



Materia: Desarrollo Humano

MVZ. María José Ramírez Reyes

Alumno e MVZ: Luis Fernando Guzmán Vera

Trabajo: 4

Parcial: 4

Carrera: Medicina Veterinaria y Zootecnia

Tuxtla Gutiérrez Chiapas a 31 de julio del 2024

## PERSONALIDAD SALUDABLE A LAS DIFERENTES AREAS DE RELACION 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. Cada uno de estos rasgos tiene un número de sub características que definen la forma de ser de cada individuo.

Creemos que nuestros resultados tienen implicaciones prácticas. Tanto para la investigación como para la evaluación de una personalidad funcional. También creemos que tendrán repercusiones en las teorías sobre funcionamiento y adaptación psicológica. Este perfil proporciona una descripción comprensiva de los rasgos básicos de un individuo psicológicamente 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.

Para llegar a sus conclusiones, los investigadores dividieron su estudio en dos etapas. En la primera, pidieron a expertos y estudiantes qué características tenía una personalidad „sana“. Posteriormente, analizaron el perfil de tres mil participantes. Cada uno se comparó con el consenso académico de una actitud positiva ante la vida. Se observó que los pacientes cuya personalidad coincidía con el consenso, destacaban en varias áreas.

En especial, autoestima, bienestar físico, logros académicos, relaciones personales, etcétera. Sin embargo, encontraron que algunos rasgos „negativos“ son más comunes en este grupo de personas. Por ejemplo, resistencia al estrés, atrevimiento, sensación de grandeza y autosuficiencia.