



Nombre del Alumno: Wendy Jocelin Jiménez A.
4to Parcial

Nombre de la Materia: DESARROLLO HUMANO
Nombre del profesor: Luz Elena Cervantes Monroy
Licenciatura en nutrición
6to Cuatrimestre

PERSONALIDAD SALUDABLE



PERSONALIDAD SALUDABLE EN LAS DIFERENTES ÁREAS DE RELACIÓN DE LA PERSONA

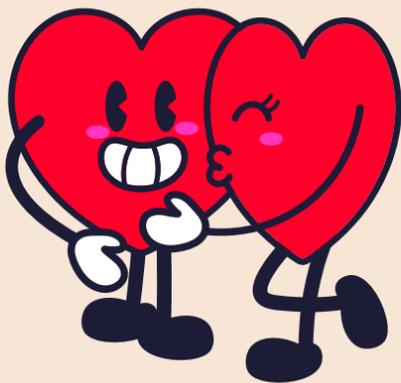
Una personalidad saludable es la base para establecer relaciones significativas y armoniosas en todas las áreas de la vida: familiar, social, laboral, afectiva y espiritual. Se caracteriza por el equilibrio emocional, la autoconciencia, la apertura al cambio y la capacidad de establecer vínculos respetuosos y empáticos.

AMOR, GENITALIDAD Y EROTISMO

La afectividad y la sexualidad son dimensiones humanas profundamente ligadas al desarrollo emocional, social y espiritual. Vivir estas experiencias de forma plena y consciente enriquece a la persona y sus relaciones.



AMOR

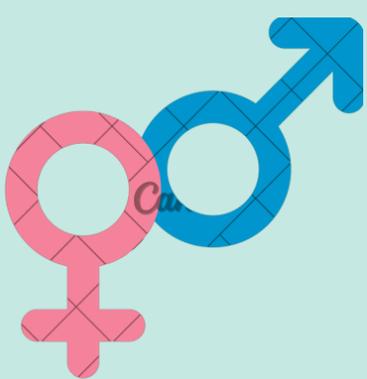
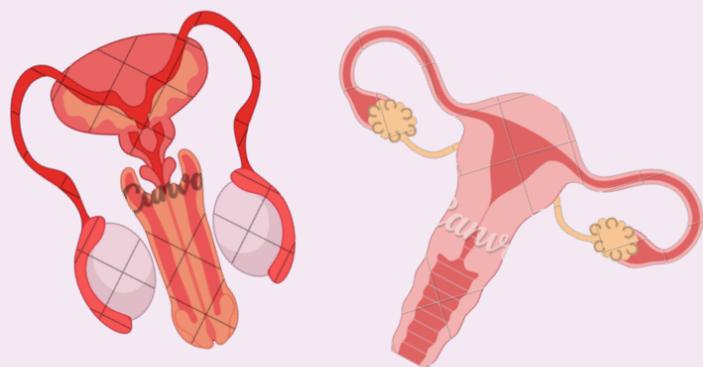


El amor no es sólo un sentimiento, sino una decisión consciente de cuidar, respetar, comprender y acompañar al otro. Puede manifestarse en distintas formas: filial, fraternal, amistoso, romántico, espiritual. El amor sano construye, transforma y da sentido a la vida personal y compartida.

GENITALIDAD

La genitalidad es la dimensión biológica y fisiológica de la sexualidad que implica el uso y experiencia de los órganos sexuales. Es una parte natural, valiosa y expresiva del ser humano.

Debe estar integrada al resto de la persona, vivida con madurez, responsabilidad y en consonancia con los valores personales. Separar la genitalidad del afecto y el compromiso puede llevar a relaciones vacías o dañinas.



EROTISMO

El erotismo es la expresión emocional, psicológica y simbólica de la sexualidad humana. Es una forma de comunicación afectiva y sensual que involucra deseo, atracción, imaginación y creatividad.

Diferencias importantes:

- No se limita al acto sexual ni a lo genital.
- Es una forma de vinculación que puede incluir miradas, caricias, palabras, juego amoroso.

DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA

El desarrollo humano no sólo implica el crecimiento físico o intelectual, sino también el desarrollo moral, afectivo, social y espiritual. Una vida plena va más allá de lo material y busca un propósito más elevado: la trascendencia.





TRASCENDENCIA HUMANA



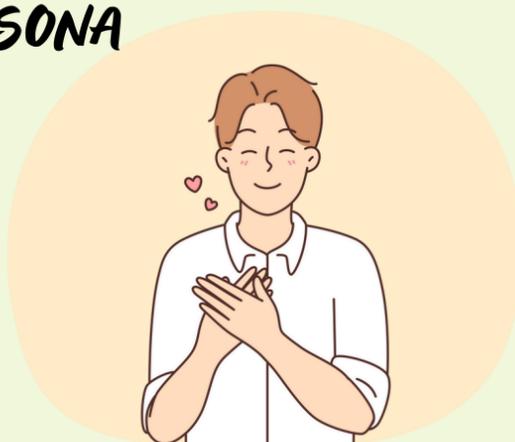
La trascendencia es la capacidad del ser humano para ir más allá de sí mismo, para buscar sentido, contribuir al bien común y dejar una huella positiva. Se relaciona con la espiritualidad, los valores, la fe, el servicio y el legado.

Formas de trascendencia:

- En el amor: formar vínculos profundos que impacten más allá del tiempo.
- En la creatividad: dejar algo valioso al mundo (arte, ideas, acciones).
- En el servicio: ayudar a otros sin esperar recompensa.

CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE

Una persona trascendente no vive solo para sí, sino que dirige su vida hacia ideales mayores. Se compromete con causas justas, con el crecimiento interior y con el bienestar de los demás.



CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE



- Una persona trascendente no vive solo para sí, sino que Interioridad: cultiva la reflexión, el silencio y el conocimiento de sí.
 - Compasión: siente y actúa ante el sufrimiento ajeno.
 - Sentido de vida: vive con dirección, propósito y coherencia.
- dirige su vida hacia ideales mayores. Se compromete con causas justas, con el crecimiento interior y con el bienestar de los demás.

CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE

- Humildad: reconoce su lugar en el mundo sin egocentrismo.
- Gratitud: valora lo que tiene y lo que otros aportan.
- Espiritualidad activa: vive sus creencias con autenticidad y compromiso.



El desarrollo integral de la persona requiere armonizar todas sus dimensiones: emocional, afectiva, sexual, social, ética y espiritual. Una personalidad saludable, que ama, se vincula con respeto, vive la sexualidad con madurez y busca la trascendencia, contribuye no solo a su propio bienestar,

