



**Nombre de alumnos:** ALEXA LISSET RODAS GOMEZ

**Nombre del profesor:** MARIA DEL CARMEN BRIONES

**Nombre del trabajo:** ENSAYO 4.3

**Materia:** DESARROLLO HUMANO

PASIÓN POR EDUCAR

**Grado:** 6° CUATRIMESTRE EN DERECHO

**Grupo:** "A"

Frontera Comalapa, Chiapas a 20 de junio de 2020.

¿Cómo podemos definir una personalidad sana o saludable? Muchos autores han trabajado ya sobre este concepto, una tarea complicada cuando nos enfrentamos a temas de salud mental. Y aunque existen muchos puntos en los que no hay acuerdo, también hay otros en los que los expertos parecen coincidir.

Para el psicólogo canadiense (uno de los grandes nombres de la personalidad humanista) Sidney Jourard: "La personalidad saludable es una forma de actuar del individuo, guiada por la inteligencia y el respeto por la vida, para que las necesidades personales sean satisfechas y con el fin de que la persona crezca en conciencia, competencia y capacidad de amarse a sí misma, al entorno natural y a los demás".

#### DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA.

Podemos considerar que hay grandes etapas en el desarrollo de las personas, cada una abarca un periodo amplio y solo es un panorama general, no sustituye a la clasificación hecha por las teorías existentes del desarrollo humano, sino que están 105

Enfocadas más que nada en comprender los sucesos más relevantes en la relación dinámica entre el desarrollo-contexto-trascendencia.

#### **Las etapas son**

1. Asimilación- aprendizaje( de 0 a 21 años aproximadamente)
2. Expansión- afinación (21 a 42 años )
3. Etapa social (35-42)
4. Etapa social alturita (42 a 62 años )

El ser humano es un ser apto para el desarrollo nos lo a nivel biológico sino también anímico y espiritual o que distingue esencialmente al hombre de los vegetales y animales es su devenir espiritual, trascendencia, de mayor conciencia y de libertad: esto le pennite ser creativo, aportar su impulso personal al mundo y hacer contribuciones orientadas hacia el futuro de las personas y de las organizaciones.

Podemos entonces concebir que en cada ser humano late la necesidad b sica de llegar a ser adulto biológico, anímico psicológico y trascendente y que el desarrollo apunta a esos tres

niveles. Si el destino y circunstancias personales y sociales definen los alcances de ese desarrollo.

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, haya alcanzado conciencia, autónoma 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.

### CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE.

EL hombre es un ser humano libre. Responsable. Inteligente, con capacidades y limitaciones que lo hacen único e irrepetible (original) teniendo en todo momento la capacidad y la decisión de cambiar, para ser mejor (superación), haciendo uso adecuado de sus facultades, ya que es el único modo de dejar de creer que es un títere de las circunstancias — Una persona al reunir estas características

implícitas en la idea central, que quizás sean las mínimas de las tantas con las que cuenta, al menos con éstas 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 éstas son solo un espejo de las metas de otros.

Dentro del marco de la Psicología positiva existe una línea de investigación centrada en las fortalezas y virtudes que favorecen el crecimiento humano, en donde es clave la clasificación presentada en el manual *Character Strengths and Virtues*

La clasificación propone 6 virtudes que comprenden 24 fortalezas:

- *Sabiduría y conocimiento*, dentro de las que se incluyen creatividad, curiosidad, mentalidad abierta, 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 de trabajar en equipo, equidad y liderazgo.
- *Templanza*: Autorregulación, prudencia, perdón y modestia.
- *Trascendencia*: Apreciación de la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor y espiritualidad.

La gente optimista tiene mejor estado de ánimo, es más perseverante, tiene más éxitos y experimenta una mejor salud física (Peterson, 2000).

El optimismo y la esperanza están relacionados con la resolución activa de problemas y la atención a la información relevante para dicha resolución (Scheier, Weintraub y Carver, 1986; Aspinwall y Brunhart, 1996) y fomentan las buenas relaciones sociales y el éxito académico, atlético, militar, profesional y político (Seligman, 1990; Buchanan y Seligman, 1995; Snyder, 2000, 2002). Incluso las creencias optimistas no realistas sobre el futuro protegen de la enfermedad (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Estudios sobre enfermedades amenazantes para la vida sugieren que los que permanecen optimistas presentan los síntomas más tarde y sobreviven más tiempo que los que presentan un afrontamiento más objetivo.