, publicó: Colors of Love, un libro que expone lo que se convirtió en una muy popular teoría sobre el amor.

Amor



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

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

La respuesta de estos centros nerviosos consiste en sinapsis que sintetizan tres neurotransmisores fundamentales primero la dopamina, luego la luliberina y, un poco después, la oxitocina

Teorías del amor



Robert Sternberg, psicólogo, conocido sobre todo por su trabajo en el campo de la inteligencia, formuló en 1986: la teoría triangular (o "teoría del triángulo de Sternberg").

Genitalidad



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

Erotismo



es una característica humana; y en efecto, el concepto en sí 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.

Estas prácticas permiten al individuo estar en contacto con su cuerpo, identificar y percibir aquellos estímulos que le resultan placenteros y, por supuesto, le permite también conocer aquellas prácticas que no lo son, tanto para él como la persona con quien comparte estas experiencias

Desarrollo humano y trascendencia



En el desarrollo de las personas, cada una abarca un periodo amplio y solo es un panorama no sustituye a la clasificación hecha por las teorías existentes del desarrollo humano,

Las etapas son:

- Asimilación-aprendizaje(0 -21 años aproximadamente)
- Expansión- afinación (21-42 años)
- Etapa social (35-42 años)
- Etapa social altruista(42-63 años)

Trascendencia humana



El ser humano es un ser apto para el desarrollo no solo a nivel biológico sino también anímico y espiritual

Elementos constitutivos

- Biológico
- Psíquico
- Social

El trascender del hombre se refiere al reto de ir más allá del límite de su existencia

características de la persona trascendente

EL hombre es un ser humano libre. responsable. Inteligente, con capacidades y limitaciones que lo hacen único e irreplicable (original) teniendo en todo momento la capacidad y la decisión de cambiar, para ser mejor (superación), haciendo uso adecuado de sus facultades.

La clasificación propone 6 virtudes que comprenden 24 fortalezas:

- Sabiduría y conocimiento.
- Coraje
- Humanidad
- Justicia
- Templanza
- Trascendencia

Las virtudes trascendentales permiten al individuo establecer una conexión con el universo, proporcionando sentido a su vida

Efectos positivos sobre el bienestar

- Gratitud
- Humor
- Espiritualidad

FUENTE DE INFORMACION

Bayron Iram Vidals Camposeco . (2020). PERSONALIDAD TRANSCENDIBLE.

13/06/2020, de UDS Sitio web:

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