

## REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS



José Ever López Santiz

- Materia: desarrollo humano
- Carrera: enfermería
- 6<sup>o</sup> cuatrimestre

## PERSONALIDAD SALUDABLE EN LAS DIFERENTES ÁREAS DE RELACIÓN DE LA PERSONA.

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

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



Cuando esta se desequilibra por una tensión psíquica se produce la anormalidad algunos ejemplos psicodinámicos son:

- La fijación puede aparecer en frustraciones, estereotipias o en la detención de desarrollo mental.
- El aislamiento por medio de síntomas de retiro.
- La inadaptación comprende los síntomas que producen conflictos en el individuo con su medio.
- La pasividad como apatía.
- La autodestrucción con sentimientos de inferioridad llegando al suicidio.
- La esterilidad se manifiesta con impotencia, sentimientos de vacío y aburrimiento.
- El desequilibrio se manifiesta con obsesiones e impulsos incontrolados.

#### 4.2. AMOR, GENITALIDAD Y EROTISMO.

##### ❖ Amor

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



##### ❖ La intimidad

Se refiere al sentimiento de cercanía, unión y afecto hacia el otro, sin que exista.



##### ❖ La pasión

Está referida a las ganas intensas de unión con la pareja y en menor parte a la sexualidad, aunque no siempre tiene que ser necesariamente carnal.



❖ El compromiso/decisión.

No se puede olvidar uno el papel que en el amor juegan la decisión y las expectativas de mantener la relación y permanecer juntos.



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

#### 4.2.2 GENITALIDAD.

La genitalidad 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.

#### 4.2.3 EROTISMO.

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.

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.

#### 4.3 DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA.

Las etapas

- asimilación- aprendizaje 0 a 21 años aproximadamente

En que el ser humano asimila todo de su contorno sin retribuir mayor cosa, en la que se consolida, si hay una buena educación, el potencial del individuo por medio de una orientación de su voluntad, de su sentir y de su pensar.

- Expansión- afinación 21 a 42 años

En la cual el ser humano, especialmente el hombre, alcanza estabilidad económica, social, laboral y conyugal. Todo esto significa que el ser humano se autoeduca, es consciente de sí mismo y se proyecta a un nivel social.

- Etapa social 35-45.

Empieza a procurar que las acciones propias se orienten hacia un efecto benéfico en la comunidad y en las demás personas. Puede ser que esto se observe como tendencia aunque todavía no se plasme como realidad.

- Etapa social altruista 42-63

Caracterizada por una visible declinación biológica y un crecimiento de lo espiritual y trascendente. Se muestra, en esta etapa, con más evidencia la capacidad para darse a los demás, volverse altruista y sabio.

##### 4.3.1 TRASCENDENCIA HUMANA.

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.