



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Abigail Villafranca Aguilar.

Nombre del tema: Personalidad saludable y amor.

Parcial: 4

Nombre de la Materia: Desarrollo humano.

Nombre del profesor: Ana Laura Culebro Torres.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6

Personalidad
saludable y amor

Personalidad
saludable a las
diferentes áreas de
la persona.

Personalidad
saludable

Personalidad poco
saludable

La personalidad se
crea a partir de 5
pilares.
Extraversión,
apertura a la
experiencia,
amabilidad,
consistencia y
neuroticismo.

Cada uno de estos
rasgos tiene un
número de sub-
características que
definen la forma de
ser de cada
individuo.

- Apertura a sentimientos
- Bajos niveles de hostilidad agresiva
- Mucha calidez
- Emociones positivas
- Capacidad de ser directos

Tendencia a deprimirse o sentirse vulnerable, fue asociada con una personalidad poco saludable.

Personalidad
saludable y amor

Amor

Es un impulso y una
motivación más que una
emoción.

Nos hace sentir que estamos en lo
más alto, pero también llevarnos a
la autodestrucción si no sabemos
gestionar correctamente el
desamor.

Amor romántico

Es un fuerte sentimiento que dirige
todos nuestros sentidos y nos hace
estar con la persona amada.

La complejidad del amor
no se limita a estas 2
áreas del cerebro.

Se activan hasta 12 áreas del
cerebro que trabajan
conjuntamente para liberar las
sustancias químicas, como a
dopamina, oxitocina, vasopresina
noradrenalina y serotonina.

¿Qué modifica el amor?

Modifica nuestro cerebro e induce
a cambios en nuestro SNC y
produce una sensación de euforia.

John Gottman

3 fases del amor romántico:
limerencia (enamoramiento, amor
romántico (construcción de lazos
afectivos) y amor maduro.