



Nombre de alumno: Lidia Lizeth López López

Nombre del profesor: Javier Iván Godínez

Nombre del trabajo: Supernota Personalidad

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6to. Cuatrimestre

Grupo: "C"

Bibliografía: Antología Desarrollo Humano

Comitán de Domínguez Chiapas a 07 de agosto de 2020.

PERSONALIDAD SALUDABLE EN LAS DIFERENTES ÁREAS DE RELACIÓN DE LA PERSONA

5 ÁREAS VITALES DEL BIENESTAR

Escencia o espiritualidad
Trabajo y Ocio
Amistad
Amor
Autodominio

LA ESTABILIDAD O SALUD EN 3 ASPECTOS:

AUTORREALIZACIÓN
Explota el potencial

SENTIDO DE DOMINIO
Uno mismo y el ambiente

AUTONOMIA
Identificar, confrontar y resolver problemas

Una forma de redescubrirnos a través del placer

Las practicas eróticas nos acercan a nosotros mismos en la intimidad que es donde afloran los rasgos de la personalidad que se mantienen ocultos.

OBTENCIÓN DE SALUD MENTAL

- Autodominio y autoconocimiento
- Responsabilidad de acciones
- Correcta percepción de la realidad
- Madurez afectiva
- Estabilidad emocional

Erotismo

Suele definirse como la comunicación y actividad en pareja o individual, donde intervienen diferentes emociones, sentimientos y actitudes que conllevan a la estimulación genital.

Genitalidad

Hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrandose en los genitales (masculinos y femeninos), siendo un concepto parcial del sexo y conducta sexual del individuo.

Amor

Es una fuerte inclinación emocional hacia una persona, nos brinda momentos de felicidad e implica formas de sentirse aceptado y entendido.

- Cultivo intelectual
- Educación de voluntad
- Vivir con valores éticos
- Elaboración de un proyecto real
- Vida espiritual

DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA

Las etapas son:

Asimilación-aprendizaje (0-21 años).

Expansión-afinación (21-42 años).

Etapa social (35-42).

Etapa social altruista (42-63).

Trascendencia humana.

El ser humano puede adaptarse al desarrollo, tiene la capacidad de ser parte del universo, acercarlo a sus elementos y comprenderlo.

Características de la trascendencia

Ser libre, responsable, inteligente, con capacidades y limitaciones teniendo en todo momento la capacidad de cambiar para mejorar.

Las Fortalezas trascendentales

- Gratitud
- Esperanza
- Humor
- Espiritualidad

El desarrollo de las Fortalezas

Genera emociones positivas que son esenciales en el funcionamiento óptimo del ser humano.

Se satisfacen las necesidades básicas de competencia, pertenencia y autonomía.

A parte del dominio del entorno, la autonomía y el crecimiento personal, se considera necesario encontrarle un sentido a la vida.

Hay fortalezas humanas que actúan como soporte contra la enfermedad mental como: el coraje, el optimismo, las habilidades, la fe, el trabajo ético, la honestidad, etc.

El bienestar del ser humano influye por un lado el desarrollo máximo de la propia personalidad y por otro lado la perfección de esa individualidad con algún proceso espiritual.