



Nombre del alumno : Fernando jahel Juárez López

nombré del profesor: luz Elena Cervantes Monroy

Nombre de la materia: desarrollo humano

Unidad 4

Nombre de la licenciatura :nutrición.

sexto cuatrimestre



PERSONALIDAD SALUDABLE

PERSONALIDAD SALUDABLE EN LAS DIFERENTES ÁREAS DE RELACIÓN

Una personalidad saludable es aquella que permite a la persona relacionarse consigo misma, con los demás y con el entorno de forma equilibrada y positiva. Se refleja en diferentes áreas:

Con uno mismo: autoaceptación, autoestima, conciencia de fortalezas y debilidades.

Con la familia: comunicación afectiva, respeto, apoyo emocional.

Con la pareja: confianza, respeto mutuo, compromiso.

Con los amigos: lealtad, empatía, compartir intereses.

Con la sociedad: responsabilidad, participación activa, respeto por los demás. Una personalidad saludable permite crecer, superar conflictos y vivir en armonía.



AMOR, GENITALIDAD Y EROTISMO

Estas tres dimensiones forman parte de la vida afectiva y sexual del ser humano, pero no son lo mismo.



AMOR

El amor es una fuerza emocional profunda que implica cariño, compromiso y entrega hacia otra persona o hacia uno mismo.

Puede presentarse de muchas formas:

Amor de pareja

Amor familiar

Amor propio

Amor a la humanidad

El amor verdadero se basa en el respeto, la confianza, la empatía y el deseo de hacer el bien al otro.



GENITALIDAD

La genitalidad se refiere al aspecto biológico y físico de la sexualidad, es decir, al uso de los órganos sexuales para el placer, la reproducción o la expresión afectiva.

No necesariamente implica amor o erotismo, aunque muchas veces se combinan. Es importante vivirla con responsabilidad, respeto y consentimiento.



EROTISMO

El erotismo es la vivencia emocional, imaginativa y afectiva del deseo sexual. A diferencia de la genitalidad, el erotismo involucra la mente, la creatividad, la sensibilidad y la conexión con el otro.

Puede expresarse a través de:

Caricias

Miradas

Palabras

Fantasías

Juegos íntimos





EL PODER DE LOS CUENTOS



1

DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA

El desarrollo humano es un proceso continuo en el que las personas buscan crecer física, mental, emocional y espiritualmente.



2

TRASCENDENCIA HUMANA

La trascendencia es ir más allá de uno mismo, buscar un propósito más grande, dejar huella positiva en el mundo y conectar con algo superior (ya sea espiritual, social o existencial).

Una persona que trasciende:
Busca el bien común
Tiene valores sólidos
Vive con sentido de misión o vocación



3

CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE

- Autenticidad: es fiel a sí misma.
- 2. Altruismo: ayuda a otros sin esperar nada a cambio.
- 3. Espiritualidad: busca un sentido profundo de la vida.
- 4. Responsabilidad social: actúa pensando en el bienestar de los demás.
- 5. Resiliencia: supera los obstáculos con esperanza.

