MAPA CONCEPTUAL: UNIDAD 4

SANDRA GUADALUPE FLORES SANTIAGO

2 DE AGOSTO DE 2020

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Prof. Rodolfo Bataz

TEORÍAS DE LA PERSONALIDAD: UNIDAD 4

Estrés

Se conoce como:

Proceso que se origina cuando las causas ambientales superan la capacidad adaptativa de un organismo.

Las causas:

No siempre son negativas (derivadas de situaciones de peligro) también pueden ser situaciones cotidianas.

Los agentes estresantes:

Pueden provenir del ámbito familiar, laboral, social o personal.

Duelo y muerte

La muerte:

Es la angustia más profunda del hombre.

El duelo:

Son las demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento por la muerte de alguien.

El duelo afecta:

Los aspectos psicológicos, emotivos, afectivos, mentales, sociales, espirituales y físicos.

Otros factores:

Factores psicológicos, recursos personales, circunstancias de la muerte y apoyos externos.

Ruptura y Pérdida

Tipos de pérdidas:

De pareja, laborales, de la juventud, de la salud, etc.

Nos producen:

Tristeza, que puede apoyarnos para introspección y con ello resolver cosas para generar el cambio.

Como terapeutas:

Es importante reconocer que cada persona tiene su tiempo y ritmo, para superar dicha pérdida.

Fases del Duelo

Son:

Negación, tristeza, culpa, ira, desolación.

Tras la ruptura:

Incredulidad, Insesibilidad, tristeza, miedo, culpa, sensación de salir y serenidad.

Tipos de duelo:

*Bloqueado
*Complicado
*Patológico
*Retardado
*Ausente
*Crónico
*Inhibido
*Desautorizado