



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Alejandra Perez Gomez

Nombre del tema: Cuadro sinoptico

Parcial: 4

Nombre de la Materia: Desarrollo humano

Nombre de la Licenciatura: Nutricion

Cuatrimestre: Sexto

Fecha: 29 de Julio del 2023

PERSONALIDAD SALUDABLE

Personalidad saludable a las diferentes áreas de relación de la persona

Personalidad saludable

Se crea a partir de 5 pilares:

- Extroversión
- Apertura a la experiencia
- Amabilidad
- Consciencia
- Neuroticismo

Tipos de personalidades

- Poco saludable
- Saludable

Amor

Impulso y una motivación más que una emoción y nos hace mentir que estamos en lo más alto

Amor romántico

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

Psicología del amor

Complejidad del amor no se limita en el cerebro, se activan 12 áreas del cerebro para liberar sustancias químicas

Amor

Modifica nuestro cerebro e induce a cambios en nuestro sistema central

Amor romántico

Para John Gottman tiene tres fases

- La limerencia
- Amor romántico
- Amor maduro

Bibliografía

Universidad del Sureste 2023. Antología de desarrollo humano. Unidad 4. Recuperado el 26 de Julio de 2023.