

PERSONALIDAD SALUDABLE

¿QUÉ ES?

Tener una alta apertura a sentimientos, también bajos niveles de hostilidad agresiva, mucha calidez, emociones positivas y capacidad de ser directo

AMOR

Es un impulso y una motivación más que una emoción
-El amor modifica nuestro cerebro e induce a cambios en nuestro sistema nervioso central, da lugar a respuestas fisiológicas intensas produciendo sensación de euforia

HORMAS Y NEUROTRANSMISORES

Estos intervienen en este fenómeno y por qué cambian nuestros pensamientos y nuestra conducta cuándo hay sentimientos hacia alguien

GENITALIDAD

Hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrandose en los genitales (musculinos y femeninos)

Conducta sexual, reduciendo ambos conceptos al aspecto anatómico fisiológico de los órganos genitales o reproductores

EROTISMO

Cualidad de ciertos hechos y situaciones que estimulan la sensualidad

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, también la capacidad humana por la excelencia, decidir sobre sus acciones, elige la calidad de lo que desea y de esforzarse en llegar a sus metas

TRASCENDENCIA HUMANA

Capacidad que se tenga individualmente sobre elegir la calidad de vida que se quiera y de esforzarse para negar a cumplir cada una de sus metas
-Permitir ir más allá de los paradigmas de su cultura o sus limitaciones e historias personales