

La Personalidad.

La personalidad: La personalidad es el conjunto de temperamento y carácter. Se podría describir como la organización dinámica, dentro del individuo, de aquellos sistemas psicofísicos que determinan su conducta y sus pensamientos característicos.

Temperamento: Es el conjunto de disposiciones afectivas predominantes que determinan las relaciones emotivas habituales en un individuo. Se basa en la herencia biológica y es difícilmente modificable.

Carácter: Es el conjunto de hábitos de comportamiento que se han ido adquiriendo durante la vida.

Teorías de la personalidad (usar los criterios para comparar teorías)

La persona total: Las teorías humanísticas consideran al hombre en su totalidad, sin embargo las conductistas reducen a las personas a muy pocos elementos.

El inconsciente: Le dan importancia a las teorías psicodinámicas. Sin embargo las conductistas no le conceden ninguna.

Factores motivacionales: Es considerada por todas las teorías menos por las cognitivas.

Carácter de la personalidad: Las teorías conductistas dicen que la personalidad es adquirida y por tanto se puede aprender. Las demás teorías la consideran parcialmente innata.

Desarrollo de la personalidad: Para algunos (Freud), los años primeros son decisivos. Para otros (teorías humanísticas) la personalidad se va desvinculando del pasado.

Teoría psicodinámica – Freud.

Freud llega a comprender que existen procesos inconscientes que provocan los síntomas histéricos; y que si el enfermo llega a tomar conciencia de ellos con ayuda de la hipnosis, puede llegar a curarse. Pero Freud llega a la conclusión de que no es un buen método de curación. Entonces emplea otro: a partir de una imagen que se le ofrece al paciente tiene que ir asociando libremente sus pensamientos. Freud descubre así que existe una represión contra los malos recuerdos por parte del inconsciente. Hay impulsos reprimidos en el interior del hombre y que, por tanto, están como sumergidos en el inconsciente. Lo reprimido pugna por salir, pero no puede hacerlo debido a la barrera de la represión, entonces se manifiestan síntomas neuróticos.

a) La estructura de la personalidad.

1º. Al principio Freud distingue dos estructuras. El proceso preconscious y el inconsciente:

- El preconscious está compuesto por recuerdos y aprendizajes que no son conscientes pero pueden llegar fácilmente a serlos.
- El inconsciente no es consciente ni puede llegar a serlo.
- Entre el preconscious y el inconsciente se sitúa la censura, la represión. No permite pasar al consciente lo que se encuentra en el inconsciente.

2º.Freud posteriormente da una nueva estructura de la personalidad. Esta está dividida en:

- El ello, se relaciona con la estructura biológica, esta presente en el momento del nacimiento, de naturaleza instintiva, es la expresión psíquica de las necesidades y procesos corporales. Es la fuente de energía de todo el sistema psíquico. En los primeros años de vida toda la personalidad esta constituida por el ello y se rige por el principio del placer. El ello quiere lo que quiere cuando quiere.
- El yo, es la parte del ello modificada por la influencia del mundo exterior. Se guía por el principio de la realidad que tiene como objetivo posponer la carga de energía hasta que se encuentre una situación adecuada en el mundo real, lo que no quiere decir que el yo intente impedir el placer buscado por el ello sino más bien suspender temporalmente el placer en atención a las particulares características de la situación.
- El superyo, es la instancia psíquica desglosada del yo que auto observa y critica las acciones del ser humano y le presenta la imagen ideal a lo que debe parecerse. Esta constituido por la internalización de los valores de la sociedad derivados principalmente de la influencia de los padres y secundariamente de otras vías de socialización.

Pulsiones y principios.

— Las pulsiones: Es la parte más profunda y primitiva del ello. Las principales son: · Las pulsiones sexuales: Esta compuesto por varios elementos pero al final se unifican en la genitalidad. Estas pulsaciones se rigen por el principio del placer.

· Las pulsaciones de conservación: Se rigen por el principio de la realidad y se podrían denominar como necesidades. Estas necesidades sirven de apoyo a las pulsaciones sexuales.

· Posteriormente Freud modifica esta teoría juntando estas dos pulsiones y creando la pulsión de la muerte.

— Los principios:

· Principio del placer: Su finalidad es evitar el displacer y procurarse el placer. Esta relacionado con el ello.

· Principio de la realidad: La búsqueda del placer no se hace de modo directo sino mediante rodeos, para adaptarse a las condiciones exteriores. Surgen las funciones de adaptación a la realidad. Freud dice que el principio de la realidad es el pilar del buen funcionamiento de la sociedad. Esta relacionado con el yo.

· Compulsión de repetición: Es la tendencia a repetir experiencias fuertes, sean cuales sean los efectos. Esta compulsión permite la conservación de las pulsaciones y es el pilar de la pulsación de muerte.

Fase de desarrollo de la personalidad.

Fase. Fuente de placer.

· Oral · Boca, labios, lengua: chupar,

marcar, morder, vocalizar.

· Anal · Ano: retención, expulsión, control,

disciplina higiénica, limpieza.

· Fálica · Órganos genitales: curiosidad por el

propio cuerpo y el de los demás.

· Latencia · Sensitivo motor: las del conocimiento,

habilidad, construcción, acciones reciprocas

con el grupo de amigos de la misma edad.

· Genital. · Contactos heterosexuales, productividad.

Freud piensa que la personalidad es evolutiva (se desarrolla por etapas sucesivas) y genética (los primeros años de vida determinan a la personalidad posterior).

Teorías del rasgo y del tipo.

Una rasgo es un modo específico de comportamiento. Indica una disposición a dar una respuesta semejante en un a multitud de circunstancias. Los rasgos de personalidad permiten pronosticar las distintas conductas.

Un conjunto de rasgos estables da lugar a un tipo. Un tipo significa un conjunto de individuos con características comunes, pero un individuo nunca llega a coincidir exactamente con un tipo.

Teorías de los rasgos.

Se distingue entre rasgos comunes y rasgos individuales. También se distinguen entre rasgos cardinales (determinan toda la conducta de una persona), rasgos centrales (son menos generales que los cardinales pero varios pueden determinar a una persona) y rasgos secundarios (no están siempre presentes en el individuo pero cuando aparecen pueden contra decir la conducta general).

Teoría de los tipos.

Se distingue cuatro temperamentos según la predominancia de los cuatro humores fundamentales: sanguíneo (sangre), flemático (linfa), colérico (bilis amarilla) y melancólico (bilis negra). La salud del cuerpo se encuentra en la armonía de los cuatro humores. En la actualidad se ha propuesto una nueva teoría en la cual se describen cuatro dimensiones de la personalidad (estabilidad-inestabilidad, extraversión-introversión) que dan lugar a cuatro tipos, dos de ellos (los inestables poseen carácter patológico).

Teorías conductistas y cognitivas.

El conductismo expresa la personalidad como una conducta habitual aprendida, como un modo estable de dar respuestas a los estímulos ambientales. Por otra parte la psicología cognitiva interpreta la personalidad desde la metáfora del ordenador: este tiene una organización igual a la del hombre ya que esta hecho a imagen el hombre. Cada hombre tiene en su memoria un conjunto de esquemas que le permiten procesar de un modo personal la información recibida.

Teoría conductista.

Según esta teoría los rasgos de la personalidad no son sino hábitos, es decir, respuestas estables y aprendidas ante determinados estímulos. La respuestas aprendidas pueden generalizarse a todas las acciones. Esta teoría dice que el aprendizaje se realiza gracias a los refuerzos que se reciben del medio ambiente. También se afirma que la personalidad se puede cambiar; si los rasgos de la personalidad se adquieren por aprendizaje, se pueden eliminar extinguiendo los refuerzos o reforzándolos negativamente.

Teorías cognitivas

Se afirma que el hombre es ante todo conocedor. Al conocer, estructura el mundo y anticipa los acontecimientos. De este modo todo hombre posee una gran cantidad de estructuraciones de la realidad (interpretaciones y anticipaciones predictivas de la realidad). Las estructuras constituyen la personalidad ya que están jerarquizadas y sistematizadas entre sí y cada uno estructura el mundo de una forma diferente. La experiencia hace que cada hombre vaya alterando sus estructuras y, por tanto, la persona va cambiando.

Teorías humanísticas (T. del yo, no directiva o centrada en el cliente)

Es conocida también como la teoría del yo ya que considera que el yo es la estructura central de la personalidad. Este yo es distinto al de Freud ya que éste somete el yo al ello.

Teoría humanística de Rogers. Rogers como Maslow, es también partidario de que la tarea fundamental del hombre es la autorrealización del yo. Ese yo único y bueno permanece oculto y enmascarado en nuestro interior por lo cual no puede desarrollarse. A veces lo llegamos a experimentar, pero es reprimido frecuentemente por las evaluaciones de los demás. Uno no es el que es, más bien intenta ser lo que debería ser. Entonces el yo no puede desarrollarse. Lo que sucede entonces es que uno se siente descontento consigo mismo. Rogers desarrolló un método propio como psicoterapeuta. Él no evalúa al cliente ni interpreta lo que dice, no da ninguna solución, simplemente se limita a escuchar y a animar a éste para que siga hablando.

Proceso de convertirse en persona:

1. Dejan de utilizar máscaras.

2. Dejan de sentir los debería.

- ◆ 3. Dejan de satisfacer expectativas impuestas.
- ◆ 4. Dejan de esforzarse por agradar a los demás.
- ◆ 5. Comienzan a auto-orientarse.

Comienzan a ser un proceso.

Comienzan a ser toda la complejidad de su yo.

Empiezan a abrirse a la experiencia.

Comienzan a aceptar a los demás.

Comienzan a confiar en sí mismos.

Conclusión: Concepciones del hombre.

Concepciones del hombre:

Para *Freud*, el hombre es un ser en permanente lucha y agonía interior. El inconsciente es mucho más amplio que el consciente, por lo tanto no entendemos gran parte de nosotros mismos. También nos dice que el yo se puede creer libre pero es el ello que le domina.

Las teorías del rasgo y del tipo no presuponen ninguna concepción del hombre. En esta tendencia podemos encontrar: psicoanalistas, conductistas y humanistas.

El *conductismo* reduce todo al vaivén estímulo respuesta, o a un conjunto de hábitos. El hombre es manipulable y esta en manos de los manipuladores. En las *teorías cognitivas* se tiene la idea del animal racional. Se compara al hombre con el ordenador debido a que este esta creado a imagen del hombre.

Las *teorías humanísticas* pretenden recuperar al hombre total y para ello se basan en la idea del yo original, innato y único al que hay que descubrir y lograr la auto realización.