



Nombre del alumno:

Monica yakelin sanchez Lucas

Nombre del profesor:

Adriana Marisela morales

carrera

licenciatura en enfermería

Materia:

Desarrollo humano

Nombre del trabajo:

Mapa conceptual:

Personalidad saludable

Personalidad saludable

Son pensamientos, sentimientos y conductas que hacen único al individuo y se mantiene con el paso del...

es

tres tipos de factores:

Los factores biológicos básicos que incluyen la herencia y los factores maternos prenatales

Los factores bioambientales que están en la base del desarrollo neuropsicológico y dónde están inextricablemente unido lo biológico y lo ambiental.

Y los factores puramente ambientales que incluyen el aprendizaje por contigüidad, el instrumental y el vicario.

tiene una personalidad saludable cuando

1. Se tiene capacidad para adaptarse al ambiente.
2. La percepción de uno o del ambiente es constructiva.
3. Los patrones de conducta son saludables.

tiene una personalidad anormal y no saludable cuando

1. El individuo es inflexible y poco adaptativo.
2. La percepción de uno mismo o del entorno son negativas y frustrantes.
3. Los patrones de conducta del individuo tienen efectos negativos para la salud.

cinco áreas vitales para el bienestar

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

logrando un funcionamiento

1. Sentido de valor
2. Sentido de control
3. Sentido realístico
4. Conciencia emocional

una persona sana tiene las siguientes

es flexible

vida variada realizando diversas ACTIVIDADES

CAPACIDAD DE TOLERANCIA

su forma de verse así mismo al mundo y a los demás se ajusta a la realidad

Muestra 3 dominios

autorrealización

Los que permite al individuo explotar su potencial

Sentido de dominio

Sobre el mismo y su ambiente

autonomía

La capacidad de identificar, confrontar y resolver sus problemas

9. Ejercicio.
10. Sentido de autoprotección.
11. Control de la propia tensión.
12. Identidad sexual e identidad cultural

5. Capacidad de lucha
6. Solución de problemas y creatividad.
7. Sentido del humor.
8. Nutrición.