

ASPECTOS SOCIALES DE LA PERSONALIDAD

Indice

- [Introducción](#)
- [Teorías implícitas](#)
- [Yo](#)
- [EMOCIONES](#)
- [LA ADAPTACIÓN Y EL PROCESO DE ENFRENTAMIENTO A LOS PROBLEMAS.](#)
 - [Normalidad](#)
 - [Frustración](#)
 - [Efectos de la frustración:](#)
 - [Desamparo aprendido \(Seligman\)](#)
 - [Ansiedad y tensión](#)
 - [Autorregulación y dominio:](#)
 - [Identificación sexual](#)
 - [Conducta agresiva y de dependencia](#)

Introducción

Atribución causal: las personas siempre perciben el comportamiento como causado por algo, incluso cuando las situaciones son azarosas. De ellas va a depender la comprensión de la interacción, sus sentimientos acerca de los otras personas y sus conductas futuras. Los hechos pueden ser atribuidos a factores externos o internos.

El origen de la causalidad parte de las siguientes suposiciones:

1. La comprensión de la conducta social de las personas se basa en cómo éstas perciben e informan acerca de su mundo social.
2. Los sujetos necesitan predecir y controlar sus ambientes; si no, el desvalimiento es muy grande.
3. Existen semejanzas básicas entre la percepción de objetos y personas, es decir, no existen diferencias en cómo predecimos el ambiente físico y la conducta de los otros.

Teorías implícitas

TEORÍAS IMPLÍCITAS	TEORÍAS CIENTÍFICAS
Se construyen basándose en el aprendizaje	El cuerpo de conocimiento que manejan ha

espontáneo, donde la información es extraída de nuestras experiencias con el mundo que nos rodea.	sido formalizado con el uso, la experimentación y la contrastación (Todas objetivas).
El conocimiento permanece implícito, interno; a no ser que se requiera ser expresado o explicitado.	Uno de los elementos más importantes es dar a conocer el conocimiento a la comunidad científica.
Se aplican al mundo real, donde a veces los problemas no están bien definidos, faltan datos y no son manipulables; pueden existir varias soluciones.	Las situaciones son creadas artificialmente para poner a prueba los supuestos teóricos
El conocimiento que acumula sirve para reconocer problemas prácticos inmediatos. El resultado se ve a corto plazo.	También resuelve problemas comunes, pero la respuesta debe ser totalmente eficaz. Se deben generalizar los resultados, lo que puede implicar cierto tiempo.
Cuando la persona encuentra una solución, ya no le interesan otras alternativas.	Se busca eficacia a largo plazo, por lo tanto, va a hacer un estudio exhaustivo de todas las posibles soluciones, para ver cual de ellas es la mejor.

La formación de las teorías implícitas se da a través de 2 medios:

1. Perspectiva individual: construir nuestras impresiones a partir de nuestras interacciones con el medio físico y social.
2. Perspectiva cultural: porque nosotros pertenecemos a una comunidad sociocultural específica, la que nos transmite determinada información acerca de nuestra vida diaria.

Obviamente ambas perspectivas están incluidas y son influidas mutuamente, por lo tanto, todas las construcciones personales, que surgen de la experiencia y que en su mayoría son sociales y culturales, nos van a ayudar a elaborar nuestro conocimiento acerca del mundo.

No existe una postura única acerca de la realidad, porque es interpretada desde diferentes marcos.

Todo este conocimiento no es consciente, se adquiere casi automáticamente. Nos permite explicarnos rápidamente los acontecimientos, pero a través de un proceso subjetivo. Surgen las creencias.

Las teorías implícitas tienen 3 características:

1. Estabilidad: en general, tienden a mantenerse estables a lo largo del tiempo. Son muy resistentes al cambio porque vamos a ignorar y olvidar todo aquello que no encaje con nuestra explicación aunque la información nueva sea contradictoria. La primera impresión es la que más perdura (efecto de primacía).

2. Influencia cultural: las teorías implícitas reflejan y son el resultado de las particularidades culturales, por lo tanto, las normas, los valores, las costumbres y los modos de organización social van a influir en nuestras opiniones y en nuestras creencias y, por ello, en nuestras teorías implícitas.
3. Puntos de referencia: para las predicciones y tomas de decisiones, es decir, lo que vamos a hacer finalmente va a depender de nuestras teorías implícitas.

Las teorías implícitas van a operar a 2 niveles:

- Nivel de conocimiento: cuando la persona utiliza la teoría en forma explícita y, por lo tanto, reflexiona acerca de ello.
- Creencias: se utilizan las teorías de modo pragmático, para interpretar situaciones, comprenderlas y predecirlas.

De aquí también se va a desglosar todo lo que nosotros pensamos acerca de nosotros mismos.

Yo

(William James, en 1890, plantea la existencia de 2 yo: el yo actor y el yo observador)

Autoesquema:

concepto de sí mismo, autoconcepto. Es una organización de conocimiento preexistente sobre el yo, derivada de la experiencia pasada y que va a determinar cómo la persona procesa la nueva información acerca de sí mismo y de cómo la va a seleccionar. Es una forma de categorizar nuestra propia conducta, sobretodo en base a lo que hacen y tienen las personas significativas para nosotros, dependiendo de esto, percibiremos sólo cierta información.

Cuando las personas almacenan repetidas experiencias de cierto tipo, sus autoesquemas van a ser altamente resistentes a la información inconsistente o contradictoria y pueden negar o reinterpretar esta información.

Autoestima:

una parte del concepto de sí mismo y es el juicio personal, valórico que hace el sujeto de sí mismo.

Autoeficacia:

mucho más específica que el autoestima. Es la creencia que tiene el sujeto de que es capaz o no de realizar los actos que demanda una situación particular. Le va a permitir al sujeto predecir su conducta.

EMOCIONES

Una de las cualidades básicas de yo es la expectativa de las emociones y esto tiene que ver con la percepción. Éstos pueden ir de sensaciones a emociones intensas. Las emociones van a producir reacciones viscerales o fisiológicas (SNA).

Estas emociones pueden producir entre los cambios fisiológicos: taquicardia o bradicardia, sudoración, salivación, dolor de estómago, etc.; que son reacciones de nuestro cuerpo frente a amenazas reales o no.

W. James: las emociones ocurren después de las reacciones fisiológicas.

S. Schachter: teoría cognoscitiva fisiológica: la emoción implica 2 cosas:

1. Un estado de estimulación fisiológica difusa.
2. Una interpretación de esta emoción por parte del sujeto.

La interpretación de las emociones es bastante subjetiva. Los cambios son bastante sutiles, lo que sí está claro es que existe un estado difuso de estimulación fisiológica y la interpretación cognitiva que nos hagamos de esto nos va a llevar hacia donde nosotros la desviemos; y esto va a depender en gran medida de qué es lo que está produciendo la estimulación, por lo tanto, la etiqueta que le asignamos a una emoción va a depender en gran medida de la fuente de la emoción y de nuestra respuesta frente a ella, influenciado por nuestras experiencias previas. Nuestra experiencia depende de nuestra cultura.

Cuando nosotros no entendemos lo que estamos sintiendo, vamos a buscar la respuesta en el ambiente. Cuando comprendemos lo que nos está pasando, lo situacional pasa a segundo plano.

Mientras más no conozcamos, más claro tenemos lo que sentimos.

El autoesquema y la autoestima van a tener directa relación con nuestra capacidad de adaptarse al mundo.

LA ADAPTACIÓN Y EL PROCESO DE ENFRENTAMIENTO A LOS PROBLEMAS.

Normalidad

(Coderch) se habla de cinco criterios de normalidad, pero ninguno dice mucho por sí mismo, por lo tanto se deben complementar. En general hay consenso en decir que deben existir ciertas conductas para hablar de una persona normal: responsabilidad social, autocontrol, etc.; pero que en general tienen que ver con los conceptos humanistas, es decir, la persona autoactualizada que vive en el presente, que se acepta como es, etc..

1. NORMALIDAD COMO SALUD: se refiere a un buen funcionamiento del cuerpo y del psiquismo donde no hay enfermedades.
2. NORMALIDAD ESTADÍSTICA: basado en la curva de Gauss. La norma es el promedio. Los puntos de corte son arbitrarios; las desviaciones por exceso y por deficiencia son anormales. Depende mucho del grupo de referencia.
3. NORMALIDAD SOCIAL: la norma depende del grupo social en que estemos inmersos como grupo de referencia.
4. NORMALIDAD NORMATIVA: basada en la imagen ideal (conceptos humanistas), el llegar al estado óptimo.
5. NORMALIDAD PSICODINAMICA: capacidad de manejar adecuadamente los procesos mentales inconscientes y, por lo tanto, lograr un equilibrio armónico entre las instancias psíquicas. Depende de las experiencias y la capacidad de aceptarse como uno es.

Frustración

Las personas necesitan ser capaces de controlar nuestra frustración para ser capaces de aceptarnos. Un criterio de salud mental es una buena capacidad de tolerancia a la frustración.

Siempre vamos a estar expuestos a frustraciones y desde muy pequeños. Frustración se define como "ocurre cuando una secuencia de conducta encaminada hacia un determinado objetivo se ve interrumpida de modo que no se logra terminar y los objetivos deseados se retrasan o se cancelan". Mientras más cerca estamos de lograr el objetivo y éste se bloquea, mayor es nuestra frustración, por lo tanto se relaciona directamente con nuestras expectativas. Es mayor cuando se relaciona con características personales permanentes.

La persona con muy baja autoestima sienten que no la pueden cambiar. Si sentimos que algo no tiene ninguna posibilidad de cambiar, lo soportamos bastante bien pero cuando surge la esperanza de cambio y ésta no ocurre, la frustración es bastante grande.

La frustración mayor va a llevar a un estado de excitación emocional, por lo tanto, va a haber cambios fisiológicos controlados por el SNA como mayor ritmo cardíaco, sudoración, etc., que van a llevar a una mayor carga energética en la conducta.

Frente a la frustración se va tratar de persistir; la capacidad de persistencia es buena siempre que sea realista y objetiva porque si seguimos persistiendo y no hay ninguna posibilidad, va a aumentar la ansiedad y disminuir la capacidad de adaptación.

Efectos de la frustración:

Generalmente se asocia a la frustración a la agresión.

Dollard: plantea que la frustración siempre presupone la agresión; aunque ahora se sabe que las agresiones no siempre tienen la base de una frustración, muchas veces ocurre, pero ésta no es la única reacción posible (las personas reaccionan diferente a la frustración y también, una misma persona puede reaccionar diferente a distintas frustraciones).

El porqué es tan frecuente la violencia frente a la frustración es porque generalmente nuestra sociedad la recompensa. El problema es que pasa a ser una conducta poco constructiva y negativa y el que la usemos va a depender de nuestros refuerzos anteriores.

La responsabilidad, autonomía y autoestima mejoran la capacidad de tolerancia a la frustración.

Desamparo aprendido (Seligman)

Al pasar mucho tiempo sometido a una frustración, finalmente se siente que no se puede hacer nada para cambiar la situación y va a ser muy difícil cambiar la concepción. Las personas van a terminar siendo víctimas del ambiente y van a empezar a tratar de evitar esto. Cuando es muy fuerte, puede llevar a la depresión.

Las culturas anglosajonas tienden más al locus interno de la conducta y las latinoamericanas al externo.

Ansiedad y tensión

El manejo de la ansiedad también sirve para mejorar la adaptación.

La ansiedad está presente en casi todos los cuadros patológicos (esquizofrenia, trastornos del pánico). No siempre es patológico.

En la ansiedad frente a un problema psíquico generalmente el temor es desconocido; se asocia mucho con el miedo, aunque éste es una reacción ante un peligro real: los síntomas son los mismos porque preparan al organismo para defenderse.

En la ansiedad patológica no nos defendemos ante ningún estímulo. En la neurosis de ansiedad, lo que nosotros hacemos es racionalizar nuestra angustia o se desencadena la fobia para tener un objeto real al que temerle.

La ansiedad no nos permite adaptarnos bien pero no significa necesariamente un proceso patológico. En un nivel menor es beneficiosa porque activa al organismo para una respuesta.

Los cambios de la vida que producen ansiedad son:

Muerte del cónyuge	100 puntos
Divorcio	73 puntos
Separación marital	65 puntos
Encarcelamiento	63 puntos
Muerte de un pariente	63 puntos
Enfermedad personal	53 puntos
Matrimonio	50 puntos
Ser despedido	47 puntos
Reconciliación marital	45 puntos
Jubilación	45 puntos
Embarazo	40 puntos
Nacimiento en la familia	39 puntos
Reajuste en los negocios	38 puntos
Muerte de un amigo íntimo	37 puntos
Que un hijo se vaya	29 puntos
Logro personal	28 puntos
Trabajo de la esposa	26 puntos
Cambio en las cond. de vida	25 puntos
Cambio de residencia	20 puntos
Cambio de escuela	20 puntos
Vacaciones	13 puntos
Infracciones menores	11 puntos

En general las mujeres tienen mejor capacidad de adaptación que los hombres, más a nivel social.

Autorregulación y dominio:

Tiene que ver con la capacidad de postergar conscientemente la gratificación o el placer; tiene que ver con la fuerza del yo (fuerza de voluntad) que permite los logros a largo plazo.

En un extremo vamos a tener la "ética puritana o protestante" que posterga todo (se supone que el gozo viene después) y en el otro polo se tienen las "conductas antisociales" donde se ve el placer por el placer.

Para poder postergar se debe tener tolerancia a la frustración. Se logra cuando la persona transforma la espera en algo agradable, es decir, desvía la atención y sus pensamientos de lo que quiere lograr y realiza diversas actividades. El mantener la atención focalizada en lo que se quiere lograr hace que las situaciones se hagan más frustrantes.

El logro del dominio es aprendido desde la niñez. En el fondo, en lo único que están de acuerdo las diferentes teorías de la personalidad es que juegan un papel muy importante los modelos como los padres. La capacidad de autorrecompensa o autocastigo va a depender de la coherencia de los modelos.

Los niños van a adquirir mayor capacidad de pensar en el futuro a medida que crecen y, por lo tanto, objetivos y metas que guíen su conducta.

Identificación sexual

El papel sexual va a jugar un papel importante en el desarrollo de la personalidad y, por lo tanto, de la identidad. En esto, el aspecto social es sumamente importante.

Hay tres puntos trascendentales en relación a las preferencias sexuales (roles):

1. Aspecto genético y hormonal, porque ambos van a estar interactuando en la formación de las estructuras sexuales fetales.
2. El niño al nacer tiene una identidad sexual: este género va a ser reconocido por los padres y por la sociedad, fomentándolo durante toda la niñez.
3. Durante la adolescencia y la vida adulta va a persistir todas estas influencias sociales.

El género del individuo es uno de los determinantes más importantes en cómo va a ser tratado por los otros, lo que influye en lo que opinamos de nosotros mismos

(autoesquemas). Por ello, el sexo biológico dirige buena parte del desarrollo psicológico y social de la identidad, los roles y los valores del ser humano.

Conducta agresiva y de dependencia

Se ha visto que en relación a la agresión que más o menos a partir de los tres años empieza a haber diferencias entre hombres y mujeres.

Las conductas de dependencia no son diferentes en los niños que en las niñas sino que la diferencia se empieza a notar en la adolescencia.

No existen diferencias en las funciones intelectuales y el CI, lo que sí se ha visto es que las mujeres aprenden a hablar antes y tienen mayor fluidez verbal.

Sandra Bem (1975): endoginia: la tipificación sexual es algo cultural porque todo ser humano tendría tanto carácter femenino como masculino y eso llevaría a la flexibilidad; después se fomenta la actitud "perteneciente" a su sexo y la otra parte quedaría como dormida (La sociedad es más rígida con los estereotipos masculinos).

Sigmund Freud: bisexualidad: a nivel fisiológico y anatómico existen características compartidas en la etapa embrionaria (el clítoris es un pene rudimentario, el utrículo prostático es una matriz embrionaria) pero a nivel bioquímico hay una hormona exclusivamente femenina que es la progesterona.

Como a los 4 ó 5 años los niños han aprendido las diferencias entre hombres y mujeres, tanto físicas como sociales, debido a la resolución del Edipo.

Los agentes socializadores recompensan las conductas propias del sexo y las que no sean adecuadas serán castigadas o ignoradas. Hay menos diferencia en los niveles culturales altos.

Cuando la tipificación sexual es muy fuerte en la niñez y en la adolescencia sobre un individuo (porque le da mayor seguridad y confianza en sí mismo) cuando sea adulto, no significa que vaya a ser mejor ajustado, todo lo contrario, es más rígido.

ASIGNATURA: Psicología de la Personalidad II

DOCENTE: Pilar Hernández G.

PERÍODO: I Semestre de 1997.