



**Nombre de alumnos: Paola Del
Carmen Zarquiz Aguilar**

**Nombre del profesor: Anna Laura
Culebro Torres**

**Nombre del trabajo: Cuadro
Sinóptico**

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6°

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 28 de Julio de 2023.

PERSONALIDAD SALUDABLE

Personalidad saludable a las diferentes áreas de relación de la persona

La personalidad se crea a partir de cinco pilares

- Extraversión
- Apertura a la experiencia
- Amabilidad
- conciencia
- Neuroticismo

- Saludable
- Poco saludable

¿Cómo es una persona saludable?

Entre los rasgos que se identificaron en el estudio, esta una alta apertura a sentimientos

- Bajos niveles de hostilidad agresiva
- Mucha calidez
- Emociones positivas
- La capacidad de ser directo

¿Cómo es una persona poco saludable?

La tendencia a deprimirse, a sentirse culpable

Fue asociado con una personalidad poco saludable

Amor

Es un impulso y una motivación más que una emoción. Nos hace sentir que estamos en la más alto.

Pero también puede llevarnos a la autodestrucción sino sabemos gestionar correctamente el desamor

Jonh Gotman

- Liberación
- Amor romántico
- Amor maduro

Modifica nuestro cerebro

Tipos

- Amor romántico
- Sustancias químicas

Fuerte sentimiento que dirige todos nuestros sentidos

Dopamina, oxitocina, vasopresina, la adrenalina o la serotonina.