



Mi Universidad

ENSAYO

NOMBRE DEL ALUMNO: DANIEL ARMANDO ALVARADO GUZMAN.

NOMBRE DEL TEMA: II PATRONES FUNCIONALES DE MARJORY GORDON

PARCIAL: I

NOMBRE DE LA MATERIA: FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA III

NOMBRE DEL PROFESOR: JAVIER GOMEZ

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERIA.

CUATRIMESTRE: 3ro.

11 PATRONES FUNCIONALES DE MARJORY GORDON.

Los once patrones funcionales de MARJORY GORDON de Gordon son un modelo importante para comprender cómo las personas desarrollan sus habilidades y destrezas. La investigación de Gordon sobre el tema comenzó en la década de 1960 cuando era profesora en Mount Holyoke College. Gordon desarrolló su modelo después de estudiar varios casos de estudio y observar a los niños mientras trabajaban en tareas que requerían diferentes tipos de habilidades cognitivas. Los 11 patrones identificados por Gordon incluyen: 1) Planificación/Organización; 2) Trabajar con otros; 3) Procesamiento de información; 4) usar habilidades de pensamiento crítico; 5) investigar las cosas sistemáticamente; 6) Resolver problemas de manera creativa 7 8), Pensamiento de alto nivel 9), administrar el tiempo de manera efectiva 10), establecer metas, planes y objetivos 11). Una de las pioneras más importantes en el campo de la educación fue Marjory Gordon. Gordon fue una gran educadora y logró mucho en su campo. Pudo identificar once patrones funcionales de aprendizaje. Cada uno de estos patrones tiene sus propias funciones específicas y ayuda a los estudiantes a aprender de manera efectiva. Cada uno de los once patrones tiene su propia función específica. Por ejemplo, el patrón de resolución de problemas ayuda a los estudiantes a encontrar soluciones a los problemas. El patrón de memorización ayuda a los estudiantes a recordar información. El patrón de comprensión ayuda a los estudiantes a comprender lo que han leído. El patrón de organización ayuda a los estudiantes a organizar sus pensamientos. El patrón de revisión ayuda a los estudiantes a mejorar su trabajo. El patrón de trabajo en equipo ayuda a los estudiantes a trabajar juntos en forma cooperativa. El patrón creativo ayuda a los estudiantes a desarrollar sus habilidades creativas. El modelo de autodisciplina ayuda a los alumnos a resistir las tentaciones. El patrón de logro ayuda a los estudiantes a alcanzar sus metas. Es importante utilizar correctamente los diferentes patrones. Al comprender las funciones de los diferentes patrones, los estudiantes pueden aprender a aprender de manera efectiva. El uso de los once patrones funcionales de aprendizaje ayudará a los estudiantes a lograr sus objetivos. Los once patrones funcionales de aprendizaje identificados por Marjory Gordon son herramientas importantes que pueden ayudar a los estudiantes a aprender de manera efectiva. Mediante el uso correcto de los diferentes patrones, los estudiantes pueden aprender lo que necesitan saber y lograr sus objetivos.

La percepción de la salud y la gestión de la salud se ha convertido en un tema importante en los últimos años. Es esencial tener una buena comprensión de la perspectiva saludable para que podamos desarrollar estrategias efectivas para manejar nuestra propia salud, así como la de los demás. Hay muchos factores que contribuyen a las malas percepciones sobre la salud propia o de otra persona, incluidas las normas culturales, las representaciones de los medios y las experiencias individuales. Los estilos de vida saludables se basan en información precisa y procesos de toma de decisiones sensatos. Las personas generalmente

manejan su propia salud en función de sus percepciones de salud. Estas percepciones se derivan de la comprensión de la causa y la naturaleza de las enfermedades y lesiones, así como de la capacidad natural del cuerpo para curarse a sí mismo. Esta comprensión puede ser moldeada por la cultura, el entorno y las experiencias personales de uno. Por ejemplo, las personas de culturas que creen en la superstición o la predicción pueden tener una comprensión diferente de las enfermedades y lesiones que las personas de culturas que abrazan la ciencia y la racionalidad. Las percepciones de salud juegan un papel importante en la gestión de la propia salud. Comprender estas percepciones es fundamental para gestionar la propia salud de forma eficaz.

Un patrón nutricional-metabólico se ha definido como la suma total de todas las exposiciones dietéticas, de estilo de vida y ambientales que experimenta una persona. La calidad de vida está determinada por la forma en que estos diversos factores interactúan entre sí para producir diferencias individuales en el estado de salud. La interacción entre diferentes nutrientes, componentes de los alimentos y hormonas puede tener efectos profundos en los resultados de salud en general. Por ejemplo, consumir muy pocas frutas y verduras pueden provocar deficiencias en ciertas vitaminas o minerales que luego pueden agravarse por el consumo excesivo de alimentos poco saludables, como grasas saturadas o alcoholes de azúcar. Ciertos micronutrientes (vitaminas) también trabajan juntos sinérgicamente para promover una buena salud; por ejemplo, la coenzima Q10 ayuda a convertir los alimentos en energía, mientras que la vitamina D favorece la absorción de calcio de la dieta. se basa en la idea de que las personas están limitadas en la cantidad de nutrientes que pueden consumir y deben elegir cuidadosamente qué tipo de alimentos consumir. El patrón nutricional-metabólico enfatiza la importancia de los carbohidratos, las proteínas y las grasas. Los carbohidratos se consideran la principal fuente de energía y se enfatizan en la mayoría de las dietas.

Los valores son un conjunto de creencias que guían el comportamiento de un individuo. Pueden ser internos o externos a la persona, pero siempre reflejan el punto de vista y la opinión de uno sobre lo que es importante en la vida. Los valores suelen desempeñar un papel importante en la vida de las personas al influir en sus pensamientos, sentimientos y acciones. Surge la pregunta de si los valores son necesarios para el éxito y la felicidad. Algunos creen que, sin los valores adecuados, las personas no podrán tomar decisiones racionales ni realizar tareas correctamente. Mi patrón de actividad-ejercicio defiende una serie de valores, tanto personales como sociales. Para mí es importante estar sano y físicamente activo, y mi patrón de actividad y ejercicio me ha ayudado a lograr este objetivo. También me ha ayudado a desarrollar hábitos positivos para toda la vida, como el hábito de ser físicamente activo y saludable. Además, mi patrón de actividad-ejercicio ha creado vínculos entre mis compañeros de clase y yo y otras personas con las que he interactuado en el pasado. Hemos desarrollado un sentido de camaradería y amistad a través de nuestras metas compartidas de actividades y ejercicios. Los

resultados de implementar un patrón de actividad-ejercicio basado en estos valores son positivos. Soy más saludable, más activo físicamente y he desarrollado hábitos positivos para toda la vida. Estoy más cerca de mis compañeros de clase y de otras personas con las que he interactuado en el pasado, y soy seguro y disciplinado. Mi patrón de actividad-ejercicio también me ha enseñado a trabajar en cooperación con otras personas. Por lo tanto, diría que los resultados de mi patrón de actividad-ejercicio valen la pena. La sociedad valora mucho el sueño. Todos hemos escuchado historias de cómo las personas que no duermen lo suficiente terminan tomando decisiones casi desastrosas. Hacen cosas que normalmente nunca se les pasarían por la cabeza porque no están bien descansados. Dormir no solo es importante para nuestra salud física, sino también para nuestra salud mental. Un patrón saludable de sueño y descanso es esencial para mantener nuestra mente activa e intacta. No dormir lo suficiente tiene graves consecuencias. No solo estamos menos alertas y saludables, sino que nuestras emociones y comportamiento también se ven afectados. Es más probable que seamos imprudentes y tomemos malas decisiones. A la larga, la falta de sueño puede incluso tener graves consecuencias para nuestra salud.

El patrón cognitivo-perceptivo es la forma en que las personas piensan y perciben las cosas. Tiene un impacto directo en el comportamiento, las emociones, los pensamientos y los sentimientos del individuo. El patrón cognitivo-perceptivo se puede describir en términos de creencias generales o estereotipos que tiene un individuo que influyen en cómo se ve a sí mismo y a otros individuos a su alrededor. El Patrón Cognitivo-Perceptivo también afecta la capacidad de uno para tomar decisiones racionales basadas en la información recopilada a partir de la experiencia o la observación. Negarse a defender los valores escolares puede tener graves consecuencias. Por ejemplo, si a un estudiante se le enseña que es aceptable mentir, engañar y robar, es probable que se comporte de manera deshonesta. De hecho, la investigación ha demostrado que los estudiantes que se comportan de manera deshonesta tienden a tener más problemas relacionados con el dinero en el futuro. Por lo tanto, es fundamental que las escuelas promuevan valores que conduzcan a una sociedad sana y productiva. El autoconcepto es la visión general que un individuo tiene de sí mismo. Incluye una representación mental de la persona que influye en sus pensamientos, emociones y comportamientos. El autoconcepto puede ser positivo o negativo, dependiendo de cómo se sientan los individuos con respecto a sí mismos. Las personas con un autoconcepto positivo tienden a pensar positivamente sobre sí mismas y ven sus habilidades bajo una luz favorable. Las personas con un concepto negativo de sí mismas tienden a tener una valoración inexacta de sus propias capacidades y creen que son defectuosas o inferiores en algún aspecto. El resultado de la autopercepción de una persona es su propia imagen. Esta es la imagen mental de sí mismos que se destaca más claramente en la mente de una persona. Es la representación más completa y precisa de quiénes son. Es la base sobre la que construyen su propia autoestima y confianza en sí mismos.

Los valores son aspectos importantes en la vida de las personas. Ayudan a determinar lo que se considera bueno y malo, correcto e incorrecto, valioso y sin valor. Los valores también pueden proporcionar un sentido de dirección para un individuo o grupo. Los valores a menudo se basan en experiencias personales o creencias que alguien ha adquirido a lo largo de su vida. Algunos valores pueden ser compartidos por muchas personas, mientras que otros solo pueden ser aceptados por un grupo. pequeña minoría. Mis patrones de relación de rol impactan la forma en que vivo mi vida. La forma en que vivo mi vida está determinada por los patrones de relación de roles que desarrollo. Estos patrones son las formas en que interactúo con las personas que me rodean. Son los patrones que responden o rechazan cualquier tipo de interacción social. La forma en que vivo mi vida también se ve afectada por los patrones de relación de roles que adopto en mi vida profesional. La sexualidad es un tema complejo y delicado. Es una fuente de placer, un medio para procrear y una forma de conectar con los demás. También es una fuente de angustia y confusión. En este ensayo, discutiré qué es la sexualidad y cómo la reproducción da forma a nuestra comprensión de la sexualidad. Las consecuencias de valorar la reproducción y la sexualidad son preocupantes. Las opiniones sobre la sexualidad y la reproducción suelen estar determinadas por las normas y los valores sociales. Estos puntos de vista están moldeados por nuestro contexto cultural y nuestra experiencia. Pueden ser positivas o negativas, pero siempre tienen consecuencias. El objetivo de este ensayo no es debatir las virtudes o los inconvenientes de la sexualidad y la reproducción. En cambio, es explorar el complejo y delicado tema de la sexualidad. Espero que mi trabajo proporcione una mejor comprensión de este tema complejo e importante. Los valores son los aspectos más importantes de la vida de un individuo. Ayudan a las personas a orientar sus acciones y tomar decisiones. Los valores pueden ser positivos o negativos, pero todos juegan un papel en la forma en que las personas interactúan con el mundo que les rodea. Las personas a menudo tratan de adaptar su comportamiento a lo que creen que es la mejor manera de vivir, en función de sus valores. Cuando surgen factores estresantes, a las personas les puede resultar difícil tolerarse a sí mismas o los demás y recurrir a cambios importantes en sus valores o expectativas a la luz de la situación estresante.

