

# DESARROLLO HUMANO

MATERIA:

**LIC. MARIA DEL CARMEN BRIONES**

DOCENTE:

NOMBRE DEL ALUMNO (A):

AGUILAR DIAZ LUSVI IRIS

TRABAJO:

ENSAYO

TEMA:

PERSONALIDAD SALUDABLE

LICENCIATURA:

“DERECHO”

GRADO:

“6” CUATRIMESTRE

MODALIDAD:

“SEMIESCOLARIZADO”

## INTRODUCCION

Nosotros como seres humanos pasamos por diferentes etapas en nuestra vida, desde el momento en que nacemos vamos desarrollando y teniendo un aprendizaje así como una buena educación, nos ayuda a comprender las cosas, es una etapa donde la sociedad educa al hombre y este aprovecha al máximo lo que la sociedad nos brinda.

## DESARROLLO HUMANO Y TRACENDENCIA

Como podemos ver en el desarrollo humano de las personas hay grandes etapas, y nos dice que cada uno abarca un periodo amplio, enfocadas en comprender los sucesos más relevantes entre el desarrollo, contexto y trascendencia y las etapas son:

### ASIMILACION Y APRENDISAJE:

Comienza desde los (0-21 aproximadamente), caracterizada por una dependencia del mundo del adulto y un crecimiento paulatino de la conciencia, es una etapa en que la sociedad educa al hombre y este sabe aprovecharlo al máximo lo que ella en forma complaciente le brinda. Nos dice también que es una etapa egocéntrica, en que el ser humano asimila todo de su contorno sin retribuir mayor cosa, en la que se consolida, si hay una buena educación.

### EXPANSION- AFINNACION:

Esto nos dice que comienza desde los (21-42), es la etapa 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 aun nivel social.

Es una etapa de auto afirmación, en la que el ser humano se guía por sus constantes confrontamientos con el mundo, ya no es la sociedad la que educa al hombre, más bien él se autoeduca a partir de sus propios y más profundos intereses y de las conclusiones que va derivando de su confrontamiento con la vida.

Al final de este periodo pueden surgir cambios en la vida, nuevas orientaciones derivadas de un cuestionamiento sobre lo que se ha hecho, lo que se dejó de hacer, lo que queda por hacer y la importancia de lo que se hizo en relación con la construcción esencial de la vida.

ETAPA SOCIAL: este periodo comienza desde los (35-42) años, a esta etapa lo podríamos llamar social, en la que se empieza a procurar que las acciones propias se orienten hacia un efecto benéfico en la comunidad y en las demás personas.

En esta fase el individuo observa que no tiene la plenitud biológica de los primeros años y en algunas inclusive, esta empieza a declinar, se adquiere una postura más pausada y serena ante la vida, aunque paralelamente surge la angustia por no malbaratar los años que quedan. De todo lo anterior pueden surgir cambios y reorientaciones no solo en el campo profesional, si no en el labora y conyugal.

ETAPA SOCIAL ALTRUISTA: esto comienza desde los (42- 63 años), se muestra en esta tapa, con más evidencia la capacidad para darse a los demás, volverse altruista y sabio, desde una altura cimera el ser humano otea su pasado y deduce de ellos valores significativos, desprovistos ya de emociones e implicaciones personales, por ello cuando juzga lo hace con criterios más univesales que personales, cuando opina lo hace en base a un conocimiento experimentado y comprobado, cuando decide lo hace en base a lo que funcionó correctamente en el pasado pero quitándole el estigma de su implicación personal, es decir, sus propios intereses y ambiciones, es aquí cuando el hombre ha encontrado el equilibrio con el mundo.

### **TRANSCENDENCIA HUMANA:**

El ser humano es un ser apto para el desarrollo no solo ha nivel biológico sino también anímico y espiritual, lo que distingue esencialmente al hombre de los vegetales y animales es su devenir espiritual, su afán de transcendencia, de mayor conciencia y libertad, esto le permite ser creativo, aportar su impulso personal al mundo y hacer contribuciones orientada hacia el futuro de las personas y de las organizaciones.

Cuando un ser humano viene al mundo nace en un estado de inconciencia y dependencia completa. Meta de su vida es que al final de ella, allá alcanzado

conciencia, autonomía y libertad, sin embargo como dice Erich Fromm “muchos seres humanos mueren sin haber nacido completamente”, es decir, sin haber alcanzado una completa madurez, un conocimiento de sí mismos, de sus circunstancias y fines.

Hoy el hombre es un complejo de la naturaleza configurado por aciertos y desaciertos, se dirige hacia un futuro incierto, pero siempre busca una esperanza porque tiene hambre de elevación, el trascender del hombre se refiere al reto de ir más allá del límite de su existencia.

Es el hombre el que tiene la capacidad de ser parte del universo, de acercarlos en sus elementos y de comprenderlos. Al trascender en su conciencia, trasciende en el mundo y en su misma sociedad.

#### CARACTERISTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE:

El hombre es un ser humano libre, responsable e inteligente con capacidades y limitaciones que lo hacen único e irrepetible, teniendo en todo momento la capacidad y decisión de cambiar, para ser mejor, haciendo uso adecuado de sus facultades, ya que es el único modo de dejar de creer que es un títere de las circunstancias, al menos con estas se convierte en alguien capaz de lograr todo lo que se proponga, en alguien siempre dispuesto al cambio para mejorar, para crecer como ser humano pero sobre todo para trascender.

Una persona que no utiliza su inteligencia, que no toma sus propias decisiones, que se deja manipular por otros, perdiendo su originalidad, es una persona incapaz de lograr sus propias metas, pues esta solo son un espejo de las metas de otros.

Según los autores, lo que hace que la vida merezca la pena, no es efímero, por lo que es un necesario un análisis en términos de rasgos positivos de personalidad.

Las virtudes son las características centrales del carácter valoradas por filósofos morales y pensadores religiosos. Se trata de valores universales, para considerar

que un individuo las posee deben estar por encima de un cierto valor. Las fortalezas son los aspectos psicológicos que definen las virtudes.

La clasificación propone seis virtudes que comprende 24 fortalezas:

- Sabiduría y conocimiento, dentro de las que se incluyen creatividad, curiosidad, amor por el conocimiento y perspectiva.
- Coraje: que comprende valentía, perseverancia, vitalidad y autenticidad.
- Humanidad: en las que figuran amabilidad, inteligencia social y amor.
- Justicia: a la que pertenecen la capacidad en equipo, equidad y liderazgo.
- Templanza: autorregulación, prudencia, perdón y modestia.
- Trascendencia: apreciación, de la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor y espiritualidad.

#### LAS FORTALEZAS TRASCENDENTALES Y SUS EFECTOS POSITIVOS SOBRE EL BIENESTAR:

La espiritualidad, fortaleza prototípica de este grupo, se define como la creencia y el compromiso con los aspectos trascendentales de la vida, llámese divino, sagrado, ideal o universal. La apreciación de la belleza y la excelencia conecta a la persona directamente con la belleza y la excelencia del mundo y de las demás personas, la gratitud con la bondad, la esperanza con el futuro, con los problemas y contradicciones de la vida de tal manera que suple la angustia por una forma más llevadera de afrontar las situaciones.

#### GRATITUD:

Es el sentimiento de agradecimiento y alegría al recibir lo que uno percibe como un obsequio, ya sea por un obsequio material proporcionado por otra persona o algo inmaterial, como un momento de paz provocado por la naturaleza.

Funcionan como un barómetro moral, al dotar al individuo de una señal efectiva tras percibir que alguien ha actuado favorablemente hacia él, funciona además como motivador moral, estimulando el comportamiento prosocial y también como reforzador moral del individuo por su conducta previa. La gratitud forma parte del

proceso de transformar emociones autodestructivas en emociones curativas. La capacidad de reemplazar la amargura y el resentimiento por agradecimiento y aceptación es clave en la adaptación madura a la vida.

#### ESPERANZA:

Se refieren a posturas cognitivas, emocionales y motivacionales hacia el futuro. La gente optimista tiene mejor estado de ánimo, es más perseverante, tiene más éxitos y experimenta una mejor salud física.

Los efectos del optimismo están mediados especialmente a nivel cognitivo: un optimista es más probable que ejecute hábitos que mejore la salud y aseguren el apoyo social, aunque es posible que los estados emocionales positivos afecten directamente al curso en la enfermedad. La orientación hacia el futuro está asociada con la conciencia, la diligencia y la capacidad para retrasar gratificaciones, probablemente asociadas al mantenimiento del bienestar subjetivo.

#### HUMOR:

Es la capacidad de reconocer con alegría lo congruente, para ver la adversidad de una manera benigna y para provocar la risa en los demás o experimentarla uno mismo.

El sentido del humor está relacionado con el buen estado de ánimo y amortigua los efectos del estrés, tener buen sentido del humor favorece las relaciones sociales y proporciona un mayor apoyo social que funciona como inhibidor del estrés y estimulador de la salud.

#### Espiritualidad:

Se refieren a las creencias y prácticas basadas en la convicción de que existe una dimensión trascendental no material de la vida. Ambas tienen en común la creencia en la existencia de una dimensión trascendental de la vida pero difieren en la religiosidad tiene que ver con la aceptación de creencias, la espiritualidad describe lo privado, la relación de intimidad entre el ser humano y lo divino.

## EL DESARROLLO DE LAS FORTALEZAS TRANSCENDENTALES COMO CAMINO AL BIENESTAR:

La fortaleza trascendental genera emociones positivas, nos dice que las emociones positivas son elementos esenciales en el funcionamiento óptimo del ser humano, ya que amplía los repertorios de pensamiento acción, reduce las emociones negativas prolongadas.

La auto realización y el bienestar psicológico son componentes muy importantes. Los valores de una persona y sus objetivos median entre los hechos externos y como se vive la experiencia, y en ese sentido las fortalezas trascendentales pueden promover múltiples efectos deseables que contribuyen eficazmente al bienestar y a una vida más plena.

El bienestar personal y el desarrollo social de los individuos es óptimo cuando se satisfacen las necesidades básicas de competencia, pertenencia y autonomía.



## CONCLUSION

Nos menciona, que es el hombre quien tiene la capacidad de ser parte del universo y de la sociedad, de acercarlo en sus elementos y comprenderlos, al trascender en su conciencia, trasciende en el mundo y en su misma sociedad. Ya que el hombre como sabemos es un hombre libre, responsable, inteligente con capacidades y limitaciones que lo hacen único, teniendo en todo momento la capacidad y la decisión de cambiar para ser mejor. Hoy el hombre es un complejo de la naturaleza configurado por aciertos y desaciertos, se dirige hacia un futuro incierto pero siempre busca una esperanza.