



**Mi Universidad**

## **Super nota**

*Nombre del Alumno: Gladis Andrea Herrera De León*

*Nombre del tema: Personalidad saludable*

*Parcial: II*

*Nombre de la Materia: Desarrollo Humano*

*Nombre del profesor: Lic. Yaneth Fabiola Solorzano Penagos*

*Nombre de la Licenciatura: Administración y Estrategias de Negocios*

*Cuatrimestre: 6*



# PERSONALIDAD SALUDABLE



## 4.1 PERSONALIDAD SALUDABLE A LAS DIFERENTES ÁREAS DE RELACIÓN DE LA PERSONA

Expertos en psicología sostienen que la personalidad se crea a partir de cinco pilares. Extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad, consciencia y neuroticismo.

¿Cómo es una personalidad saludable? Entre los rasgos que se identificaron en el estudio, está una alta apertura a sentimientos. También, bajos niveles de hostilidad agresiva, mucha calidez, emociones positivas y la capacidad de ser directo.



## 4.2 Amor

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. Y aunque su complejidad ocasione una gran dificultad a la hora de estudiarlo, todo el mundo ha experimentado alguna vez en su vida este fuerte sentimiento que dirige todos nuestros sentidos y nos impulsa a estar con la persona amada. Las investigaciones recientes concluyen que el amor 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.

## 4.2 GENERALIDAD



La sexualidad y la genitalidad no son lo mismo.

•La genitalidad hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrándose en los en los genitales (masculinos y femeninos).

•La sexualidad se define como: Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual.



## 4.3 EROTISMO

Definida por Freud (1986) como la gran fuerza que preserva la vida y que se encarga de vincular libidinalmente a los individuos. La civilización se asienta en vínculos libidinales entre los individuos que se extraen a la sexualidad, pues ni la necesidad por sí sola ni las ventajas de la comunidad de trabajo bastarían para mantenerlos unidos. Es así que en el proceso civilizatorio, la energía libidinal se sublima, desviada de su objeto de satisfacción inmediato, el dominio del principio de realidad sobre el principio de placer exige restricciones sobre la vida sexua.

## 4.4 .1 TRASCENDENCIA HUMANA

El ser humano tiene en su conciencia la posibilidad de crear su estado interior, de modificarlo, de entenderse. La trascendencia es un proceso que no sólo es un cambio teórico sino un proceso llevado a la práctica en la forma de pensar, de relacionarse, hasta de respirar y caminar. Es toda la relación que tiene un ser con su entorno que está afectada conscientemente o no.



## 4.4 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, es la aptitud que tiene el ser hombre de decidir sus acciones, de elegir la calidad de vida que desea y de esforzarse en llegar a sus metas.

### 4.4.2 CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE

- Es una persona con la habilidad de hacer realidad sus sueños.
- El trascendental no necesita hacer un esfuerzo muy grande para alcanzar sus sueños.
- Es una persona capaz de alcanzar lo que parece imposible.
- La mayor parte de la población trascendental está en los niños pequeños, cuyas mentes no están conscientes de la realidad por lo que no la aceptan.
- Los trascendentales son personas soñadoras, que se adaptan a la Realidad pero sin llegar a aceptarse por completo como parte de ella.

## Referencias:

Bibliografía: Universidad del Sureste, UDS (2024) Libro de macroeconomía, I Licenciatura en administración y estrategias de negocios, Chiapas, México. UDS