



# Universidad del sureste

DESARROLLO HUMANO

TRABAJO :  
SUPERNOTA

REQUERIDO POR:  
LIC. YANETH FABIOLA SOLORZANO

REALIZAPO POR:  
S.T.L ERIKA NOEMI ALEMAN  
RODRIGUEZ



GRUPO DE SEXTO CUATRIMESTRE PSICOLOGIA. CAMPUS FRONTERA COMALAPA CHIAPAS

## PERSONALIDAD SALUDABLE Y SUS COMPONENTES

Según expertos en psicología, la personalidad se construye a partir de cinco pilares fundamentales: EXTRAVERSIÓN, APERTURA A LA EXPERIENCIA, AMABILIDAD, CONSCIENCIA Y NEUROTICISMO. Cada uno de estos rasgos tiene subcaracterísticas que definen la forma de ser de cada individuo. La extraversión se refiere a la tendencia a buscar la estimulación y la compañía de otras personas, mientras que la apertura a la experiencia se relaciona con la curiosidad y la apreciación de la belleza y la creatividad. La amabilidad se refiere a la disposición a ayudar y cooperar con los demás, mientras que la consciencia se relaciona con la responsabilidad y la organización. Por último, el neuroticismo se refiere a la tendencia a experimentar emociones negativas como ansiedad y depresión. Estos cinco pilares son fundamentales para entender la personalidad de cada individuo y cómo se relaciona con el mundo que lo rodea.



### Facetas que contribuyen a una personalidad saludable

Un estudio reciente ha identificado las facetas que contribuyen a una personalidad saludable. Entre ellas se encuentran una alta apertura a sentimientos, lo que significa que la persona es capaz de expresar y manejar sus emociones de manera saludable. También se destacan bajos niveles de hostilidad agresiva, lo que indica una actitud pacífica y no violenta hacia los demás. La calidez y las emociones positivas también son rasgos importantes en una personalidad saludable, ya que indican una actitud amable y positiva hacia los demás y hacia la vida en general. Estas facetas son fundamentales para fomentar la felicidad y el éxito en la vida de una persona.



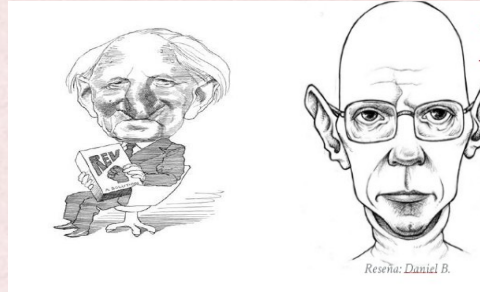
### Implicaciones prácticas de una personalidad saludable

Los resultados de la investigación sobre las facetas que contribuyen a una personalidad saludable tienen importantes implicaciones prácticas. En primer lugar, pueden ser útiles para la investigación en el campo de la psicología, ya que proporcionan una comprensión más profunda de cómo se construye una personalidad saludable. Además, pueden ser utilizados en la evaluación de la personalidad de una persona, lo que puede ser útil en el ámbito clínico y en la selección de personal. Por último, estos resultados también pueden tener un impacto en las teorías sobre el funcionamiento y la adaptación psicológica, ya que proporcionan una descripción más completa de los rasgos básicos de una persona psicológicamente saludable. En resumen, estos hallazgos son de gran importancia para entender y promover una personalidad saludable en la sociedad.

## Teorías de Marcuse sobre la trascendencia humana

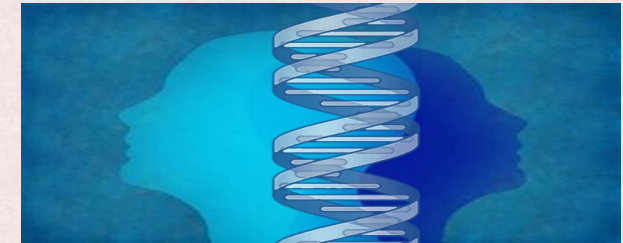
En sus teorías sobre la trascendencia humana, Marcuse destaca la capacidad única del ser humano para decidir sobre sus

acciones y elegir la calidad de su vida. Para él, la trascendencia implica un cambio teórico y práctico en la forma de pensar, relacionarse y actuar, buscando un equilibrio entre el ser interno y el entorno social. Además, Marcuse enfatiza en la importancia de conocerse a sí mismo y eliminar las influencias negativas para lograr un equilibrio emocional y social. Para él, la trascendencia es un proceso de cambio constante que permite al ser humano alcanzar su máximo potencial y encontrar un sentido en la realidad.



## Teorías de Foucault sobre la trascendencia humana

En sus teorías sobre la trascendencia humana, Foucault se enfoca en la crítica a la sexualidad y en cómo esta ha sido confiscada por la familia conyugal y absorbida por la función reproductora. Para él, la trascendencia implica cuestionar y desafiar los discursos y el poder que han definido la verdad sobre el sexo en la sociedad. En lugar de ver la sexualidad como un tema de represión o ley, Foucault propone analizarla en términos de discursos y poder, y cómo estos han cambiado a lo largo de la historia.



### Relación entre la trascendencia humana y el sexo y la propaganda

Según Marcuse, la trascendencia humana se ve afectada por el papel del sexo en la sociedad. En su visión, el sexo se ha convertido en un negocio y una herramienta de propaganda, y la liberación sexual, aunque permitida en cierto grado, funciona como un mecanismo conformista para evitar la denuncia del orden represivo. Además, Marcuse considera que la revolución sexual ha sido traicionada, ya que los individuos se encuentran satisfechos con las libertades permitidas en una sociedad sin libertad. Sin embargo, él ve una verdadera posibilidad de liberación a través de una nueva moral y la resexualización del cuerpo. En resumen, la relación entre la trascendencia humana y el sexo y la propaganda es compleja y se ve influenciada por factores sociales y culturales.



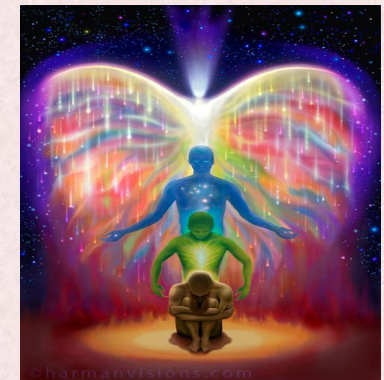
## La trascendencia como compañero constante

La trascendencia es un concepto que ha acompañado a la humanidad a lo largo de su historia. Se puede comparar con un compañero constante en el escenario del mundo y el tiempo, donde la obra de la humanidad se desarrolla. Es un proceso que nos permite descubrir nuevas necesidades y deseos, y nos impulsa a buscar una realidad más allá de lo terrenal. Al igual que la muerte de un ser humano, la etapa de trascendencia de la humanidad es un momento en el que debemos enfrentar una realidad totalmente nueva y distinta, y aceptarla para poder avanzar. Este proceso no es solo individual, sino que afecta a toda la humanidad y su evolución. A través de la comunicación entre mentes y conciencias, el trabajo de cada individuo contribuye al progreso de todos. La trascendencia es un proceso constante y global que nos permite evolucionar y alcanzar una satisfacción verdadera más allá de las contradicciones y desacuerdos.



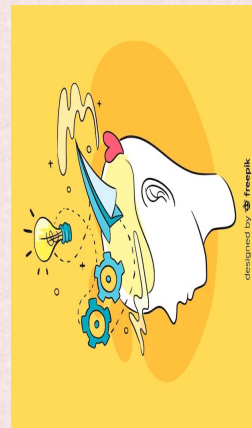
## La trascendencia como conexión con el Ser supremo

La trascendencia también implica una conexión con el Ser supremo, aquella entidad que está más allá del trascender. Es a través de esta conexión que podemos acceder a una realidad más allá de lo terrenal y experimentar una satisfacción verdadera. Para lograr esta conexión, es necesario aprender el silencio y tener paz y disposición para escuchar la voz del Alma Suprema. Esto implica dejar de lado los problemas y necesidades por un momento y tener dominio sobre nuestros pensamientos y emociones. La trascendencia es un proceso de aprendizaje y conexión con el Ser supremo, que nos permite alcanzar un estado de amor verdadero y experimentar todos los beneficios que este Ser tiene para ofrecernos. Es una relación que requiere esfuerzo y dedicación, pero que nos lleva a un estado de plenitud y realización.



## La trascendencia como cambio en la forma de pensar y relacionarse

La trascendencia no es solo un cambio teórico, sino un proceso que se lleva a la práctica en la forma de pensar y relacionarse. Es una transformación profunda que afecta a todos los aspectos de la vida de una persona, desde sus pensamientos hasta sus acciones. La trascendencia implica una conexión con la realidad original del ser, aquella que sobrevive siempre y es lo que más buscamos y necesitamos encontrar. Para alcanzar esta realidad, es necesario dejar atrás los laberintos de la vida social y los deseos y necesidades de las distintas partes de nuestro ser. La trascendencia requiere un esfuerzo constante y una disposición a cambiar y evolucionar en todos los aspectos de nuestra vida.



# BIBLIOGRAFIA

## Los cinco pilares de la personalidad

**1. McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2008).** The Five-Factor Theory of Personality. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (pp. 159-181). New York: Guilford Press.

1. Explica detalladamente los cinco grandes factores de personalidad: extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad, consciencia y neuroticismo.

**2. Goldberg, L. R. (1993).** The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*, 48(1), 26-34.

1. Presenta la estructura y las características de los cinco grandes factores de la personalidad.

## Facetas que contribuyen a una personalidad saludable

**3. Keyes, C. L. M. (2002).** The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222.

3. Discute los componentes de una personalidad saludable, incluyendo la apertura a los sentimientos y emociones positivas.

**4. McAdams, D. P., & Pals, J. L. (2006).** A New Big Five: Fundamental principles for an integrative science of personality. *American Psychologist*, 61(3), 204-217.

3. Aborda las facetas de la personalidad que contribuyen a una vida saludable y satisfactoria.

## Implicaciones prácticas de una personalidad saludable

**5. Roberts, B. W., Kuncel, N. R., Shiner, R., Caspi, A., & Goldberg, L. R. (2007).** The Power of Personality: The Comparative Validity of Personality Traits, Socioeconomic Status, and Cognitive Ability for Predicting Important Life Outcomes. *Perspectives on Psychological Science*, 2(4), 313-345.

5. Analiza cómo los rasgos de personalidad afectan la vida cotidiana y las implicaciones prácticas en diferentes campos.

## Teorías de Marcuse sobre la trascendencia humana

**6. Marcuse, H. (1964).** *One-Dimensional Man: Studies in the Ideology of Advanced Industrial Society*. Boston: Beacon Press.

6. Explora la teoría de la trascendencia humana y la capacidad de elegir la calidad de vida.

## Teorías de Foucault sobre la trascendencia humana

**7. Foucault, M. (1978).** *The History of Sexuality, Volume 1: An Introduction*. New York: Pantheon Books.

7. Aborda la crítica de la sexualidad y cómo los discursos y el poder han definido la verdad sobre el sexo.

## Relación entre la trascendencia humana y el sexo y la propaganda

**8. Marcuse, H. (1955).** *Eros and Civilization: A Philosophical Inquiry into Freud*. Boston: Beacon Press.

8. Discute la relación entre la trascendencia humana, el sexo y la propaganda en la sociedad.