

UNIDAD 1. ¿Quién soy yo?

1. Personalidad e identidad
2. Teorías de la personalidad

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS usadas para la confección de estas páginas (con añadidos y modificaciones con un fin exclusivamente educativo):

- Texto principal: Adela Cortina Orts, Emilio Martínez Navarro, Norberto Smilg Vidal, *Filosofía, 4º de ESO*, Serie Reflexiona, Santillana, Madrid, 2016

ACTIVIDADES INICIALES (para realizar en el cuaderno/portafolio y comentar en clase):

- 1) **¿Qué respondes cuando te preguntan quién eres?**
- 2) **¿Cómo eras hace diez años y cómo te gustaría ser dentro de otros diez?**
- 3) **¿Qué características de tu personalidad permanecen y cuáles han ido cambiando?**
- 4) **¿Qué cosas puedes elegir en tu vida y cuáles no?**
- 5) **¿Eres responsable de quién eres?**
- 6) **Diseña tu propia persona. Cierra los ojos y visualiza la persona más completa que puedas imaginar. ¿Qué tendrá de especial tu persona? Ahora dibújala, constrúyela o moldéala de cualquier otra forma que se te ocurra**

Personalidad e identidad

Todos los seres humanos tenemos un **modo de ser particular** que nos identifica ante los demás y ante nosotros mismos. Llamamos **personalidad** al conjunto de rasgos y características que tiene cada ser humano y que se muestra cuando este actúa y se relaciona con los demás.

A pesar de que solemos usar expresiones como "Juan tiene mucha personalidad" o "María tiene una gran personalidad", la personalidad no se puede cuantificar: no tenemos más o menos personalidad. Cuando decimos de alguien que tiene mucha personalidad, en realidad lo que decimos es que algunos de sus rasgos personales son muy firmes, muy definidos, de modo que llaman la atención. Por eso, por ejemplo, podemos decir que "tiene mucha personalidad" tanto de alguien muy vitalista y dinámico como de alguien sereno y reflexivo: en ambos casos sus rasgos destacan aunque sean diferentes entre sí.

a) Componentes de la personalidad

Podemos diferenciar los variados rasgos, características y cualidades de la personalidad en dos grandes grupos: los que pertenecen al **temperamento** y los que conforman el **carácter**. Los primeros **forman parte de la naturaleza de las personas y se encuentran estrechamente vinculados al funcionamiento del sistema nervioso y endocrino**; los segundos, los relativos al carácter, **son aprendidos desde pequeños, durante toda la vida, de manera más o menos consciente**. Se piensa que los rasgos del temperamento son difícilmente modificables (aunque no sea imposible), ya que forman parte de nuestra herencia genética; los rasgos del carácter, en cambio, son aprendidos y se pueden modificar mediante entrenamiento y esfuerzo, por lo que decimos que las personas somos responsables de ellos.

Las características pertenecientes al temperamento consisten en emociones y sentimientos muy básicos que están presentes en nuestro comportamiento habituales (ser nervioso, ser activo, etc.); las características que pertenecen al carácter, las cuales consisten en un conjunto de hábitos que se van aprendiendo a lo largo de la vida de manera más o menos consciente y voluntaria, pueden ser calificados moralmente, pues se entiende que dependen del individuo (por ejemplo: ser trabajador, diligente, paciente, comprensivo, etc.).

En conclusión, podemos definir la **personalidad** como el **conjunto de rasgos y características** que nos hace ser quien somos; se constituye por una serie de características y cualidades que están relacionadas entre sí y forman una **unidad**, la cual es diferente en cada ser humano: cada ser humano es único y especial, **no existen dos personalidades idénticas**. La personalidad, por último, es **estable y dinámica** al mismo tiempo: constituye un conjunto de características que va cambiando a medida que vamos tomando decisiones en nuestra vida (sobre lo que queremos hacer, acerca de nuestros valores importantes, nuestros objetivos y metas, etc.).

b) La identidad personal

Aunque no significan lo mismo, se da una estrecha relación entre lo que llamamos "identidad personal" y "personalidad". Así, la identidad se refiere a un **proceso subjetivo de construcción personal que permite a cada ser humano experimentarse como una unidad a lo largo del tiempo**. Gracias a la identidad, cada uno nos reconocemos como "el mismo" que en el pasado hizo tal cosa, pensó de tal manera, le ocurrió algo, sufrió un desengaño o recibió una noticia maravillosa. Por eso podemos decir cosas como "yo soy", "yo dije", "yo querré", etc.

La identidad se va construyendo con elementos propios de cada individuo pero también con elementos externos, relacionados con el **ambiente** en el cual nos movemos. Por esa razón, podemos referirnos a la identidad como **signo de pertenencia**, en expresiones como "identidad nacional", "identidad religiosa", "identidad política", "identidad cultural", etc. Cuando nos identificamos con un determinado grupo estamos afirmando que compartimos

4º de ESO - ¿Quién soy yo?

con sus integrantes una conjunto de valores, creencias, orientaciones o normas de comportamiento. Estas identidades pueden ir cambiando a lo largo de la vida, pero nuestra identidad básica, nuestro yo, no cambia, permanece constante.

ACTIVIDADES (para realizar en el cuaderno/portafolio y comentar en clase):

7) Indica tres rasgos de tu personalidad propios del temperamento y otros tres propios del carácter.

8) ¿Qué elementos de tu personalidad te parecen más importantes: los heredados o los adquiridos?

9) Pregunta a tu familia y amigos por algunas de tus características en cuanto a tu personalidad. ¿Has encontrado coincidencias entre las distintas opiniones? ¿Cuáles crees que se ajustan más a la realidad? ¿Por qué?

10. ¿Qué expresa mejor quién eres? Elige, de cada pareja de términos, uno. Justifica tu elección:

• Tu nombre o tu apellido. • Tu familia o tus amigos. • Tu cuerpo o tu mente. • Tu origen o tu nacionalidad. • Tu trabajo o tu ocio. • Tus ropas o tu peinado. • Tu sexo o tu edad. • Tu fuerza o tu inteligencia. • Tus conocimientos o tus habilidades. • Tu pasado o tu futuro. • Tus actos o tus palabras. • Tus juegos o tu trabajo. • Tus sueños o tus pensamientos. • Tus amigos o tus enemigos. • Tu boca o tus ojos. • Tus ideas o tu carácter.

11. ¿Sigues siendo tú mismo? Responde sí o no y justifica tu decisión:

• Si cambias de ropa. • Si cambias de carácter. • Si cambias de nacionalidad. • Si cambias de edad. • Si cambias de idea. • Si cambias de casa. • Si cambias de nombre. • Si cambias de familia. • Si cambias de sexo. • Si cambias de identidad. • Si cambias de profesión. • Si cambias de lugar de nacimiento. • Si cambias de gustos. • Si cambias de peinado. • Si cambias de apellido. • Si cambias de cultura.

Teorías de la personalidad

Existen varias teorías sobre la personalidad y cada una de ellas es un intento de responder a la pregunta por la propia identidad (¿quién soy yo?), explicando en qué consiste, cuáles son sus elementos constitutivos, y cómo se desarrolla y modifica con el transcurrir del tiempo. Vamos a acercarnos a algunas de las teorías sobre la personalidad más importantes que se han formulado hasta el presente.

a) El psicoanálisis: la exploración del inconsciente

El psicoanálisis, nacido a finales del XIX de la mano del médico austriaco Sigmund Freud, es una teoría que trató de demostrar cómo la mayor parte de los procesos que tienen lugar en nuestra mente se escapan a nuestro control y conocimiento. Según Freud, existen impulsos, deseos, instintos y pulsiones que constituyen la energía psíquica de cada individuo y que están almacenados y reprimidos en alguna zona de la mente humana llamada **inconsciente**. Se considera que la mente está integrada por tres elementos:

- El **ello**: se trata de una estructura psíquica **totalmente inconsciente que trata de satisfacer de modo inmediato los instintos** de supervivencia, reproducción y agresión. Esta estructura está presente desde el nacimiento e incluso antes.
- El **yo**: consiste en la **parte de nuestra personalidad que controla las actividades conscientes** del ser humano, tales como el pensamiento y el razonamiento. La función principal que tiene el yo es la de satisfacer de forma segura las exigencias que le impone el ello, las cuales se ve obligado a menudo a aplazar y reemplazar. El yo se desarrolla a partir del nacimiento.
- El **superyó**: está formado por el **conjunto de ideales y normas** que vamos asimilando durante nuestro proceso educativo y de socialización. La función principal que tiene es la de presionar al yo para que satisfaga los instintos inconscientes de un modo aceptable para la sociedad y para el propio individuo. Cuando no se cumplen sus exigencias, genera sentimientos de culpa. Se forma en la infancia y se va desarrollando a lo largo de nuestra vida.

ACTIVIDADES (para realizar en el cuaderno/portafolio y comentar en clase):

12. ¿Quién decide? ¿Acaso lo decides tú? Responde a cada uno de los siguientes ejemplos. ¿Estás obligado a actuar de una determinada manera o puedes actuar de otro modo?:

- Me he puesto furioso cuando mi compañero de clase me ha llamado idiota.
- Voy al colegio.
- No me acuerdo de nada en el examen.
- He soñado con mi película favorita.
- Me gusta el mismo cantante que a mis compañeros de clase.
- He decidido trabajar en clase.
- Me he peleado con mi compañero de clase.
- Juego al fútbol.
- Tomo el autobús 1 que me lleva a Zocodover.
- Estornudo cuando hay una corriente de aire.
- Hablo demasiado deprisa.
- No me atrevo a hablar delante de toda la clase.
- Ceno demasiado.
- Me distraigo en clase.
- Hago ruido con la boca cuando como.

b) El conductismo: premios y castigos

Otra importante teoría acerca de la personalidad es la conductista, impulsada en el siglo XX por el psicólogo estadounidense Burrhus Frederic Skinner. Los conductistas defendieron que la personalidad es el resultado de un **conjunto de hábitos o patrones de conducta aprendidos** por los seres humanos a lo largo de sus vidas. El modo en el que este aprendizaje

se produce es el siguiente: una determinada conducta puede **resultar reforzada** sobre las demás, esto es, una determinada conducta puede resultar favorecida sobre otras conductas mediante un premio o, al contrario, resultar no favorecida mediante un castigo. Así, los conductistas creían que mediante un sistema bien ajustado de premios y castigos se podía modificar la forma de actuar de las personas y, de esta modo, ir mejorando sus personalidades.

La teoría conductista denomina **refuerzo** al estímulo que incentiva o inhibe la realización de una conducta mediante un premio o un castigo. Por ejemplo, unos padres que premian a su hijo si comparte sus juguetes con su hermano o le reprenden cuando se niega a hacerlo.

Según esta teoría, por lo tanto, el comportamiento de las personas no proviene de nuestro interior, del inconsciente, sino de nuestro contacto y relación con el entorno. Bastaría con observar la conducta de una persona para conocer su personalidad. Una de las críticas que se hace a esta teoría es que considera a las personas como meros sujetos que reaccionan ante estímulos exteriores, entendiendo que su comportamiento está dominado por lo que se produce en el entorno.

ACTIVIDADES (para realizar en el cuaderno/portafolio y comentar en clase):

13. Si aceptamos la descripción de la personalidad que realiza el conductismo, ¿podemos mantener la afirmación de que somos libres para elegir cómo queremos comportarnos? Razona tu respuesta.

14. COMENTARIO DE TEXTO: B. F. Skinner

a) Explica con tus propias palabras qué es un refuerzo.

b) ¿Cuántos refuerzos se mencionan en el texto? ¿De qué tipo son?

c) ¿Puedes identificar algunos refuerzos que funcionan en tu vida cotidiana?

"Cuando alguien se comporta de modo que consideramos estimulante, le alabamos o animamos: y al actuar así, le determinamos muy probablemente a que de nuevo obre de la misma forma. Aplaudimos a alguien que actúa en público, precisamente para inducirle a que repita su actuación, como lo pone de manifiesto expresiones tales como "¡Otra vez!", "¡De nuevo!", "¡Bis!". Damos fe del valor de la conducta de una persona palmeándole en la espalda, o diciéndole "¡bien!", o "¡perfecto!", o concediéndole una "prenda de nuestra estima": un premio, un honor o una recompensa. Algunas de estas cosas son reforzadas por sí mismas —una palmada en la espalda puede ser un género de caricia (...)"

B. F. Skinner, *Más allá de la libertad y la dignidad (Beyond freedom and dignity, 1971)*, traducción de Juan José Coy, Ediciones Martínez Roca, Barcelona, 1986, pp. 47-48

c) La teoría sociocognitiva: lo importante es la organización

Otra teoría de la personalidad es la llamada teoría sociocognitiva. Esta teoría defiende que nuestra personalidad es modelada por los estímulos que recibimos del exterior; pero, además, se señala que es necesario tener en cuenta la manera en que estos estímulos se organizan en nuestra mente. Por ello, la personalidad es entendida como la peculiar manera en la que cada ser humano organiza internamente sus conocimientos, expectativas y valores.

Uno de los principales representantes de esta teoría, el psicólogo Albert Bandura, defiende que la personalidad es el resultado de tres elementos principales:

- **Elementos cognitivos:** se refieren a lo que una persona piensa ante una situación determinada. ¿Cómo percibimos la realidad? ¿Qué ideas, creencias y conocimientos tenemos? ¿Cuál es la visión que tenemos de nosotros mismos?
- **Elementos conductuales:** se refieren a los aprendizajes que hemos realizado previamente y que almacenamos en nuestro interior (nuestras experiencias)
- **Elementos ambientales:** se refieren a todo lo relacionado con el medio exterior que nos afecta; asimismo, hay que considerar que las personas también afectamos y modificamos el ambiente con nuestras acciones. Se da una influencia mutua y continua entre la persona y el ambiente (el entorno) que modifica a ambos.

Según la teoría sociocognitiva, las diferencias de personalidad que hay dependen de la manera peculiar de relacionarse y de organizar estos tres tipos de elementos.

ACTIVIDADES (para realizar en el cuaderno/portafolio y comentar en clase):

15. ¿Cuáles son los principales elementos que forman nuestra personalidad según A. Bandura? Pon ejemplos de tu propia cosecha para cada elemento.

16. ¿Cuáles son las tres normas sociales que te parecen más obligatorias o más duras o dolorosas de cumplir?, ¿qué tres te parece que no representan un problema?

- Trabajar. • Ser agradable. • Ser obediente. • Ser bueno en clase. • Jugar con los otros. • Estar de acuerdo con los otros. • Obedecer. • Fingir. • Defenderse. • Seguir las reglas. • Ser sabio. • Ser inteligente. • Tener los mismos gustos que los otros. • Ser fuerte. • Ser como todo el mundo. • Aislarse. • Compartir con los otros. • Aceptar la ayuda de los demás. • Ser iguales.

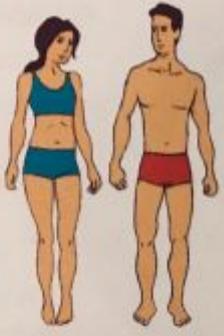
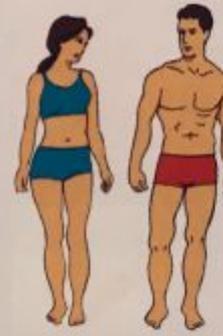
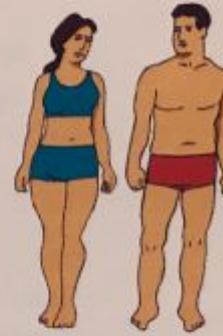
d) Las teorías del rasgo y del tipo: ¿a qué tipo pertenezco yo?

Hay algunas teorías que afirman que las diferencias de personalidad entre cada individuo se deben a la presencia de una serie de rasgos. Estos rasgos consisten en unos comportamientos específicos que las personas repetimos de un modo más o menos estable en diversas circunstancias. De este modo, hablamos de personas fantasiosas, mentirosas, reflexivas, generosas, etc.

Existen varias teorías de los rasgos. Una de las más conocidas es la elaborada por el psicólogo estadounidense Gordon Allport en la primera mitad del siglo XX. En esta teoría se distinguen los siguientes tipos:

- **Rasgos comunes:** aquellos compartidos por muchos individuos. Por ejemplo, en una sociedad podemos identificar a gente con conductas similares, que pueden ser extrovertidas e introvertidas, inconformistas y tradicionales, etc.
- **Rasgos individuales:** son aquellos rasgos peculiares de cada persona. Por ejemplo, un rasgo peculiar de una persona puede ser su sonrisa permanente.
- **Rasgos cardinales y centrales:** estos rasgos son aquellos que determinan toda la conducta de un individuo y lo definen. Por ejemplo, la alegría o la valentía son rasgos que pueden sobresalir de tal manera en una persona que su personalidad queda centrada en esos rasgos.
- **Rasgos secundarios:** son rasgos que aparecen puntualmente en los individuos y que solo se revelan en determinadas circunstancias, en ocasiones contrastando con el resto de rasgos. Por ejemplo, una persona considerada muy valiente puede tener miedo a determinados insectos; alguien muy generoso normalmente puede mostrarse tacaño a la hora de gastar el dinero en algo concreto, etc.

Otras teorías, como la del psicólogo estadounidense William Herbert Sheldon, aunque cuestionadas en la actualidad, asocian ciertos rasgos de la personalidad a la estructura corporal de las personas. Para ello se recurre al **concepto de biotipo**, el cual hace referencia a un tipo de estructura corporal a la que corresponden ciertos rasgos o patrones psíquicos de comportamiento. Según esta teoría, los individuos heredan genéticamente parte de los rasgos de su personalidad, del mismo modo que heredan características físicas. Existen tres biotipos según esta teoría, aunque la realidad es más diversa:

		Biotipos		
		Ectomorfo	Mesomorfo	Endomorfo
Estructura corporal				
Rasgos de la personalidad		<ul style="list-style-type: none"> • Reservado • Tenso • Mentalmente activo • Aprensivo • Excitable • Sensible • Apasionado • Rápido 	<ul style="list-style-type: none"> • Independiente • Confiado • Físicamente activo • Aventurero • Ambicioso • Insensible • Combativo • Audaz 	<ul style="list-style-type: none"> • Sociable • Distendido • Amante de la comodidad • Optimista • Generoso • Práctico • Estable • Sereno

Adela Cortina Orts, Emilio Martínez Navarro, Norberto Smilg Vidal, Filosofía, 4º de ESO, Serie Reflexiona, Santillana, Madrid, 2016, p. 39

ACTIVIDADES (para realizar en el cuaderno/portafolio y comentar en clase):

17. ¿Eres capaz de identificar patrones específicos de comportamiento o rasgos predominantes en las personas que conoces? Por dos ejemplos.

18. ¿Qué opinas de las teorías del biotipo según lo estudiado en el tema? ¿Te parece que sirven para determinar con precisión la personalidad de un individuo?

e) Las teorías humanistas: ¡quiero ser yo mismo!

Las teorías humanistas de las personalidad sitúan al ser humano en el centro de la investigación psicológica para destacar las siguientes características:

- Los seres humanos tienen dignidad y libertad, por lo que son responsables de sus acciones y de las consecuencias de las mismas.
- El ser humano es fundamentalmente bueno.
- El ser humano es racional y consciente, por lo que no es dominado por sus instintos e impulsos de carácter biológico

4º de ESO - ¿Quién soy yo?

Hay varias teorías que coinciden con estas afirmaciones pero se considera a Carl Rogers uno de los principales representantes de la psicología humanista. En esta corriente se afirma que todas las personas nacemos con capacidades, aptitudes o potencialidades innatas que intentamos desarrollar al máximo en el transcurso de nuestras vidas. Así, todos tratamos de ser lo mejor que podemos llegar a ser. **Este proceso es denominado por Rogers el desarrollo del yo o de la identidad personal**, y se trata de un camino difícil, pues a menudo se ve entorpecido por el entorno cuando no aprueba lo que cada persona desea desarrollar. En esas ocasiones, el yo queda oprimido por las presiones externas, sin conseguir desarrollarse en libertad. El individuo, entonces, se siente infeliz consigo mismo y exclama: “¡no quiero ser de esa manera!, ¡quiero ser yo mismo!”.

Ante este conflicto, tenemos dos posibilidades:

- Renunciar a la autenticidad, esto es, renunciar al intento de ser como queremos ser y adaptarnos a lo que los demás quieren que seamos, ocultando nuestros verdaderos pensamientos y sentimientos.
- Desarrollar plenamente nuestro “yo auténtico”, de un modo paulatino y ajustándolo a las máscaras que a menudo nos vemos obligados a usar ante los demás. Ese ajuste es lo que Rogers entiende como un yo integrado, que correspondería a un modo de ser satisfactorio para nosotros mismos y, al mismo tiempo, integrado en la comunidad de la que formamos parte.

ACTIVIDADES (para realizar en el cuaderno/portafolio y comentar en clase):

19. ¿Crees que tu entorno ha entorpecido en alguna ocasión tu desarrollo personal? ¿En qué situaciones has sentido que no estabas siendo tú mismo? ¿Cómo has resuelto estos casos?

20. Compara las teorías de la personalidad que hemos estudiado. ¿Cuál te parece que explica mejor las diferencias entre las personas?