



**Nombre de alumno: Tayli Jamileth
Cifuentes Pérez**

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

**Nombre del trabajo: Cuadro
sinóptico**

Materia: Desarrollo humano

Grado: 6to. cuatrimestre

Grupo: Nutrición

Comitán de Domínguez Chiapas a 24 de julio de 20

PERSONALIDAD SALUDABLE

La personalidad se crea a partir de 5 pilares

Extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad, consciencia y neuroticismo.

Como es

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

Personalidad poco saludable

La tendencia a deprimirse o sentirse vulnerable fue asociada con una personalidad poco saludable.

Es un impulso y una motivación más que una emoción. Nos hace sentir que estamos en lo más alto, pero también puede llevarnos a la autodestrucción si no sabemos gestionar correctamente el desamor.

Amor romántico

Fuerte sentimiento que dirige todos nuestros sentidos y nos impulsa a estar con la persona amada.

Se activan hasta 12 horas áreas del cerebro que trabajan para liberar las sustancias químicas

El amor modifica nuestro cerebro e induce a cambios en nuestro sistema nervioso central, pues activa un proceso bioquímico que se inicia en el córtex, da lugar a respuestas fisiológicas intensas y produce una gran sensación de euforia

John Gottman

La limerencia

Amor romántico

Amor maduro

AMOR

Universidad del sureste, antología de desarrollo humano, recuperado el 27 de julio del 2023