



**•E.M.V.Z EDGAR YAEL DE LA CRUZ
GÓMEZ.**

•UNIDAD 4.

•6to CUATRIMESTRE.

•ACTIVIDAD DE PLATAFORMA.

PERSONALIDAD SALUDABLE.

PERSONALIDAD SALUDABLE A LAS DIFERENTES AREAS DE RELACION DE LA PERSONA.

La personalidad se crea a partir de cinco pilares:
-Extraversión.
-Apertura a la experiencia.
-Amabilidad.
-Consciencia.
-Neuroticismo.

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

¿Cómo es una personalidad "saludable"?

-Alta apertura a sentimientos.
-Bajos niveles de hostilidad agresiva.
-Calidez, emociones positivas y la capacidad de ser directo.

Algunos rasgos "negativos" son por ejemplo: resistencia al estrés, atrevimiento, sensación de grandeza y autosuficiencia.

AMOR, GENITALIDAD Y EROTISMO.

El amor romántico es uno de esos fenómenos que han inspirado a muchos filósofos, y ha sido el tema principal de muchas películas o novelas.

AMOR.

-La psicología del amor y su relación con las drogas

El amor es un impulso y una motivación, se activan dos importantes áreas relacionadas con las conductas motivantes: el núcleo caudado y el área tegmental ventral (ATV), ambas regiones muy inervadas por neuronas dopaminérgicas y relacionadas con la repetición de conductas placenteras como el sexo o las drogas.

El amor romántico tiene tres fases bien diferenciadas que van:
-La limerencia o enamoramiento.
-Amor romántico construcción de lazos afectivos.
-Amor maduro.

-De la locura del enamoramiento a la racionalidad del amor.

-Hormonas y neurotransmisores relacionados con el enamoramiento y el amor.

La alquimia del amor y la lujuria, explica que no cualquiera puede hacernos sentir esta mágica sensación, pero cuando el enamoramiento ocurre, entonces, y solo entonces, la cascada de neuroquímicos del enamoramiento estalla para cambiar nuestra percepción del mundo.

La sexualidad y la genitalidad no son lo mismo.
Básica de la sexualidad y requiere, exige, no solo el deseo sino la apertura y la atención hacia el otro a través del afecto, la comunicación y la duración.
La genitalidad hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrándose en los genitales masculinos y femeninos.

GENITALIDAD.

Freudiana y es reelaborado en su obra en sintonía con algunas categorías del marxismo.

EROTISMO.

El dominio del principio de realidad sobre el principio de placer exige restricciones sobre la vida sexual, y esto genera un malestar.

DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA.

La trascendencia es la armonía entre la vida interna y la vida exterior, es la creencia en la vida humana de que cada uno de nosotros vino de algún lugar, y está destinado a algún lugar específico, es también es la capacidad humana por la excelencia.

-TRASCENDENCIA HUMANA.

Es la aptitud que tiene el ser humano de decidir sobre sus acciones, de elegir la calidad que tenga su vida y de esforzarse en llegar a sus metas.

Esta capacidad única le permite ir más allá de los paradigmas de su cultura o sus limitaciones e historias personales. Siento que el ser humano necesita junto con la satisfacción corporal de su bienestar físico, de alimentarse, de la seguridad de un techo, cumplir con otras necesidades, unas afectivas, otras de realización personal, y también tiene necesidades que llamo yo espirituales.

-CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE.

La forma más simple de definir lo que es una persona Trascendental es: una persona con la habilidad de hacer realidad sus sueños.

Los Trascendentales formados mantienen su Trascendencia gracias a que son criados bajo medidas que les producen un aislamiento del "mundo Real", o una sobreexposición a "mundos de fantasía".

BIBLIOGRAFÍA

Unidad 4. Personalidad saludable.6to cuatrimestre.29 de julio del 2023.acti.plataforma.