

UD 1 PSICOLOGÍA GENERAL Y EVOLUTIVA. PSICOLOGÍA DE LA PERSONALIDAD

CURSO 2024/2025



PSICOLOGÍA

Ciencia que se ocupa del estudio del comportamiento y de las estructuras y procesos que lo hacen posible.

- ✓ Clínica: Salud del individuo.
- ✓ Educativa: Aprendizaje del individuo.
- ✓ Social: Contexto del individuo.
- ✓ Del trabajo y las organizaciones: Relaciones del individuo.

La psicología pretende explicar cómo percibimos, aprendemos, recordamos, resolvemos problemas, nos comunicamos, sentimos y nos relacionamos con otras personas, desde el nacimiento hasta la muerte, en relaciones íntimas y en grupos. Intenta entender, medir y explicar la naturaleza de la inteligencia, la motivación y la personalidad, así como las diferencias individuales y de grupo

¿QUÉ QUIERE DECIR:
¡CADA PERSONA ES UN MUNDO!

PROCESOS PSICOLÓGICOS

Los procesos psicológicos (MENTALES O COGNITIVOS) son las funciones psíquicas que se producen en nuestro cerebro y que se encargan de elaborar la información, procesar los conocimientos y organizarlos.

Por ejemplo, la manera en la que los humanos somos capaces de escribir y leer un libro o de comunicarnos por internet, de tener emociones y motivaciones que satisfagan las necesidades más básicas para que surjan otras nuevas.

PROCESOS COGNITIVOS
BÁSICOS

PROCESOS COGNITIVOS
SUPERIORES

PROCESOS COGNITIVOS BÁSICOS

os **procesos cognitivos básicos** reciben esa denominación porque están asociados con el instinto. Tal es así que se manifiestan tanto en seres humanos como en animales. Podemos definirlos como los cimientos sobre los cuales se desarrollan las funciones mentales más complejas.

- ✓ Son universales, pues están presentes en la mayoría de especies.
- ✓ Se encargan de captar la información para luego trabajar en base a ella.
- ✓ Interactúan entre sí y están en constante evolución.
- ✓ Son influenciados directamente por nuestras experiencias y el entorno que nos rodea.
- ✓ Se desarrollan de forma natural desde el momento en que nacemos.
- ✓ Forjan nuestra actitud y comportamiento en cada etapa de la vida.
- ✓ Son la base de todos los procesos de razonamiento.
- ✓ Permiten distinguir entre algo bueno o malo, positivo o negativo, etc.



PROCESOS PSICOLÓGICOS

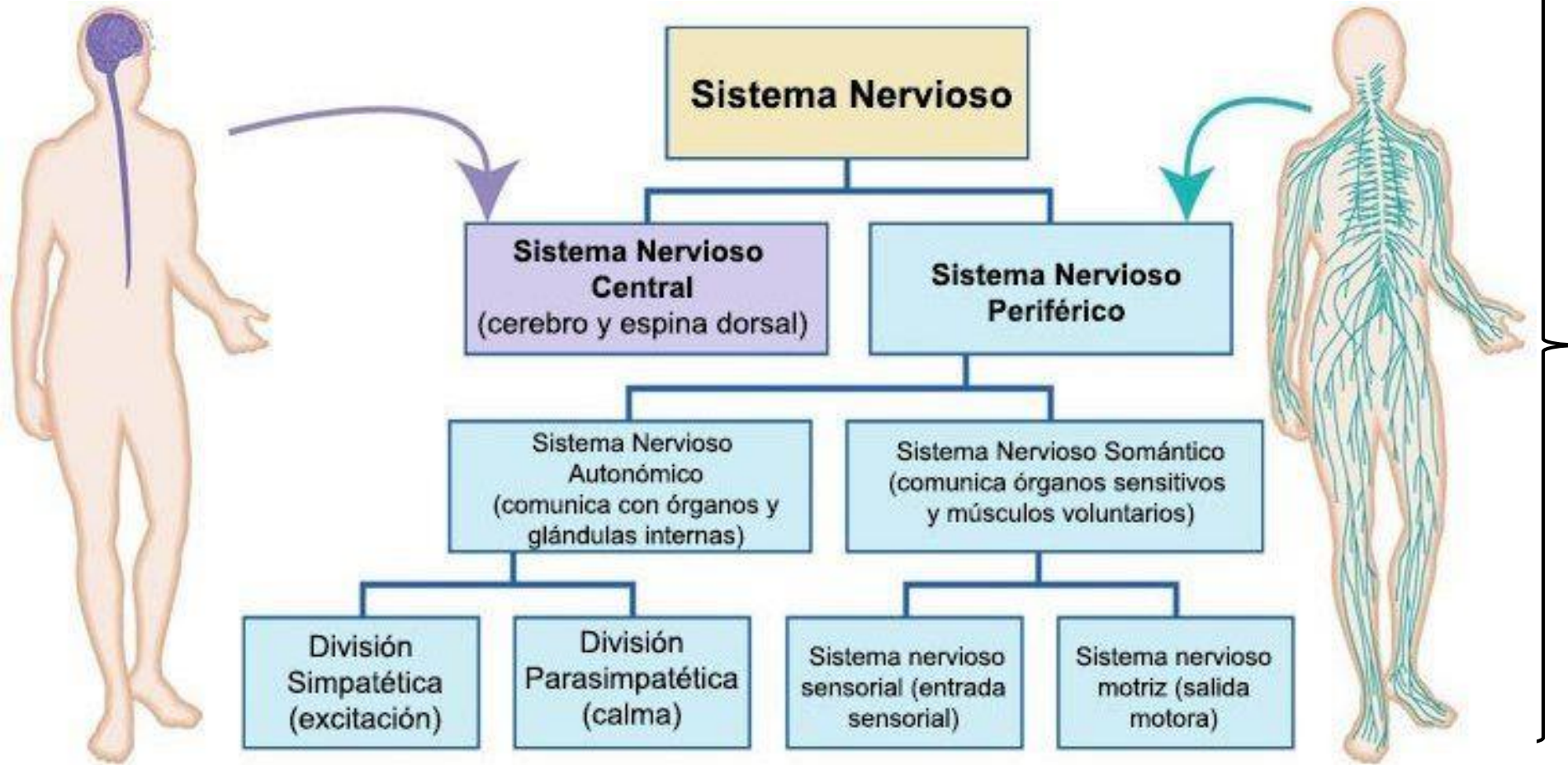
Los **procesos mentales superiores** nacen a partir de los procesos básicos, y suponen un paso más adelante en el tratamiento de la información. También influyen en nuestro comportamiento y la respuesta que damos ante determinados estímulos, pero de forma consciente y voluntaria.

- ✓ Se desarrollan teniendo como premisa los procesos mentales básicos.
- ✓ Tienen un fuerte componente lógico y racional, por lo que van más allá de la información sensorial.
- ✓ Están presentes en todas las personas, independientemente de su origen, cultura o idioma.
- ✓ Influyen directamente en todas las acciones que realizamos, teniendo en cuenta sus posibles consecuencias.
- ✓ Se van perfeccionando a medida que obtenemos más información y vivimos nuevas experiencias.
- ✓ Tratándose de procesos conscientes, podemos regularlos en base a nuestro propio criterio.



BASE BIOLÓGICA DE LOS PROCESOS PSICOLÓGICOS

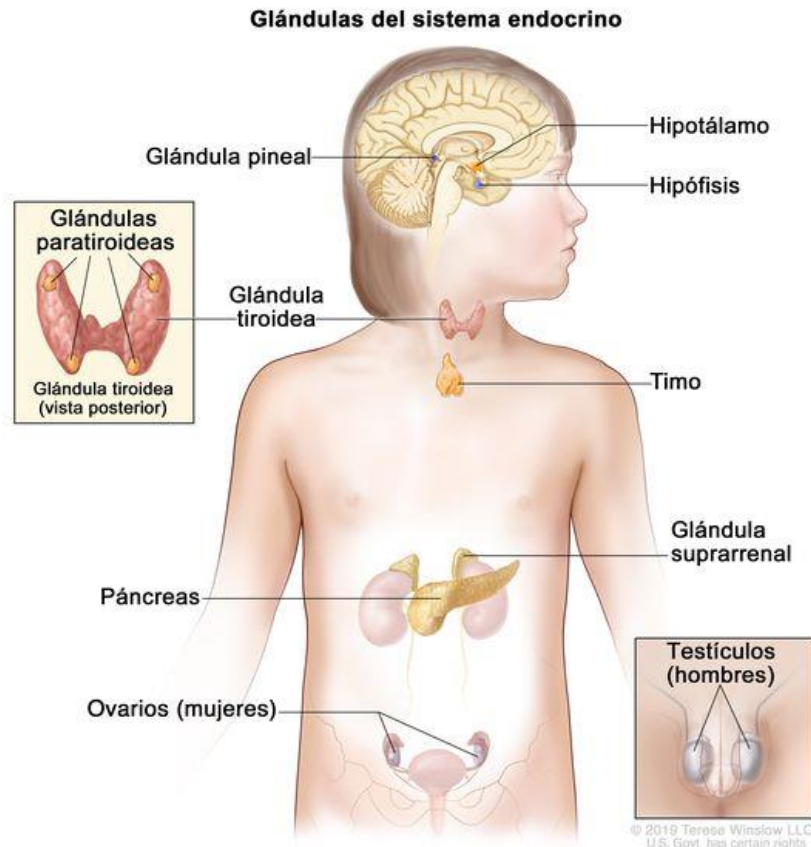
El Sistema nervioso coordina todas las funciones del organismo.



Las neuronas activan determinadas funciones que pueden estar influenciadas por otros factores.

BASE BIOLÓGICA DE LOS PROCESOS PSICOLÓGICOS

El Sistema endocrino es un conjunto de glándulas y órganos que elaboran hormonas y las liberan directamente en la sangre para que lleguen a los tejidos y órganos de todo el cuerpo. Estas hormonas controlan muchas funciones importantes, como el crecimiento y el desarrollo, el metabolismo y la reproducción. .



Ejemplos de como nos pueden afectar las hormonas:

La libido: andrógenos, testosterona, prolactina, estrógenos...),

±Pasividad: adrenalina, cortisol, o testosterona

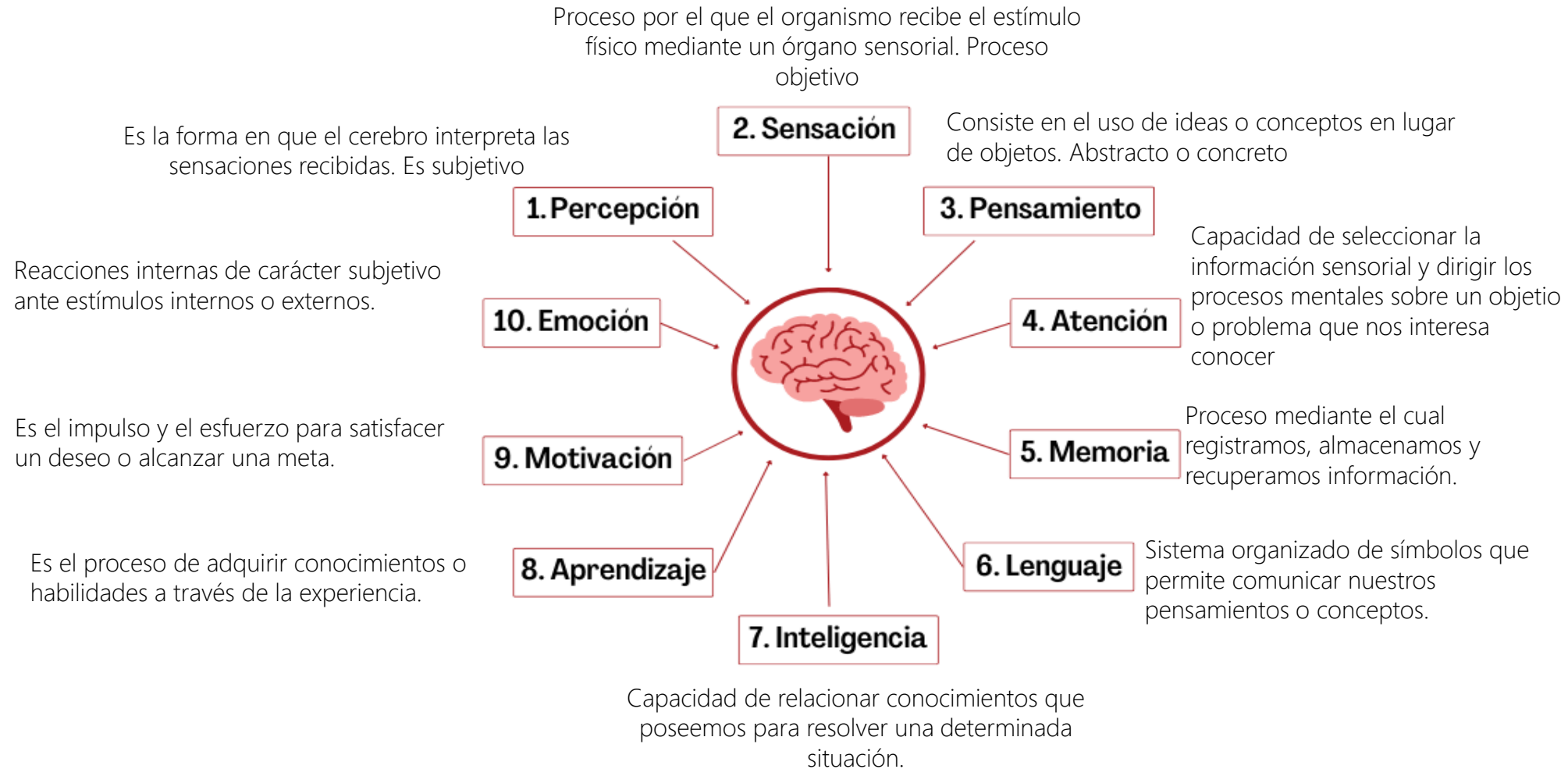
Depresión: ↓adrenalina, Serotonina

BASE BIOLÓGICA DE LOS PROCESOS PSICOLÓGICOS

La genética de la conducta es el estudio de los factores genéticos y ambientales que originan las diferencias entre individuos.

La psicología genética es un campo psicológico que se encarga de investigar los procesos del pensamiento, su formación y sus características. Trata de ver cómo se desarrollan las funciones mentales ya desde la infancia, y busca explicaciones que les den sentido. **Este campo psicológico fue desarrollado gracias a las contribuciones de Jean Piaget.**

PROCESOS PSICOLÓGICOS



PERCEPCIÓN VS SENSACIÓN



Toda percepción presenta cierto grado de ambigüedad. El proceso perceptivo consiste en buena medida en decidir cuál de las diferentes interpretaciones de cierto estímulo es la más adecuada en cada caso concreto. (Tornay)

SOLAMENTE
UNA VEZ EN LA
LA VIDA

Ley fondo-figura de Gestalt

LA PERCEPCIÓN: LEY DE LA EXPERIENCIA O DEL CIERRE DE GESTALT

**3573 M3N54J3 35 94R4 D3M057R4R L45
C0545 74N INCR3I8L35 QU3 9U3D3
H4C3R NU357R0 C3R38R0. 5I L06R45
L33R 3570 9U3D35 53N7IR73
0R6ULL050 D3 7U IN73LI63NCI4, Y4
QU3 50L0 CI3R745 93R50N45 L0
L06R4N. 35T0 53 D383 4 QU3 3L
H3M15F3R10 D3R3CH0 D3L C3R38R0
450C14 L05 51M80L05 94R3C1D05 4 L45
L3TR45 QU3 C0N0C3M05 N0RM4LM3NT3
Y 451 L06R4M05 L33R C0N F4C1L1D4D.
D4L3 M3 6U574 Y 9364L0 3N 7U MUR0 51
L0 L06R4573**

LA PERCEPCIÓN: LEY DE LA SEMEJANZA O DE LA CONTINUIDAD DE GESTALT



LA PERCEPCIÓN: LEY DE LA PROXIMIDAD DE GESTALT



TEORÍA DE LA INTELIGENCIAS MÚLTIPLES DE HOWARD GARDNER



Propuso que la vida humana requiere del desarrollo de varios tipos de inteligencia, y que cada uno de los cuales engloba una serie de habilidades que, a pesar de involucrar la capacidad de pensamiento abstracto, van más allá de lo que convencionalmente se entiende por "ser listo" o "ser ágil mentalmente" y a pesar de eso son útiles al ayudarnos a afrontar los desafíos siempre cambiantes e imprevisibles a los que nos expone la vida.

SENTIMIENTOS Y EMOCIONES



Emoción + toma de conciencia = Sentimiento

Emoción:

Reacción afectiva a un estímulo
mas o menos espontanea de
duración corta y gran intensidad.


Sentimiento:

Resultado de la toma de conciencia de
cómo nos sentimos, de las sensaciones
que estamos experimentando.

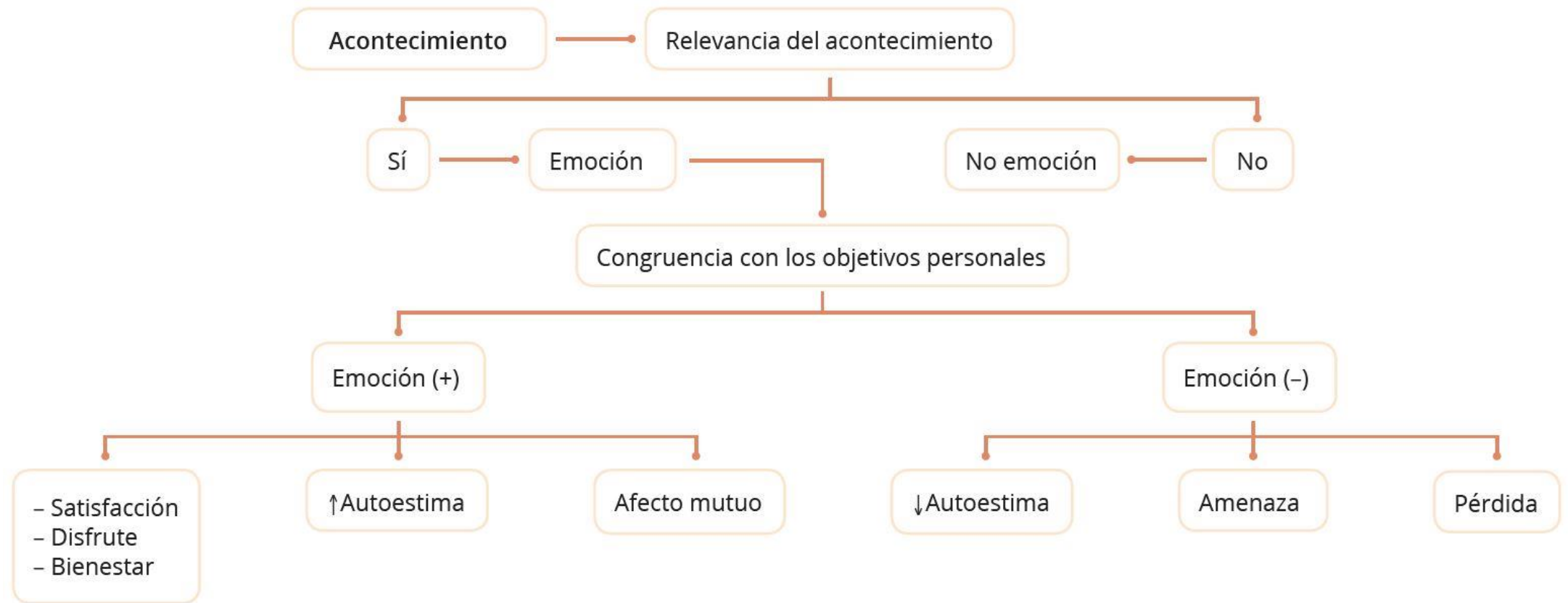
Diferencias.

Es innata	Requiere de conciencia
Espontánea e intensa	Surge lenta y progresivamente
Se producen en el sistema límbico	Se origina en cerebro racional (neocortex)
Observable externamente	Pueden no observarse
Corta duración	Suele ser de larga duración
Orientada a la acción	Resultado de la acción
Pertenece al cuerpo	Pertenece a la mente

SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

Función adaptativa	Facilita la conducta apropiada del individuo frente a un estímulo.	
Funciones sociales	La expresión de las emociones actúa como estímulo que facilita la realización de conductas por parte de los otros: facilita la interacción social, controla la conducta de los demás, permite la comunicación de estados afectivos o promueve conductas prosociales. La felicidad tiene como respuesta el aumento de relaciones interpersonales o la ira puede generar evitación y confrontación. También la inhibición de reacciones emocionales que pueden alterar las relaciones sociales tiene función social adaptativa.	
Funciones motivacionales	Existe una clara relación entre emoción y motivación. La emoción facilita la realización de determinadas conductas; la cólera produce reacciones defensivas o la alegría conduce a la atracción interpersonal.	

VALORACIÓN DE UNA SITUACIÓN EMOCIONAL



¿QUÉ TE PRODUCE?



¿QUÉ TE PRODUCE?



¿QUÉ TE PRODUCE?



¿QUÉ TE PRODUCE?



¿QUÉ TE PRODUCE?



CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES

Emociones negativas

- **Miedo:** su causa es un peligro presente e inminente. Se controla pensando racionalmente, controlando la respiración y con relajación.
- **Ira:** se caracteriza por irritación, furia o gran enfado. Está causada por la indignación de sentir vulnerados nuestros derechos. Se controla a través de la distracción (pensar en otra cosa) o de la relajación.
- **Tristeza:** se produce como respuesta a sucesos considerados como no placenteros y denota **pesadumbre** o **melancolía**. Requiere la puesta en marcha de recursos socioafectivos para afrontarla.
- **Asco:** es causado por la repugnancia que se tiene a alguna cosa o por una impresión desagradable. Se afronta a través del rechazo manifiesto, el escape o la evitación.
- **Vergüenza:** es un sentimiento penoso de pérdida de dignidad por una falta o error cometido por uno mismo, o bien por una humillación o un insulto. Para superarla, debemos eliminar los sentimientos de inferioridad y de timidez.
- **Ansiedad:** estado de agitación, inquietud y zozobra sin razón aparente, causado por las preocupaciones o una amenaza no real.



CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES



Emociones positivas

- **La felicidad.** Es la forma en que se evalúa la vida o los aspectos más significativos de esta desde una visión positiva. Debemos meditar sobre las cosas que nos provocan estos sentimientos y plantearnos un disfrute consciente.
- **La alegría.** Se diferencia de la felicidad en que se produce ante un suceso favorable, y la felicidad se refiere a cómo se valora nuestra existencia de forma general.
- **El amor.** Es una emoción experimentada por una persona hacia otra o hacia un animal, cosa o idea. Diferenciamos distintos tipos de amor según su destinatario.
- **El humor.** Las condiciones en que se encuentra la persona son favorables para hacer alguna cosa, inspiran alegría y mueven a la risa. Puede desencadenarse por gran variedad de estímulos, incluidas algunas drogas.

Emociones ambiguas o neutras

- **Sorpresa:** es una reacción causada por algo imprevisto o extraño. Los estímulos causales son novedosos, irrumpen en nuestra vida, son bruscos e inesperados.
- **Esperanza:** consiste en temer lo peor para ansiar lo mejor; existe una incertidumbre. Se debe diferenciar el optimismo de la esperanza. En el optimismo no existe el ansia y la incertidumbre propios de la esperanza.
- **Compasión:** es una preocupación altruista por el sufrimiento de otros con el deseo de ayudarlos y aliviarlos. Algunos autores la relacionan con la empatía.

ACTIVIDAD

1. Cada uno en un papel, vais a escribir una canción que os evoque una emoción, puede ser cualquiera de ellas. Tenéis que poner vuestro nombre y decir que emoción os evoca y por qué.

ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Funciones de TCAE

Atención integral del paciente (física, social y psíquica). Por tanto el apoyo psicológico y cuidados psíquicos al paciente son instrumentos terapéuticos, curativos, fundamentales para afrontar la enfermedad, la recuperación de la salud o el mantenimiento.

Claves del apoyo psicológico y de los cuidados psíquicos

- Detectar las **necesidades psicológicas básicas** y **conductas anómalas** que influyen en la salud de los distintos tipos de pacientes: crónico, terminal, anciano, niño, etc.
- Prestar **apoyo psicológico básico** para mejorar sus condiciones de vida.
- Ayudar a las personas a **manejar sentimientos negativos** (ira, miedo, ansiedad, etc.) para prevenir y curar las enfermedades.
- Intervenir en la **promoción de hábitos y estilos de vida saludables** en pacientes, familiares y población.
- Promover **actitudes de autocuidado** en asociaciones y grupos de autoayuda.

CASO PRÁCTICO



Lee el siguiente caso práctico y contesta a las preguntas.

Casos prácticos

1

El apoyo psicológico y los cuidados psíquicos

Belén, TCAE en un centro de salud, conoce a Vicente porque acude habitualmente a la consulta para el control de su hipertensión. Desde que se quedó viudo, pide cita con más frecuencia y además, protesta por todo: por lo que tiene que esperar, por el trato que recibe, por el alto precio de las medicinas, porque le molestan los otros pacientes, etc. Y eso crea un ambiente tenso a su alrededor.

Belén ha visto a Vicente varias veces tomándose un café solo con una magdalena de chocolate y un chupito de orujo en el bar del barrio.

- a) ¿Cómo debería Belén enfocar el apoyo psicológico y los cuidados psíquicos en un paciente como Vicente?
- b) ¿Crees que Belén debe utilizar la información que conoce de fuera del centro de salud?

RESOLUCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Detectar las **necesidades psicológicas básicas** y conductas anómalas del paciente.

- Prestar apoyo psicológico básico para mejorar sus condiciones de vida.
- Promover actitudes de autocuidado en asociaciones y grupos de autoayuda.
- Asistir a la persona para que pueda manejar sentimientos negativos como la ira, el miedo o la ansiedad.
- Intervenir en la formación y la promoción de hábitos saludables: de alimentación, de higiene personal y del medio, y sobre la forma de vida del paciente, familiares y entorno

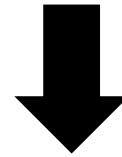
La información que se posea de un paciente **debe usarse con objeto de promover su salud**, aunque esta proceda de fuera del ámbito estrictamente sanitario.

Pero se debe hacer:

- No abordarlo de forma directa. Ya que esto generaría una postura defensiva.
- Dentro de las formas de abordar una entrevista motivacional, no se debe decir lo que tiene que hacer, sino intentar que el propio paciente tome la decisión, ya que esto favorece que los cambios resistentes y duraderos.

PSICOLOGÍA EVOLUTIVA O DEL DESARROLLO

Psicología evolutiva es la rama de la psicología que estudia los cambios que se producen a lo largo de la vida en las distintas áreas del individuo (biológica-motora, cognitiva, emocional y social), estableciendo las diferentes semejanzas entre las personas.



Describir e identificar los cambios que se producen con la edad

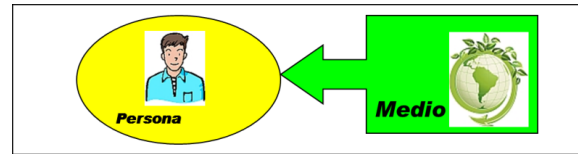
Explicar los procesos de cambio y la influencia de la edad y del entorno

Intervenir en los procesos de desarrollo con el fin de maximizarlos

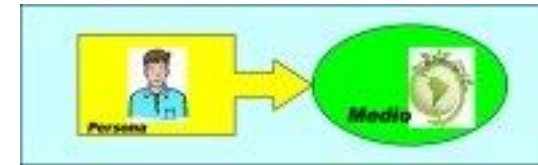
Los expertos debaten sobre la posibilidad que la evolución se produzca como un proceso con **cambios cualitativos o cuantitativos** o incluso si es más importante la **herencia o el entorno**.

LOS TRES MODELOS: EVOLUCIÓN Y DIFERENCIAS

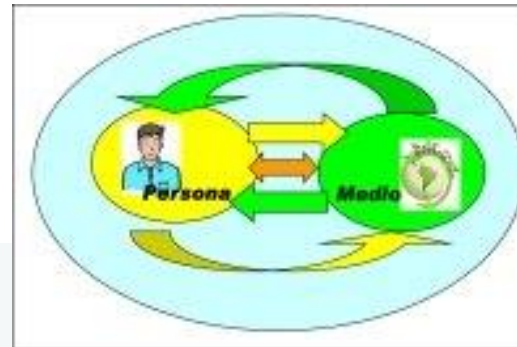
MODELOS TEÓRICOS DE LA PSICOLOGÍA EVOLUTIVA



MECANICISTA



ORGANICISTA



CONTEXTUAL-
DIALÉCTICO

ACTUALMENTE:
CONTROVERSIAS Y
OTRAS PERSPECTIVAS

MODELO MECANICISTA

PROCESO DE DESARROLLO:

Las personas reaccionan mediante estímulos a las condiciones ambientales.

El ser humano nace como "una hoja en blanco" y mediante el aprendizaje se produce el desarrollo.

TEORÍAS

1. EL CONDUCTISMO:
 1. El condicionamiento clásico
 2. El condicionamiento operante
2. APRENDIZAJE SOCIAL: Albert Bandura
3. PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN: Atkinson y Shiffrin

EL CONDUCTISMO

Es una corriente de la Psicología que se centra en el estudio de las leyes comunes que determinan el comportamiento humano y animal, es decir, a través de la experimentación se estudia la conducta observable (prioriza lo objetivo frente a lo subjetivo). Hoy en día es más habitual que se practique en su vertiente **cognitivo-conductual**.

Los conductistas tienden a concebir a los seres vivos como una tabla en blanco cuya **conducta está determinada sobre todo por sus aprendizajes del pasado**, y no tanto por las predisposiciones biológicas. El comportamiento, por tanto, no depende principalmente de fenómenos internos, como los instintos o los pensamientos sino más bien del entorno.

El condicionamiento es un tipo de **aprendizaje derivado de la asociación** entre estímulos y respuestas.

- ✓ Conductismo clásico: Ivan Petrovich Pavlov (1849-1936)
- ✓ Condicionamiento operante o instrumental: Edward Lee Thorndike (1874-1949), Burrhus Frederic Skinner (1904-1990)

EL CONDUCTISMO

Condicionamiento clásico

Ivan Petrovich Pavlov, fisiólogo ruso, estableció que un estímulo incondicionado (no aprendido) produce una respuesta incondicionada; pero si emparejamos un estímulo neutro (que no produce respuesta) con el estímulo incondicionado, podemos obtener la respuesta incondicionada sin necesidad de estar presente el estímulo.

Ejemplo:

Un perro ve la comida (estímulo incondicionado) se da como respuesta la salivación (respuesta incondicionada). Pero ante el sonido de una campana (estímulo neutro) no hay respuesta.

Tras el experimento aparece el condicionamiento: antes el estímulo neutro (la campana) se produce salivación (respuesta condicionada) sin estar presente la comida.

Condicionamiento operante

B. F. Skinner realizó experimentos con palomas y ratas en sus "Cajas de Skinner". En este caso el animal de experimentación, rata, al pulsar un botón recibe alimento (un estímulo deseable), por lo que repetirá la acción de pulsar el botón.

Es decir, es un tipo de aprendizaje que se basa en que si un comportamiento es seguido por una consecuencia positiva (**reforzador**), entonces es más probable que el comportamiento se repita; si un comportamiento es seguido por una consecuencia negativa (**castigador**), entonces es menos probable que el comportamiento se repita.

EL APRENDIZAJE SOCIAL

Albert Bandura

El experimento del muñeco BOBO: *El estudio se llevó a cabo en la Universidad de Stanford. Se dividió a los niños en tres grupos: uno donde se les mostraban adultos golpeando muñecos Bobo, otro grupo veía comportamientos y actividades no agresivas con los muñecos, y el tercero no observó ningún comportamiento relacionado con estos juguetes. Los niños que fueron testigos de los actos agresivos, al estar frente a los muñecos, comenzaron a golpearlos y lanzarlos. Los que no presenciaron esas actitudes violentas no lo hicieron, y en su lugar jugaban con los muñecos o los ignoraban.*

Por lo tanto, Bandura dice que aprendemos por imitación, y la identificación de personas de referencia. En el aprendizaje existe un filtro personal que son variables personales que hacen que la persona decida si adquiere esa conducta o no.



PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

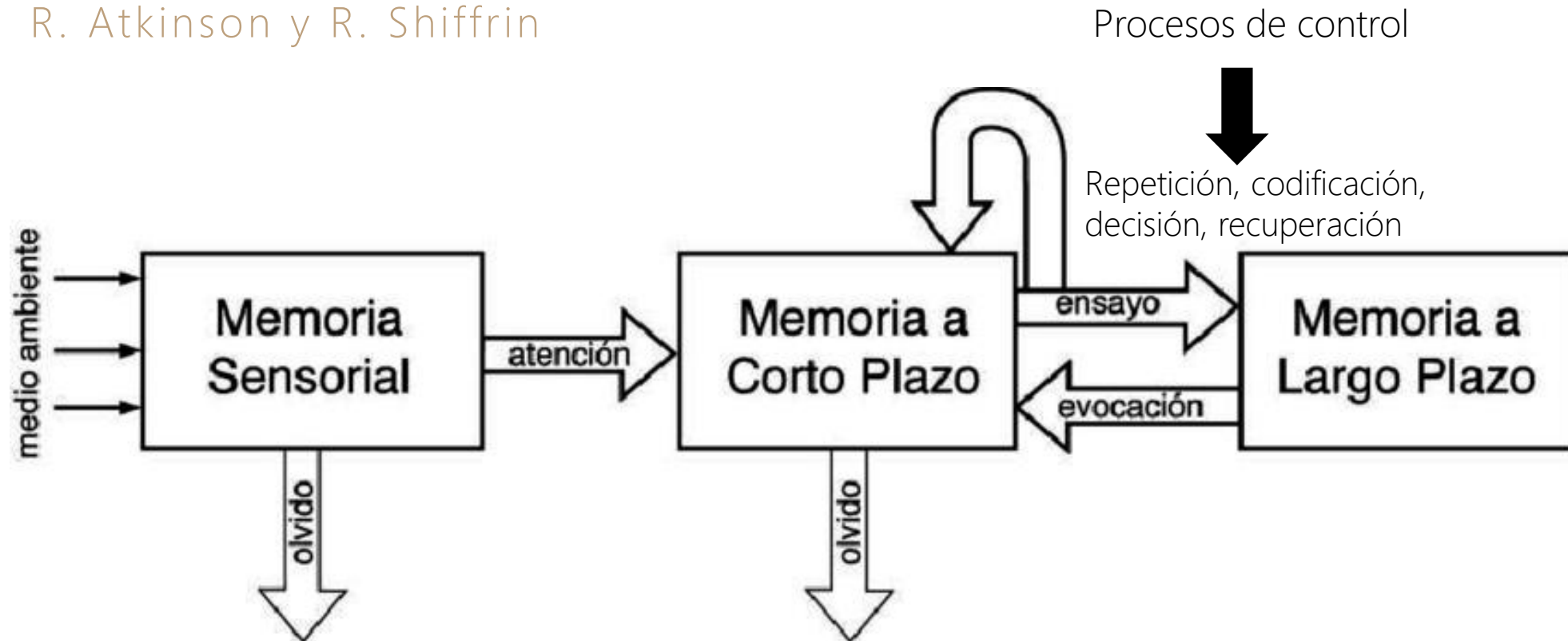
R. Atkinson y R. Shiffrin

Explican el pensamiento comparando el cerebro con un ordenador que introduce datos, los procesa, almacena y los extrae. Según estos autores la memoria se estructura:

- Memoria Sensorial: Nuestros sentidos captan un montón de información de diversos tipos (auditiva, visual...). Esta información debe ser almacenada en algún lugar, antes de ser procesada e incluso atendida. Y aquí es donde entran los registros sensoriales, un almacén temporal para datos que están a la espera de ser procesados. Se ve muy influenciada por la percepción.
- Memoria a corto plazo: La memoria a corto plazo o la MCP es un almacén de memoria que almacena una pequeña cantidad de datos durante un espacio de tiempo breve o muy breve. Esta capacidad suele tener una amplitud para guardar entre 5 y 9 elementos, que se mantienen durante 10 o 20 segundos si no son renovados.
- Memoria a largo plazo: La memoria a largo plazo o la MLP es donde registramos todos los hechos significativos que pueden ser útiles en un futuro. Esta información se guardará en este almacén de forma casi permanente .

PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

R. Atkinson y R. Shiffrin



MODELO ORGANICISTA

PROCESO DE DESARROLLO:

La personas disponen de unas características innatas.
Todo está dado. Como consecuencia de la maduración predeterminada de las estrcuturas orgánicas es cuando podemos aprender.

TEORÍAS

1. TEORÍA PSICOANALÍTICA:
 1. Psicoanálisis de S.Freud
 2. Neopsicoanalíticas de E. Erikson
2. TEORÍA PIAGETIANA
3. TEORÍAS BIOLÓGICAS

TEORÍA PIAGETIANA

Jean Piaget

El desarrollo cognitivo supone la adaptación al medio y esto se hace por:

- ✓ Asimilación: Al principio se interpreta la información del medio según los esquemas mentales. Por ejemplo, si el niño conoce lo que es una cuchara, todo lo que se parezca a esa estructura lo interpretará como una cuchara.
- ✓ Acomodación: Después de las nuevas experiencias e informaciones cambian los esquemas previos. Así, aprenden a diferenciar una cuchara de una pala (por ejemplo).

Estos cambios permiten alcanzar el equilibrio de mejora, esto es, estructuras mentales cada vez más adaptadas al medio.

Periodos del desarrollo:

- Sensosriomotor (0-2 años)
- Preoperacional (2-6 años)
- Operaciones concretas (7-12 años)
- Operaciones formales (<12 años)

PATRONES DEL DESARROLLO COGNITIVO DE PIAGET

ETAPA SENSITIVOMOTORA (0-2 Años)

- Aprenden a través de los sentidos y de su actividad motora
- Determinada por las sensaciones que el niño experimenta y las reacciones motoras ante ellas. Aprende la permanencia del objeto

ETAPA PREOPERATIVO O INTUITIVA (2-7 Años)

- Pensamiento mágico, no lógico. Juego simbólico
- El pensamiento simbólico incluye la capacidad de hablar. Aprenden a interactuar con su ambiente de una manera compleja mediante palabras e imágenes mentales.
- Etapa marcada por el egocentrismo: creen que todas las personas ven el mundo de su modo.
- Animismo: Creen que los objetos inanimados tienen la misma percepción que ellos y pueden ver, oír sentir ...
- Categorización de los objetos: Por tamaño, color forma...
- Conservación: Entienden que la cantidad cambia, aunque cambie la forma.

ETAPA DE OPERACIONES CONCRETAS (7-11 Años)

- Pensamiento lógico, concreto y reversible.
- Puede aplicar la lógica: el niño conoce racionalmente y hace comparaciones lógicas.

ETAPA DE OPERACIONES FORMALES (>11 Años)

- Pensamiento abstracto.
- El desarrollo de operaciones formales junto con el dominio del lenguaje permite al niño acceder al pensamiento abstracto y la crítica que facilita la razón.
- Desarrolla la comprensión del mundo y de la idea de causa-efecto.
- Capacidad para formular hipótesis y ponerlas a prueba para encontrar solución al problema.

TEORÍA BIOLÓGICA O ETOLÓGICA

KONRAD LORENZ

Existen comportamientos y conocimientos innatos, esto es, instintos genéticamente programados. El desarrollo está marcado por lo que he aprendido en la evolución, en la adaptación de la adaptación de la especie.

Así se recoge un inventario de comportamiento, junto con la función biológica. Los sujetos aprenden lo que está programado y esto deben hacer en un momento concreto: periodos sensibles. Lo aprendido en esos momentos deja impronta difícilmente modificable.



DESARROLLO PSICOSEXUAL DE FREUD

Este modelo se basa en la consideración de que el motor de la conducta del individuo es la libido. El individuo busca la gratificación en diferentes zonas erógenas del cuerpo. Sigue 5 etapas del desarrollo psicosexual. En cada etapa la libido se centra en diferentes regiones corporales. La gratificación excesiva en alguna etapa o frustración repentina harán que se desarrollen conflictos dando lugar a alguna fijación.

Etapas	Duración	Región corporal	Obtención de placer	Conflicto	Rasgos asociados a la fijación
Oral	0-18m	Boca	Comer, succionar, morder, balbucear	Sobregatificación o privación por parte de la madre	La fijación en esta fase se relaciona con la personalidad oral receptiva (se sigue buscando placer por medio de la boca: en niños chuparse el dedo, comer excesivamente o morderse las uñas; en adultos provoca dependencia pasiva o ambición excesiva. Disfrutan fumando, comiendo, bebiendo o hablando en exceso). La frustración se relaciona con una personalidad oral agresiva: agresividad verbal y hostilidad
Anal	18- 4 años	Ano	Orinar y defecar, retener.	El entrenamiento de esfínteres	Horror ante los malos olores, pulcritud, egoísmo, autocontrol rígido, agresividad e incluso diferentes modalidades de sadomasoquismo.
Fálica	4-7 años	Genitales	Masturbación	Complejo de electra y Edipo: atracción por el progenitor de sexo opuesto y celos del de su mismo sexo.	Deterioro del desempeño de los roles que la sociedad adjudica a cada sexo. Apego exagerado al progenitor de sexo opuesto, o atracción por personas mucho mayores, a las que utiliza como sustitutos paternos.
Latencia	7-12 años	Las necesidades sexuales están latentes y el niño se interesa por descubrir el mundo exterior, creciendo en los aspectos intelectuales, sociales y morales de la personalidad			
Genital	Más de 12	Los intereses sexuales resurgen al inicio de la pubertad y las personas establecen relaciones sexuales satisfactorias, dentro de las pautas de normalidad que impone la sociedad.			



Lee la descripción del carácter de cada una de estas personas e indica en qué etapa del desarrollo psicosexual quedó fijada su libido:

1. David es un fumador compulsivo. Ha intentado dejarlo en varias ocasiones pero no ha sido capaz. Es consciente de su excesiva dependencia del trabajo pero no reconoce que no tiene suficiente fuerza de voluntad para dejarlo.
2. Antonio es una persona pulcra y perfeccionista, tanto en su vida privada como en el trabajo. Además, es extremadamente dictatorial con las personas con las que se relaciona, e intenta siempre imponer su voluntad
3. Helena presenta una obesidad mórbida. Depende mucho de su familia y sus amigos y es incapaz de tomar una decisión por sí misma. Siente un placer extremo en todas aquellas actividades en las que se utilice la boca, como comer y beber, lo que ha hecho que su peso corporal haya aumentado excesivamente en el último año
4. Leticia es una joven de 24 años que solo es capaz de enamorarse de hombres mucho mayores que ella. Actualmente tiene una relación estable con un hombre de 42 años, viudo y padre de dos hijos.

TEORÍAS NEOPSICOANALÍTICAS

Carl Jung

Para Jung la personalidad está configurada a partir del Yo, Persona y Self: **Yo**: "como un aspecto de la personalidad que es principalmente consciente. [...] El yo es también el centro de nuestra voluntad. **Persona**: Es la estructura que las personas presentan a los otros. **Self (sí mismo)**: Para Jung la estructura más compleja, a la mitad del camino entre el consciente y el inconsciente. Existe un inconsciente colectivo que es el compartido por la humanidad

Erik Erikson

El desarrollo psicosocial: Existe una interacción entre las fuerzas psicológicas internas y las influencias sociales externas. Presentan el desarrollo en 8 etapas, cada una con una crisis. Si se resuelve la crisis, se adquiere la capacidad de esa etapa.

Erich Fromm

Fromm manifiesta que lo social tiene una importancia relevante en la formación de la personalidad y refiere que su configuración está determinada por lo que él llama **carácter social** y **carácter individual**

MODELO CONTEXTUAL-DIALÉCTICO

Existe una interacción entre la biología, socio-cultural, historia... Dependiendo del momento es \pm importante en su desarrollo o aprendizaje.

Bernice Neugarten

Teoría del **ciclo vital**. En el desarrollo existen 3 influencias:

- Normativas según la edad: que ocurre en la mayoría de las personas.
- Normativas según la historia: hacen referencia a lo vivido por pertenecer a una generación.
- No normativas: Experiencias vitales o personales.

Lev Vigotsky

Modelo histórico-cultural.

A diferencia de Piaget, postula que el desarrollo es inseparable del contexto sociocultural y de las interacciones del niño con los adultos y con sus iguales. El lenguaje lo considera la principal herramienta del aprendizaje.

Urie Bronfenbrenner

Teoría ecológica.

Defiende que el desarrollo se produce por el modo en que la persona interacciona con el ambiente que le rodea. De este modo existen diferentes entornos: familia, escuela, familia extendida, vecinos, ideología política, religión, valores, estabilidad del mundo...

LAS ETAPAS EVOLUTIVAS

- Se comprenden mejor los cambios evolutivos si lo organizamos en etapas o franjas de edad:
- En cada una de las etapas se analizan tres ámbitos de cada etapa evolutiva

1. Infancia y niñez
2. Adolescencia y juventud
3. **Adultez**
4. Vejez

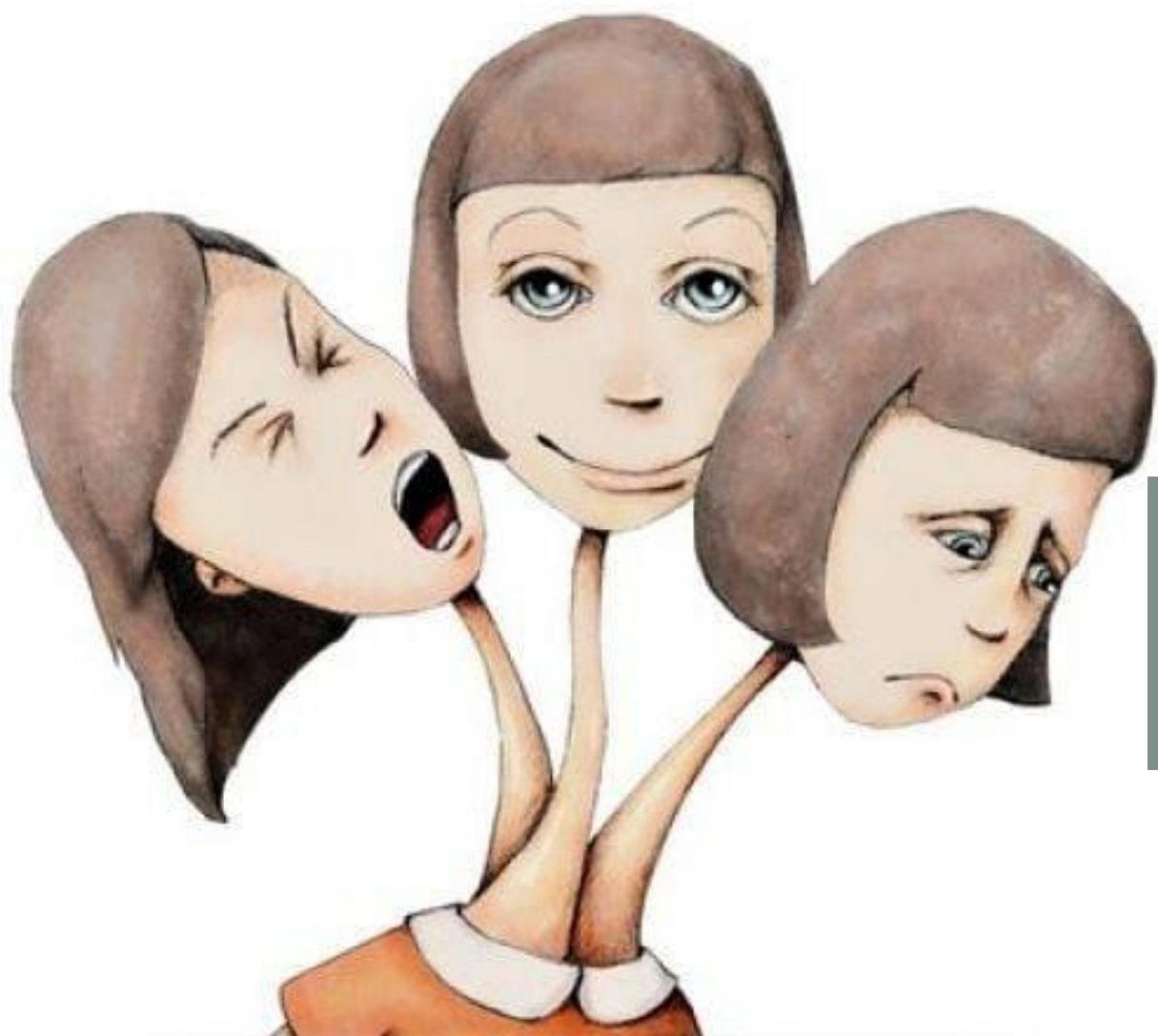


LAS ETAPAS EVOLUTIVAS

LA ADULTEZ

Se considera como una etapa de estabilidad y ausencia de cambios, sin embargo:

- ✓ Nivel físico: Esplendor físico. Con el tiempo se descompensa los procesos hacia el envejecimiento. Existe un equilibrio entre el conocimiento y el bienestar físico.
- ✓ Nivel psicológico: Se juega con la flexibilidad y la contradicción en la resolución de situaciones. Se interrelacionan conocimientos y realidades. Se posee autocontrol. Tendencia a la rigidez mental.
- ✓ Parte afectiva: Desarrollo profesional (realización personal), familia (madurez emocional, capacidad de comunicación), nacimiento y educación de los hijos (madurez emocional).
- ✓ Cambios sociales: Independizarse, formar su familia, marcha de amigos, incertidumbre, pérdida de intereses. El ciclo evolutivo familiar (se producen cambios que conlleva resolución de problemas, negociación, afrontar cambios... En cuanto a la experiencia laboral, se debe adaptar al sistema productivo para alcanzar la satisfacción laboral y conseguir remuneración económica.



PSICOLOGÍA DE LA PERSONALIDAD

PSICOLOGÍA DE LA PERSONALIDAD

Es una organización única y dinámica de las características físicas y psicológicas de una persona que influyen en su conducta y en sus respuestas frente al entorno.

La existencia de la personalidad representa la convicción de que el comportamiento responde a predisposiciones estables y dirige nuestras conductas.

Conducta proactiva

Es una actitud ante la vida que se caracteriza por un comportamiento anticipatorio y orientado al cambio

Conducta reactiva

Menor capacidad de solucionar problemas o adaptarse a los cambios. Reaccionan ante hechos consumados

CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONALIDAD

Características de la personalidad

No implica juicios de valor, es decir, no hay personalidades "buenas" o malas".

Abarca toda la **conducta** del individuo.

Está constituida por **características estables y duraderas**, lo que permite predecir las conductas del individuo.

Se infiere a través de la conducta. La personalidad es una construcción teórica que se ha creado para comprender mejor a la persona.

Es **interactiva**: nos diferencia de los demás pues hace que respondamos de forma distinta a los estímulos (conducta reactiva), pero además provoca que cada uno tenga diferencias en las iniciativas (conducta proactiva).

TEMPERAMENTO:

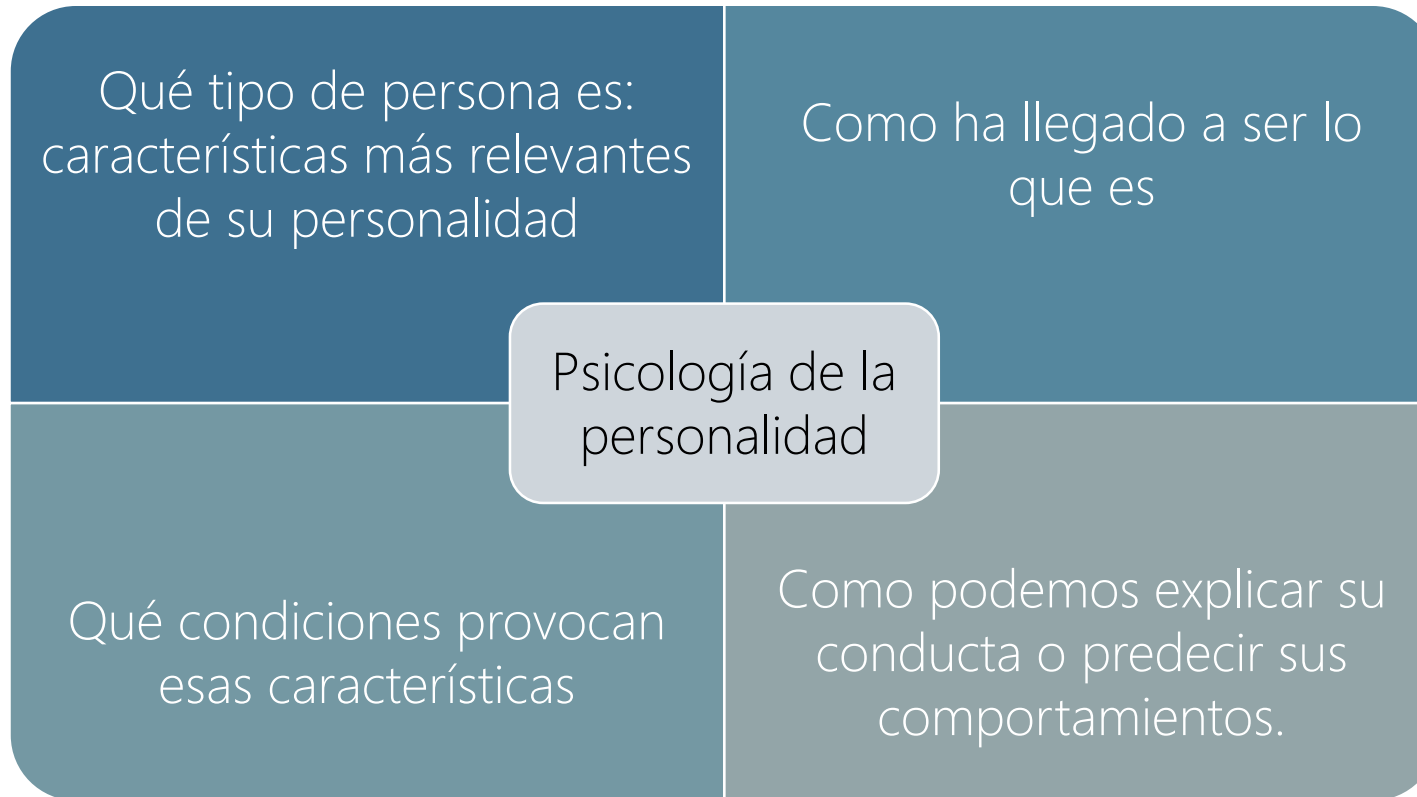
Parte innata de la personalidad, es una constitución heredada. Forma de reaccionar

CARÁCTER

Parte aprendida de la personalidad (costumbres, sentimientos, ideales, valores → comportamientos predecibles
Consecuencia del entorno social e histórica

PSICOLOGÍA DE LA PERSONALIDAD

Estudia la personalidad y las características psicológicas que identifican a los individuos.



MODELOS TEÓRICOS DE LA PSICOLOGÍA DE LA PERSONALIDAD

Modelos de la personalidad

Modelo
psicoanalítico o
pscodinámico

Se moldea por una o más
fuerzas subyacentes
dentro de la persona

Perspectiva de las
disposiciones

La personalidad es un
conjunto de características
duraderas de las que cada
persona posee un grado
de intensidad diferente.

Perspectiva
ambiental

Se moldea por las
condiciones externas. De
esta interacción con el
medio externo, se diseña
su personalidad.

Perspectiva de las
representaciones

La personalidad es un
reflejo de la forma en que
los individuos se
representan mentalmente
(a sí mismos, a los demás
a los objetos y
acontecimientos)

PERSPECTIVAS PSICOANALÍTICAS

Principal representante: Sigmund Freud.

Causas de la conducta: Los sujetos se movilizan a la libido (fuente de energía que usa el individuo).

Ideas fundamentales:

✓ Organización de la mente:

- ❖ Inconsciente: Lugar en el que se almacenan los sentimientos o ideas que generan ansiedad al sujeto. No es directamente accesible, y cuando "salen" ejercen una influencia continua sobre acciones y experiencias conscientes.
- ❖ Preconsciente: Representa la memoria ordinaria. Sus elementos están fuera de consciencia, pero se pueden recuperar con facilidad.
- ❖ Consciente: Es la parte de la mente que conocemos y sabemos lo que piensa.

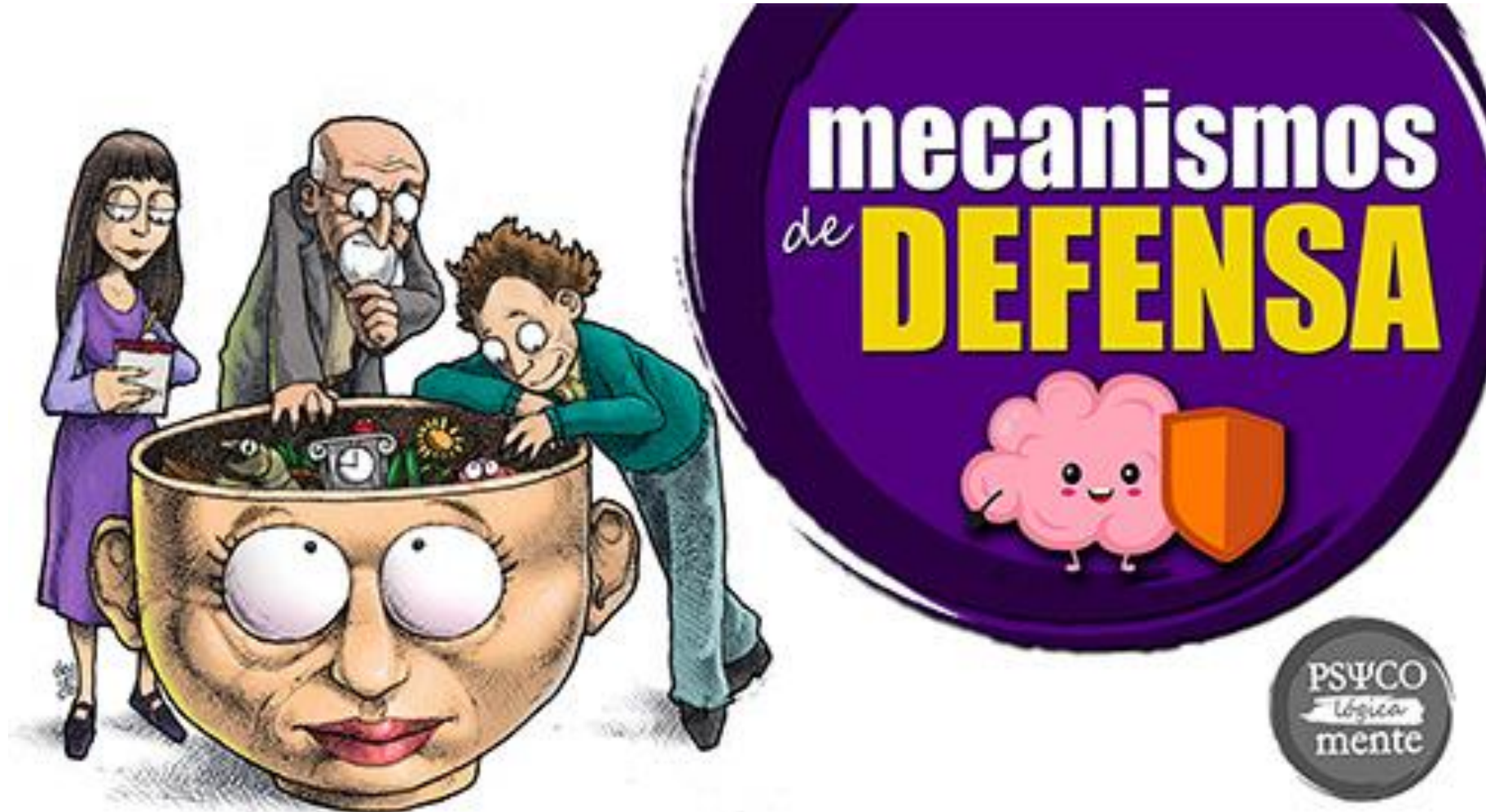
✓ Componentes de la personalidad:

- ❖ Ello (id): Innato. Principio del placer. Busca la satisfacción inmediata de los instintos y no impone restricciones.
- ❖ Yo (ego): Tratan que los impulsos del ello se expresen de una manera adecuada: principio de la realidad.
- ❖ Superyo (super-ego): Diferencia de lo que está mal y se esfuerza por lograr la perfección. Se aprende en la infancia (valores sociales y p/maternos).

Teorías neopsicoanalíticas:

Acentúan la importancia del consciente y del yo, dan más importancia a los factores sociales y culturales. Tienen una visión más positiva. Psicoanálisis alderiano (complejo de inferioridad)

MECANISMOS DE DEFENSA



PERSPECTIVAS DE LAS DISPOSICIONES

Aunque la personalidad es un constructo distinto de cada persona, que los hace únicos e irrepetibles, también es cierto que existen patrones de personalidad concretos (tendencias a ser de una determinada manera) que pueden ser compartidos por muchas personas. Es lo que denominamos **rasgos**. Por tanto, los rasgos son aquel conjunto de características comunes que configuran ciertos tipos de personalidad.

PRINCIPALES REPRESENTANTES: Gordon W. Allport, Eysenck, Costa, McCrae, Kretsemer y Sheldon.

Teoría The big five:
Desarrollada por Dw Fiske y ampliada por otros investigadores como McCrae y Costa (1987)

Modelo P-E-N
(Eysenck). Se concentra en un nº limitado de rasgos

Teorías tipológicas:
Kretschmer y Sheldon

MODELO P-E-N DE HANS EYSENCK

Principal representante: Hans Eysenk

Causas de la conducta: se basa en un enfoque biopsicosocial en el que estos factores genéticos y ambientales determinan la conducta. Existen 3 tipos de rasgos (Psicoticismo, Extraversión y Neuroticismo)

Principales ideas:

Existen un nº limitado de rasgos, 3 básicos:

- **Extraversión:** Reaccionan frente estímulos del entorno (ambiente, social y físico). Es una persona dinámica, sociable, optimista e impulsivo. El extremo opuesto es la introversión que son sobrias reservadas, controladas.
- **Neuroticismo:** Personas que se manifiestan mayor inestabilidad emocional. Son ansioso inquietos, irritables e incluso agresivos. En el otro extremo la persona es ecuánime, calmada y con un alto grado de control emocional.
- **Psicoticismo:** Personas impulsivas, egocéntricas antisociales, con falta de empatía, y mentalidad dura. En contraste con las otras dos dimensiones, el psicoticismo no cuenta con un extremo inverso, sino que es un componente presente en distintos niveles en las persona. Autores consideran que es el autocontrol, sin embargo, el autocontrol se evalúa tanto en el neuroticismo como en la extraversión.

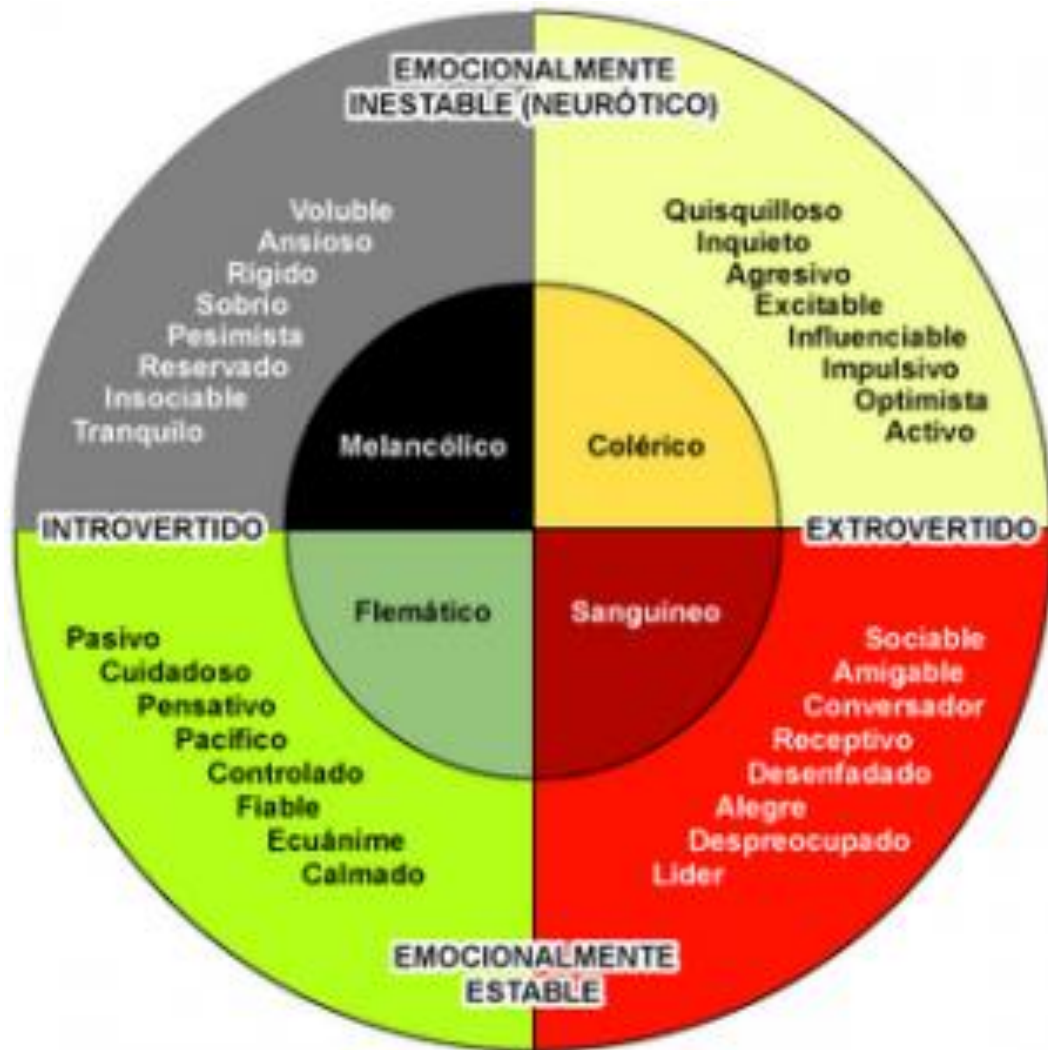
MODELO P-E-N DE HANS EYSENK

Modelo jerárquico de la personalidad en la que hay 4 niveles:

1. Primer nivel: En este nivel se encuentran las respuestas que pueden observarse una vez (respuestas específicas), y que pueden ser o no características de la persona (por ejemplo, vivencias de la vida cotidiana).
2. Segundo nivel: Hábitos. Son las respuestas habituales, que suelen suceder frecuentemente bajo contextos similares (por ejemplo, si se contesta a un test por segunda vez, se darán respuestas similares)
3. Tercer nivel: Rasgos. Son los actos habituales que se ordenan por rasgos (sociabilidad, impulsividad, vivacidad, etc.)
4. Cuarto nivel: Tipos. Este nivel es el más extenso en el sentido de generalidad, y se encuentran los superfactores que he mencionado antes: Neuroticismo, Extraversión y Psicoticismo.

A raíz de la teoría de la personalidad de Eysenck, han surgido varios cuestionarios que son el resultado de más de cuarenta años de desarrollo y gran cantidad de estudios psicométricos y experimentales llevados a cabo en muchos países

MODELO P-E-N HANS EYSENK



Anexo I. Versión española del cuestionario EPQR-A (forma original)

Sub-escala	Clave	Ítem	Descripción
N	Sí	1	¿Tiene con frecuencia subidas y bajadas de su estado de ánimo?
E	Sí	2	¿Es Vd. una persona habladora?
P	No	3	¿Le preocupa tener deudas?
E	Sí	4	¿Es Vd. más bien animado/a?
S	Sí	5	¿Alguna vez ha deseado más ayudarse a sí mismo/a que compartir con otros?
P	Sí	6	¿Tomaría drogas que pudieran tener efectos desconocidos o peligrosos?
S	Sí	7	¿Ha acusado a alguien alguna vez de hacer algo sabiendo que la culpa era de Vd.?
P	Sí	8	¿Prefiere actuar a su modo en lugar de comportarse según las normas?
N	Sí	9	¿Se siente con frecuencia harto/a («hasta la coronilla»)?
S	Sí	10	¿Ha cogido alguna vez algo que perteneciese a otra persona (aunque sea un broche o un bolígrafo)?
N	Sí	11	¿Se considera una persona nerviosa?
P	Sí	12	¿Piensa que el matrimonio está pasado de moda y que se debería suprimir?
E	Sí	13	¿Podría animar fácilmente una fiesta o reunión social aburrida?
N	Sí	14	¿Es Vd. una persona demasiado preocupada?
E	No	15	¿Tiende a mantenerse callado/o (o en un 2º plano) en las reuniones o encuentros sociales?

THE BIG FIVE (O 5 GRANDES) DE COSTA Y MCCRAE

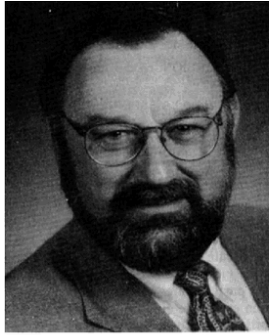
Principales representantes: Costa y McCrae (propuesta por los psicólogos Lewis Goldberg y Warren Norman en la década de 1960)

Causas de la conducta:

Principales ideas: Existen 5 rasgos que se evalúan en el test

1. **Apertura a la experiencia:** Este factor se refiere a la apertura a nuevas ideas, la creatividad y la imaginación. Las personas que puntúan alto en apertura a la experiencia suelen ser curiosas, interesadas en aprender y dispuestas a probar cosas nuevas. Por otro lado, las personas que puntúan bajo en apertura a la experiencia prefieren la estabilidad y la familiaridad.
2. **Conciencia /Responsabilidad:** Este factor se refiere a la responsabilidad y la organización. Las personas que puntúan alto en conciencia suelen ser confiables, cumplen con sus compromisos y son ordenadas. Por otro lado, las personas que puntúan bajo en conciencia pueden ser descuidadas y poco confiables.
3. **Extraversión:** Este factor se refiere a la sociabilidad y la energía. Las personas que puntúan alto en extraversión suelen ser extrovertidas, amigables y disfrutan estar en compañía de otras personas. Por otro lado, las personas que puntúan bajo en extraversión pueden ser tímidas y prefieren estar solas.
4. **Amabilidad:** Este factor se refiere a la empatía y la cooperación. Las personas que puntúan alto en amabilidad suelen ser amables, compasivas y cooperativas. Por otro lado, las personas que puntúan bajo en amabilidad pueden ser menos empáticas y más competitivas.
5. **Neuroticismo:** Este factor se refiere a la estabilidad emocional. Las personas que puntúan alto en neuroticismo pueden ser emocionalmente inestables, preocuparse mucho y experimentar ansiedad o tristeza con facilidad. Por otro lado, las personas que puntúan bajo en neuroticismo suelen ser más estables emocionalmente.

THE BIG FIVE (O 5 GRANDES) DE COSTA T M_CCRAE



Paul T. Costa



Robert R. McCrae

	Sujetos extraños. Grupo A	Grupo B. Sujetos Inmaduros.	Sujetos temerosos Grupo C
Neuroticismo	Alta Correlación: Esquizotípico. Negativa:Esquizoide	Alta correlación	Alta correlación
Extraversión	Muy Baja	Correlación alta en general	Baja en Obsesivo Muy baja Evitativo
Apertura	Dificultad y rigidez	No hay correlación. Elevada en Histriónico	Rigidez
Amabilidad	Falta de confianza	Baja	Alta en Dependiente. Baja en Obsesivo
Responsabilidad	No hay correlación con el factor	Baja	Alta en Obsesivo Compulsivo

Parece claro que la personalidad se mantiene flexible a lo largo de todo el ciclo vital, posibilitando la introducción de cambios que, por una parte, serían fruto del esfuerzo adaptativo del individuo, y por otra, supone el reajuste de las competencias, potencialidades y recursos desde los que la persona seguirá haciendo frente a los retos futuros. (Bermúdez, 2012, p. 178).

El cuestionario, (en castellano), elaborado para hacer operativo el modelo de los cinco factores es el NEO-PI-R (Costa y McCrae 1992), compuesto por 240 ítems en una escala de cinco opciones (de en total desacuerdo a totalmente de acuerdo).

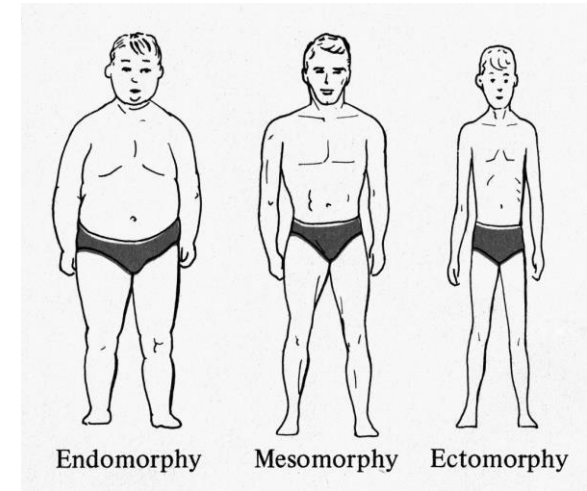
TEORÍAS TIPOLÓGICAS DE LA PERSONALIDAD

Principales representates: Sheldon y Kretchmer

Sheldon: Somatotipos

Las tres variables que establecen se corresponden con el grado de desarrollo de las tres hojas embrionarias: ectodermo (SNC y epidermis), endodermo (órganos internos) y mesodermo (músculos, sanguíneo, urogenital...).

1. Variable endomorfa-viscerotonía: Predomina en ellos el tronco sobre las extremidades. Débiles muscularmente. Con contornos redondeados. De reacciones lentas, tolerantes, extrovertidos y de comunicación fácil.
2. Variable Mesomorfa-somatotonía: Se caracterizan por que tienen un cuerpo fuerte con huesos y músculos poderosos. Aman el riesgo, su carácter es enérgico y presentan una agresividad competitiva.
3. Variable Ectomorfo-cerebrotonía: Extremidades largas, delgados y más débil muscularmente. Prefieren la intimidad, son reservados y sus reacciones son rápidas y su atención excesiva.



TEORÍAS TIPOLÓGICAS DE LA PERSONALIDAD

Principales representantes: Sheldon y Kretschmer

Kretschmer: Tipología y temperamento

1. Leptosómico → T. Esquizotímico: Estatura elevada, tronco, extremidades y cara alargados. Manos y pies grandes se asocia con un temperamento Esquizotímico: Poco comunicativos, retraídos, tímidos. Aparentan frialdad exteriormente; sensibles en el interior. Poco influenciados por factores ambientales externos.
2. Pícnico → T. Ciclotímico: Baja estatura, corpulento, tronco redondo y con extremidades cortas al igual que el cuello. Cabeza redonda. Son Extrovertidos, bondadosos, excitables desproporcionalmente, alegres. Estado de ánimo muy cambiante.
3. Atlético → T. Viscoso: De constitución atlética. Son inestables emocionalmente. Tranquilos y reposados. Soberbios, pedantes..
4. Displásico → T. Desequilibrado: Corresponde con un desarrollo corporal que se aparte del tipo medio y habitual (ej acromegalia). Psicológicamente puede obedecer a cualquiera de los grupos anteriormente expuestos.

PERSPECTIVAS AMBIENTAL

Principales representantes: Skinner, Bandura y Mitchel.

Causas de la conducta: Aprendizaje social y experiencias previas.

Ideas fundamentales:

- **Conductismo (Skinner)**: Las conductas dependen del ambiente.
- **Aprendizaje social (Bandura)**: Existe una interacción entre ambiente, aprendizaje y cognición (Percepción).
- **Aproximación cognoscítica social (Mitchel)**: La conducta se determina por las exigencias y restricciones de la situación, las variables de la persona y las interacciones entre las situaciones y las personas.

TEORÍAS CONDUCTIVAS DE LA PERSONALIDAD

Principal representante: Skinner

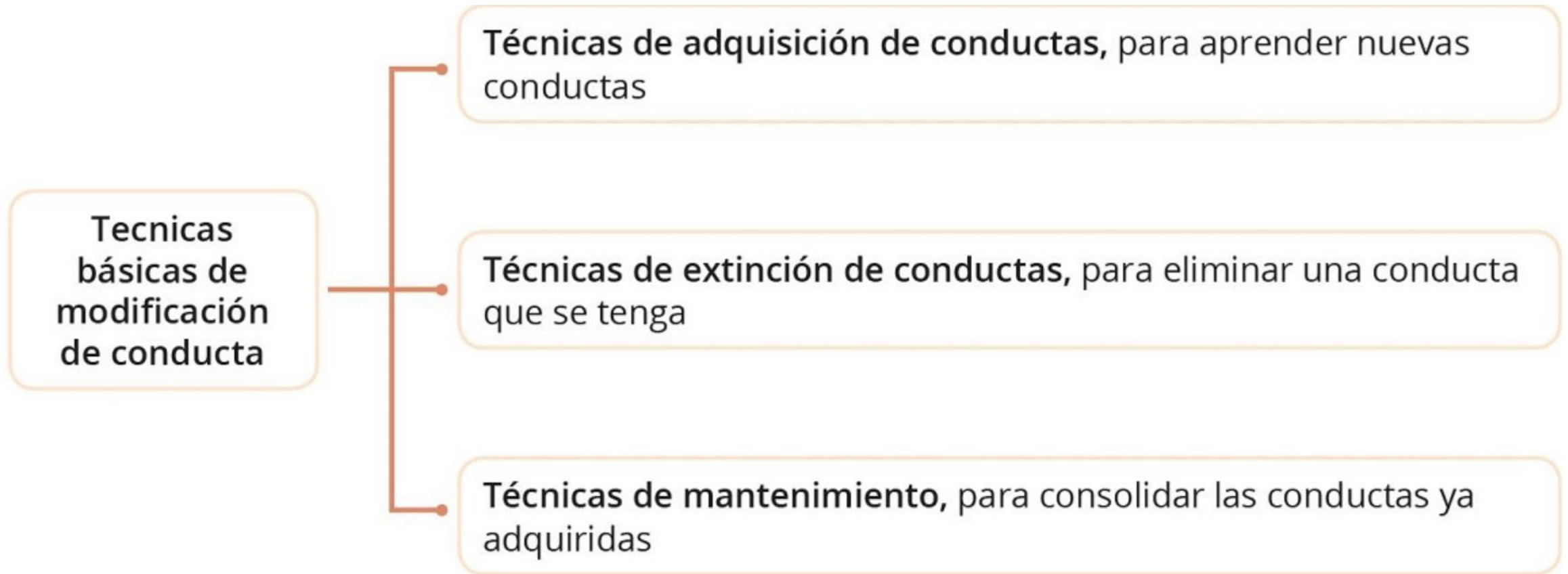
Causas de la conducta: Se propone un cambio conductual por condicionamiento operante. El condicionamiento operante se basa en la idea de que el comportamiento de una persona es moldeado por las consecuencias que le siguen.

Terapia conductual: procedimientos dirigidos a producir cambios en la conducta e implica hacer un **análisis conductual**. Para ello se analizan los **desencadenantes** (antecedentes) y los **reforzadores** (consecuencias que mantienen la conducta).

El proceso de condicionamiento operante implica tres componentes principales: **el estímulo, la respuesta y la consecuencia**:

- ✓ El **estímulo** es cualquier cosa que desencadena una respuesta.
- ✓ La **respuesta** es la conducta del individuo en respuesta al estímulo.
- ✓ La **consecuencia** es el resultado de la respuesta, que puede ser positiva o negativa. Si la consecuencia es positiva, es decir, si recompensa la conducta, entonces el comportamiento es más probable que se repita en el futuro. Si la consecuencia es negativa, es decir, si castiga la conducta, entonces el comportamiento es menos probable que se repita en el futuro.

TEORÍAS CONDUCTIVAS DE LA PERSONALIDAD



TEORÍAS CONDUCTIVAS DE LA PERSONALIDAD

TÉCNICAS DE ADQUISICIÓN

1.

- **Reforzamiento positivo:** aumenta la frecuencia de una conducta porque tiene una consecuencia positiva. Por ejemplo, dar un caramelo a un niño cuando ha hecho algo bien.
- **Reforzamiento negativo:** incrementa la frecuencia de una conducta porque se elimina un hecho aversivo posterior. Por ejemplo, coger un paraguas para evitar mojarse si llueve.
- **Modelado o aprendizaje por imitación:** así, si observamos que a otro compañero lo felicitan por su actitud, repetiremos esa conducta para obtener también reconocimiento.
- **Moldeado:** se trata de generar poco a poco una conducta que el individuo no tiene. Por ejemplo, cuando enseñamos a un niño diabético cómo debe inyectarse.
- **Premack:** conseguir una conducta menos deseada asociándola a una que gusta. Por ejemplo, si un estudiante podrá ir al festival de cine si consigue estudiar una hora todos los días.

TÉCNICAS DE EXTINCIÓN

2.

- **Extinción:** eliminar una conducta evitando todos los reforzadores. Por ejemplo, un niño hospitalizado que grita para llamar la atención; se ignorará este comportamiento para que no lo repita.
- **Tiempo fuera:** sacar al sujeto de la situación donde manifiesta la conducta. Se le sacaría del ambiente en el que actúa de esta manera durante un breve periodo de tiempo.
- **Castigo:** eliminar una conducta gracias a aplicar un estímulo aversivo. Si el niño, a pesar de todo, sigue gritando, se le castiga, por ejemplo, a no ver la televisión ese día por molestar.
- **Reforzamiento de respuestas incompletas:** se pretende que se tenga una conducta positiva en vez de una inadecuada. Cuando el niño se queda hablando con su compañero de habitación no llama la atención con sus gritos. Así, cada vez que veamos que habla con su compañero, lo alabaremos por lo sociable y agradable que es.
- **Coste de respuesta:** retirar un reforzador positivo por la aparición de una conducta inadecuada cuando el sujeto ya poseía la conducta deseable. El niño, por no gritar, había conseguido que el payaso pasase a verle; si vuelve a gritar, el payaso no irá.
- **Saciedad o sobrecorrección:** repetir un estímulo con tanta frecuencia que pierde sus propiedades de reforzador para convertirse en una situación que genera disgusto y se querrá evitar. Si persiste en su actitud, se le obliga a grabarse y a oír durante una hora sus gritos de forma constante.

TEORÍAS CONDUCTIVAS DE LA PERSONALIDAD

TÉCNICAS DE MANTENIMIENTO

3.

3.1 Programas de reforzamiento continuo. Si la conducta ha sido adquirida recientemente. Solo se produce el reforzamiento cuando se repita la conducta.

3.2 Programas de reforzamiento intermitente. Trabajan sobre conductas que ya se han adquirido adecuadamente y se han generalizado. Tratan de ir eliminando el reforzamiento para que la conducta se sistematice.

¿SON EFECTIVOS LOS CASTIGOS?

TEORÍA DE LA PERSONALIDAD DE BANDURA

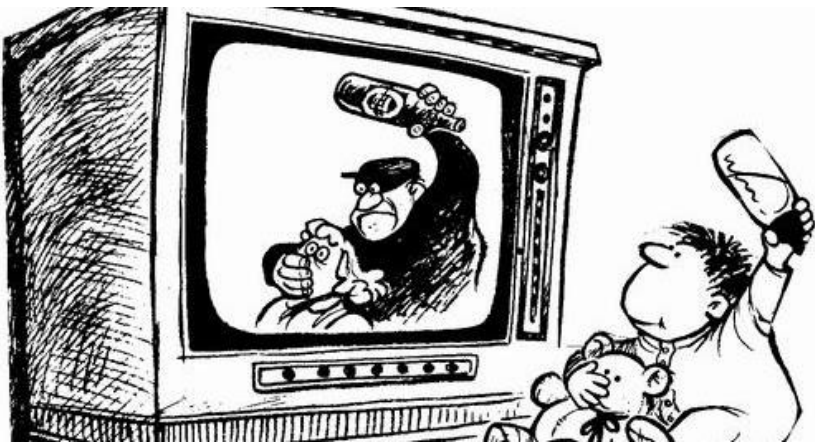
Principal representante: Bandura

Causas de la conducta: La personalidad no se asocia solo a la influencia del ambiente, también aprendizaje y cognición. El ambiente causa la conducta, ciertamente, pero *la conducta también causa el ambiente*. Este concepto, bastante innovador, fue denominado **determinismo recíproco**.

Esta teoría se basa en la idea de que los niños aprenden en contextos sociales a través de la observación y de la imitación del comportamiento que presenciaron. Es decir, propone que el niño y la niña se ven afectados por la influencia de otros. La autorregulación sería las actividades que permiten controlar nuestro comportamiento.



Albert Bandura



El estudio se llevó a cabo en la Universidad de Stanford. Se dividió a los niños en tres grupos: uno donde se les mostraban adultos golpeando muñecos Bobo, otro grupo veía comportamientos y actividades no agresivas con los muñecos, y el tercero no observó ningún comportamiento relacionado con estos juguetes. Los niños que fueron testigos de los actos agresivos, al estar frente a los muñecos, comenzaron a golpearlos y lanzarlos. Los que no presenciaron esas actitudes violentas no lo hicieron, y en su lugar jugaban con los muñecos o los ignoraban.

TEORÍA DE LA PERSONALIDAD DE BANDURA



TEORÍA DE LA PERSONALIDAD DE MISCHEL

Principal representante: Walter Mischel

Causas de la conducta: el comportamiento de una persona está influenciado por dos factores: los atributos específicos de una determinada situación y la forma en que la persona percibe la situación. En oposición a las teorías cognitivo-sociales tradicionales, Mischel explicó que una persona únicamente se comporta de manera similar cuando es altamente probable que estas acciones produzcan los mismos resultados.

Ideas fundamentales:

Según Mischel, existen cinco variables de la persona que contribuyen a las condiciones de una situación determinada. Son utilizadas para predecir cómo es más probable que se comporte una persona.

- **Competencias:** nuestras aptitudes intelectuales, así como también nuestras habilidades sociales.
- **Estrategias Cognitivas/codificación:** las diferentes percepciones de un determinado evento. Por ejemplo, lo que puede ser "amenazador" para ti puede ser "desafiante" para otra persona.
- **Expectativas:** los resultados esperados de los diferentes comportamientos, obtenidos por la persona dentro de su mente.
- **Los valores subjetivos:** Cada individuo da un valor subjetivo a los resultados o consecuencias de su conducta.
- **Sistemas de autorregulación:** el conjunto de reglas y normas a las que las personas se adaptan para regular su comportamiento.

PERSPECTIVA DE LAS REPRESENTACIONES

Principales representantes: Rogers y Maslow.

Casus de la conducta: se centran en las elecciones individuales, y ninguna de las dos sostiene que la biología es determinista. Ambos enfatizaron el libre albedrío y la autodeterminación que tiene cada individuo para convertirse en la mejor persona que puedan llegar a ser. Se centraron en el potencial de crecimiento de individuos sanos y contribuyó enormemente a la comprensión del self (el "sí mismo" , el "Yo").

Ideas fundamentales: La personalidad refleja la forma en la que la gente imagina su entorno y lo experimenta de forma consciente (esta perspectiva ignora lo inconsciente). Existe una tendencia innata a la realización:

- ✓ Todos queremos cubrir nuestras necesidades biológicas.
- ✓ Cada uno quiere realizar sus ideales (necesidades).

APROXIMACIÓN FENOMENOLOGÍA DE CARL ROGERS

En su teoría de la personalidad, pone énfasis en la libertad de los individuos a la hora de tomar el rumbo de sus vidas, y por tanto rechaza las teorías deterministas del psicoanálisis.

Las personas tienen el propósito de buscar congruencia (equilibrio) en tres áreas de sus vidas: la autoestima, la autoimagen o imagen de sí mismo (El autoconcepto) y el Yo ideal.

EL AUTOCONCEPTO:

Hace referencia a la descripción que una persona realiza de sí misma a través del uso de adjetivos y reflexiones que remiten a sus capacidades, sus virtudes, su talento, sus habilidades, los rasgos del modo de ser, las cualidades propias... es decir, todos aquellos matices que una persona identifica como propios cuando se describe a sí misma; a través de la experiencia y de la retroalimentación de la gente que le rodea.

Rogers creía que las personas son buenas y creativas de forma inherente, y que se vuelven destructivas solo cuando un auto-concepto pobre (la imagen que tenemos de nosotros mismos) o las limitaciones exteriores invalidan el proceso de alcanzar el potencial.



APROXIMACIÓN FENOMENOLOGÍA DE CARL ROGERS

La **AUTOESTIMA** aceptación o rechazo, que posee un sujeto hacia sí mismo que puede ser aceptación o rechazo. Es una visión más emocional (subjetiva) del autoconcepto.

El auto concepto es la imagen que tenemos de nosotros mismos, la autoestima es la valoración subjetiva de dicha imagen.

1. **Retroalimentación social:** como nos valoran.
2. **Comparación social:** Referencia soí somos más o menos respecto a otros.
3. **Éxitos y fracasos:** Informan sobre los niveles de competencia personal, generan poder e influencia, dirigen la atención de otros sobre nosotros y a veces reciben apreciación social.
4. **Los factores sociales y culturales:** concordancia de los valores de la comunidad.

TEORÍA DE LA PERSONALIDAD DE MASLOW

Principal representante: Abraham Maslow

Causas de la conducta: Maslow presenta jerárquicamente las necesidades humanas y establece que las personas están motivadas para satisfacerlas.

Ideas principales:

Maslow recogió esta idea y creó su ahora famosa **jerarquía de necesidades**. Además de considerar las evidentes agua, aire, comida y sexo, el autor amplió 5 grandes bloques: las necesidades fisiológicas, necesidades de seguridad y reaseguramiento, la necesidad de amor y pertenencia, necesidad de estima y la necesidad de actualizar el sí mismo (self); en este orden.

Cuando las necesidades básicas no están satisfechas, no puedes dedicarte a llenar tus potenciales.



TEORÍA DE LA PERSONALIDAD DE MASLOW

Ideas principales:

Las necesidades fisiológicas. Estas incluyen las necesidades que tenemos de oxígeno, agua, proteínas, sal, azúcar, calcio y otros minerales y vitaminas, mantener pH o la temperatura. Otras necesidades: a dormir, a descansar, a eliminar desperdicios, evitar el dolor y a tener sexo.

- **Las necesidades de seguridad y reaseguramiento.** Cuando las necesidades fisiológicas se mantienen compensadas, empezarás a preocuparte en hallar cuestiones que provean seguridad, protección y estabilidad.

- **Las necesidades de amor y de pertenencia:** de amistad, de pareja, de niños y relaciones afectivas en general, incluyendo la sensación general de comunidad.

- **Las necesidades de estima.** A continuación empezamos a preocuparnos por algo de autoestima. Maslow describió dos versiones de necesidades de estima, una baja y otra alta. La baja es la del respeto de los demás, la necesidad de estatus, fama, gloria, reconocimiento, atención, reputación, apreciación, dignidad e incluso dominio. La alta comprende las necesidades de respeto por uno mismo, incluyendo sentimientos tales como confianza, competencia, logros, maestría, independencia y libertad.

- **Auto- actualización :** la autorrealización es un proceso de crecimiento y desarrollo personal para alcanzar el máximo potencial individual. Se entiende como el uso de talentos, capacidades, potencialidades y el individuo se preocupa por el crecimiento personal.

PATRONES Y PAUTAS DE COMPORTAMIENTO R/C SALUD

- Existe relación entre los estados de salud y los comportamientos y su personalidad.
- Existen características de la personalidad que nos permite un mantenimiento de la salud más exitoso: flexibilidad, persistencia, optimismo, seguridad...

- ✓ Sentido de la coherencia: Controlar los elementos estresantes que inciden en la salud.
- ✓ Fortaleza de carácter: Compromiso con la vida (valorar las experiencias); superar los retos, control de las situaciones.
- ✓ Optimismo: Tener unas expectativas positivas.
- ✓ Autoestima: Con efectos protectores sobre la salud, prevención de las enfermedades y el éxito terapéutico.

TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD

Theodore Millon propuso un modelo biosocial que existe un continuo entre lo "normal" y lo "patológico". De forma general las personas **"normales"** son más flexibles y se adaptan mejor al entorno; mientras que aquellas con trastornos de personalidad son más rígidas.

El DSM V (Manual Diagnóstico y estadístico de Trastornos Mentales) define al Trastorno de Personalidad como un patrón de conducta y pensamiento inflexibles que se desvían drásticamente de lo esperable según la cultura a la que pertenece el sujeto

CRITERIOS DSM V PARA TRASTORNO DE LA PERSONALIDAD

- A. Patrón **permanente** de experiencia interna y de **comportamiento** que se aparta de las expectativas de la cultura del sujeto. **≥ 2 áreas.**
- 1) Cognición (percepción)
 - 2) Afectividad (respuesta emocional).
 - 3) Actividad interpersonal.
 - 4) Control de los impulsos.
- B. **Inflexible** y afecta una amplia gama de situaciones.
- C. **Malestar** significativo o **deterioro** social, laboral u otras áreas importantes.
- D. **Estable** y de **larga duración** con inicio en A o EA.
- E. No se atribuye a otro trastorno mental.
- F. No se debe a los efectos de una sustancia o enfermedad médica.

Cuando se lleva adelante la evaluación de la personalidad de un sujeto con el Manual DSM se deben tener en cuenta factores como:

- **La cultura:** de dónde viene el sujeto, si es religioso, tiene tendencia a lazos gregarios fuertes, se ha mudado de cultura en el último tiempo, etc.
- **La edad:** es fundamental comprender por qué proceso propio de la edad está haciendo un recorrido el sujeto de la evaluación. Por ejemplo, no es lo mismo evaluar a un niño de 8 años, que a un adolescente de 15.
- **El sexo:** intrínsecamente relacionado con la cultura de donde el sujeto proviene, es qué sexo tiene y qué construcción de género se le ha impuesto en su desarrollo.

TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD

MANUAL TRANSTORNO Y ESTADÍSTICO DE LOS TRANSTORNOS MENTALES (DSM 5) QUE INCLUYE 4 GRUPOS DE PERSONALIDAD

GRUPO A Raros excéntricos

Fríos distantes
Rencorosos
Asociado con
personalidad
esquizoide,
esquizotípico y
paranoide



GRUPO B Dramáticos/emotivos/ impredecibles

Expresividad
emocional
desbordada
Trastornos: antisocial,
narcisista, histriónica



GRUPO C Temerosos(ansiosa)

Pasividad personal y
sufrimiento
Trastornos: por evasión,
dependiente y TOC



Otros transtornos

Aquellos que no se
pueden incluir en los
otros grupos

"TEST" DE RORSCHACH

El test de Rorschach se utiliza en la psicología principalmente para **evaluar a personalidad** de las personas.

El test de Rorschach es una **técnica proyectiva** que **tiene como objetivo principal investigar y conocer todos los rincones de la mente del hombre**, desde las ideas más evidentes hasta los miedos más profundos.

Lo que se hace es analizar las interpretaciones que cada persona hace de distintas manchas de tinta. A partir de ahí, se obtienen diferentes resultados que van desde la consideración de que una persona es más equilibrada o "normal", hasta una más inestable emocionalmente, entre otras caracterizaciones.

