

T EMARIO

Teorías psicodinámicas

Sigmund Freud
Carl Jung
Alfred Adler
Karen Horney
Erik Erikson

Visión psicodinámica de Jaylene Smith
Evaluación de las teorías psicodinámicas

Teorías humanistas de la personalidad

Carl Rogers
Visión humanista de Jaylene Smith

Evaluación de las teorías humanistas

Teorías de los rasgos

Desarrollo de la teoría de los rasgos
Los cinco grandes

Visión de los rasgos de Jaylene Smith
Evaluación de las teorías de los rasgos

Teorías del aprendizaje cognoscitivo-social

Expectativas, autoeficacia y
locus de control

Visión del aprendizaje cognoscitivo-social
de Jaylene Smith

Evaluación de las teorías del aprendizaje
cognoscitivo-social

Evaluación de la personalidad

La entrevista personal
Observación directa
Pruebas objetivas
Pruebas proyectivas



10

Personalidad

El caso de Jaylene Smith Jaylene Smith, de 30 años de edad, es una talentosa doctora en medicina que visita al psicólogo porque le preocupan algunos aspectos de su vida social. Sus conocidos la describen en términos elogiosos; les parece sumamente motivada, inteligente, atractiva y encantadora. Pero Jay se siente terriblemente insegura y ansiosa. Cuando el psicólogo le pidió que eligiera algunos adjetivos que la describirían, eligió “introvertida”, “tímida”, “inadecuada” y “desdichada”.

Jay fue la primogénita en una familia con dos muchachos y una chica. Su padre es un investigador médico tranquilo y gentil. Su trabajo le permitía muchas veces estudiar en casa, por lo que tuvo mucho contacto con sus hijos cuando éstos eran pequeños. Amaba a todos sus hijos, pero resultaba evidente que Jay era su favorita. Sus ambiciones y metas para ella eran muy altas y, mientras ella crecía, satisfizo todas sus necesidades y demandas casi de inmediato y con plena convicción. Su relación se mantiene hoy tan cercana como lo fue durante la niñez de Jay.

La madre de Jay trabajaba largas horas fuera de casa como gerente de una tienda y, en consecuencia, veía a sus hijos principalmente de noche y en algunos fines de semana libres. Cuando llegaba a casa, la señora Smith estaba cansada y tenía poca energía para las interacciones “no esenciales” con sus hijos. Siempre estuvo orientada hacia su carrera, pero experimentaba mucho conflicto y frustración al tratar de reconciliar su papel como madre, ama de casa y proveedora financiera. La señora Smith por lo general era amable con todos sus hijos, pero tendía a discutir más con Jay, hasta que las discusiones disminuyeron cuando Jay tenía seis o siete años. En la actualidad, su relación es cordial pero carece de la cercanía evidente que existe entre Jay y el doctor Smith. Las interacciones entre el señor y la señora Smith en ocasiones se vieron nubladas por acaloradas discusiones por asuntos aparentemente triviales. Esos episodios siempre eran seguidos por periodos de silencio mutuo que se prolongaban por días.

Jay sentía muchos celos de su primer hermano, que nació cuando ella tenía dos años. Sus padres recuerdan que Jay en ocasiones estallaba en rabietas cuando el nuevo bebé exigía y recibía mucha atención (en especial por parte de la señora Smith). Las rabietas se intensificaron cuando nació el segundo hermano de Jay, justo un año después. Al pasar el tiempo, los hermanos formaron una alianza para tratar de socavar la posición suprema de Jay frente a su padre. Jay se acercó más a su padre y desde la niñez hasta el presente su relación con sus hermanos se ha caracterizado por celos y rivalidad mayores al promedio.

A lo largo de la primaria, la secundaria y el bachillerato, Jay fue popular y tuvo un buen desempeño académico. Desde muy pequeña se decidió por estudiar medicina. Pero entre los ocho y los 17 años experimentó fuertes sentimientos de soledad, depresión, inseguridad y confusión, sentimientos que, aunque son bastante comunes durante este periodo, eran más fuertes y perturbadores para Jay que para la mayoría de los jóvenes.

La estancia de Jay en la universidad fue un periodo de gran crecimiento personal, pero varios engaños románticos le causaron mucho dolor. Su incapacidad para establecer una relación estable y duradera persistió después de la universidad y esto la atormentó mucho. Aunque tranquila en la mayoría de las circunstancias, Jay a menudo tenía explosiones de ira que terminaban con cada relación romántica importante que tenía. “¿Qué hay de malo en mí?”, se preguntaba. “¿Por qué me resulta imposible mantener una relación seria por un tiempo prolongado?”

En la facultad de medicina sus conflictos emergían en su conciencia periódicamente: “No merezco ser doctora”, “No aprobaré los exámenes”, “¿Quién soy yo y qué quiero de la vida?”



REFLEXIONE

En el capítulo encontrará las respuestas a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué tan importante es el papel que juega el inconsciente en la personalidad?
2. ¿En qué medida se esfuerza la gente para lograr el crecimiento positivo?
3. ¿Cuál es el énfasis central de las teorías de los rasgos?
4. ¿Cómo se combinan los factores personales y situacionales para dar forma a la conducta?
5. ¿Cómo evalúan los psicólogos la personalidad?

Personalidad Patrón único de pensamientos, sentimientos y conductas de un individuo que persiste a través del tiempo y de las situaciones.

Teorías psicodinámicas

Teorías de la personalidad que afirman que la conducta es resultado de fuerzas psicológicas que interactúan dentro del individuo, a menudo fuera de la conciencia.

¿Cómo podemos describir y entender la personalidad de Jaylene Smith? ¿Cómo se convirtió en lo que es? ¿Por qué se sentía insegura y vacilante a pesar de su evidente éxito?

¿Por qué sus amigos la consideraban encantadora y atractiva mientras ella se describía como introvertida e inadecuada? Éstos son los tipos de preguntas que probablemente plantearían los psicólogos de la personalidad acerca de Jay, y son los mismos que trataremos de responder en este capítulo.

Los psicólogos por lo general definen la **personalidad** como un patrón único de pensamientos, sentimientos y conductas del individuo que persisten a través del tiempo y de las situaciones. Advierta que esta definición tiene dos partes importantes. En primer término, la personalidad se refiere a *diferencias únicas*, esto es, a aquellos aspectos que distinguen a una persona de todas las demás. En segundo lugar, la definición afirma que la personalidad persiste a través del tiempo y de las situaciones, es decir, la personalidad es relativamente *estable y duradera*. Quizá usted ha tenido la oportunidad de verse a distintas edades en películas o videos caseros. En cada edad se hacen evidentes algunas características constantes; quizá se mostraba como un actor natural que se lucía siempre ante la cámara, o tal vez se comportaba más bien como un director, pues a los cuatro años y a los 14 le decía al camarógrafo qué hacer. Esperamos que la personalidad de la gente sea relativamente constante de un día a otro y de una situación a otra; de hecho, cuando eso no sucede, sospechamos que hay algo mal en la persona.

Los psicólogos se acercan de diferentes maneras al estudio de la personalidad. Algunos tratan de identificar las características más importantes de la personalidad. Otros tratan de entender por qué difieren las personalidades. Entre este último grupo, algunos psicólogos identifican a la familia como el factor más importante en el desarrollo de la personalidad del individuo, mientras que otros enfatizan las influencias ambientales fuera de la familia, y otros más consideran que la personalidad es el resultado de la forma en que aprendemos a pensar acerca de nosotros mismos y de nuestras experiencias. En este capítulo, exploraremos esos diversos enfoques examinando algunas teorías representativas generadas por cada enfoque. También veremos la forma en que cada paradigma teórico arroja luz sobre la personalidad de Jaylene Smith. Por último, evaluaremos las cualidades y debilidades de cada enfoque en la comprensión de la personalidad.

Teorías psicodinámicas

¿Qué tan importante es el papel que juega el inconsciente en la personalidad?

Las **teorías psicodinámicas** consideran que la conducta es el producto de fuerzas psicológicas que operan dentro del individuo, a menudo fuera de la conciencia. Freud se inspiró en la física de su época para acuñar el término *psicodinámica*: así como la termodinámica es el estudio del calor y la energía mecánica y la forma en que uno se transforma en el otro, la psicodinámica es el estudio de la energía psíquica y la manera en que se transforma y expresa en conducta. Aunque los teóricos psicodinámicos discrepan acerca de la naturaleza exacta de esta energía psíquica y la forma en que afecta la conducta, las siguientes cinco proposiciones son centrales para todas las teorías psicodinámicas y han resistido las pruebas del tiempo (Westen, 1998a):

1. Buena parte de la vida mental es inconsciente y, como resultado, la gente se comporta de manera que ella misma no entiende.
2. Los procesos mentales como las emociones, motivaciones y pensamientos operan en forma paralela, lo que conduce a sentimientos conflictivos.
3. Los patrones estables de personalidad no sólo empiezan a formarse en la niñez, sino que las experiencias tempranas tienen un fuerte efecto en el desarrollo de la personalidad.

- Las representaciones mentales que tenemos de nosotros mismos, de los demás y de nuestras relaciones tienden a guiar nuestras interacciones con otra gente.
- El desarrollo de la personalidad implica aprender a regular los sentimientos sexuales y agresivos, así como volverse socialmente interdependiente en lugar de dependiente.

Sigmund Freud

Hasta la fecha, Sigmund Freud (1856-1939) es el teórico psicodinámico más conocido e influyente. Como vimos en el primer capítulo, Freud creó una perspectiva totalmente nueva sobre el estudio de la conducta humana. Antes de su época, la psicología se había concentrado en la conciencia, es decir, en los pensamientos y sentimientos de los que estamos al tanto. Sin embargo, Freud resaltó el **inconsciente**, todas las ideas, pensamientos y sentimientos de los que normalmente no estamos conscientes. Las ideas de Freud forman la base del **psicoanálisis**, un término que se refiere tanto a su teoría de la personalidad como a la forma de terapia que él desarrolló.

De acuerdo con Freud, la conducta humana se basa en tres tipos de instintos o pulsiones inconscientes. Algunos instintos son agresivos y destructivos. Otros, como el hambre, la sed y la autopreservación, son necesarios para la supervivencia del individuo. Por último, está el deseo de placer que Freud consideraba el factor más importante en el desarrollo de la personalidad.

Cómo está estructurada la personalidad Freud supuso que la personalidad se conforma alrededor de tres estructuras: el *ello* (*id*), el *yo* (*ego*) y el *superyó* (*superego*). El **ello** es la única estructura presente al nacer y es totalmente inconsciente (vea la figura 10-1). En opinión de Freud, el ello consta de todos los impulsos y deseos inconscientes que continuamente buscan expresión. Opera de acuerdo con el **principio de placer**, es decir, trata de obtener placer inmediato y evitar el dolor. Tan pronto como surge un instinto, el ello busca gratificarlo. Sin embargo, como el ello no está en contacto con el mundo real, sólo tiene dos formas de obtener gratificación. Una es a través de las acciones reflejas (como toser) que alivian las sensaciones desagradables de una vez. La otra es la fantasía, a la que Freud se refería como la *satisfacción del deseo*: una persona se forma una imagen mental de un objeto o situación que satisface en parte el instinto y alivia el sentimiento incómodo.



Inconsciente En la teoría de Freud, todas las ideas, pensamientos y sentimientos de los cuales normalmente no podemos tomar conciencia.

Psicoanálisis Teoría de la personalidad desarrollada por Freud así como la forma de terapia que él propuso.

Ello (id) En la teoría de la personalidad de Freud, el conjunto de impulsos y deseos inconscientes que continuamente buscan expresión.

Principio de placer De acuerdo con Freud, la forma en que el ello busca la gratificación inmediata de un instinto.

Figura 10-1
La relación estructural formada por el ello, yo y superyó.

La concepción freudiana de la personalidad a menudo se describe como un iceberg para ilustrar la forma en que gran parte de los trabajos de la mente ocurren por debajo de su superficie. Advierta que el yo es en parte consciente, en parte inconsciente y en parte preconsciente; por otra parte, obtiene conocimiento del mundo externo a través de los sentidos. El superyó también opera en los tres niveles. Sin embargo, el ello es una estructura totalmente inconsciente.

Fuente: Adaptado de *New Introductory Lectures on Psychoanalysis* de Sigmund Freud, 1933. Nueva York: Carlton House.

Yo (ego) Término de Freud para designar la parte de la personalidad que media entre las demandas ambientales (realidad), la conciencia (superyó) y las necesidades instintivas (ello); ahora se usa con frecuencia como sinónimo de sí mismo.

Principio de realidad De acuerdo con Freud, la forma en que el yo busca satisfacer las demandas instintivas de manera segura y eficaz en el mundo real.

Superyó (superego) De acuerdo con Freud, los estándares sociales y de los padres que el individuo ha interiorizado; la conciencia y el yo ideal.

Yo ideal La parte del superyó que consta de los estándares de cómo le gustaría ser a la persona.

Mecanismos de defensa Técnicas de autoengaño para reducir la ansiedad y la culpa, como la negación, represión, proyección, identificación, regresión, intelectualización, formación reactiva, desplazamiento y sublimación.

Negación Negarse a reconocer una realidad dolorosa o amenazante.

La satisfacción del deseo ocurre más a menudo en sueños y ensoñaciones, pero también adquiere otras formas. Por ejemplo, si alguien lo hace enfurecer y usted pasa la siguiente media hora imaginando las cosas brillantes que pudo decir o hacer para desquitarse, está practicando una forma de satisfacción del deseo.

Las imágenes mentales de este tipo proporcionan alivio efímero, pero no satisfacen por completo la mayoría de las necesidades. Pensar en estar con el ser amado es un pobre sustituto para el hecho de estar realmente con esa persona y no produce tanto placer. Así que el ello, por sí mismo, no es muy eficaz en la gratificación de los instintos. Debe vincularse con la realidad si quiere hacer un mejor trabajo para satisfacer las necesidades, y el vínculo del ello con la realidad es el yo.

Freud concibió al **yo (ego)** como el mecanismo psíquico que controla todas las actividades de pensamiento y razonamiento. El yo opera en parte de manera consciente, en parte de manera *preconsciente* y en parte de forma inconsciente. (“Preconsciente” se refiere al material que no se encuentra actualmente en la conciencia pero que puede recordarse con facilidad.) El yo obtiene información acerca del mundo externo a través de los sentidos y busca la satisfacción de las pulsiones del ello en el mundo externo. Pero en lugar de actuar de acuerdo con el principio del placer, el yo opera de acuerdo con el **principio de realidad**: por medio del razonamiento inteligente, el yo trata de demorar la satisfacción de los deseos del ello hasta que pueda hacerse de manera segura y exitosa. Por ejemplo, si una persona tiene sed, el yo intentará determinar cuál es la mejor manera de obtener algo para saciarla de manera efectiva y segura.

Una personalidad que sólo constara de yo y de ello sería totalmente egoísta. Se comportaría de manera eficaz pero poco sociable. La conducta plenamente adulta es gobernada no sólo por la realidad sino también por la moralidad, es decir, por la conciencia del individuo o los estándares morales que éste desarrolla a través de la interacción con los padres y con la sociedad. Freud denominaba **superyó (superego)** a este guardián moral.

El superyó no está presente al nacer. De hecho, los niños pequeños son amoraes y hacen cualquier cosa que sea placentera. Sin embargo, al madurar asimilamos, o adoptamos como propios, los juicios de nuestros padres acerca de lo que es “bueno” y “malo”. Con el tiempo, las restricciones externas impuestas por nuestros padres son sustituidas por nuestras propias restricciones internas. El superyó, que a la larga actúa como conciencia, se encarga de la tarea de observar y guiar al yo, de la misma manera que los padres observaron y guiaron al niño. Al igual que el yo, trabaja en los niveles consciente, preconsciente e inconsciente.

De acuerdo con Freud, el superyó también compara las acciones del yo con un **yo ideal** de perfección y luego recompensa o castiga al yo en consecuencia. Por desgracia, el superyó es en ocasiones demasiado severo en sus juicios. Por ejemplo, un artista dominado por un superyó punitivo puede darse cuenta de la imposibilidad de llegar a igualar a Rembrandt y, desesperado, renunciar a la pintura.

Mecanismos de defensa De manera ideal, el ello, el yo y el superyó trabajan en armonía, en la que el yo satisface las demandas del ello de una manera razonable y moral aprobada por el superyó. Sin embargo, en opinión de Freud, cuando el yo es incapaz de controlar los impulsos del ello de manera aceptable para el superyó, experimenta *ansiedad*, manifestada como sentimientos intensos de desasosiego, aprensión o preocupación. Para reducir la incomodidad causada por la ansiedad, el yo recurre al uso de una variedad de **mecanismos de defensa** para impedir que los impulsos inaceptables del ello alcancen la conciencia. Aunque Freud creía que esos mecanismos de autoengaño son totalmente inconscientes, no todos los psicólogos están de acuerdo. A menudo nos damos cuenta de que estamos sacando algo de la mente o engañándonos de alguna manera. Por ejemplo, todos hemos estallado en cólera con una persona cuando *sabíamos* que en realidad estábamos molestos con alguien más. Ya sea que los mecanismos de defensa operen de manera consciente o inconsciente, proporcionan una forma de afrontar el estrés que, de otra manera, sería insoportable.

Negación La **negación** consiste en rehusarse a reconocer una realidad dolorosa o amenazante. Como vimos en el capítulo 9 (Desarrollo del ciclo vital), la negación es a

tablasinóptica MECANISMOS DE DEFENSA

Negación	Negarse a reconocer una realidad dolorosa o amenazante: Ray, a quien se le ha dicho que tiene cáncer terminal, cree que sólo tiene una bronquitis.
Represión	Excluir de la conciencia pensamientos incómodos: Lisa, que fue sorprendida robando cuando estaba en el bachillerato, no tiene recuerdo del penoso acontecimiento.
Proyección	Atribuir a otros los propios motivos, sentimientos o deseos reprimidos: Marilyn es injustamente ignorada para una promoción; ella niega que esté enojada por esto, pero está convencida de que su supervisor está enojado con ella.
Identificación	Adoptar las características de alguien más para evitar sentirse incompetente: Anthony, inseguro de su propio atractivo, adopta la vestimenta y los modales de un maestro popular.
Regresión	Volver a la conducta y las defensas infantiles: Enojado porque se rechazó su plan para reorganizar su división, Bob hace un berrinche.
Intelectualización	Pensar de manera abstracta acerca de problemas estresantes como una forma de distanciarse de ellos: Después de saber que no fue invitada a la fiesta de disfraces de un compañero, Tina analiza tranquilamente las maneras en que se forman las pandillas sociales y su función en la regulación y control de la vida escolar.
Formación reactiva	Expresión de ideas y emociones exageradas que son lo opuesto de las creencias o sentimientos reprimidos: Michael manifiesta con aspavientos que nunca tomaría ventaja de un empleado rival, aunque su conducta indica lo contrario.
Desplazamiento	Cambiar los motivos reprimidos de un objeto original a un objeto sustituto: Enojado con la petición poco razonable del maestro de que rehaga su trabajo de fin de cursos, pero temeroso de confrontarlo, Nelson llega a casa y le grita a sus compañeros por decirle qué hacer.
Sublimación	Reorientar los motivos y sentimientos reprimidos en canales socialmente más aceptables: Bill, cuyos padres nunca le prestaron atención, se presenta como candidato a un cargo público.

menudo la primera reacción de una persona que se enfrenta con su muerte inminente. Al negar temporalmente la realidad, la persona puede estar mejor preparada para evitar emociones que de otra manera serían abrumadoras.

Represión El mecanismo más común para borrar de la mente los sentimientos y recuerdos dolorosos es la **represión**: el individuo excluye los pensamientos y sentimientos dolorosos de la conciencia sin darse cuenta de que lo está haciendo. Los soldados que pierden el control en el campo a menudo borran el recuerdo de las experiencias que los condujeron al colapso. La represión indica que la persona está luchando contra impulsos (como la agresión) que están en conflicto con los valores. Por ejemplo, a la mayoría de nosotros se nos enseñó en la niñez que la violencia y la agresión son malas. Este conflicto entre nuestros sentimientos y valores puede generar estrés, y una forma de afrontar de manera defensiva el estrés es reprimir nuestros sentimientos y borrar por completo cualquier conciencia de nuestra ira y hostilidad subyacentes.

La negación y la represión son los mecanismos de defensa más elementales. En la negación borramos de la mente situaciones que no podemos afrontar; en la represión borramos impulsos o pensamientos inaceptables. Esas estrategias psíquicas forman la base de otras formas defensivas de afrontamiento.

Proyección Si no es posible negar o reprimir por completo un problema, podemos distorsionar su naturaleza de forma que pueda manejarse con más facilidad. Un ejemplo de esto es la **proyección**, que consiste en atribuir a otros nuestros motivos, ideas o sentimientos. En otras palabras, “proyectamos” en otra persona sentimientos que no queremos reconocer como propios. El ejecutivo de una compañía que se siente culpable por la forma en que llegó al poder puede proyectar en sus colegas su propia ambición

Represión Excluir de la conciencia los pensamientos, sentimientos y deseos incómodos.

Proyección Atribuir a otros los propios motivos, sentimientos o deseos reprimidos.

Identificación Adoptar las características de alguien más para evitar sentirse incompetente.

Regresión Volver a la conducta y las defensas infantiles.

Intelectualización Pensar de manera abstracta acerca de problemas estresantes como una forma de distanciarse de ellos.

Formación reactiva Expresión de ideas y emociones exageradas que son lo opuesto de las creencias o sentimientos reprimidos de la persona.

Desplazamiento Cambiar los motivos y emociones reprimidos de un objeto original a un objeto sustituto.

Sublimación Reorientar los motivos y sentimientos reprimidos en canales socialmente más aceptables.

despiadada. Cree que él simplemente está haciendo su trabajo mientras sus colegas son extremadamente ambiciosos y consumidos por el poder.

Identificación El mecanismo contrario a la proyección es la **identificación**, que consiste en *adoptar* las características de alguien más de manera que podamos compartir de manera vicaria sus logros. Un padre con ambiciones profesionales insatisfechas puede compartir emocionalmente el éxito profesional de un hijo. Cuando el hijo recibe una promoción, el padre se siente personalmente triunfador. La identificación se usa a menudo como una forma de autodefensa en situaciones en que la persona se siente completamente indefensa, por ejemplo, en una situación de rehenes. Para sobrevivir, las víctimas tratan en ocasiones de complacer a sus secuestradores y llegan a identificarse con ellos como una forma de afrontar defensivamente el estrés insoportable del que no pueden escapar. A esto se le llama el “síndrome de Estocolmo” (Cassidy, 2002), en recuerdo de cuatro suecos que permanecieron en cautiverio en la bóveda de un banco por casi una semana pero que al ser liberados defendieron a sus secuestradores.

Regresión La gente que sufre estrés severo en ocasiones vuelve a la conducta infantil a través de un proceso llamado **regresión**. ¿Por qué regresa la gente? Algunos psicólogos dicen que es porque un adulto no puede resistir el sentimiento de desamparo. Por otro lado, los niños se sienten indefensos y dependientes cada día, por lo que tornarse más infantil hace más soportables la dependencia o desamparo absolutos. Por ejemplo, los adultos lloran o hacen berrinches cuando sus argumentos fallan y esperan que quienes les rodean reaccionen de manera compasiva, como hacían sus padres cuando eran niños.

Intelectualización La **intelectualización** supone el distanciamiento de los sentimientos acerca de los problemas analizándolos de manera lógica y objetiva, casi como si fueran asunto de otra persona. Los padres que empiezan a discutir las dificultades de su hijo con un maestro, pero en lugar de ello hablan de su filosofía educativa tal vez estén intelectualizando una situación muy molesta. Aparentan estar manejando sus problemas, pero no lo están haciendo porque se separan de sus emociones perturbadoras.

Formación reactiva La **formación reactiva** se refiere a la expresión de ideas y emociones que son exactamente lo opuesto de lo que la persona está pensando o sintiendo en realidad. La exageración es la clave de esta conducta. Alguien que elogia desmesuradamente a un rival en realidad está ocultando los celos por el éxito de su oponente. La formación reactiva es una forma de convencerse inconscientemente de que los motivos propios son puros. Por ejemplo, un padre que se siente ambivalente acerca de su paternidad dedica una cantidad desmesurada de tiempo a sus hijos en un intento por convencerse de que es un buen padre.

Desplazamiento El **desplazamiento** implica la redirección de los motivos y emociones reprimidas de sus objetos originales a objetos sustitutos. La mujer que siempre quiso ser madre se siente incompetente cuando se entera de que no puede tener hijos. Como resultado, se apegue de manera extrema a una mascota o a un sobrino. Quizá el ejemplo más familiar de desplazamiento es la persona que debe sonreír y mostrarse de acuerdo con un jefe difícil, pero luego llega a casa y “explota” sin razón con sus familiares.

Sublimación La **sublimación** se refiere a convertir los motivos o sentimientos reprimidos en formas socialmente más aceptables. Por ejemplo, la agresividad se canaliza mediante la competitividad en los negocios o los deportes. Un deseo fuerte y persistente de atención se transforma en un interés por la actuación o la política. Freud creía que la sublimación no sólo es necesaria sino deseable. Las personas que transforman sus pulsiones sexual y agresiva en formas socialmente más aceptables sin duda están en una posición mejor, ya que son capaces, al menos en parte, de gratificar las pulsiones

instintivas con relativamente poca ansiedad y culpa. Además, la sociedad se beneficia de la energía y el esfuerzo que dichas personas canalizan en las artes, la literatura, la ciencia y otras actividades socialmente útiles. ¿Una persona que usa un mecanismo de defensa es inmadura, inestable o está al borde de una crisis? No necesariamente. Como señalan Coleman, Glaros y Morris (1987), las defensas son “esenciales para mitigar el fracaso, aliviar la tensión y la ansiedad, reparar el daño emocional y mantener nuestros sentimientos de competencia y valor” (p. 190). A corto plazo, en especial si hay pocas opciones, el uso de mecanismos de defensa reduce la ansiedad y nos permite el mayor nivel posible de adaptación (Cramer, 2000). Sin embargo, en el largo plazo, el uso excesivo de los mecanismos de defensa puede obstaculizar el ajuste exitoso. Los mecanismos de defensa son inadecuados cuando interfieren con la habilidad de la persona para manejar directamente un problema o cuando crean más problemas de los que resuelven.

Cómo se desarrolla la personalidad La teoría de Freud del desarrollo de la personalidad se concentra en la forma en que satisfacemos el instinto sexual en el curso de la vida. Freud llamó **libido** a la energía generada por el instinto sexual. A medida que maduran los bebés, su libido se centra en diferentes partes sensibles del cuerpo, cada una de las cuales proporciona algún placer. Durante los primeros 18 meses de vida, la fuente dominante de placer sensual es la boca. Aproximadamente a los 18 meses la sensualidad cambia al ano; y alrededor de los tres años vuelve a cambiar, esta vez a los genitales. De acuerdo con Freud, las experiencias de los niños en cada una de esas etapas estampan su personalidad con tendencias que se prolongan en la adultez. Si se priva a un niño del placer (o se le permite demasiada gratificación) de la parte del cuerpo que domina cierta etapa, parte de la energía sexual permanece vinculada a esa parte del cuerpo, en lugar de avanzar en la secuencia normal para dar al individuo una personalidad plenamente integrada. Esto se denomina **fijación**, y como veremos, Freud creía que conduce a formas inmaduras de sexualidad y a ciertos rasgos característicos de personalidad. Miremos más de cerca las etapas psicosexuales que Freud identificó y su supuesta relación con el desarrollo de la personalidad.

En la **etapa oral** (del nacimiento a los 18 meses), los bebés, que dependen por completo de otras personas para satisfacer sus necesidades, experimentan placer succionando y tragando; cuando aparecen sus dientes de leche, obtienen placer masticando y mordiendo. De acuerdo con Freud, los bebés que reciben demasiada gratificación oral en esta etapa se convierten en adultos abiertamente optimistas, crédulos y confiables; los que reciben muy poca gratificación más tarde se vuelven personas pesimistas, sarcásticas, discutidoras y hostiles.

Durante la **etapa anal** (aproximadamente de los 18 meses a los 3 años y medio) la fuente principal de placer sexual cambia de la boca al ano. El entrenamiento de control de esfínteres tiene lugar justo alrededor del momento en que los niños empiezan a derivar placer de retener y excretar las heces, por lo que deben aprender a regular este nuevo placer. En opinión de Freud, si los padres son demasiado estrictos en el entrenamiento de control de esfínteres, algunos niños estallan en berrinches y cuando adultos pueden vivir de manera autodestructiva. Otros se vuelven obstinados, mezquinos y excesivamente ordenados.

Cuando los niños alcanzan la **etapa fálica** (después de los tres años), descubren sus genitales y desarrollan un marcado apego hacia el padre del sexo opuesto, mientras que se vuelven celosos del padre del mismo sexo. Freud llamó a esto **complejo de Edipo** por el personaje de la mitología griega que mató a su padre y se casó con su madre. Las niñas pasan por un correspondiente **complejo de Electra**, que implica un amor posesivo por el padre y celos de su madre. La mayoría de los niños resuelve a la larga esos conflictos identificándose con el padre del mismo sexo. Sin embargo, Freud afirmaba que la fijación en esta etapa conduce a la vanidad y el egoísmo en la vida adulta, donde los hombres se vanaglorian de sus proezas sexuales y tratan a las mujeres con desdén, mientras que las mujeres se vuelven coquetas y promiscuas. La fijación fálica también puede promover sentimientos de baja autoestima, timidez y minusvalía.

Libido De acuerdo con Freud, la energía generada por el instinto sexual.

Fijación De acuerdo con Freud, una detención parcial o completa en cierto punto del desarrollo psicosexual del individuo.

Etapa oral Primera etapa en la teoría freudiana del desarrollo de la personalidad, en la cual los sentimientos eróticos del bebé se centran en la boca, labios y lengua.

Etapa anal Segunda etapa en la teoría freudiana del desarrollo de la personalidad, en la cual los sentimientos eróticos del niño se centran en el ano y en la eliminación.

Etapa fálica Tercera etapa en la teoría freudiana del desarrollo de la personalidad, en la cual los sentimientos eróticos se centran en los genitales.

Complejo de Edipo y complejo de Electra De acuerdo con Freud, el apego sexual del niño hacia el padre del sexo opuesto y los celos hacia el padre del mismo sexo; por lo general ocurre en la etapa fálica.



Freud creía que durante la etapa oral, cuando los bebés dependen de otros para la satisfacción de sus necesidades, derivan placer de la boca, labios y lengua.

Periodo de latencia En la teoría freudiana de la personalidad, un periodo en que el niño parece no tener interés en el otro sexo; ocurre después de la etapa fálica.

Etapa genital En la teoría freudiana del desarrollo de la personalidad, la etapa final del desarrollo sexual adulto normal, la cual suele caracterizarse por la sexualidad madura.

Inconsciente personal En la teoría de la personalidad de Jung, uno de los dos niveles del inconsciente; contiene los pensamientos reprimidos del individuo, sus experiencias olvidadas e ideas no desarrolladas.

Inconsciente colectivo En la teoría de la personalidad de Jung, el nivel del inconsciente que es heredado y común a todos los miembros de la especie.



De acuerdo con Carl Jung, la imagen de una figura materna que muestra un abrazo protector es un arquetipo que surge del importante papel afectivo de las mujeres a lo largo de la historia humana. Esta forma de pensamiento es representada aquí en la figura de barro de una diosa búlgara cuyo origen se remonta a seis o siete mil años.

Freud creía que al final del periodo fálico, los niños pierden interés en la conducta sexual e ingresan en un **periodo de latencia**. Durante este periodo, que empieza alrededor de los cinco o seis años y dura hasta los 12 o 13, los niños juegan con niños, las niñas con niñas y ninguno se interesa mucho en individuos del otro sexo.

En la pubertad, el individuo entra en la última etapa psicosexual, a la que Freud llamó la **etapa genital**. En este momento, se despiertan los impulsos sexuales. Al hacer el amor, el adolescente y el adulto satisfacen deseos insatisfechos de la infancia y la niñez. De manera ideal, la gratificación inmediata de esos deseos da lugar a la sexualidad madura, en la cual participan la gratificación pospuesta, el sentido de responsabilidad y la preocupación por los demás.

Freud no está exento de críticas. Las feministas han atacado la visión fálica, centrada en el hombre, del desarrollo de la personalidad, sobre todo porque él también hipotetizó que las niñas pequeñas se sienten inferiores por carecer de pene. Mucha gente considera ahora que la envidia del pene es mucho menos importante para el desarrollo de la personalidad femenina de lo que Freud pensaba (Dahl, 1996; Gelman, 1990). De hecho, se está cuestionando la idea de que el desarrollo de las personalidades masculina y femenina proceden a lo largo de líneas similares. Por ejemplo, si las tareas del desarrollo enfrentadas por niños y niñas son muy diferentes, entonces las tareas del desarrollo únicas que realizan las niñas pueden dejarles importantes habilidades y destrezas que Freud pasó por alto o minimizó.

Además, las creencias de Freud, en particular su énfasis en la sexualidad, no fueron del todo compartidas por los miembros de su propia escuela psicoanalítica. Carl Jung y Alfred Adler, quienes inicialmente fueron seguidores de Freud, eventualmente rompieron con él y formularon sus propias teorías psicodinámicas de la personalidad. Jung aceptaba la importancia que Freud concedía a la motivación inconsciente, pero extendió el alcance del inconsciente más allá de las satisfacciones egoístas del ello. Adler creía que los seres humanos tienen metas positivas, y conscientes, que dirigen su conducta. Otros teóricos psicodinámicos ponen mayor énfasis en el yo y en sus intentos por obtener dominio sobre el mundo. Esos neofreudianos, principalmente Karen Horney y Erik Erikson, también se centraron más en la influencia de la interacción social sobre la personalidad.

Carl Jung

La *psicología analítica* de Carl Jung (1875-1961) adoptó muchos de los principios de Freud; sin embargo, sus creencias diferían de las de Freud en muchas maneras novedosas. Jung afirmaba que la libido, o energía psíquica, representa *todas* las fuerzas de la vida, no sólo las sexuales. Freud y Jung enfatizaban el papel del inconsciente en la determinación de la conducta humana. Pero mientras Freud veía al ello como un “caldero de excitaciones en ebullición” que el yo tiene que controlar, Jung veía al inconsciente como la fuente de fuerza y vitalidad del yo. También creía que el inconsciente consta del inconsciente personal y el inconsciente colectivo. Dentro del campo del **inconsciente personal** se encuentran nuestros pensamientos reprimidos, experiencias olvidadas e ideas no desarrolladas, las cuales pueden llegar al nivel de la conciencia si un incidente o sensación desencadena su recuerdo.

TEMAS DE INTERÉS PERMANENTE

diversidad-universalidad

Arquetipos humanos universales

El **inconsciente colectivo**, el concepto más original de Jung, comprende los recuerdos y los patrones de conducta que se heredan de generaciones pasadas y que, por ende, son compartidos por todos los seres humanos. Así como el cuerpo humano es el producto de millones de años de evolución, afirmaba Jung, también lo es la mente humana. A lo largo de milenios se han desarrollado “formas de pensamiento”, o recuerdos colectivos de experiencias que la gente ha tenido en común desde tiempos prehistóricos. Llamó

arquetipos a esas formas de pensamiento. Los arquetipos aparecen en nuestros pensamientos como imágenes mentales típicas o representaciones míticas. Por ejemplo, como toda la gente tiene madre, el arquetipo de “madre” se asocia universalmente con la imagen de la madre propia, con la Madre Tierra y con una presencia protectora. El arquetipo de “héroe” puede entrar al pensamiento como el cacique de una tribu, Josué en la batalla de Jericó o Nelson Mandela, dependiendo del momento histórico particular en que uno viva.

Jung sentía que ciertos arquetipos específicos desempeñan papeles especiales en el moldeamiento de la personalidad. La **persona** (un arquetipo cuyo significado surge del término latino para “máscara”) es el elemento de nuestra personalidad que proyectamos ante los demás, un caparazón que se forma alrededor de nuestro yo interno. Para algunas personas, el yo público predomina tanto que pierden contacto con sus sentimientos internos, lo que conduce a desajustes de la personalidad.

Otros dos arquetipos importantes son el **ánima** y el **ánimus**. Jung consideraba que los hombres y las mujeres tienen aspectos de ambos sexos en su personalidad. El **ánima** es el arquetipo femenino tal como se expresa en un hombre; el **ánimus** es el arquetipo masculino tal como se expresa en la personalidad femenina. De esta forma, Jung consideraba que la conducta agresiva en las mujeres y la calidez en los hombres eran manifestaciones del **ánimus** y del **ánima** respectivamente.

Jung también dividió a la gente en dos tipos generales de actitud: **introvertidos** y **extrovertidos**. Los **extrovertidos** dirigen su atención al mundo externo. Tienen un interés activo en la gente y los acontecimientos que suceden a su alrededor. Los **introvertidos** están más ensimismados en su mundo privado. Tienden a ser poco sociables y carecen de confianza al tratar con otras personas. Jung sentía que todos poseemos algunos aspectos de ambos tipos de actitud, pero que por lo regular uno de ellos domina.

Jung dividió además a la gente en **individuos racionales**, que regulan sus acciones mediante el pensamiento y el sentimiento, e **individuos irracionales**, que basan sus acciones en percepciones, sea a través de los sentidos (sensación) o de procesos inconscientes (intuición). La mayoría de la gente exhibe las cuatro funciones psicológicas: pensamiento, sentimiento, sensación e intuición. Sin embargo, Jung sentía que por lo regular dominan una o más de esas funciones. De esta forma, la persona pensante es racional y lógica y decide a partir de los hechos. La persona en la cual domina el sentimiento es sensible a su entorno, actúa con tacto y tiene un sentido equilibrado de los valores. El individuo en quien dominan las sensaciones se basa principalmente en percepciones superficiales y rara vez usa la imaginación o la comprensión profunda. Y la persona intuitiva ve más allá de las soluciones y hechos evidentes para considerar posibilidades futuras.

Mientras Freud enfatizaba la primacía de los instintos sexuales, Jung resaltaba las cualidades racionales y espirituales de la gente. Y mientras Freud consideraba que el desarrollo es moldeado en la niñez, Jung pensaba que el desarrollo psíquico sólo cristaliza durante la madurez. Jung también afirmaba que una persona avanza constantemente hacia la autorrealización, es decir, hacia la mezcla de todas las partes de la personalidad en un todo armonioso. Muchos psicólogos han mostrado poco interés por las ideas de Jung a raíz de su ruptura con Freud y a causa del simbolismo y misticismo que caracterizan a sus teorías (Neher, 1996). Sin embargo, los interesados en el poder del mito “redescubrieron” recientemente su concepto de arquetipos (Ellens, 2002; Goode, 1992; Nuttall, 2002).

Alfred Adler

Alfred Adler (1870-1937) estaba en total desacuerdo con el concepto freudiano del conflicto entre el ello egoísta y el superyó basado en la moralidad. Para Adler, la gente posee motivos positivos innatos y se esfuerza por lograr la perfección personal y social. Al inicio de su carrera, Adler creía que la personalidad se desarrolla a través del esfuerzo del individuo por superar debilidades físicas, un esfuerzo al que llamó **compensación**.

Arquetipos En la teoría de la personalidad de Jung, formas de pensamiento comunes a todos los seres humanos, almacenadas en el inconsciente colectivo.

Persona De acuerdo con Jung, nuestro yo público, la máscara que nos ponemos para representarnos ante los demás.

Ánima De acuerdo con Jung, el arquetipo femenino tal como se expresa en la personalidad masculina.

Ánimus De acuerdo con Jung, el arquetipo masculino tal como se expresa en la personalidad femenina.

Extrovertido De acuerdo con Jung, una persona que por lo regular se concentra en la vida social y el mundo externo en lugar de enfocarse en su experiencia interna.

Introvertido De acuerdo con Jung, una persona que por lo regular se concentra en sus propios pensamientos y sentimientos.

Individuos racionales De acuerdo con Jung, la gente que regula sus acciones por las funciones psicológicas del pensamiento y el sentimiento.

Individuos irracionales De acuerdo con Jung, la gente que basa sus acciones en percepciones, ya sea a través de los sentidos (sensación) o de procesos inconscientes (intuición).

Compensación De acuerdo con Adler, el esfuerzo de la persona por superar debilidades personales imaginarias o reales.



“Sólo soy un buen danés.”

Fuente: The Cartoon Bank © 2000. Mike Twohy de cartoonbank.com. Todos los derechos reservados.



Karen Horney, psicoterapeuta durante la primera mitad del siglo XX, estaba en desacuerdo con el énfasis de Freud en los instintos sexuales. Consideraba que los factores ambientales y sociales, en especial las relaciones que tenemos en la niñez, son las influencias más importantes en la personalidad.

Complejo de inferioridad En la teoría de Adler, la fijación en sentimientos de inferioridad personal que derivan en parálisis emocional y social.

Ansiedad En la teoría de Horney, la reacción del individuo a amenazas reales o imaginarias.

Tendencias neuróticas Término de Horney para referirse a las estrategias irracionales encaminadas a afrontar los problemas emocionales y minimizar la ansiedad.

Más tarde, Adler modificó y amplió sus puntos de vista, afirmando que la gente trata de superar los *sentimientos* de inferioridad que pueden tener o no una base en la realidad. Pensaba que dichos sentimientos a menudo desatan el desarrollo positivo y el crecimiento personal. Sin embargo, algunas personas se quedan tan fijadas en sus sentimientos de inferioridad que se paralizan y entonces desarrollan lo que Adler llamó **complejo de inferioridad**.

Más adelante, Adler volvió a modificar su énfasis teórico en una dirección más positiva cuando concluyó que los esfuerzos por alcanzar la superioridad y la perfección eran más importantes para el desarrollo de la personalidad que la superación de los sentimientos de inferioridad. Sugirió que la gente se esfuerza por la perfección personal y la perfección de la sociedad a la que pertenece, estableciendo metas importantes para sí misma de manera realista; lo que importa es que la persona actúe como si lo fueran. Aunque toda la gente se esfuerza por la perfección individual y social, cada individuo desarrolla un conjunto particular de direcciones y creencias que se convierten en su *estilo de vida*. Adler creía que este estilo de vida emerge a los cuatro o cinco años de edad.

A diferencia de Freud, Adler creía que la gente tiene la capacidad para dominar su propio destino. El énfasis que Adler puso en las metas positivas y socialmente constructivas y en los esfuerzos por alcanzar la perfección está en claro contraste con la visión pesimista que Freud tenía de la persona egoísta atrapada en un eterno conflicto con la sociedad. Adler reintrodujo en la psicología la idea, que Freud había borrado, de que el esfuerzo voluntario de la persona hacia metas positivas en lo personal y benéficas en lo social es una parte importante de la personalidad y el desarrollo humano. Por esta razón, muchos psicólogos han considerado a Adler como el padre de la psicología humanista (Cain, 2002), un tema que exploraremos con mayor profundidad más adelante en este capítulo.

Karen Horney

Karen Horney (1885-1952) fue otra teórica psicodinámica de la personalidad que tuvo una considerable deuda con Freud, pero que rechazó algunas de sus ideas más destacadas, en especial su análisis de las mujeres y su énfasis en los instintos sexuales. A partir de su experiencia en la práctica de la terapia en Alemania y Estados Unidos, Horney concluyó que los factores ambientales y sociales son las influencias más importantes en el moldeamiento de la personalidad, y que entre éstas, las más fundamentales son las relaciones humanas que experimentamos en la niñez.

En opinión de Horney, Freud puso un énfasis excesivo en la pulsión sexual, lo que lo llevó a presentar una imagen distorsionada de las relaciones humanas. Aunque Horney creía que la sexualidad figura en el desarrollo de la personalidad, pensaba que factores no sexuales, como la necesidad de una sensación de seguridad básica y la respuesta a amenazas reales o imaginarias, desempeñan un papel aún mayor. Por ejemplo, toda la gente comparte la necesidad de sentirse amada y protegida por los padres, independientemente de cualquier sentimiento sexual que tenga hacia ellos. Por el contrario, los sentimientos protectores de los padres hacia sus hijos surgen no sólo de fuerzas biológicas sino también del valor que la sociedad asigna a la crianza de los niños.

Horney consideraba a la **ansiedad** (una reacción del individuo a peligros reales o imaginarios) como una poderosa fuerza motivacional. Mientras Freud creía que la ansiedad surge por lo regular de conflictos sexuales, Horney resaltaba que los sentimientos de ansiedad también se originan en una variedad de contextos no sexuales. En la niñez, la ansiedad surge porque los niños dependen de los adultos para su supervivencia. Inseguros acerca de recibir el cuidado y la protección continuos, los niños desarrollan protecciones internas, o defensas, que proporcionan satisfacción y seguridad. Experimentan más ansiedad cuando esas defensas son amenazadas.

De acuerdo con Horney (1937), los adultos ansiosos adoptan una de tres estrategias de afrontamiento, o **tendencias neuróticas**, que los ayudan a manejar los problemas emocionales y a garantizar la seguridad, aunque a costa de la independencia personal:

acercarse a la gente (sumisión), atacar a la gente (agresión) y alejarse de la gente (desapego). La confianza característica de cada persona en una u otra de esas estrategias se refleja en sus patrones de conducta o *tipo de personalidad*. Un tipo sumiso es un individuo que tiene una necesidad absoluta de ceder o someterse a los otros y que sólo se siente seguro cuando recibe su protección y orientación. Según Horney, esta conducta es neurótica porque la cordialidad resultante es superficial y enmascara sentimientos de agresión y ansiedad. En contraste, el tipo agresivo enmascara sus sentimientos de sumisión y se relaciona con los demás de una manera hostil y dominante. Sin embargo, el tipo agresivo también oculta sentimientos básicos de inseguridad y ansiedad. Por último, el tipo desapegado afronta la ansiedad básica distanciándose de la gente. Esta persona parece decir: “Si me alejo, nada podrá lastimarme”.

La gente bien ajustada también experimenta ansiedad y utiliza con moderación una o más de esas estrategias de afrontamiento, pero como el ambiente de su niñez le permitió satisfacer sus necesidades emocionales básicas, puede desarrollarse sin quedar atrapada en los estilos de vida neuróticos.

TEMAS DE INTERÉS PERMANENTE

estabilidad-cambio

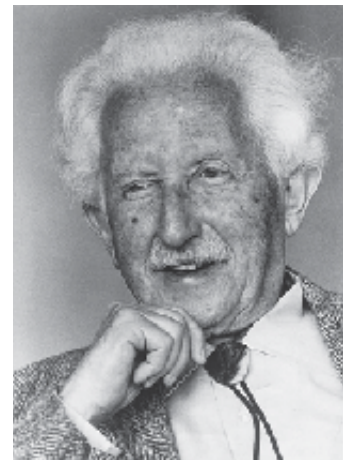
¿La biología es destino?

La convicción de Horney de que las fuerzas culturales son mucho más importantes que las fuerzas biológicas tuvo un efecto profundo en su visión del desarrollo humano. Por ejemplo, creía que los adultos pueden seguir desarrollándose y cambiando a lo largo de la vida. Puesto que la biología no significa destino, los adultos pueden llegar a entender la fuente de su ansiedad básica y tratar de eliminar la ansiedad neurótica. La creencia de Horney, compartida por otros pensadores psicodinámicos, en la posibilidad de cambio a través de la autocomprensión también se relaciona con la cuestión mente-cuerpo. Las terapias psicodinámicas, que implican ahondar en las experiencias pasadas y los motivos ocultos, se basan en la premisa de que los patrones destructivos de pensamiento y comportamiento sólo pueden cambiar mediante el esfuerzo mental.

Horney también abrió la puerta a una comprensión más constructiva y optimista de la personalidad masculina y femenina. Enfatizaba que la cultura, y no la anatomía, determina muchas de las características que distinguen a las mujeres de los hombres, y señaló que esas fuerzas culturales son susceptibles de modificarse. Por ejemplo, cuando las mujeres se sienten insatisfechas con su género o cuando los hombres son abiertamente agresivos, es probable que la explicación se encuentre en su estatus y roles sociales, no en su anatomía, y el estatus y los roles sociales pueden cambiar. De hecho, fue una precursora de los pensadores contemporáneos, en particular de los teóricos feministas, quienes creen que podemos cambiar la cultura y la sociedad y, en el proceso, transformar las relaciones humanas (Gilman, 2001).

Erik Erikson

Erik Erikson (1902-1994) estudió con Freud en Viena. Fue otro teórico psicodinámico que adoptó una visión con orientación social del desarrollo de la personalidad. Erikson coincidía con buena parte del pensamiento de Freud acerca del desarrollo sexual y la influencia de las necesidades de la libido en la personalidad. Erikson también atribuyó importancia a la calidad de las relaciones entre padre e hijo porque la familia constituye el primer contacto del niño con la sociedad. Creía que los padres pueden disciplinar a los niños de una forma que los hace sentirse amados u odiados. La clave es que los niños sientan que sus necesidades y deseos son compatibles con los de la sociedad personificada por su familia. Los niños sólo desarrollarán un sentido seguro de identidad si se sienten competentes y valorados, ante sus propios ojos y los de la sociedad. De esta



Erik Erikson, otro teórico psicodinámico, también destacó la importancia de las relaciones entre padre e hijo en la forma en que se moldea la personalidad. Su teoría de ocho etapas del desarrollo de la personalidad sigue teniendo influencia en la actualidad.



Laboriosidad frente a inferioridad. El desafío de un niño durante los años escolares es empezar a adquirir las habilidades necesarias para una vida adulta satisfactoria. El éxito durante esos años forja la confianza indispensable para enfrentar el futuro; el fracaso o el desánimo continuos dejan al niño con dudas sobre sí mismo.

forma, Erikson cambió el enfoque de la teoría de la personalidad de Freud al desarrollo del yo. Estudios recientes de los conceptos de Erikson de identidad, intimidad y generatividad han confirmado la importancia de esas ideas centrales para el desarrollo de la personalidad (Bradley, 1997; Marcia, 1994; Orlofsky, 1993).

En el capítulo anterior examinamos la forma en que algunos aspectos de la teoría de Erikson se han incorporado a la visión contemporánea del desarrollo humano. En la tabla 10-1 se presenta una breve descripción de las ocho etapas del desarrollo de la personalidad propuestas por Erikson. Las primeras cinco, de las ocho, corresponden a las etapas freudianas del desarrollo de la personalidad. De acuerdo con Erikson, el éxito en cada etapa depende de los ajustes de la persona en las etapas previas.

Visión psicodinámica de Jaylene Smith

De acuerdo con Freud, las características de personalidad como la inseguridad, introversión y sentimientos de ineptitud y minusvalía a menudo surgen de una fijación en la etapa fálica del desarrollo. Así que, si Freud hubiera sido el terapeuta de Jaylene, probablemente habría concluido que Jay no resolvió de manera adecuada su complejo de Electra. Trabajando a partir de esta premisa, habría hipotetizado que la relación de Jay con su padre fue muy distante e insatisfactoria o inusualmente cercana y gratificante. Sabemos, por supuesto, que fue lo último.

Muy probablemente, Freud también habría afirmado que alrededor de los cinco o seis años, Jay tomó conciencia de que en realidad no podría casarse con su padre ni eliminar a su madre como, según su teoría, ella deseaba. Esto podría explicar el hecho de que las peleas entre Jay y su madre disminuyeran cuando Jay tenía entre seis o siete años de edad. Más aún, sabemos que poco después, Jay comenzó a experimentar “fuertes sentimientos de soledad, depresión, inseguridad y confusión”. Es claro que sucedió algo importante en la vida de Jay cuando ella tenía seis o siete años.

Por último, la prolongada frialdad de la relación de Jay con su madre y la inusual cercanía con su padre probablemente habría confirmado la sospecha de Freud de que Jay todavía no resuelve satisfactoriamente su complejo de Electra. Freud habría pronosticado que Jay tendría dificultades para progresar a relaciones sexuales maduras con otros hombres. Por supuesto, Jay está muy consciente de que tiene problemas para relacionarse con los hombres, al menos cuando esas relaciones se vuelven “serias”.

Y ¿qué nos dice la teoría de Erikson acerca de la personalidad de Jaylene Smith? Recuerde que según Erikson, el éxito para manejar las crisis posteriores del desarrollo depende de la efectividad con que se hayan resuelto las primeras crisis. Dado que Jay está experimentando gran dificultad para manejar la intimidad (etapa 6), Erikson habría sugerido que todavía está enfrentando problemas de las etapas precedentes del desarrollo. Erikson habría buscado la fuente de esos problemas en la calidad de las primeras relaciones de Jay. Sabemos que su madre comunicaba sutilmente a sus hijos su propia frustración e insatisfacción y que dedicaba poco tiempo a las interacciones “no esenciales” con ellos. Esos sentimientos y patrones de conducta no inculcan en un niño

el tipo de confianza básica y sentido de seguridad que Erikson consideraba fundamentales para la primera etapa del desarrollo. Además, la relación de Jay con su madre y sus hermanos seguía siendo poco satisfactoria. No es entonces sorprendente que Jay tuviera algunas dificultades al enfrentar las crisis del desarrollo posteriores. Aunque desarrolló una relación cercana y cariñosa con su padre, Jay seguramente estaba consciente de que su afecto dependía en parte de que cumpliera los sueños, ambiciones y metas que él tenía para ella.

PENSAMIENTO CRÍTICO

Psicoanálisis

La teoría original de Freud se basó en estudios de caso de sus pacientes y la literatura sobre el psicoanálisis consiste principalmente en estudios de caso, es decir, descripciones de casos individuales de psicopatología, sus causas probables y tratamiento. Sin embargo, en la actualidad la ciencia psicológica depende cada vez más de evidencia experimental y explicaciones biológicas de fenómenos mentales. Revise los cinco conceptos básicos de la teoría psicodinámica descritos por Westen y piense en qué tipos de evidencia podrían convencerlo de que en realidad son correctos. ¿Qué evidencia lo llevaría a concluir que en realidad no son correctos?

Tabla 10-1 OCHO ETAPAS DE LA VIDA DE ERIKSON

Edad	Etapa psicosocial	Características
Infancia (al año de edad)	Confianza frente a desconfianza	Los bebés llegan a confiar en que sus padres satisfarán sus necesidades. Si las necesidades son satisfechas, llegan a confiar en el ambiente y en sí mismos; si no lo son, desconfían y desarrollan temor.
Niñez temprana (1-3)	Autonomía frente a desconfianza	Los niños adquieren cada vez más autonomía. Aprenden a caminar, a sostenerse de las cosas y a controlarse. Si de manera reiterada fracasan en sus intentos por dominar esas habilidades, empiezan a dudar de sí mismos. Si sus esfuerzos son menospreciados por los adultos, pueden desarrollar vergüenza y un sentido duradero de inferioridad.
Niñez (3-6)	Iniciativa frente a culpa	Los niños emprenden nuevos proyectos, hacen planes y superan nuevos desafíos. El aliento de los padres para esas iniciativas da lugar a una sensación de gozo al tomar la iniciativa y abordar nuevos desafíos. Si los niños son regañados por esas iniciativas, albergarán fuertes sentimientos de culpa, minusvalía y resentimiento.
Niñez tardía (6-12)	Laboriosidad frente a inferioridad	Los niños aprenden las habilidades necesarias para convertirse en adultos equilibrados, incluyendo el cuidado personal, el trabajo productivo y la vida social independiente. Si los niños son reprimidos en sus esfuerzos por volverse competentes y laboriosos, concluirán que son ineptos y perderán la fe en su capacidad para volverse autosuficientes.
Adolescencia (12-19)	Identidad frente a confusión de roles	El problema más importante de esta etapa es encontrar la identidad propia integrando una serie de roles (estudiante, hermano, amigo, etcétera) en un patrón coherente que da al joven un sentido de continuidad o identidad interna. La incapacidad de forjar una identidad conduce a la confusión de roles y a la desesperación.
Juventud (19-40)	Intimidad frente a aislamiento	La cuestión de la intimidad es un aspecto esencial de esta etapa. Para amar a alguien más los jóvenes adultos deben sentirse seguros de su identidad, confiar y ser autónomos. El fracaso para lograr la intimidad produce una dolorosa sensación de soledad y el sentimiento de estar incompleto.
Adulthood (40-65)	Generatividad frente a estancamiento	La gente que ha negociado con éxito sus seis etapas anteriores probablemente encuentre significado y alegría en todas las actividades importantes de la vida (la profesión, la familia, la participación en la comunidad). El reto es seguir siendo productivo y creativo en todos los aspectos de la vida. Para otros, que no logran expandir sus intereses, la vida se convierte en una rutina aburrida.
Madurez (65 +)	Integridad frente a desesperación	Esta etapa es una oportunidad para alcanzar la plenitud del yo, la aceptación de la vida propia, la sensación de que ésta es completa y satisfactoria. La gente que ha obtenido una plena madurez al resolver los conflictos anteriores posee la integridad para enfrentar la muerte con un mínimo de temor. Para otros, éste es un periodo de desesperación por la pérdida de los roles anteriores y de arrepentimiento por las oportunidades perdidas.

Fuente: Adaptado de *Childhood and Society* de Erik H. Erikson. Copyright 1950, © 1963 por W. W. Norton & Company, Inc., renovado © 1978, 1991 por Erik H. Erikson. Usado con autorización de W. W. Norton & Company, Inc. y Hogarth Press.

Evaluación de las teorías psicodinámicas

El énfasis de Freud en el hecho de que no siempre, y ni siquiera a menudo, estamos conscientes de las verdaderas causas de nuestra conducta cuestionó de manera fundamental la visión que la gente tiene de sí misma y de los demás. Las ideas de Freud tuvieron además un impacto duradero en la historia, la literatura y las artes. Sin embargo, Freud fue producto de su época y lugar. Los críticos de su teoría han señalado que aparentemente fue incapaz de imaginar una conexión entre el sentimiento de inferioridad de sus pacientes femeninas y la posición subordinada que éstas ocupaban en la sociedad. Además, cuando sus pacientes le hablaban del abuso sexual que habían sufrido por parte de sus familiares, Freud al principio aceptó la veracidad de los relatos pero luego cambió de opinión y los consideró como fantasías que apoyaban su teoría de los complejos de Edipo y de Electra.

El cambio de opinión de Freud se ha cuestionado desde dos frentes. Primero, conscientes de las altas tasas de abuso sexual de los niños, algunos críticos afirman que los relatos probablemente eran ciertos y que su cambio de actitud se debió a la desaprobación social de su hipótesis concerniente a la sexualidad infantil (Masson, 1984). Más perturbador resulta el hecho de que se cuenta con evidencia creciente de que los pacientes de Freud quizá nunca le informaron de casos de abuso sexual; parece más bien que Freud *infirió* que sufrieron abuso sexual en su niñez a partir de los síntomas que mostraban como adultos (Esterson, 1993, 1998; Schatzman, 1992).

Las opiniones provenientes de las teorías psicodinámicas también han recibido críticas porque se basan en gran medida en relatos retrospectivos de individuos que buscan tratamiento más que en la investigación con individuos que no lo buscan. Sin embargo, a menudo es difícil traducir las teorías psicodinámicas de la personalidad en hipótesis que puedan comprobarse experimentalmente (Cloninger, 1993).

No obstante, la teoría de Freud ha recibido confirmación limitada de la investigación. Tal como Freud anticipó, la gente con fijación oral parece depender mucho de los demás (Fisher y Greenberg, 1985). Además, algunas investigaciones indican que ciertas características de la gente con fijación anal tienden a aparecer juntas; por ejemplo, los individuos que son mezquinos también son más propensos a ser pulcros (Fisher y Greenberg, 1985). Además, la investigación confirma una asociación entre tipos específicos de personalidad en la niñez y el desarrollo posterior de problemas psicológicos. Por ejemplo, en un estudio longitudinal, niños que a los tres años fueron descritos como inhibidos mostraron mayor probabilidad de estar deprimidos a los 21 que los niños de un grupo control (Caspi, Moffitt, Newman y Silva, 1996). De manera similar, la investigación que se vale de estímulos diseñados para activar o “desencadenar” procesos inconscientes particulares brinda cierto apoyo a la teoría freudiana (Cloninger, 1993). La efectividad del psicoanálisis como terapia también se ha mencionado como evidencia en apoyo de las teorías de Freud. Sin embargo, dedicado a las terapias, el psicoanálisis no parece ser ni más ni menos efectivo que las terapias basadas en otras teorías (Stiles, Shapiro y Elliott, 1986).

La teoría de las etapas de la identidad de Erikson también ha estimulado una buena cantidad de investigaciones, en particular el concepto de resolución de la identidad. Se ha encontrado que la gente que maneja con éxito las crisis de las cuatro primeras etapas tenía, de hecho, mayor probabilidad de lograr una fuente estable de identidad en la quinta etapa (Waterman, Beubel y Waterman, 1970). La investigación también ha demostrado que es necesario forjar una identidad sólida para lograr intimidad. Hombres universitarios que experimentaban menor aislamiento social eran también los que tenían un sentido más claro del yo (Orlofsky, Marcia y Lesser, 1973). En un estudio de seguimiento del mismo grupo de universitarios, la identidad mantenía su relación con la intimidad (Marcia, 1976). Otro estudio encontró la misma conexión entre identidad e intimidad para ambos sexos. Hombres y mujeres creen que un sentido positivo de identidad es crucial para lograr relaciones satisfactorias (Orlofsky, 1978).

Las teorías de Freud han expandido claramente nuestra comprensión de la personalidad; de otro modo, no seguirían siendo objeto de tan vigorosos debates en la actualidad,

a más de 100 años de haber salido a la luz. Cualquiera que sea su mérito como ciencia, las teorías psicodinámicas intentan explicar las causas primordiales de toda la conducta humana. La magnitud de esta empresa ayuda a explicar la permanencia de su atractivo.

COMPRUEBE SU COMPRENSIÓN

- Relacione el concepto freudiano con la definición apropiada.

<input type="checkbox"/> inconsciente	a. energía que viene del instinto sexual
<input type="checkbox"/> superyó	b. mediador entre la realidad, el superyó y el ello
<input type="checkbox"/> ello	c. impulsos inconscientes que buscan expresión
<input type="checkbox"/> yo	d. idea y sentimientos de los que normalmente no tenemos conciencia
<input type="checkbox"/> libido	e. guardián moral del yo
- Relacione los conceptos de Jung con la definición apropiada.

<input type="checkbox"/> persona	a. imagen mental típica o representación mítica
<input type="checkbox"/> inconsciente colectivo	b. recuerdos y patrones de conducta heredados de generaciones pasadas
<input type="checkbox"/> arquetipo	c. aspecto de la personalidad por el que uno es conocido por el resto de la gente
- Relacione cada etapa de la niñez con su principal desafío, de acuerdo con la teoría de Erik Erikson.

<input type="checkbox"/> infancia	a. laboriosidad frente a inferioridad
<input type="checkbox"/> niñez temprana	b. confianza frente a desconfianza
<input type="checkbox"/> años preescolares	c. autonomía frente a vergüenza y duda
<input type="checkbox"/> años de la escuela primaria	d. iniciativa frente a culpa

Respuestas: 1. inconsciente—d; superyó—e; ello—c; yo—b; libido—f; persona—g; inconsciente colectivo—h; arquetipo—i; niñez temprana—j; años preescolares—k; años de la escuela primaria—a.

Teorías humanistas de la personalidad

¿En qué medida se esfuerza la gente para lograr el crecimiento positivo?

Los teóricos psicodinámicos por lo general creen que la personalidad surge de la solución de conflictos inconscientes y crisis del desarrollo. Sin embargo, como advertimos antes, aunque Alfred Adler empezó como un teórico psicodinámico, al final de su vida llegó a una visión muy diferente de la naturaleza humana que se centraba en el crecimiento positivo y la lucha por la perfección personal. Por esas razones, en ocasiones se dice que Adler fue el primer teórico humanista de la personalidad.

La **teoría humanista de la personalidad** enfatiza que tenemos una motivación positiva y progresamos hacia niveles superiores de funcionamiento; en otras palabras, que la existencia humana no se limita a manejar conflictos ocultos. Los psicólogos humanistas creen que la vida es un proceso de apertura al mundo que nos rodea y que nos permite experimentar la dicha de vivir. Los humanistas destacan el potencial de la gente para el crecimiento y el cambio así como las formas en que experimenta subjetivamente su vida justo ahora, en lugar de hacer demasiado hincapié en la forma en que se sintió o actuó en el pasado. Este enfoque sostiene que todos somos personalmente responsables de nuestras vidas. Por último, los humanistas también creen que dadas ciertas condiciones razonables de la vida, la gente se desarrollará en direcciones deseables (Cloninger, 1993). El concepto de Adler de lucha por la perfección sentó las bases para otros teóricos humanistas de la personalidad como Abraham Maslow y Carl Rogers.

Teoría humanista de la personalidad Cualquier teoría de la personalidad que afirma la bondad fundamental de la gente y su esfuerzo por alcanzar niveles superiores de funcionamiento.

Tendencia a la realización De acuerdo con Rogers, la pulsión de todo organismo para cumplir su potencial biológico y convertirse en lo que inherentemente es capaz de ser.

Tendencia a la autorrealización De acuerdo con Rogers, la pulsión de los seres humanos para hacer realidad su autoconcepto, o la imagen que tienen de sí mismos.

Persona con funcionamiento óptimo De acuerdo con Rogers, un individuo cuyo autoconcepto se asemeja mucho a sus capacidades o potenciales innatos.

Consideración positiva incondicional En la teoría de Rogers, el hecho de ser aceptados y amados plenamente por otra persona independientemente de nuestra conducta.

Consideración positiva condicional En la teoría de Rogers, la aceptación y el amor que dependen de que uno se comporte de ciertas maneras y satisfaga ciertas condiciones.



El trabajo de esta joven mujer de pintar casas para los pobres sugiere que busca verse como una persona bondadosa e interesada en los demás y que se esfuerza por reflejar esa imagen en sus acciones. En opinión de Rogers, ella estaría en vías de convertirse en una persona autorrealizada.

En el capítulo 8, Motivación y emoción. Analizamos la teoría de Maslow de la jerarquía de necesidades que conduce a la autorrealización. Ahora revisaremos la teoría de autorrealización de Rogers.

Carl Rogers

Uno de los más destacados teóricos humanistas, Carl Rogers (1902-1987), afirmaba que los hombres y las mujeres desarrollan su personalidad al servicio de metas positivas. De acuerdo con Rogers, todo organismo nace con ciertas capacidades, aptitudes o potencialidades innatas, es decir, “una especie de proyecto genético al que se agrega sustancia a medida que la vida progresa” (Maddi, 1989, p. 102). La meta de la vida es satisfacer este proyecto genético y convertirse en lo mejor que cada uno puede llegar a ser. Rogers llamó **tendencia a la realización** a este impulso biológico. Aunque Rogers sostenía que la tendencia a la realización caracteriza a todos los organismos (plantas, animales y humanos), advirtió que los seres humanos también forman imágenes de sí mismos o *autoconceptos*. Así como tratamos de realizar nuestro potencial biológico innato, también intentamos hacer realidad nuestro autoconcepto, nuestro sentido consciente de quiénes somos y qué deseamos hacer con nuestra vida. Rogers llamó a este esfuerzo **tendencia a la autorrealización**. Por ejemplo, si el lector piensa que es “inteligente” y “atlético”, se esforzará por estar a la altura de esas imágenes de sí mismo.

Cuando nuestro autoconcepto corresponde cercanamente a nuestras capacidades innatas es probable que nos convirtamos en lo que Rogers llamó una **persona con funcionamiento óptimo**. Dichas personas son autodirigidas: deciden por sí mismas lo que desean hacer y en qué quieren convertirse, aun cuando sus elecciones no siempre sean acertadas. No se dejan dominar por las expectativas que otra gente tiene para ellas. Las personas con funcionamiento óptimo también se abren a la experiencia (a sus propios sentimientos así como al mundo y a las otras personas a su alrededor) y, por tanto, están “cada vez más dispuestas a ser, con mayor precisión y profundidad, el yo que realmente [son]” (Rogers, 1961, pp. 175-176).

De acuerdo con Rogers, la gente tiende a funcionar de manera óptima si crece con **consideración positiva incondicional**, es decir, la experiencia de ser tratado con calidez, respeto y amor independientemente de sus propios sentimientos, actitudes y conductas. Pero a menudo los padres y otros adultos ofrecen a los niños lo que Rogers llamó **consideración positiva condicional**: sólo valoran y aceptan ciertos aspectos del niño. La aceptación, calidez y amor que el niño recibe de los demás depende entonces de que se comporte de ciertas maneras y satisfaga ciertas condiciones. La condición se expresa explícitamente como “Papá no te querrá si ...” o “Mamá no quiere a las niñas que...”. Pero también puede plantearse de manera sutil en afirmaciones como “Es una buena idea, pero ¿no preferirías...?” No resulta sorprendente que una respuesta a la consideración positiva condicional sea la tendencia a cambiar el autoconcepto para incluir aquellas cosas que uno “debería ser” y así parecerse más a la persona que se espera que uno sea para obtener el amor del cuidador. En el proceso, el autoconcepto llega a parecerse cada vez menos a la capacidad innata y la vida se desvía del proyecto genético.

De acuerdo con Rogers, al perder de vista su potencial innato, la gente se vuelve coartada, rígida y defensiva. Se siente amenazada y ansiosa, además de que experimenta considerable incomodidad y desasosiego. Como su vida es dirigida hacia lo que otras personas desean y valoran, es poco probable que experimente mucha satisfacción verdadera en la vida. En cierto punto puede percatarse de que en realidad no sabe quién es o qué desea.

Visión humanista de Jaylene Smith

La teoría humanista de la personalidad se concentraría en la discrepancia entre el autoconcepto de Jay y sus capacidades innatas. Por ejemplo, Rogers señalaría que aunque Jay es inteligente y orientada hacia el logro, siente que no “merece ser doctora en medicina”, se preocupa acerca de si alguna vez será “realmente feliz” y recuerda que cuando

tenía 13 años nunca pudo ser ella misma y expresar sus sentimientos ni siquiera con un buen amigo. Su infelicidad, temor, soledad, inseguridad y otras insatisfacciones también surgen de la incapacidad de Jay para convertirse en lo que “verdaderamente es”. Rogers sospecharía que otras personas en la vida de Jay condicionaron la aceptación y el amor a que estuviera a la altura de las expectativas que tenían para ella. Sabemos que en la mayor parte de la vida de Jay, su padre fue su principal fuente de consideración positiva. Muy posiblemente él condicionó su amor por Jay a que ésta cumpliera las metas que tenía para ella.

Evaluación de las teorías humanistas

El principio central de la mayoría de las teorías humanistas de la personalidad (esto es, que el propósito primordial de la condición humana es realizar el propio potencial) es difícil, si no es que imposible, de verificar científicamente. La resultante falta de evidencia y rigor científico es una de las principales críticas a esas teorías. Además, algunos críticos afirman que las teorías humanistas presentan una visión excesivamente optimista de los seres humanos y que no toman en consideración la maldad en la naturaleza humana. Otros afirman que la visión humanista fomenta el egocentrismo y el narcisismo, además de que refleja los valores occidentales del logro individual en lugar del potencial humano universal.

No obstante, Maslow y, en especial, Rogers intentaron someter a prueba científica algunos aspectos de sus teorías. Por ejemplo, Rogers estudió la discrepancia entre la forma en que la gente se percibe a sí misma y la forma en que idealmente desea ser. Presentó a la gente afirmaciones como “A menudo me siento resentido” y “Me siento relajado y nada me molesta en realidad”. Luego le pidió que clasificara las afirmaciones en varias pilas indicando qué tan bien describían las afirmaciones a su yo real. Después le pidió que las clasificara de nuevo, esta vez de acuerdo a qué tan bien describían a su yo *ideal*. De esta forma, Rogers descubrió que la gente cuyo yo real difería considerablemente de su yo ideal tenía mayor probabilidad de ser desdichada e insatisfecha.

COMPRUEBE SU COMPRENSIÓN

- La teoría humanista de la personalidad dice que la conducta humana es
 - a. impulsada principalmente por conflictos inconscientes
 - b. genéticamente predeterminada
 - c. motivada positivamente y dirigida hacia niveles más altos de funcionamiento
- La frase asociada con el teórico humanista Carl Rogers es
 - a. tendencia a la autorrealización
 - b. tendencias neuróticas
 - c. confianza frente a desconfianza

Respuestas: 1. c, 2. a

Teorías de los rasgos

¿Cuál es el énfasis central de las teorías de los rasgos?

Desarrollo de la teoría de los rasgos

Todas las teorías de la personalidad que hemos examinado enfatizan la importancia de las experiencias de la niñez temprana en el desarrollo de la personalidad. Otros teóricos de la personalidad adoptan un enfoque diferente. Se concentran en el presente, describiendo las maneras en que difieren entre sí las personalidades adultas ya desarrolladas. Esos *teóricos de los rasgos*, como se les conoce, afirman que las personas difieren de acuerdo al grado en que poseen ciertos **rasgos de personalidad**, como la dependencia, ansiedad, agresividad y sociabilidad.

Rasgos de la personalidad

Dimensiones o características en que la gente difiere de maneras distintivas.

Análisis factorial Técnica estadística que identifica grupos de objetos relacionados; fue usada por Cattell para identificar grupos de rasgos.

Cinco grandes Cinco rasgos o dimensiones básicas que en la actualidad se cree que son de importancia central para describir la personalidad.

Inferimos un rasgo a partir de la forma en que se comporta una persona. Si alguien organiza fiestas constantemente, recorre grandes distancias para hacer amigos y viaja en grupo, podemos concluir con seguridad que esa persona posee un alto grado de sociabilidad. Nuestro idioma, al igual que otros, tiene muchas palabras que describen los rasgos de personalidad. Por ejemplo, Gordon Allport y su colega H. S. Odbert (1936) acudieron al diccionario y encontraron cerca de 18,000 términos en inglés que podrían referirse a rasgos de personalidad.

TEMAS DE INTERÉS PERMANENTE

herencia-ambiente

¿Se hereda la personalidad?

Para Allport, los rasgos (o disposiciones, como los llamaba) están literalmente codificados en el sistema nervioso como estructuras que guían la conducta consistente a lo largo de una amplia variedad de situaciones. Allport también creía que si bien los rasgos describen conductas que son comunes a mucha gente, la personalidad de cada individuo comprende una constelación única de rasgos. Aunque en la actualidad pocos psicólogos negarían la influencia del ambiente en el moldeamiento de la personalidad, evidencias recientes confirman la importancia de los factores genéticos en el desarrollo de rasgos específicos de personalidad lo que brinda apoyo a la corazonada de Allport de que al menos algunos rasgos de personalidad están codificados biológicamente (Krueger y Markon, 2002).

Sólo alrededor de 2,800 de las palabras en la lista de Allport y Odbert atañen a los tipos de características estables o duraderas que la mayoría de los psicólogos denominaría rasgos de personalidad; al suprimir los sinónimos y casi sinónimos, el número de posibles rasgos de personalidad disminuyó a alrededor de 200, lo cual todavía es una lista formidable. El psicólogo Raymond Cattell (1965), mediante una técnica estadística llamada **análisis factorial**, encontró que esos 200 rasgos tendían a acumularse en grupos. De esta forma, una persona que es descrita como perseverante o determinada también es probable que se considere responsable, ordenada, atenta y estable, y probablemente no será descrita como frívola, descuidada o voluble. Con base en la investigación exhaustiva, Cattell concluyó originalmente que sólo 16 rasgos dan cuenta de la complejidad de la personalidad humana; más tarde sugirió que podría ser necesario agregar otros siete rasgos a la lista (Cattell y Kline, 1977).

Otros teóricos pensaban que Cattell había usado demasiados rasgos para describir la personalidad. Por ejemplo, Eysenck (1976) argumentó que la personalidad podía reducirse a sólo tres dimensiones básicas: *estabilidad emocional*, *introversión-extroversión* y *psicoticismo*. De acuerdo con Eysenck, la *estabilidad emocional* se refiere a qué tan bien controla la gente sus emociones; la *introversión-extroversión* se refiere al grado en que una persona está orientada al interior o al exterior; y el *psicoticismo* describe a personas caracterizadas por la insensibilidad y falta de cooperación en un extremo, y por calidez, ternura y la amabilidad en el otro.

Los cinco grandes

Los teóricos contemporáneos de los rasgos han reducido los rasgos de personalidad a cinco dimensiones básicas: *extroversión*, *afabilidad*, *escrupulosidad*, *estabilidad emocional* y *cultura* (vea la tabla 10-2; Botwin y Buss, 1989; Goldberg, 1993; Tupes y Christal, 1961; Wiggins, 1996). Existe en la actualidad un consenso creciente de que esas **cinco grandes** dimensiones de la personalidad, conocidas también como el *modelo de cinco factores*, capturan las dimensiones más sobresalientes de la personalidad humana (Funder, 1991; McCrae y Costa, 1996; Wiggins, 1996), aunque existe cierto desacuerdo acerca de si la quinta dimensión debería llamarse “cultura”, “apertura a la experiencia” (McCrae y Costa, 1985, 1987, 1989) o “intelecto” (Digman y Takemoto-Chock, 1981;

Peabody y Goldberg, 1989). Recientemente se ha demostrado que cada uno de los cinco grandes rasgos tiene al menos seis *facetas* o componentes, como se observa en la tabla 10-2 (Jang, Livesley, McCrae, Angleitner y Riemann, 1998). Las 30 facetas identificadas no son una lista exhaustiva de todos los aspectos de la personalidad; más bien, representan una muestra amplia de rasgos importantes (Costa y McCrae, 1992, 1995).

Una revisión de la literatura encontró que las cinco grandes dimensiones de la personalidad tienen algunas aplicaciones importantes en el mundo real, sobre todo en su relación con las decisiones de empleo (Hogan, Hogan y Roberts, 1996). Por ejemplo, un estudio (Ones, Viswesvaran y Schmidt, 1993) encontró que las dimensiones de escrupulosidad y estabilidad emocional eran factores de predicción confiables del desempeño laboral en una amplia variedad de escenarios ocupacionales. Además, la investigación ha demostrado que el ausentismo en el lugar de trabajo se relaciona con la escrupulosidad, la extroversión y las escalas de neuroticismo (Conte y Jacobs, 2003). Por ende, las cinco grandes dimensiones de la personalidad parecen prometedoras como factores de predicción confiables del desempeño en el trabajo, en especial cuando paralelamente se consideran otros criterios como las habilidades técnicas y la experiencia (Hogan *et al.*, 1996).



De acuerdo con los teóricos de los rasgos, esta mujer probablemente recibiría una elevada puntuación en los rasgos de alegría, extroversión, simpatía y sociabilidad. Los teóricos de los rasgos tratan de identificar conjuntos de características humanas que les sirvan de base para evaluar la personalidad.

¿Son universales los cinco grandes rasgos de la personalidad? La mayoría de los estudios sobre los cinco grandes se ha realizado en Estados Unidos. ¿Serían evidentes en otras culturas las mismas cinco dimensiones de la personalidad? La respuesta parece ser afirmativa. Costa y McCrae (1992) desarrollaron una prueba para medir las cinco grandes dimensiones de la personalidad que desde entonces se ha traducido a varios idiomas, incluidos el alemán, portugués, hebreo, chino, coreano y japonés. McCrae y Costa compararon luego los resultados de las diversas pruebas. Las cinco grandes dimensiones de la personalidad fueron claramente evidentes. Como señalaron los autores, “la estructura encontrada en los voluntarios estadounidenses se replicó en estudiantes japoneses de licenciatura y en solicitantes de empleo israelíes. Un modelo de personalidad con raíces en adjetivos de rasgos en inglés podía aplicarse significativamente no sólo a un idioma cercanamente relacionado como el alemán, sino también a idiomas totalmente distintos como el chino y el coreano” (p. 514). Otros investigadores han encontrado el mismo resultado utilizando técnicas bastante diferentes (deRaad y Szirmak, 1994; Salgado, Moscoso y Lado, 2003; Williams, Satterwhite y Saiz, 1998).

Tabla 10-2 LAS “CINCO GRANDES” DIMENSIONES DE LA PERSONALIDAD

Rasgos	Facetas
Extroversión	calidez, sociabilidad, asertividad, actividad, búsqueda de excitación, emociones positivas
Afabilidad	confianza, franqueza, altruismo, conformidad, modestia, inclinación a la ternura
Escrupulosidad/confiabilidad	competencia, orden, conciencia de los deberes, esfuerzo por alcanzar el logro, autodisciplina, deliberación
Estabilidad emocional	ansiedad, hostilidad, depresión, autoconciencia, impulsividad, vulnerabilidad
Cultura/intelecto/apertura	fantasía, estética, sentimientos, acciones, ideas, valores

Fuente: Adaptado de Jang, K. L., Livesley, W. J., McCrae, R. R., Angleitner, A. y Riemann, R. (1998). Heritability of facet-level traits in a cross-cultural twin sample: Support for a hierarchical model of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1556-1665. Tabla 3, p. 1560. Copyright © 1998 por la American Psychological Association. Adaptado con autorización.



Fuente: Dibujo de Chas. Addams; © 1984 The New Yorker Magazine, Inc.

De manera sorprendente, muchos de esos mismos rasgos de la personalidad, al parecer, existen en varias especies además de la humana. Gosling y John (1999) encontraron que los cinco grandes, con dos factores añadidos de dominio y actividad, podían emplearse para calificar y describir características de la personalidad en especies como los gorilas, chimpancés, monos rhesus y monos vervet, además de las hienas, los perros, gatos y cerdos.

Estos datos sugieren con claridad que existe algún tipo de base genética común para los cinco grandes rasgos de la personalidad que trasciende las culturas y las especies (vea *En el límite: Las bases genéticas de los rasgos de la personalidad*).

Visión de los rasgos de Jaylene Smith

Un psicólogo que trabaje desde la perspectiva de los rasgos inferiría ciertos rasgos a partir de la conducta de Jay. Cuando observamos que Jay eligió a una edad temprana convertirse en doctora, que tuvo un buen desempeño académico año tras año y que ocupó el primer lugar en su grupo al graduarse de la facultad de medicina, parece razonable inferir un rasgo de determinación o persistencia para explicar su conducta. De manera similar, podemos concluir razonablemente a partir de su descripción que también posee los rasgos de sinceridad, motivación e inteligencia, así como inseguridad, introversión, timidez y ansiedad. Esos cuantos rasgos explican buena parte de la conducta de Jay, y proporcionan una pequeña reseña de “cómo es Jay”.

Evaluación de las teorías de los rasgos

Los rasgos son el idioma que por lo regular empleamos para describir a otras personas (por ejemplo, como tímidas, inseguras o arrogantes). Por eso, la visión de los rasgos tiene un considerable atractivo para el sentido común. Además, aunque los psicólogos no están de acuerdo respecto al número exacto de rasgos, es más sencillo estudiar científicamente los rasgos de la personalidad que estudiar cosas como la autorrealización y los motivos inconscientes. Pero las teorías de los rasgos tienen varias desventajas (Eysenck, 1993; Kroger y Wood, 1993).

En primer lugar, son principalmente descriptivas: buscan delinear las dimensiones básicas de la personalidad, pero en general no tratan de explicar las causas (Funder, 1991). Por ejemplo, la visión de los rasgos de Jaylene Smith nos dice poco acerca de por qué es como es. Podemos afirmar, entonces, que la teoría de los cinco factores de la personalidad nos ayuda tanto como los ejes norte-sur y este-oeste lo hacen en la elaboración de mapas (Goldberg, 1993, citado en Ozer y Reise, 1994), es decir, nos ayudan a localizar la personalidad con mayor precisión. Pero al igual que un punto en un mapa, no nos brinda información acerca del tipo de terreno que hay en el lugar, ni sobre cómo se produjo.

En segundo lugar, los rasgos se identifican mediante análisis factoriales de diferen-

cias individuales en poblaciones grandes (Cervone y Shoda, 1999). Así, los rasgos representan propiedades estadísticas de las poblaciones, no de los individuos. Pero ¿puede el modelo de los cinco grandes hacer una descripción adecuada de las cualidades de un individuo? De hecho, dos estudios recientes han encontrado que el modelo de cinco factores no parece describir las propiedades psicológicas de los individuos (Borkenau y Ostendorf, 1998; Fleeson, 1998). Aunque los investigadores encontraron que los individuos reportaban disposiciones coherentes y significativas a lo largo del tiempo, esas tendencias no coincidían con los rasgos en el modelo de los cinco factores.

PENSAMIENTO CRÍTICO

Universales culturales

¿Es justo concluir que los cinco grandes son en realidad rasgos universales? Para responder a esta pregunta, piense en las siguientes cuestiones:

- ¿Qué tipos de culturas se han estudiado hasta ahora? ¿Qué tienen en común todas esas culturas? ¿Qué tipos de culturas no se han estudiado?
- ¿Cómo podrían determinar los investigadores si los cinco grandes rasgos son en efecto los más importantes en las culturas que han estudiado? ¿Podrían no haberse medido otros rasgos igualmente importantes? ¿Exploraron los investigadores qué rasgos de la personalidad son importantes en diversas culturas o simplemente confirmaron que la gente de diversas culturas reconoce los cinco grandes rasgos?
- ¿Qué tenemos que saber para decir que algo es universal?

EN EL LÍMITE

LAS BASES GENÉTICAS DE LOS RASGOS DE LA PERSONALIDAD

Evidencia reciente demuestra que no sólo los cinco grandes, sino también muchas de sus facetas individuales tienen una fuerte influencia de la herencia (Livesley, Jang y Vernon, 2003). Aunque algunos teóricos iniciales (Eysenck, 1947) sugirieron que bajo los rasgos básicos de personalidad yacen mecanismos fisiológicos, sólo recientemente la evidencia sólida proveniente de estudios de gemelos comenzó a dar apoyo a esta idea (Eaves, Heath, Neale, Hewitt y Martin, 1993; Heath, Cloninger y Martin, 1994; Jang, Livesley, McCrae, Angleitner y Riemann, 1998; Plomin, 1994).

Los estudios de genética conductual se basan mucho en los estudios de gemelos para distinguir la contribución relativa de la herencia y el ambiente. Por ejemplo, Jang y sus colegas (1998, 2002) analizaron puntuaciones obtenidas a nivel de facetas por casi 1,000 conjuntos de gemelos de Alemania y Canadá. Sus resultados indicaron que los efectos genéticos explicaban una parte sustancial de las diferencias entre las puntuaciones de la gente en 26 de las 30 escalas de facetas. Además, las influencias genéticas y ambientales fueron similares para las muestras canadiense y alemana. En otras palabras, los genes parecen afectar la personalidad y al parecer lo hacen en la misma medida al menos en dos culturas diferentes.

Otros investigadores han obtenido resultados similares. En un estudio de gemelos, los investigadores encontraron que las cinco grandes dimensiones son sustancialmente *heredables* y en igual grado (Loehlin, McCrae, Costa y John, 1998). Otro grupo encontró las siguientes estimaciones de heredabilidad para los cinco grandes rasgos: neuroticismo, 41 por ciento; extroversión, 53 por ciento; apertura, 61 por ciento; afabilidad, 41 por ciento; y escrupulosidad, 44 por ciento (Jang, Livesley y Vernon, 1996).

Los investigadores también han confirmado que los factores genéticos juegan un papel importante en el moldeamiento de rasgos de personalidad anormales y disfuncionales. En un estudio que comparó a 128 pares de gemelos idénticos y fra-

ternos en rasgos de personalidad normales y anormales, se encontró que la influencia de los factores genéticos era ligeramente mayor que la influencia del ambiente. Además, el patrón de influencia genética y ambiental era similar para los rasgos anormales y normales de la personalidad (Markon, Krueger, Bouchard y Gottesman, 2002). Otros estudios han confirmado que los factores genéticos también contribuyen a los rasgos de la personalidad que predisponen a los individuos al abuso del alcohol (Mustanski, Viken, Kaprio y Rose, 2003), los trastornos alimentarios (Klump, McGue e Iacono, 2002), la depresión, la dependencia de la marihuana y el trastorno de personalidad antisocial (Fu *et al.*, 2002).

¿Cuáles son las implicaciones de esos hallazgos? Son varias, aunque es importante tener en mente que decir que un rasgo particular como la extroversión tiene un componente genético *no* significa que los investigadores hayan encontrado un *gen* para la extroversión. Tampoco es probable que lo hagan, ya que los genes representan un código para proteínas específicas, no para rasgos complejos de personalidad. Sin embargo, sí significa que los cinco grandes rasgos y sus facetas pueden estar predeterminados en la especie humana en lugar de ser artefactos culturales. También es más probable que signifique que los rasgos complejos como la extroversión reciben la influencia de muchos genes diferentes, no de uno solo. Eso podría explicar por qué los rasgos individuales se distribuyen normalmente a lo largo de la población, al igual que los rasgos físicos como el color de los ojos o el tipo de cabello, en lugar de formar tipos distintos. Muchos genes (quizá miles de ellos) seguramente trabajan en combinación para dar cuenta de dichos rasgos complejos. Aunque está lejos de conocerse el papel preciso que juegan los genes en la personalidad, la mayoría de los psicólogos estarían de acuerdo en que los factores biológicos hacen una contribución significativa al desarrollo de la mayor parte de los rasgos de la personalidad (Livesley *et al.*, 2003).

Además, algunos críticos argumentan que los peligros de reducir la diversidad y complejidad de la naturaleza humana a unos cuantos rasgos son mayores que la utilidad que ofrecen estos últimos en términos de descripción y clasificación (Mischel y Shoda, 1995). Los psicólogos también están en desacuerdo acerca del número suficiente de rasgos para capturar la complejidad de la personalidad humana (Almagor, Tellegen y Waller, 1995; Eysenck, 1992; Lubinski, 2000; Mershon y Gorsuch, 1988).



TEMAS DE INTERÉS PERMANENTE **estabilidad-cambio**

¿Cuán estable es la personalidad a lo largo del tiempo?

Algunos psicólogos cuestionan si los rasgos describen y predicen muy bien la conducta a lo largo del tiempo. ¿La gente que es “agradable” a los 20 años seguirá siéndolo a los 60? Como vimos en el capítulo 9, Desarrollo del ciclo vital, numerosas investigaciones han demostrado que el temperamento se mantiene bastante estable a lo largo

del tiempo. De manera similar, las cinco grandes dimensiones de la personalidad muestran considerable estabilidad durante la niñez temprana y parecen estar “esencialmente fijadas para los 30 años” (McCrae y Costa, 1994, p. 173). Aunque los adultos pueden variar en cierta medida su conducta para ajustarla a las situaciones en las que se encuentran, en general parece que en lo que respecta a los rasgos de la personalidad “no se pueden enseñar trucos nuevos a un perro viejo”.

COMPRUEBE SU COMPRENSIÓN

- Los teóricos de los rasgos se concentran en
 - la biología
 - la criminalidad
 - la personalidad
- Eysenck argumentaba que la personalidad podía reducirse a tres dimensiones básicas: estabilidad emocional, introversión-extroversión y
 - sinceridad
 - afabilidad
 - psicoticismo
- Los cinco grandes se refieren a
 - el número de rasgos universales de la personalidad
 - el número de conductas biológicamente determinadas
 - el análisis factorial de 200 rasgos

Respuestas: 1. c, 2. c, 3. a

Teorías del aprendizaje cognoscitivo-social

¿Cómo se combinan los factores personales y situacionales para dar forma a la conducta?

En contraste con las teorías de los rasgos de la personalidad, las **teorías del aprendizaje cognoscitivo-social** sostienen que la gente organiza internamente sus expectativas y valores para guiar su conducta. Este conjunto de estándares personales es único para cada uno de nosotros, y surge de la historia de nuestra vida. Nuestra conducta es el producto de la interacción de cogniciones (cómo pensamos acerca de una situación y cómo vemos nuestra conducta en esa situación), el aprendizaje y las experiencias previas (que incluyen el reforzamiento, castigo y modelamiento) y el ambiente inmediato.

Expectativas, autoeficacia y locus de control

Albert Bandura (1977, 1986, 1997) afirma que la gente evalúa una situación de acuerdo con ciertas **expectativas** internas, como las preferencias personales, y que esta evaluación influye en su conducta. La retroalimentación ambiental que sigue a la conducta actual influye, a su vez, en las expectativas futuras. De esta forma, las expectativas guían la conducta en una situación determinada, y los resultados de la conducta en esa situación moldean las expectativas en situaciones futuras. A su vez, las expectativas llevan a la gente a conducirse de acuerdo con **estándares de desempeño** únicos, que son medidas de excelencia determinadas individualmente mediante las cuales juzga su conducta. Quienes tienen éxito en la satisfacción de sus propios estándares de desempeño

Teorías del aprendizaje cognoscitivo-social Teorías de la personalidad que conciben a la conducta como el producto de la interacción de cogniciones, aprendizaje y experiencias previas y el ambiente inmediato.

Expectativas En opinión de Bandura, lo que una persona anticipa en una situación o como resultado de comportarse de ciertas maneras.

Estándares de desempeño En la teoría de Bandura, criterios que la gente desarrolla para calificar si su conducta es adecuada en diversas situaciones.

interno desarrollan una actitud que Bandura llama **autoeficacia** (Bandura y Locke, 2003). Por ejemplo, dos jóvenes mujeres que prueban por primera vez un juego de video pueden experimentar la situación de manera muy diferente, incluso si sus puntuaciones son igualmente bajas. Una con un alto sentido de autoeficacia encontrará que la experiencia es divertida y estará dispuesta a obtener las habilidades necesarias para avanzar al siguiente nivel del juego, mientras que la otra con un bajo sentido de autoeficacia se siente descorazonada por la baja puntuación, asumirá que nunca será buena con los videojuegos y no volverá a jugar nunca. De manera similar, una persona con alta autoeficacia que interpreta los problemas de matemáticas como oportunidades para triunfar se aproximará a la parte matemática de las pruebas académicas con una expectativa diferente a alguien que ve los problemas de matemáticas como oportunidades para fracasar.

Observe que en nuestro ejemplo las dos jóvenes se acercaron a la experiencia con expectativas diferentes. Para Julian Rotter (1954), el **locus de control** es una expectativa frecuente, o estrategia cognoscitiva, mediante la cual la gente evalúa las situaciones. La gente con un *locus interno* de control está convencida de que puede controlar su propio destino. Cree que mediante el trabajo duro, la destreza y la capacitación obtendrá reforzamiento y evitará el castigo. Las personas con un *locus externo* de control no se creen capaces de controlar su destino. En lugar de ello, están convencidas de que el azar, la suerte y la conducta de los demás determina su destino y que están imposibilitadas para cambiar el curso de su vida.

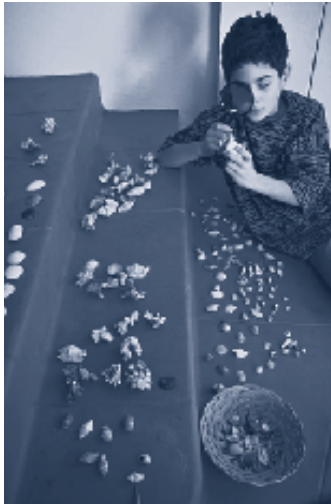
Bandura y Rotter, dos de los más destacados teóricos del aprendizaje cognoscitivo-social, han tratado de combinar variables personales (como las expectativas) con variables situacionales en un esfuerzo por entender las complejidades de la conducta humana. Ambos teóricos creen que las expectativas se vuelven parte del *estilo explicativo* de una persona, que a su vez influye considerablemente en la conducta. Por ejemplo, el estilo explicativo distingue a los optimistas de los pesimistas. Es lo que causa que dos novatos que obtienen la misma puntuación en un juego de video respondan de manera tan diferente.

Las expectativas generales o estilos explicativos como el optimismo o pesimismo tienen un efecto significativo sobre la conducta. Algunas investigaciones demuestran que ya a una edad tan temprana como los ocho años los niños han desarrollado un estilo explicativo habitual. En un estudio, se pidió a alumnos de tercer grado que leyeran descripciones de 12 eventos buenos y 12 malos, y que luego explicaran las razones por las que sucedieron tales eventos. Sus puntuaciones reflejaban su grado de pesimismo u optimismo. Los pesimistas tendían a creer que los eventos negativos se debían a características personales que no podían cambiar; los optimistas consideraban que los eventos negativos eran incidentes desafortunados que podían remediar. Se encontró que los niños con un estilo pesimista eran más proclives a la depresión y a tener un peor desempeño en las pruebas de aprovechamiento (Nolen-Hoeksema, Girgus y Seligman, 1986).

En un estudio, ahora famoso, los investigadores hicieron un seguimiento de 99 estudiantes graduados de Harvard de 1939 a 1944. Los hombres fueron entrevistados acerca de sus experiencias y se sometieron a revisiones físicas cada cinco años. Cuando los investigadores analizaron las entrevistas de los hombres en busca de signos de pesimismo u optimismo, encontraron que el estilo explicativo demostrado en esas entrevistas anticipaba el estado de salud de un individuo décadas más tarde. Los hombres que eran optimistas a los 25 años tendían a ser más saludables a los 65 años, mientras que la salud de los pesimistas se empezó a deteriorar aproximadamente a los 45 años (Peterson, Vaillant y Seligman, 1988). Aunque no están claras las razones de esos hallazgos, una investigación separada que empleó una lista de cotejo acerca de los hábitos de salud encontró que los pesimistas de este estudio tenían menos cuidado con su salud que los optimistas. Tendían a fumar y beber más y reportaban dos veces más resfriados y visitas a los médicos.

Autoeficacia De acuerdo con Bandura, la expectativa de que los esfuerzos que uno hace tendrán éxito.

Locus de control De acuerdo con Rotter, una expectativa acerca de si el reforzamiento está bajo control interno o externo.



La conducta de un individuo a menudo parece bastante consistente a través del tiempo y las situaciones. No nos sorprendemos cuando el niño que pasaba horas estudiando su colección de conchas se convierte en un médico que estudia con esmero conjuntos de radiografías. Pero, ¿qué tan consistente es en realidad la conducta? Algunos psicólogos creen que las consistencias que percibimos son el resultado tanto de nuestra propia atención selectiva como de la realidad.

TEMAS DE INTERÉS PERMANENTE

persona-situación

¿Cómo interactúa la personalidad con el ambiente?

Hemos visto que los teóricos de los rasgos tienden a creer que la conducta es relativamente consistente a través de situaciones. La gente “agradable” tiende a ser así en la mayoría de las situaciones todo el tiempo. En contraste, los teóricos del aprendizaje cognoscitivo-social consideran a la personalidad como los procesos cognoscitivos relativamente estables que subyacen en la conducta, la cual es un producto de la persona y la situación. En cualquier momento, nuestras acciones son influidas por la gente que nos rodea y por la forma en que pensamos que debemos comportarnos en una situación determinada. De acuerdo con esta última visión, aunque la personalidad subyacente es relativamente estable, es probable que la conducta sea más inconsistente que consistente de una situación a otra.

Si la conducta es relativamente inconsistente en diversas situaciones, ¿por qué *parece* ser más consistente de lo que en realidad es? Una explicación es que puesto que vemos a una persona sólo en aquellas situaciones que tienden a provocar la misma conducta, tendemos a asumir que la conducta es consistente a través de una amplia gama de situaciones. Más aún, existe considerable evidencia de que la gente necesita encontrar consistencia y estabilidad incluso ante situaciones inconsistentes e impredecibles. Por consiguiente, vemos consistencia en la conducta de los demás aun cuando no existe (Hayden y Mischel, 1976; Mischel, 2003; Mischel y Shoda, 1998).

Visión del aprendizaje cognoscitivo-social de Jaylene Smith

Jaylene aprendió a ser tímida e introvertida porque fue recompensada por pasar mucho tiempo estudiando a solas. Su padre probablemente alentó su dedicación a los estudios y seguramente obtuvo el respeto de sus maestros. Más aún, las largas horas de estudio la ayudaron a evitar los sentimientos incómodos que experimentaba cuando estaba rodeada de otra gente por largos periodos.

El reforzamiento puede haber moldeado también otras facetas de la personalidad de Jay. Sin duda, su padre y sus maestros reforzaron su autodisciplina y su necesidad de tener éxito académico. Incluso su agresión hacia los hombres pudo haber sido aprendida en la niñez como un mecanismo exitoso de afrontamiento. Si su hostilidad ponía fin a las burlas de los hermanos y también era reforzada con el afecto del padre, ella aprendió a reaccionar con agresión ante las amenazas que percibía por parte de los hombres en general.

Además, al menos algunos aspectos de la personalidad de Jaylene se formaron al observar a sus padres y hermanos, y al aprender lecciones sutiles de esas interacciones familiares. Por ejemplo, su conducta agresiva con los novios quizá surgió de la observación de las peleas entre los padres. Cuando pequeña, observó que algunas personas manejan el conflicto por medio de arrebatos. Más aún, como podría predecir el concepto de autoeficacia de Bandura, Jay seguramente advirtió que su padre disfrutaba tanto de su vida familiar como de su carrera de investigador médico, mientras que los dos trabajos de la madre como ama de casa y gerente de una tienda la dejaban frustrada y agotada. Es probable que este contraste haya contribuido al interés de Jay en la medicina y a sus sentimientos ambivalentes hacia el establecimiento de una relación cercana que podría conducir al matrimonio.

Evaluación de las teorías del aprendizaje cognoscitivo-social

Las teorías del aprendizaje cognoscitivo-social de la personalidad parecen tener un gran potencial. Vuelven a colocar los procesos mentales en el centro de la personalidad y se concentran en la conducta consciente y la experiencia. Podemos definir y estudiar

científicamente los conceptos clave de esas teorías, como la autoeficacia y el locus de control, lo que no sucede con los conceptos centrales de las teorías psicodinámicas y humanistas. Además, las teorías del aprendizaje cognoscitivo-social ayudan a explicar por qué la gente se comporta de manera inconsistente, un área en la que fallan los enfoques de los rasgos. Las teorías del aprendizaje cognoscitivo-social de la personalidad también han generado terapias útiles que ayudan a la gente a reconocer y modificar un sentido de autoeficacia o estilos explicativos negativos. En particular, esas terapias han ayudado a la gente a superar la depresión. Por otra parte, los teóricos de la administración han adoptado la teoría del aprendizaje cognoscitivo-social por sus implicaciones prácticas para el desempeño laboral. Muchos estudios, conducidos durante más de 20 años, han demostrado una correlación positiva entre la autoeficacia y el desempeño en escenarios laborales, escolares y clínicos.

Sin embargo, es demasiado prematuro decir qué tan bien explican las teorías del aprendizaje cognoscitivo social la complejidad de la personalidad humana. Algunos críticos señalan que el beneficio de una mirada retrospectiva nos permite explicar cualquier conducta como el producto de ciertas cogniciones, pero que eso no significa que dichas cogniciones sean las *causas* (o al menos las únicas causas) de la conducta.

Así como existe gran diversidad en la forma en que los psicólogos conciben a la personalidad, también discrepan en el momento de establecer cuál es la mejor manera de medirla o evaluarla; éste es el tema que revisaremos a continuación.

COMPRUEBE SU COMPRENSIÓN

1. Relacione los siguientes términos con la definición apropiada.

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> locus interno de control | a. distingue a los optimistas de los pesimistas |
| <input type="checkbox"/> locus externo de control | b. grado en que creemos que podemos cumplir nuestras metas |
| <input type="checkbox"/> estilo explicativo | c. creencia de que la suerte controla el destino |
| <input type="checkbox"/> autoeficacia | d. creencia de que la gente controla su propio destino |

2. Albert Bandura cree que la gente evalúa una situación de acuerdo con

- a. expectativas internas
- b. retroalimentación ambiental
- c. expectativas futuras

3. Las expectativas y el locus de control han demostrado ser útiles para predecir

- a. la salud
- b. la depresión
- c. a y b

Respuestas: 1. locus interno de control—d; locus externo de control—b; 2. a; 3. c

Evaluación de la personalidad

¿Cómo evalúan los psicólogos la personalidad?

En ciertos sentidos, evaluar la personalidad es como evaluar la inteligencia, pues tratamos de medir algo intangible e invisible (vea el capítulo 7, Inteligencia y capacidades mentales). Y, en ambos casos, una “buena prueba” es aquella que resulte *confiable* y *válida*; es decir, aquella que proporcione resultados confiables y consistentes, al tiempo que mida lo que pretende medir. Además, factores como la fatiga, el deseo de impresionar al examinador y el temor de someterse a evaluación afectan el desempeño de la persona en la prueba. Pero existen algunas dificultades especiales en la medición de la personalidad. Como se sabe, la personalidad refleja la conducta *característica*. Al evaluar entonces la personalidad no estamos interesados en la *mejor* conducta de alguien.

tablasinóptica TEORÍAS DE LA PERSONALIDAD

Teoría	Raíces de la personalidad	Métodos de evaluación
Psicodinámica	Pensamientos, sentimientos, motivos y conflictos inconscientes; problemas reprimidos de la niñez temprana.	Pruebas proyectivas, entrevistas personales.
Humanista	Una pulsión hacia el crecimiento personal y niveles superiores de funcionamiento.	Pruebas objetivas y entrevistas personales.
Rasgos	Disposiciones relativamente permanentes dentro del individuo que causan que la persona piense, sienta y actúe de maneras características.	Pruebas objetivas.
Aprendizaje social	Determinada por el reforzamiento y el castigo previos, así como por la observación de lo que le sucede a otra gente.	Entrevistas, pruebas objetivas, observaciones.

Nos interesa su conducta *típica*, la forma en que una persona suele comportarse en la mayoría de las situaciones. Y, en muchos casos, debemos confiar en el autorreporte, el cual, como veremos, entraña ciertos problemas.

En la intrincada tarea de medir la personalidad, los psicólogos usan cuatro herramientas básicas: la entrevista personal, la observación directa de la conducta, las pruebas objetivas y las pruebas proyectivas. En la tabla sinóptica se mencionan las herramientas más estrechamente relacionadas con cada una de las principales teorías de la personalidad.

La entrevista personal

Una entrevista es una conversación con un propósito: obtener información de la persona entrevistada. Algunas entrevistas son *no estructuradas*, es decir, el entrevistador plantea preguntas al entrevistado acerca de cualquier material que surja y, siempre que sea apropiado, hace preguntas de seguimiento. Pero cuando realizan investigación sistemática acerca de la personalidad, los investigadores recurren con más frecuencia a la entrevista *estructurada*. En este tipo de entrevista, el orden y el contenido de las preguntas son fijos y el entrevistador se adhiere al formato establecido. Aunque es menos personal, la entrevista estructurada permite obtener información comparable de todos los entrevistados. También es más eficaz para obtener información acerca de temas delicados que difícilmente surgen de manera espontánea en una entrevista no estructurada.

Observación directa

Otra forma de averiguar cómo suele comportarse una persona consiste en *observar* sus acciones en situaciones cotidianas a lo largo de un periodo prolongado. Los conductistas y los teóricos del aprendizaje social prefieren este método de evaluación de la personalidad porque les permite ver la forma en que las situaciones influyen en la conducta y advertir la gama de conductas que la persona es capaz de exhibir. La observación funciona mejor con niños pequeños porque la mayoría de la gente se muestra consciente de sí misma cuando sospecha que la están observando. Pero esta técnica se utiliza con éxito con personas de casi cualquier edad en muchos escenarios: la cafetería de la compañía, una línea de ensamblaje, o cualquier lugar en que la gente trabaje o socialice.

De manera ideal, los relatos no sesgados de los observadores presentan una imagen exacta de la conducta, pero un observador corre el riesgo de malinterpretar el verdadero significado de un acto. Por ejemplo, tal vez el observador piense que la conducta de los niños es hostil cuando ellos sólo se están protegiendo del bravucón del grupo. La observación directa es un método de investigación costoso y tardado, que puede conducir a resultados fallidos si, como mencionamos antes, la presencia del observador afecta la conducta de la gente.

Pruebas objetivas

Para no depender de las habilidades de un entrevistador o de las habilidades interpretativas de un observador en la evaluación de la personalidad, los psicólogos diseñaron las **pruebas objetivas** o inventarios de personalidad. Por lo general, se trata de pruebas escritas que se aplican y se califican de acuerdo con un procedimiento estándar. Las pruebas por lo regular se elaboran de forma que la persona simplemente elija un “sí” o “no” como respuesta o seleccione una respuesta entre muchas opciones. Las pruebas objetivas son las herramientas de mayor uso para la evaluación de la personalidad, pero presentan dos serios inconvenientes. Primero, confían por completo en los autorreportes. Si la gente no se conoce bien, o no es del todo objetiva acerca de su persona, o desea dar una imagen particular de sí misma, la utilidad del cuestionario de autorreporte resulta limitada (Funder, 1991). De hecho, algunas investigaciones indican que los pares que conocen bien al individuo a menudo lo describen mejor que él mismo (Funder, 1995). Segundo, si la gente ha respondido a otros cuestionarios de personalidad, su familiaridad con el formato de la prueba afectará sus respuestas al cuestionario actual. Éste es un problema particular en las universidades, donde es probable que los estudiantes participen en muchas investigaciones que utilizan inventarios de personalidad (Council, 1993). (Vea *Aplicación de la psicología: Evaluación de su personalidad*.)

En virtud de su interés en la medición precisa de los rasgos de la personalidad, los teóricos de los rasgos favorecen las pruebas objetivas. Por ejemplo, Cattell desarrolló una prueba de personalidad de 374 preguntas llamada el **Cuestionario de Dieciséis Factores de la Personalidad**. No resulta sorprendente que el 16FP (como suele llamársele) proporcione puntuaciones en cada uno de los 16 rasgos identificados originalmente por Cattell. El 16FP ha demostrado ser útil en estudios realizados para entender el papel que los factores de la personalidad desempeñan en el cáncer (Nair, Deb y Mandal, 1993), la cardiopatía (Pruneti, L'Abbate y Steptoe, 1993), el alcoholismo (Rodríguez, 1994) y el estrés relacionado con la guerra (Poikolainen, 1993).

Más recientemente, se han desarrollado pruebas objetivas, como el **NEO-PI-R**, para evaluar los cinco grandes rasgos de la personalidad descritos antes en este capítulo (Costa y McCrae, 1992, 1995). El NEO-PI-R arroja puntuaciones para cada faceta y para cada uno de los cinco grandes rasgos. Consta de 240 preguntas, cada una de las cuales se responde en una escala de cinco puntos. Para cada pregunta la persona indica en qué grado discrepa de la afirmación hecha. El uso principal de la prueba es para evaluar la personalidad de un adulto normal, aunque estudios recientes sugieren que también resulta útil en algunos escenarios clínicos (Sanderson y Clarkin, 2002).

La prueba objetiva de personalidad de mayor uso y más investigada es el **Inventario Multifásico de Personalidad de Minnesota (MMPI-2)** (Dorfman y Leonard, 2001). El MMPI originalmente se desarrolló como ayuda en el diagnóstico de trastornos psiquiátricos (Hathaway y McKinley, 1942). Para ajustarse a los cambios sociales en el curso de los últimos 50 años, el MMPI fue revisado y actualizado en la década de 1980. A la persona que presenta la prueba se le pide que responda “verdadero”, “falso” o “no lo sé” a preguntas como “A veces pospongo para mañana lo que podría hacer hoy”, “Algunas veces me dan ganas de maldecir” y “Hay personas que tratan de robar mis pensamientos y mis ideas”. Hay dos versiones de la prueba: la forma completa para adultos del MMPI-2 contiene 704 reactivos y la forma para adolescentes consta de 654 reactivos. Ambas incluyen 550 reactivos del MMPI original para asegurar que la información clínica de la nueva prueba no difiera demasiado de la original. La tabla 10-3 describe las 10 escalas clínicas que evalúa el MMPI-2.

Algunos de los reactivos del MMPI-2 repiten ideas muy similares con palabras distintas. Por ejemplo, “Me canso con facilidad” y “Gran parte del tiempo me siento débil”. Esta redundancia permite verificar la posibilidad de respuestas falsas o inconsistentes. La prueba también incluye varias escalas que supervisan la validez de las respuestas. Por ejemplo, si una persona responde “no lo sé” a demasiados reactivos, la prueba se considera inválida. Otro ejemplo es la escala L (del inglés *lie*, mentira), que usa 15 reactivos distribuidos a lo largo de la prueba como “No siempre digo la verdad” y “A veces chismeo un

Pruebas objetivas Pruebas de personalidad que se aplican y califican de manera estándar.

Cuestionario de Dieciséis Factores de la Personalidad

Prueba objetiva de personalidad creada por Cattell que proporciona puntuaciones en los 16 rasgos que él identificó.

NEO-PI-R Prueba objetiva de personalidad diseñada para evaluar los cinco grandes rasgos de la personalidad.

Inventario Multifásico de Personalidad de Minnesota (MMPI-2)

La prueba objetiva de personalidad de mayor uso; originalmente se diseñó para el diagnóstico psiquiátrico.

APLICACIÓN DE LA PSICOLOGÍA

EVALUACIÓN DE SU PERSONALIDAD

Las siguientes escalas le proporcionan una forma de evaluar su propia personalidad de acuerdo con los cinco grandes rasgos de la personalidad, el grado en que otros coinciden con su evaluación, el grado en que su conducta es consistente a través de una amplia gama de situaciones y el grado en que su personalidad ha sido estable a lo largo del tiempo. Los adjetivos corresponden a las seis facetas para cada uno de los cinco grandes rasgos (vea la tabla 10-2).

Para cada uno de los adjetivos, indique el grado en que piensa que se aplica a usted. Escriba sus respuestas en una hoja separada, luego pida a otros que hagan lo mismo y compare sus respuestas con las suyas. Es probable que la información más útil provenga de amigos, familiares cercanos y otras personas que lo conozcan bien. También se recomienda tratar de obtener calificaciones de personas que lo ven en situaciones diferentes: quizá algunas personas que sólo lo ven en clases, algunas que sólo lo ven en situaciones sociales informales y otras que lo han conocido durante mucho tiempo en una amplia variedad de situaciones. Eso le dará oportunidad de apreciar la medida en que situaciones diferentes lo hacen comportarse de maneras distintas, lo que a su vez podría llevar a otros, que sólo lo ven en esas situaciones, a concluir que su personalidad es diferente de lo que quizá es en realidad.

También es recomendable llenar la forma, o hacer que otros la llenen, de acuerdo a cómo era usted en el pasado y comparar eso con la forma en que es en el presente. Sería interesante especular sobre las razones para cualquier cambio importante ocurrido a lo largo del tiempo.

Use la siguiente escala para calificarse en cada adjetivo:

1. Casi nunca es cierto en mi caso
2. Rara vez es cierto en mi caso
3. En ocasiones es cierto en mi caso
4. A menudo es cierto en mi caso
5. Casi siempre es cierto en mi caso

Extroversión

Extrovertido	1	2	3	4	5
Sociable	1	2	3	4	5
Vigoroso	1	2	3	4	5
Enérgico	1	2	3	4	5
Atrevido	1	2	3	4	5
Entusiasta	1	2	3	4	5

Afabilidad

Comprensivo	1	2	3	4	5
No exigente	1	2	3	4	5
Cálido	1	2	3	4	5
No testarudo	1	2	3	4	5
Modesto	1	2	3	4	5
Compasivo	1	2	3	4	5

Escrupuloso

Eficiente	1	2	3	4	5
Organizado	1	2	3	4	5
Responsable	1	2	3	4	5
Meticuloso	1	2	3	4	5
Autodisciplinado	1	2	3	4	5
Reflexivo	1	2	3	4	5

Estabilidad emocional

Tenso	1	2	3	4	5
Irritable	1	2	3	4	5
Deprimido	1	2	3	4	5
Consciente de sí mismo	1	2	3	4	5
Voluble	1	2	3	4	5
Con poca confianza en sí mismo	1	2	3	4	5

Apertura

Curioso	1	2	3	4	5
Imaginativo	1	2	3	4	5
Artístico	1	2	3	4	5
Amplios intereses	1	2	3	4	5
Excitable	1	2	3	4	5
Poco convencional	1	2	3	4	5

poco”. La mayoría de nosotros tendría que admitir que nuestras respuestas a esas dos preguntas deberían ser “verdadero”. Las personas que responden “falso” a estos reactivos y a otros similares probablemente están distorsionando la verdad, consciente o inconscientemente, para presentarse bajo una luz más favorable. La habilidad del MMPI para detectar la veracidad de las respuestas de un individuo lo hace particularmente útil en escenarios legales en que los examinados pueden beneficiarse al presentarse como dementes o víctimas de un trastorno mental (Lees-Haley, Iverson, Lange, Fox y Allen, 2002).

Al analizar las respuestas de la gente al MMPI, los investigadores han extraído de esta prueba una serie de escalas de la personalidad como masculinidad-feminidad,

Tabla 10-3 LAS 10 ESCALAS CLÍNICAS DEL MMPI-2

Escala clínica	Símbolo	Descripción
Hipocondría	Hs	Preocupación excesiva por la salud física y la función corporal, quejas somáticas, debilidad crónica.
Depresión	D	Infelicidad, falta de energía, pesimismo, falta de confianza en sí mismo, desesperanza, sentimiento de inutilidad.
Histeria	Hy	Reacciona al estrés con síntomas físicos como ceguera, parálisis, carece de insights acerca de los motivos y los sentimientos.
Desviación psicopática	Dp	Indiferencia ante las reglas, leyes, ética y conducta moral; impulsividad, rebeldía hacia las figuras de autoridad, capaz de mentir, robar y engañar.
Masculinidad-Feminidad	Mf	Adherencia a rasgos de género no tradicionales o rechazo de los roles de género típicos.
Paranoia	Pa	Susplicacia, sobre todo en el área de las relaciones interpersonales; cauteloso, moralista y rígido, excesivamente sensible a las críticas.
Psicastenia	Pt	Obsesivos y compulsivos, temores no razonables, ansiosos, tensos y muy nerviosos.
Esquizofrenia	Es	Distanciamiento de la realidad, acompañado a menudo por alucinaciones, delirios y procesos extraños de pensamiento; a menudo se muestran confusos y desorganizados.
Hipomanía	Ma	Estado de ánimo elevado, habla acelerada, fuga de ideas, actividad excesiva, dinámicos y locuaces.
Introversión social	Is	Vergonzosos, inseguros e incómodos en situaciones sociales; tímidos, reservados, descritos a menudo por los demás como fríos y distantes.

depresión e hipocondría. Esos elementos hacen al MMPI una herramienta útil para diferenciar entre poblaciones psiquiátricas (Anastasi y Urbina, 1997) y, en menor medida, para diferenciar entre dimensiones de personalidad más normales, como extroversión-introversión y asertividad.

Pruebas proyectivas Pruebas de personalidad, como la prueba de manchas de tinta de Rorschach, que consta de material ambiguo o no estructurado.

Pruebas proyectivas

Los teóricos psicodinámicos, quienes creen que la gente a menudo no tiene conciencia de los determinantes de su conducta, tienen muy poca confianza en las pruebas objetivas de personalidad que se basan en autorreportes. En lugar de ello prefieren usar **pruebas proyectivas** de personalidad. La mayoría de las pruebas proyectivas constan de estímulos ambiguos simples que pueden provocar un número ilimitado de respuestas. A la gente se le muestra un material esencialmente sin significado o alguna imagen vaga y se le pide que explique lo que significa el material para ella. O bien, a los examinados se les da el fragmento de una oración como “Cuando me veo al espejo, yo...” para que ellos completen la oración. No reciben señales respecto a la “mejor manera” de interpretar el material o completar la frase.

Las pruebas proyectivas tienen varias ventajas para evaluar la personalidad. Como son flexibles y pueden tratarse incluso como juegos o acertijos, la gente a menudo las presenta en una atmósfera relajada, sin la tensión o la conciencia de uno mismo que en ocasiones acompañan a las pruebas objetivas de autorreporte. Con frecuencia, la persona que es examinada

PENSAMIENTO CRÍTICO

Pruebas proyectivas

Los críticos de las pruebas proyectivas dicen que lo que en realidad se revela en ellas es la personalidad del clínico, ya que su reporte es una interpretación de un estímulo ambiguo (la respuesta verbal del examinado).

1. ¿Está usted de acuerdo o en desacuerdo? ¿Por qué?
2. ¿Cómo podría reducirse esta fuente potencial de error?
3. ¿Cuáles son las ventajas reales o potenciales de usar pruebas proyectivas?

Prueba de Rorschach Prueba proyectiva compuesta por manchas de tinta ambiguas; se cree que la forma en que la gente interpreta las manchas revela aspectos de su personalidad.

Prueba de Apercepción Temática (TAT) Prueba proyectiva compuesta por imágenes ambiguas sobre las cuales se pide a la persona que escriba una historia completa.

ni siquiera conoce el verdadero propósito de la prueba, por lo que es menos probable que las respuestas sean amañadas. Algunos psicólogos creen que las pruebas proyectivas ponen al descubierto pensamientos y fantasías inconscientes, como los problemas sexuales o familiares latentes. En cualquier caso, la precisión y utilidad de las pruebas proyectivas dependen en gran medida de la habilidad del examinador para generar e interpretar las respuestas.

La **prueba de Rorschach** es la más conocida y una de las pruebas proyectivas de personalidad de uso más frecuente (Ball, Archer e Imhof, 1994; C. E. Watkins, Campbell, Nieberding y Hallmark, 1995). Recibió su nombre en honor de Herman Rorschach, un psiquiatra suizo que en 1921 publicó los resultados de su investigación sobre la interpretación de manchas de tinta como una clave para descifrar la personalidad (vea la figura 10-2). Cada diseño de una mancha de tinta se imprime en una tarjeta separada y es única en forma, color, sombreado y espacio en blanco. Se pide a la gente que especifique lo que ve en cada mancha. Las instrucciones de la prueba son mínimas, por lo que las respuestas de la gente serán absolutamente espontáneas. Después de interpretar todas las manchas, la persona revisa las tarjetas de nuevo con el examinador y explica qué parte de cada mancha suscitó cada respuesta. Existen diferentes métodos para interpretar las respuestas de una persona a las manchas en la prueba de Rorschach, y algunos producen resultados más válidos que otros (Exner, 1996; Masling, 2002; Viglione y Taylor, 2003; Weiner, 1996, 1997). Un análisis reciente de varios estudios concluyó que el MMPI-2 tiene mayor validez que el Rorschach (Garb, Florio y Grove, 1998).

Algo más exigente es la **Prueba de Apercepción Temática (TAT)**, por sus siglas en inglés), desarrollada en Harvard por H. A. Murray y sus colaboradores. Consta de 20 tarjetas que presentan a una o más figuras humanas en situaciones deliberadamente ambiguas (vea la figura 10-3; Morgan, 2002). A la persona se le muestran las tarjetas una por una y se le pide que escriba una historia completa acerca de cada imagen, incluyendo cómo se originó la escena presentada, lo que están haciendo los personajes en el momento, cuáles son sus pensamientos y sentimientos y cuál será el resultado.

Aunque se han desarrollado varios sistemas de calificación para el TAT (Hibbard, Farmer, Wells, Difillipo y Barry, 1994), los examinadores por lo regular interpretan las historias a la luz de su conocimiento personal del narrador. Una clave al evaluar el TAT es si la persona se identifica con el héroe o heroína o con alguno de los personajes menores. Luego el examinador determina lo que revelan las actitudes y sentimientos del personaje acerca del narrador. El examinador también evalúa el contenido, lenguaje, originalidad, organización y congruencia de cada historia. Ciertos temas, como la necesidad de afecto, el fracaso reiterado, o la dominación de los padres, pueden repetirse en varias tramas.

Tanto el Rorschach como el TAT permiten iniciar una conversación entre el clínico y una persona renuente o incapaz de hablar acerca de problemas personales. Ambas proporcionan también información útil acerca de motivos, acontecimientos o sentimientos de los que la persona no tiene conciencia. Sin embargo, se ha cuestionado la validez y confiabilidad de las pruebas proyectivas ya que por lo general no se aplican de manera estándar (Dawes, 1994; Wierzbicki, 1993). Como resultado, su uso ha declinado desde la década de 1970. Sin embargo, cuando es un examinador diestro quien las interpreta, esas pruebas nos permiten conocer las actitudes y los sentimientos de una persona.

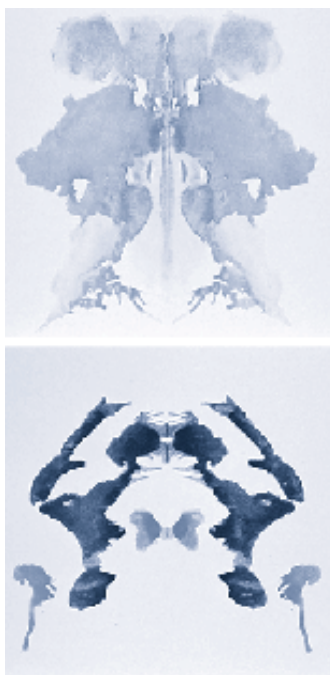


Figura 10-2
Manchas de tinta usadas en la prueba proyectiva de Rorschach.

COMPRUEBE SU COMPRENSIÓN

1. El Cuestionario de Dieciséis Factores de la Personalidad, el NEO-PI-R y el Inventario Multifásico de Personalidad de Minnesota son ejemplos de pruebas
 - a. proyectivas
 - b. entrevista personal
 - c. objetivas

2. Un ejemplo de una “prueba de manchas de tinta” es la prueba de _____, que es un tipo de prueba _____.

- ___ a. Rorschach, proyectiva.
- ___ b. Rorschach, objetiva.
- ___ c. Apercepción Temática, proyectiva.

3. Relacione las siguientes pruebas con la definición apropiada.

- | | |
|-------------------------|---|
| ___ pruebas objetivas | a. pruebas de personalidad aplicadas y calificadas de manera estándar |
| ___ MMPI | b. pruebas de personalidad que usan imágenes ambiguas |
| ___ pruebas proyectivas | c. la prueba de personalidad de mayor uso |

Respuestas: 1. c, 2. a, 3. pruebas objetivas—a; MMPI—c; pruebas proyectivas—b



Figura 10-3

Un reactivo de muestra de la Prueba de Apercepción Temática (TAT).

En la fotografía de la derecha parte inferior la persona está escribiendo una historia para explicar la escena de la pintura mostrada a la derecha parte superior. El examinador interpreta y evalúa luego lo que la historia de la persona revela acerca de su personalidad.

Fuente: Reproducido con autorización del editor de *Thematic Apperception Test*, de Henry A. Murray, Cambridge, MA: Harvard University Press, Copyright © 1943 por el Presidente y compañeros de Harvard College, © 1977 por Henry A. Murray.

Resumen

La **personalidad** es el patrón único de pensamientos, sentimientos y conductas de una persona que persiste a lo largo del tiempo y en diversas situaciones.

Teorías psicodinámicas

Las **teorías psicodinámicas** de la personalidad consideran que la conducta es resultado de la dinámica psicológica dentro del individuo. Muy a menudo esos procesos ocurren fuera de la conciencia.

Sigmund Freud Para Freud, el fundador del **psicoanálisis**, nuestra personalidad está arraigada en la dinámica del **inconsciente**, constituido por todas las ideas, pensamientos y sentimientos de los que normalmente no tenemos conciencia. Freud identificó a los instintos sexuales y agresivos como las principales pulsiones inconscientes que determinan la conducta humana.

De acuerdo con Freud, la personalidad está compuesta por tres estructuras. El **ello**, la única estructura de la personalidad que está presente al nacer, opera en el inconsciente de acuerdo con el **principio de placer**, pues trata de obtener placer inmediato y de evitar el dolor. El **yo**, el vínculo del ello con el mundo real, controla todas las actividades de pensamiento y razonamiento consciente y opera de acuerdo con el **principio de realidad**. Trata de postergar la satisfacción de los deseos del ello hasta que puedan satisfacerse de manera segura y efectiva en el mundo real. El **superyó** actúa como el guardián moral o conciencia de la persona y la ayuda a funcionar en la sociedad. También compara las acciones del yo con un **yo ideal** de perfección.

En opinión de Freud, cuando el yo es incapaz de controlar los impulsos del ello de forma que sea aceptable para el superyó, experimenta **ansiedad** y recurre al uso de **mecanismos de defensa** para reducir la incomodidad causada por la ansiedad. Esas técnicas de autoengaño

para reducir la ansiedad incluyen la **negación**, que consiste en rehusarse a reconocer una realidad dolorosa o amenazante; **represión**, que permite excluir de la conciencia los pensamientos incómodos; **proyección**, que consiste en atribuir a otros los propios motivos o sentimientos reprimidos; **identificación**, mediante la cual se adoptan las características de alguien más para evitar sentirse incompetente; **regresión**, que implica volver a la conducta y las defensas infantiles; **intelectualización**, que permite distanciarse de los problemas estresantes pensando en ellos de manera abstracta; **formación reactiva**, que consiste en expresar ideas o emociones exageradas que son lo contrario de las creencias o sentimientos reprimidos de la persona; **desplazamiento**, un mecanismo para cambiar los motivos y emociones reprimidas de un objeto original a un sustituto; y **sublimación**, que supone redirigir los motivos y sentimientos reprimidos en canales socialmente más aceptables.

Freud llamó **libido** a la energía generada por el instinto sexual. Conforme el bebé va madurando, su libido se concentra en diferentes partes sensibles del cuerpo. Una **fijación** ocurre si se priva de placer, o bien, se permite que el niño experimente demasiado placer de la parte del cuerpo que domina una de las cinco etapas del desarrollo (**oral, anal, fálica, de latencia y genital**) y entonces hay energía sexual que permanece vinculada a esa parte del cuerpo. Se denomina **complejo de Edipo** o de **Electra** al fuerte apego hacia el padre del sexo opuesto y los celos al padre del mismo sexo; ambos complejos se desarrollan durante la etapa fálica.

Carl Jung creía que el inconsciente consta de dos componentes distintos: el **inconsciente personal**, que contiene los pensamientos reprimidos, experiencias olvidadas e ideas no desarrolladas del individuo; y el **inconsciente colectivo**, un río subterráneo de memorias y patrones de conducta que fluye hacia nosotros de generaciones previas.

A lo largo de milenios, la mente humana ha desarrollado ciertas formas de pensamiento llamadas **arquetipos**, las cuales dan lugar a imágenes mentales o representaciones mitológicas. La **persona**, uno de los muchos arquetipos descritos por Jung, es la parte de nuestra personalidad por la cual somos conocidos por los demás, como una máscara que nos ponemos para presentarnos ante el público. Otros dos arquetipos importantes son el **ánima**, la expresión de rasgos femeninos en un hombre, y el **ánimus**, la expresión de rasgos masculinos en una mujer.

Jung también creía que la gente por lo general exhibe una de dos actitudes hacia el mundo. Los **extrovertidos** se interesan en las otras personas y en el mundo en general, mientras que los **introversos** se interesan más en su propio mundo privado. Jung dividió además a las personas en **individuos racionales**, que regulan su conducta mediante el pensamiento y el sentimiento, e **individuos irracionales**, que basan sus acciones en percepciones.

Alfred Adler creía que la gente posee motivos positivos innatos y se esfuerza por alcanzar la perfección personal y social. Originalmente propuso que el principal moldeador de la personalidad es la **compensación**, el intento del individuo por superar las debilidades físicas reales. Más tarde modificó su teoría para destacar la importancia de los sentimientos de inferioridad. Se dice que la gente tiene un **complejo de inferioridad** cuando se fija tanto en sus sentimientos de inferioridad que se queda paralizada por ellos. Todavía después, Adler concluyó que los esfuerzos por alcanzar la superioridad y perfección, tanto en la vida propia como en la sociedad en que uno vive, son cruciales para el desarrollo de la personalidad.

Karen Horney Para Horney, la reacción de una persona a los peligros o amenazas reales o imaginarias, a la que definió como **ansiedad**, es una fuerza motivadora más fuerte que la pulsión sexual o libido. Creía que existen varias **tendencias neuróticas** o estrategias que la gente usa para afrontar los problemas emocionales, y que esas estrategias se reflejan en el tipo de personalidad: el tipo sumiso de personalidad, cuya estrategia es acercarse a los demás (sumisión); el tipo agresivo de personalidad, cuya estrategia consiste en atacar a los otros (agresión); y el tipo desapegado, cuya estrategia implica alejarse de los demás (desapego). Horney enfatizó que muchos de los rasgos de la personalidad que distinguen a las mujeres de los hombres son determinados por la cultura y no por la anatomía.

Erik Erikson Para Erikson, la calidad de la relación entre padre e hijo influye en el desarrollo de la personalidad, pues contribuye a determinar si el niño se siente competente y valioso y si es capaz de formar un sentido seguro de identidad. Erikson creía que la personalidad se desarrolla a lo largo de la vida. Bosquejó ocho etapas de la vida: confianza frente a desconfianza, autonomía frente a vergüenza y duda, iniciativa frente a culpa, laboriosidad frente a inferioridad, identidad frente a confusión de roles, intimidad frente a aislamiento, generatividad frente a estancamiento e integridad frente a desesperación. El éxito en cada etapa depende de si los ajustes en las etapas previas fueron exitosos.

Evaluación de las teorías psicodinámicas Las teorías psicodinámicas han tenido un profundo impacto en la forma en que nos vemos a nosotros y a los demás, así como en las artes. Sin embargo, algunas de las teorías de Freud han sido criticadas como poco científicas y ligadas a la cultura, en especial las ideas relativas a la envidia del pene en las mujeres y los complejos de Edipo y de Electra. Alguna evidencia experimental apoya la existencia del inconsciente, pero esta investigación no muestra un vínculo claro entre los procesos inconscientes y la personalidad. Como terapia, el psicoanálisis ha demostrado ser benéfico en algunos casos, pero no más que otras terapias.

Teorías humanistas de la personalidad

La idea de Adler de que el individuo se esfuerza de manera perpetua por alcanzar la perfección estableció las bases para la **teoría humanista de la personalidad**.

Carl Rogers Para Rogers, la gente desarrolla su personalidad al servicio de metas positivas. El impulso biológico a convertirse en lo que podemos ser recibe el nombre de **tendencia a la realización**. Además de tratar de realizar nuestro potencial biológico, intentamos satisfacer nuestro sentido consciente de quienes somos, a lo que Rogers llamó **tendencia a la autorrealización**. Una **persona con funcionamiento óptimo** es alguien cuyo autoconcepto coincide estrechamente con sus capacidades innatas. La persona con funcionamiento óptimo generalmente fue criada con **consideración positiva incondicional**, pues tuvo la experiencia de ser valorada por los demás independientemente de sus emociones, actitudes y conductas. A menudo los niños crecen recibiendo **consideración positiva condicional**, es decir, están en contacto con padres y otras personas que sólo aceptan y valoran algunos aspectos de su individualidad. Esas personas tienden a desviarse de sus capacidades innatas para construir una personalidad más acorde con la forma en que son vistas por los demás.

Evaluación de las teorías humanistas Las teorías humanistas de la personalidad sufren la falta de evidencia científica. Además, se les critica por adoptar una visión demasiado optimista de la naturaleza humana y por promover una visión del yo que fomenta el egocentrismo. Sin embargo, la investigación sobre las terapias humanistas, en particular la terapia centrada en el cliente de Rogers, ha demostrado que promueve la autoaceptación.

Teorías de los rasgos

Los teóricos de los rasgos insisten en que cada persona posee una constelación única de **rasgos de personalidad** fundamentales.

Los psicólogos están en desacuerdo respecto al número de diferentes rasgos de la personalidad. Gordon Allport argumentaba que era factible emplear varios miles de palabras para describir los rasgos de la personalidad humana. Raymond Cattell identificó 16 rasgos básicos usando una técnica estadística llamada **análisis factorial**. Eysenck argumentaba que la personalidad podía reducirse a tres dimensiones básicas: estabilidad emocional, introversión-extroversión y psicoticismo.

Los cinco grandes Recientemente, una cantidad considerable de investigaciones se ha concentrado en la importancia de cinco rasgos básicos de la personalidad. En los **cinco grandes** se incluyen la extroversión, afabilidad, escrupulosidad, estabilidad emocional y cultura o apertura. Los cinco grandes rasgos parecen ser universales entre culturas y cierta evidencia sugiere que podrían tener, en parte, una base fisiológica.

Evaluación de las teorías de los rasgos Las teorías de los rasgos son principalmente descriptivas. Proporcionan una manera de clasificar las personalidades, pero no explican por qué la personalidad de un individuo es lo que es. Pero las teorías de los rasgos tienen la ventaja de que es sencillo probarlas experimentalmente, y la investigación apoya el valor del modelo de cinco factores para determinar con precisión la personalidad.

Teorías del aprendizaje cognoscitivo-social

Expectativas, autoeficacia y locus de control Las **teorías del aprendizaje cognoscitivo social** consideran que la conducta es el

producto de la interacción de cogniciones, aprendizaje y experiencias previas y el ambiente inmediato. Albert Bandura sugiere que ciertas **expectativas** internas determinan la forma en que una persona evalúa una situación y que esa evaluación tiene un efecto en la conducta de la persona. Las expectativas llevan a la gente a comportarse de acuerdo con **estándares de desempeño** únicos, que son medidas de excelencia determinadas individualmente mediante las cuales juzga su conducta. Quienes tienen éxito para satisfacer sus estándares de desempeño internos desarrollan una actitud que Bandura llamó **autoeficacia**. El **locus de control** es una expectativa prominente. La gente con un locus de control interno cree que puede controlar su destino mediante sus acciones, mientras que la gente con un locus de control externo cree que su destino depende del azar y de la conducta de otros.

Evaluación de las teorías del aprendizaje cognoscitivo-social Las teorías del aprendizaje cognoscitivo-social evitan la estrechez de las teorías de los rasgos y conductuales, así como la dependencia de estudios de caso y evidencia anecdótica que debilita a las teorías psicodinámica y humanista. Las expectativas y el locus de control pueden probarse científicamente y han demostrado ser conceptos útiles para predecir la salud y la depresión. Sin embargo, dichas correlaciones no proporcionan evidencia concerniente a las causas de la conducta.

Evaluación de la personalidad

Los psicólogos usan cuatro métodos diferentes para evaluar la personalidad: la entrevista personal, la observación directa de la conducta, las pruebas objetivas y las pruebas proyectivas.

La entrevista personal Existen dos tipos de entrevistas personales. Durante una entrevista no estructurada, el entrevistador hace preguntas acerca de cualquier material que surja en el curso de la conversación, así como preguntas de seguimiento cuando es apropiado. En una entrevista estructurada, el orden y el contenido de las preguntas son fijos y el entrevistador no se desvía del formato.

Observación directa Los teóricos conductistas y del aprendizaje social prefieren la técnica de la observación directa de una persona a lo largo del tiempo para determinar la influencia ambiental en su conducta. Este método de evaluación de la personalidad no confía en los autorreportes y brinda una buena idea de la gama de conductas de una persona, pero es costoso, se lleva mucho tiempo y es susceptible a las malas interpretaciones.

Pruebas objetivas Las **pruebas objetivas** de la personalidad, como el **Cuestionario de Dieciséis Factores de la Personalidad**, el **NEO-PI-R** y el **Inventario Multifásico de la Personalidad de Minnesota (MMPI-2)** se aplican y califican de acuerdo a procedimientos estandarizados. El uso de esas pruebas es económico y su calificación es sencilla, pero confían en el autorreporte que hace la gente de su propia conducta.

Pruebas proyectivas Es más probable que los teóricos psicodinámicos utilicen **pruebas proyectivas**, las cuales constan de estímulos ambiguos que pueden generar un número ilimitado de respuestas y que, se supone, dan a conocer el inconsciente. La **prueba de Rorschach** consta de 10 manchas de tinta que la persona interpreta. La **Prueba de Apercepción Temática (TAT)** pide a la gente que elabore historias acerca de 20 imágenes.

Términos clave

Personalidad	378	Etapa oral	383	Tendencia a la autorrealización	392
Teorías psicodinámicas	378	Etapa anal	383	Persona con funcionamiento óptimo	392
Inconsciente	379	Etapa fálica	383	Consideración positiva incondicional	392
Psicoanálisis	379	Complejo de Edipo y complejo de Electra	383	Consideración positiva condicional	392
Ello	379	Periodo de latencia	384	Rasgos de personalidad	393
Principio de placer	379	Etapa genital	384	Análisis factorial	394
Yo	380	Inconsciente personal	384	Cinco grandes	394
Principio de realidad	380	Inconsciente colectivo	384	Teorías del aprendizaje	
Superyó	380	Arquetipos	385	cognoscitivo-social	398
Yo ideal	380	Persona	385	Expectativas	398
Mecanismos de defensa	380	Ánima	385	Estándares de desempeño	398
Negación	380	Ánimus	385	Autoeficacia	399
Represión	381	Extrovertido	385	Locus de control	399
Proyección	381	Introvertido	385	Pruebas objetivas	403
Identificación	382	Individuos racionales	385	Cuestionario de Dieciséis Factores	
Regresión	382	Individuos irracionales	385	de la Personalidad	403
Intelectualización	382	Compensación	385	NEO-PI-R	403
Formación reactiva	382	Complejo de inferioridad	386	Inventario Multifásico de Personalidad	
Desplazamiento	382	Ansiedad	386	de Minnesota (MMPI-2)	403
Sublimación	382	Tendencias neuróticas	386	Pruebas proyectivas	405
Libido	383	Teoría humanista de la personalidad	391	Prueba de Rorschach	406
Fijación	383	Tendencia a la realización	392	Prueba de Apercepción Temática (TAT)	406