



**Mi Universidad**

**ensayo**

*Nombre del Alumno: María Magali Gómez García*

*Nombre del tema: Personalidad saludable*

*Parcial: 4*

*Nombre de la Materia: Desarrollo Humano*

*Nombre del profesor: Luisa Bethel López Sánchez*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 6to*

## INTRODUCCIÓN

En la unidad 4 venimos hablando sobre la personalidad saludable. La personalidad es una de las cosas que trae diferentes características a ser uno mismo, si nosotros con nuestra personalidad nos comportamos saludablemente podemos llegar a fomentar nuestra felicidad y tendríamos el éxito como persona. La salud mental es una de las cosas que las personas dan una buena autoestima para poder experimentar y expresar las emociones que nos presenta, tener una buena complejidad en nuestros sentimientos que nos impulsa como persona. Hablamos sobre el amor que cuando una persona se enamora se siente motivado, feliz, por que esto implica que el cerebro induce cambios de las hormonas contiene de diferentes características deriva los deseos y los apegos hacia la persona. La personalidad hace referencia a los diferentes aspectos centrandose en cada individuo, son conjuntos que pueden caracterizar y expresar hacia los pensamientos, interactuamos psicológicamente hacia los valores de las personas. Así mismo tener la capacidad como humanos de tener una forma comunicativa relacionada con nuestras identidades y poder expresar individualmente el entorno en lo que vivimos cada persona, poder determinar las situaciones y tener el estilo de vida saludable. La personalidad es una armonía de la vida humana con la capacidad de poder tener aptitudes de la vida y poder esforzarse y ser exitosos en nuestros comportamientos dejar huellas en las limitaciones que nos impiden y tener una buena calidad de crecimiento como persona.

La personalidad contiene de diferentes pilares cada una de ellas contiene las características que nos hace crecer como persona tener las facetas saludables hacia los comportamientos para poder tener las actitudes hacia otras personas, y así poder fomentar la felicidad de nuestra personalidad funcional.

El amor romántico hace que las personas se motiven y lleguen a sentir ese impulso de las emociones, las hormonas se activan, experimentamos que el amor nos emociona con esa persona pero si nosotros no podemos controlar esto hace que nos lleve a una destrucción humana si no podemos llegar a gestionar correctamente. El amor modifica el cerebro y activa los procesos que producen la sensación, cuando una persona se enamora hace referencia a las drogas por que da un efecto intelectual hacia el cerebro y puede afectar el cerebro en los pensamientos funcionales. Dicho de otro modo, cuando nos enamoramos... ¡estamos drogados! El amor romántico contiene tres facetas de como las personas se

enamoran durante el proceso de enamoramiento debemos dar confianza hacia las decisiones que tomamos para que de esa manera podamos tener la lealtad hacia el compromiso real. No todas las personas hacen sentir la misma sensación del amor, pero cuando esto ocurre llegamos a tener diferentes cambios en el mundo.

La sexualidad y la genitalidad son una de las dimensiones diferentes que van relacionadas con el sexo donde muchas personas llegan a sentir esas sensaciones hacia el otro. La genitalidad es un aspecto hacia la sexualidad el conjunto que caracteriza los fenómenos y que van desarrollando en todas las fases del ser humano, tiene un aspecto central que presentan durante su vida. El sexo se expresa a la vez de los sentimientos incluyen las diferentes dimensiones que se expresan por las interacciones humanas. La sexualidad es la unión de dos personas que se expresan físicamente la relación sexual a estado evolucionando actualmente es mucho más amplia que la genitalidad por que influye las necesidades de la relación en los tiempos posibles.

El erotismo son las capacidades que como humanos los tenemos llegamos a sentir los deseos y placeres del sexo expresamos las fantasías que de una manera nos sentimos especial y relacionamos esas expresiones de enamoramiento por el entorno de la persona, creamos las condiciones eróticamente hacia el estilo de la vida el deseo sexual es el principio del placer que recorre todo el cuerpo puede ser deseada y prohibida a la vez implica hacia el sentimiento y semejanza individual, el propio amor genitalidad es una de la reproducción humana que hasta ahora no ha podido ser sustituido.

La trascendencia es una armonía de nuestro vivir sea interna o externa que como persona elegimos nuestra aptitud y nuestra calidad de vida tenemos diferentes acciones, pero a pesar de eso debemos ir dejando huellas y seguir avanzando como humanos para poder llegar a la meta y esforzando a cambiar la realidad de la vida para poder tener esa importancia en la calidad de la vida deseada y conocernos a nosotros mismos. Se puede vivir la vida, sin nunca estar despiertos. (“Sócrates, El camino del guerrero, DEJ Productions).” Abecés los pensamientos nos pueden llegar a engañar y nos puede causar diferentes sentimientos por nosotros mismos, debemos de aceptar tal cual somos y dejar ese fracaso para poder ver nuestra vida interna. El conocimiento nos lleva a conocer a uno mismo de nuestro entorno conocer la realidad y no a aferrarnos en lo que no existe, debemos de encontrar una vida de utilidad para llegar a hacer algo especial en la vida cotidiana. Como persona debemos de tener esa conciencia de crear nuestra propia vida y tener ese equilibrio y el valor de entendernos a nosotros mismos tener las limitaciones personales en nuestras vidas, y en profundidad de nuestra personalidad tener las experiencias de la realidad ya que si no dejamos el pasado no podemos disfrutar nuestro futuro y tener los ámbitos con las familias, la trascendencia es un equilibrio de poder superar las necesidades y entender el centro de nuestra personalidad. Al conocernos nosotros mismos debemos de experimentar nuestra capacidad que impiden nuestro crecimiento de nuestra vida interna. La trascendencia no solamente se vasa

individualmente si no que es una parte de la humanidad que van afectando en los procesos de pensar y en la relación del entorno que tenemos.

La trascendencia es la capacidad humana por las aptitudes que tenemos como persona decidimos sobre nuestras acciones y elegimos nuestra calidad de vida pero es algo que podemos llegar a cambiar y poder tener la vida de un sentido humano para tener esas posibilidades de crear nuestro propia vida interior es llegar a entendernos y tener esa capacidad que nos permita obtener las limitaciones personales, obtener el bienestar físico de cumplir con otras necesidades y asimilar la vida en la profundidad de nuestro personalidad, tener esas experiencias y poder enfrentar la realidad con el pasado. Y dar fuerza a uno mismo para poder experimentar las capacidades de la trascendencia o crecimiento. La trascendencia es un proceso de la vida que debemos llevar en la práctica en nuestra forma de pensar y poder relacionar con nuestro entorno. Tener los conocimientos y alcanzar la meta de la realidad.

Todas las personas podemos lograr el sueño y hacer realidad solamente esforzándonos. Una trascendencia es una persona que logra tener, aunque le parezca imposible en lo general es adaptarse a la realidad sin importar la forma de crianza. La mayoría de las personas no están consientes de la realidad esto van perdiendo los rasgos trascendentales crecen sin reconocer la realidad el más difícil para una trascendencia es hacer realidad sus sueños y descubrir el mundo hacia los de más.

Hemos aprendido que sobre la personalidad tiene diferentes procesos como personas que van relacionadas con el mundo, es un factor que nos influye como ser humano en todo lo que hacemos y hace que conozcamos nuestra personalidad de modo como interactuar con las situaciones que nos rodea. Así mismo poder reconocer nuestra trascendencia ir dejando las huellas en los pasados para así poder tener aquello que nos puede mejorar la vida personal poder experimentar los hábitos mas relevantes, poder definir las actitudes saludables y poder fomentar la felicidad y el éxito. Tener las capacidades de poder expresar nuestras propias capacidades y mejorar nuestra personalidad con una buena autoestima. Para haci poder hacer el sueño echa realidad poder cumplir los procesos durante toda la vida. La personalidad es una forma en la que podemos enfrentar la realidad mostrando las trascendencias para poder afrontar la vida y que nos permita reaccionar en nuestra propia personalidad, y alcanzar todo el éxito de la vida.

# Referencias

antologia UDS. (s.f.). *antologia UDS* . Obtenido de antologia UDS.