



Personalidad: Conceptos Básicos

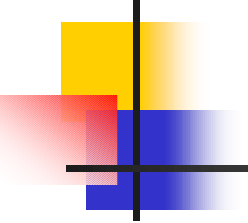
- Definición de Personalidad: Conjunto de formas relativamente consistentes de relacionarse los individuos con la gente y las situaciones y que hacen única a cada persona.
- El estudio de la personalidad se preocupa por la identificación de los patrones distintivos del pensamiento, conducta y experiencia que caracterizan el ajuste único del individuo a la situación en su vida.
- Hay dos enfoques: a) Psicología tradicional de la personalidad que adopta un punto de vista intrapsíquico del ser humano (inconsciente, rasgos de la personalidad, creatividad) y; b) La personología que toma como punto de vista lo social/conductual y se interesa en los aspectos cognitivos y la interacción entre el consciente y los impulso del ambiente.
- Los personólogos intentan describir patrones consistentes de diferencias individuales, explican por qué las personas piensan, sienten, y se comportan como lo hacen, predicen la manera en que una persona actuará en el futuro y ayudan a que las personas cambien.



Personalidad y Psicoanálisis

- Freud y Breuer desarrollaron la teoría de la catarsis como medio para liberar la energía psíquica reprimida.
- Freud describió tres niveles de conciencia: consciente, preconsciente e inconsciente.
- Supuesto psicoanalítico: los infantes nacen con un grupo de impulsos biológicos o instintos que los motiva a vivir. Freud llamó a estos instintos inconscientes el Id. La energía que proporcionan estos instintos se llama líbido o fuerza de la vida. El principio que gobierna el Id es el placer.
- Conforme se fuerza al infante a retrasar la gratificación, el ego o yo consciente aparece. El ego obedece al principio de la realidad cuando toma en cuenta las demandas del ambiente externo.
- El super-ego tiene dos partes, la conciencia rígida que refleja las demandas de la sociedad, y el ego-ideal que contiene as metas del individuo.

Etapas del desarrollo psicosexual

- 
- Cada etapa implica una crisis. La etapa oral es la etapa del nacimiento. El infante descarga energía de la libido mediante actividades orales (mamar y tragar). En la etapa anal, la crisis es aprender a retardar la gratificación. En la etapa fálica los niños experimentan el complejo de Edipo (deseo por la madre), en tanto que las niñas experimentan el complejo de Electra (deseo del padre).
 - El tabú del incesto produce crisis asociadas con la etapa fálica y se resuelven por la represión de la sexualidad al pasar los niños/as a la etapa de latencia (un periodo de homosexualidad natural).
 - La etapa genital comienza en la pubertad. Los adolescentes resuelven sus sentimientos incestuosos tomando las características del padre del mismo sexo. Los adolescentes empiezan una búsqueda de su estilo de vida o ego-ideal, que implica descargar su libido a través de actividades heterosexuales.



Mecanismos de Defensa

- Definición: Formas de protección que adopta el ego para protegerse de los traumas.
- Represión: Bloquear el acceso a la conciencia de ciertos impulsos o experiencias.
- Regresión: Retornar a etapas de desarrollo anterior.
- Proyección: Atribuir a otros pensamientos o sentimientos indeseables.
- Formación reactiva: Reemplazo de unos pensamientos o sentimientos indeseables por los opuestos.
- Racionalización: Justificar nuestra conducta pensando que la dificultad no existe.



Carl Jung

- Supuesto: Según Jung las personas tenemos dos tipos diferentes de inconsciente: personal y colectivo. El personal contiene las memorias individuales e inconscientes. El colectivo incluye los arquetipos o las memorias racionales.
- La vida está dirigida por metas positivas y la personalidad tiene orígenes raciales e históricos. De nuestros antepasados heredamos una predisposición que moldea la manera de contemplar y responder a la vida.
- Arquetipo: Modelo, forma o patrón del cual algo está hecho o se desarrolla. Los arquetipos originales a los que Jung se refiere son los mitos, leyendas, cuentos, patrones de pensamiento instintivos que pasaron genéticamente de generación a generación



...Carl Jung (continuación)

- Arquetipos: Ideas emocionalmente cargadas que unen los conceptos universales a la experiencia individual.
 - Los principales arquetipos son: madre (concepto preformado de la madre desde antiguo), persona (máscara social que adoptamos), anima (arquetipo femenino en el hombre), animus (arquetipo masculino en la mujer), Dios (viejo sabio).
- Individuación: Proceso mediante el cual el ego se convierte lentamente en auto-concepto o auto-esquema uniendo todos los tipos de actividad consciente o inconsciente para formar un todo unificado.
- Para Jung existen dos actitudes innatas: introversión (orientado al mundo interior) y extroversión (orientado al mundo externo).



Alfred Adler

- Orientación humanista: El estilo de vida se orienta hacia la consecución de metas conscientes.
- Consideraba la vida como una lucha para alcanzar la superioridad personal, que es un movimiento de sentirse menos o complejo de inferioridad a un sentirse más. El sentimiento “sentir más” es una forma de compensar el complejo de inferioridad.
- Destaca el concepto de individuo como algo singular y su carácter social. Los impulsos sociales (superación, competencia) son más poderosos que los impulsos sexuales.



Erick Erikson

- Supuesto: Todo ser humano debe pasar a través de de ocho etapas del desarrollo, cada una de las cuales se caracteriza por su propio tipo de crisis.
- Cada crisis del desarrollo está marcada por dos tendencias que se oponen, una positiva y otra negativa. El equilibrio relativo de las dos tendencias determina si la crisis será resuelta de manera saludable o no saludable.
- Fases del desarrollo psicosocial son: a) Confianza vs desconfianza (n-18 meses), b) Autonomía vs pena/duda (18m-3años), c) Iniciativa vs culpa (3-6años), d) Identidad vs confusión yo (pubertadedad adulta), e) Intimidad vs aislamiento (edad adulta temprana), f) Productividad vs estancamiento (edad adulta intermedia), g) Integridad vs desesperanza (vejez).



Humanismo

- Rechazan la mayoría de los conceptos psicoanalíticos y subrayan el impulso de autorrealización.
- Carl Rogers considera que una persona completamente adaptada puede simbolizar cualquier experiencia en verbalizaciones conscientes.
- Abraham Maslow considera que el ser humano como que tiene una voluntad hacia la salud determinada de una manera innata.
- Henry Murray fue el ideólogo de la personología, quien creía que las tendencias conductuales son determinadas por la percepción del individuo de las consecuencias de sus acciones, por las necesidades y por las presiones ambientales.



Gordon Allport y la Teoría de los Rasgos

- Supuesto: Singularidad del individuo. Cada uno tiene una disposición personal formada por rasgos.
- Clases de rasgos: a) Cardinales, rasgos muy dominantes que influyen virtualmente todo el comportamiento (Jack Lemmon en la película Tributo), b) Centrales, tendencias características que usamos normalmente, 5 o 6 rasgos define la personalidad, c) Secundarios, rasgos que mostramos de cuándo en cuándo que no son suficientemente fuertes para ser característicos de un individuo.
- Carácter: Concepto ético, juicio sobre la personalidad de un individuo.
- Temperamento: Reduce la personalidad a aspectos biológicos. Los cambios de la personalidad son lentos a lo largo de la vida.
- Enfoque nomotético: Leyes generales de la conducta.
- Enfoque idiográfico: Leyes individuales, concibe a la persona como individuo único



Conductismo y Aprendizaje Social

- Skinner cree que la personalidad se aprende completamente por experiencias directas con el ambiente externo. Rechaza las tendencias innatas, los motivos inconscientes no existen y los rasgos emocionales tampoco. La conducta es infinitamente moldeable en función del contexto.
- Bandura considera que el comportamiento se aprende pero es mediado por los procesos cognitivos.
- El aprendizaje social es clave en la configuración de la personalidad.



Biotipos

- Galeno: La personalidad está vinculada a cuatro humores (melan, bilis, sangre y flema).
- Clases: a) Sanguineos, b) Flematicos, c) Coléricos, d) Melancólicos.
- Sheldon plantea una relación entre estructura corporal o somatotipo y personalidad.
- Clases: a) Endomorfo (viscerotónicos), b) Mesomorfos (somatotónicos), c) Ecctomorfos (cerebrotónicos).
- Kretschmer: La enfermedad mental se relaciona con el tipo físico.
- Clases: a) Pícnicos (maniaco depresivos 64%), b) Leptosomáticos (esquizofrénicos 50%), c) Atlético (epilépticos 28%), d) Displáticos (epilépticos 29%)