



Mi Universidad

Mapa conceptual

Nombre del Alumna : Ingrid Guadalupe Villar Capetillo

Nombre del tema: Personalidad saludable

Parcial: I

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Cynthia Álvarez Poumion

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6

Personalidad saludable

La personalidad saludable se refiere a un patrón de pensamientos, sentimientos y comportamientos que permiten a una persona adaptarse de manera efectiva a su entorno, mantener un bienestar emocional y psicológico óptimo, y alcanzar un desarrollo personal y social satisfactorio.

1. Autoconciencia: Conocimiento de sí mismo y de sus emociones.
2. Autoaceptación: Aceptación de sí mismo y de sus limitaciones.
3. Autonomía: Capacidad para tomar decisiones y actuar de manera independiente.
4. Resiliencia: Capacidad para superar

- Desarrollar relaciones interpersonales satisfactorias
- Manejar el estrés y las emociones negativas
- Tomar decisiones informadas y responsables
- Aprender de los errores y crecer como persona



El amor es el vínculo de afecto que nace de la valoración del otro e inspira el deseo de su bien. Puede verse como un valor o como una propiedad de las relaciones humanas.



El concepto del amor es amplio y complejo. Puede referir al amor como amistad, amor romántico, amor filial, amor propio, amor místico o amor por una causa.



El amor se expresa a través de acciones, gestos y palabras. Por ejemplo, cuidar de alguien (acciones); abrazar a una persona (gestos) y comunicar frases de cariño (palabras).

El erotismo es la provocación del deseo sensual por medio de la imaginación, la fantasía y la estimulación sensorial. Se identifica con el placer.

El erotismo es un rasgo característico de los seres humanos por excelencia, pues, a diferencia de otros animales, las personas se aparean por placer y no solo con fines reproductivos. Por ende, el erotismo es independiente del instinto de reproducción.

Es un fenómeno humano por excelencia;

Se expresa de manera diferente según la cultura y la psicología de los sujetos;

Expresa la dimensión simbólica y afectiva de la sexualidad humana;

No implica necesariamente la consumación del acto carnal;