



Nombre de alumno: Kevin Moisés Gómez Altúzar

Nombre del profesor: Javier Iván Godínez

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico unidad IV

Materia: Desarrollo humano

Grado: 6º cuatrimestre

Grupo: LNU17EMC0119-A

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de julio de 2021.

UNIDAD 4 PERSONALIDAD SALUDABLE

PERSONALIDAD SALUDABLE A LAS DIFERENTES AREAS DE RELACION DE LA PERSONA

Personalidad en 5 pilares

- Extraversión.
- Apertura a la experiencia.
- Amabilidad.
- Consciencia.
- Neuroticismo.

Cada rasgo tiene sub-características que definen la forma de ser cada individuo.

Personalidad saludable

- Fomenta felicidad y éxito.
- Alta apertura a sentimientos.
- Niveles bajos de hostilidad agresiva, mucha calidez, emociones positivas y la capacidad de ser directo.
- Autoestima, bienestar físico, logros académicos, relaciones personales, etc.

Personalidad poco saludable

- Tendencia a deprimirse o sentirse vulnerable.
- Resistencia al estrés, atrevimiento, sensación de grandeza y autosuficiencia. (Estos son rasgos más negativos).

AMOR, GENITALIDAD Y EROTISMO

AMOR

- Es el sentimiento que mueve al mundo.
- Mueve a todos nuestros sentidos y nos impulsa a estar con la persona amada.
- Es un impulso y una motivación más que una emoción, según algunos estudios.
- Puede hacerte sentir en lo más alto y pleno, pero también puede autodestruirte sino sabes enfrentar el amor de manera correcta.

La psicología del amor y su relación con las drogas

- Activa dos importantes áreas relacionadas con las conductas motivantes: el núcleo caudado y el área tegmental ventral (ATV), ambas regiones muy inervadas por neuronas dopaminérgicas y relacionadas con la repetición de conductas placenteras como el sexo o las drogas.
- Se activan hasta 12 áreas del cerebro que trabajan conjuntamente para liberar las sustancias químicas como la dopamina, la oxitocina, la vasopresina, la noradrenalina o la serotonina.
- El amor modifica nuestro cerebro y produce una gran sensación de euforia y puede afectar a nuestros pensamientos, es decir, cuando estás enamorado, te encuentras drogado.

De la locura del enamoramiento a la racionalidad del amor

Fases del amor

- La limerencia (o enamoramiento).
- Amor romántico (construcción de lazos afectivos).
- Amor maduro.

- Un amor más consolidado que se caracteriza por una confianza más profunda y las negociaciones intervienen para un compromiso real.

Hormonas y neurotransmisores relacionados con el enamoramiento y el amor

- No cualquiera puede hacernos sentir esta sensación mágica, pero cuando nos enamoramos realmente, los neuroquímicos del amor estallan para hacernos cambiar nuestra percepción del mundo.

GENITALIDAD

- La genitalidad hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrándose en los genitales (masculinos y femeninos).

Aspectos que abarca

- El sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual.

¿Cómo se vive y expresa?

- A través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales.

EROTISMO

- El erotismo es el amor sensual, aquel que deleita los sentidos y los satisface, es la capacidad para sentir deseo, excitación, orgasmo y placer.

Aspectos que abarca

- Las caricias, las fantasías y la imaginación que provocan en nuestro interior recuerdos o imágenes que desencadenan la excitación sexual.

DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA

TRASCENDENCIA HUMANA

- La trascendencia se trata de sobrepasar, superar o atravesar algún tipo de límite, puede ser físico o simbólico, esta se puede dar a través de un resultado o una consecuencia de gran importancia para una persona.
- Es algo que está más allá de lo que podemos percibir, algo intangible.
- Se trata de una armonía entre la vida externa y la interna de una persona.
- Ve más allá de lo material y la percepción de la sociedad ante la felicidad estereotipada.

Aspectos que abarca

- Es la capacidad que tiene el ser humano para tomar acción en su vida y por ende tomar sus propias decisiones.
- La mentalidad de una persona para esforzarse sin importar los obstáculos para alcanzar sus sueños y metas fijadas.
- No importa lo que la sociedad dictamine, sino lo que la propia persona decida sobre su vida y su felicidad.
- La capacidad del ser humano para decidir la calidad de vida que tendrá.
- Llevar a cabo su realización personal.
- Aceptarse a sí mismo tal y como es para enfocar su vida y tiempo en las cosas que realmente te satisfacen.

CARACTERISTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE

- Es la habilidad que tiene una persona para poder cumplir sus sueños.
- Una persona trascendente es la que es capaz de lograr lo que parece imposible, llevando el sueño a la realidad de la vida.
- Los verdaderos trascendentales son los niños, por lo tener noción de la realidad de la vida.
- Los trascendentales formados son las personas criadas con una gran sobreprotección y no ven la realidad de la vida.
- Los trascendentales natos son los que no pierden su trascendencia, la complicación para ellos es la de cumplir su sueños, pero en ocasiones es la de descubrir el sueño verdadero.

BIBLIOGRAFÍA:

Universidad del Sureste. (2021). *Antología de Desarrollo Humano*. PDF. Págs. 72-95.