



Nombre del alumno: Ingrid Karen Morales

Nombre del profesor: María del Carmen Briones

Nombre del trabajo: Mapa Conceptual: Personalidad Saludable

Materia: Desarrollo Humano

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 6to Cuatrimestre, Enfermería - Domingo

Grupo: "B"

PERSONALIDAD SALUDABLE

La personalidad

Se crea a partir de cinco pilares.

Los cuales son

EXTRAVERSIÓN

APERTURA A LA EXPERIENCIA

AMABILIDAD

CONSCIENCIA

NEUROTICISMO

Cada uno de estos rasgos

Tiene un número de sub-características que definen la forma de ser de cada individuo.

Los rasgos básicos de un individuo saludable son

UNA ALTA APERTURA A SENTIMIENTOS

MUCHA CALIDEZ

BAJOS NIVELES DE HOSTILIDAD AGRESIVA

LA CAPACIDAD DE SER DIRECTO

EMOCIONES POSITIVAS

Por otro lado

La tendencia a deprimirse o sentirse vulnerable fue asociada con una personalidad poco saludable.

AMOR, GENITALIDAD Y EROTISMO

Definición de

AMOR

Investigaciones recientes concluyen que el

Amor es un impulso y una motivación más que una emoción.

Nos hace sentir que

Estamos en lo más alto, pero también puede llevarnos a la autodestrucción si no sabemos gestionar correctamente el desamor.

Se liberan sustancias químicas como

La Dopamina

La Oxitocina

La Vasopresina

La Serotonina

Y se producen una

Gran sensación de euforia (similar al de algunas drogas como la cocaína), aunque también tiene un efecto sobre las áreas intelectuales del cerebro y puede afectar a nuestros pensamientos. Dicho de otro modo, cuando no enamoramos... ¡estamos drogados!

Fases del amor según investigaciones

La limerencia o enamoramiento

Amor romántico: construcción de lazos afectivos.

Amor maduro: se deben tomar decisiones más racionales

GENITALIDAD

La sexualidad y la

Genitalidad no son lo mismo, sin embargo se entrelazan en una dimensión relacional donde la analogía es la función básica de la sexualidad y requiere, exige, no solo el deseo sino la apertura y la atención hacia el otro a través del afecto, la comunicación y la duración.

Definición de

Genitalidad: hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrándose en los genitales, masculinos y femeninos.

Sexualidad: es el conjunto de condiciones anatómicas, fisiológicas y psicológico-afectivas que caracterizan cada sexo, es decir, el conjunto de fenómenos emocionales y de conducta relacionados con el sexo, que marcan de manera decisiva al ser humano en todas las fases de su desarrollo.

Sin embargo

Actualmente el concepto de sexualidad engloba el de genitalidad, ya que contempla otros aspectos definitorios de la vida sexual como son elementos culturales, emocionales, sociales, hormonales, etc.

La sexualidad es

Mucho más amplia que la genitalidad, ya que incluye todas las experiencias placenteras. Es por eso que la sexualidad se define en relación con el placer, y el placer genital es uno de los placeres posibles.

EROTISMO

La palabra proviene de

La unión del término griego eros, que significa "amor" o "deseo sexual", con el sufijo latino ismo que significa "acción o actividad".

Las características del erotismo son

- . Es un fenómeno humano por excelencia.
- . Expresa la dimensión simbólica afectiva de la sexualidad humana.
- . Se alimenta de la imaginación, la fantasía y la memoria.
- . No necesariamente conduce a la consumación del acto sexual.
- . Se expresa de manera diferente según la cultura y la psicología de los sujetos.
- . Usa diversos recursos para la excitación como la palabra, el vestuario, la gestualidad, los aromas y/o las sensaciones.
- . Facilita el proceso de seducción.
- . Facilita y mejora la experiencia sexual.
- . Fortalece los vínculos con la pareja.

TRASCENDENCIA HUMANA

Es la capacidad

Humana por excelencia, es la aptitud que tiene el ser humano de decidir sobre sus acciones, de elegir la calidad que tenga su vida y de esforzarse en llegar a sus metas.

Es

Cambiar de punto de vista, ponerse en los zapatos del otro, buscar un sentido global a la realidad y a la vida y llegar a que la vida tenga sentido para él.

El ser humano tiene

En su conciencia la posibilidad de crear su estado interior, de modificarlo, de entenderse.

CARACTERISTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE

La forma más simple de

Definir lo que es una persona Trascendental es: una persona con la habilidad de hacer realidad sus sueños.

Un sueño que da

Definido por ser una meta que está muy cargada de fantasía e idealismo, lo que puede hacer parecer imposible el alcanzarlo.

Así un trascendental es una

Persona capaz de alcanzar lo que parece imposible.

No es tarea fácil reconocer a

Un trascendental, aunque los trascendentales tienen la tendencia a "atraerse" mutuamente.

Se divide en



TRASCENDENTES FORMADOS

Mantienen su

Trascendencia gracias a que son criados bajo medidas que les producen un aislamiento del "mundo Real", o una sobreexposición a "mundos de fantasía".

De esta forma

Estas personas crecen sin reconocer a la Realidad como única y verdadera y mantienen los rasgos de trascendencia.

TRASCENDENTES NATOS

Son

Personas que sin importar su forma de crianza mantienen siempre su Trascendencia.

El más difícil para un trascendental es

Justamente descubrir cuál es su sueño.

Tienden a

Sentirse aislados del mundo común, por lo que su primer acercamiento a un sueño es "ser como los demás".

BIBLIOGRAFÍA

- . Herrera Garnica, Gloria Rebeca de Fatima; Desarrollo humano; Pearson, 2013
- . Huerta Perez, Isidro; Cimientos para el desarrollo personal; Octavio Antonio Colmenares Vargas, 2011.
- . Suarez Perez, Claudia Angelina; Desarrollo humano 3: La adolescencia; Trillas,2011.
- . Sacasa, Maria del Carmen; Programa de las Naciones Unidas para el desarrollo Mexico; PNUD,2012.
- . Erotismo y sexualidad ; publicado en 2013;Enlace:<http://biblioteca.clacso.edu.ar/gsd/collect/ar/ar010/index/assoc/D10142.dir/Schauer.pdf>
- . Desarrollo de liderazgo, National Minority Aids Council; Enlace: <https://targethiv.org/sites/default/files/file-upload/resources/desarrollo-de-liderazgo.pdf>