



UDC

**MATERIA:** DESARROLLO HUMANO

**TEMA:** PERSONALIDAD SALUDABLE

**PROFESOR:** ANA LAURA CULEBRO TORRES

**GRADO:** 6TO. CUATRIMESTRE

**GRUPO:** (A) ESCOLARIZADO

**ALUMNA:** BETHSAIDA VAZQUEZ HERNANDEZ.

**PERSONALIDAD  
SALUDABLE**

**Concepto:**

La personalidad se crea a partir de 5 pilares.  
Extraversión apertura al experiencia y neocriticismo.

**La tendencia a deprimirse:**

A sentirse vulnerable fue asociada con una personalidad poco saludable.

**PERSONALIDAD  
SALUDABLE:**

Alta apertura a sentimientos bajos niveles de hostilidad agresiva, calidez, emociones positivas y capacidad de ser directo.

**Amor:**

Es un impulso y una motivación, más que una emoción. Nos hace sentir que estamos en lo más alto, pero también llevarnos a destrucción gestionar desamor.

**AMOR ROMANTICO:**

Todo el mundo ha experimentado alguna vez en su vida fuerte sentimiento que dirige todos nuestros sentidos, impulsa estar con la persona amada.

**AMOR:**

El cerebro libera las sustancias químicas, dopamina, oxitócina, vasopresina, noradrenalina, serotonina.

**AMOR:**

Modifica nuestro cerebro y produce sensación euforia.

**FASES:**

**JOHN GOTTMAN**

- .La limerencia
- .Amor romántico
- .Amor maduro

**BIBLIOGRAFIA:**

(Apuntes de la libreta en clases: personalidad saludable y Amor)