

Estudio de la personalidad y mecanismos de defensa

Actividades

1. De todo lo expuesto en el caso práctico, resume las características de la personalidad de Juanita y explica cuáles forman parte del temperamento y cuáles del carácter.

Su temperamento depende de la herencia genética y es invariable. Del texto entresacamos que es extrovertida, vivaz y algo tímida

Su carácter está relacionado con su entorno y depende de sus experiencias vividas, sobre todo durante su niñez, en el hogar, con sus hermanos, sus abuelos y amigos y en la escuela, que fueron todas positivas, por lo que finalmente es optimista, expresiva y muy sociable, y suele afrontar los problemas con ánimo y energía.

La enfermedad de su abuela fue una prueba traumática que marcó su carácter de tal manera que en la actualidad confiesa ser un poco hipocondríaca.

2. Describe el carácter de alguna persona de tu entorno y trata de relacionarlo con rasgos asociados a una fijación de la libido en alguna de las etapas del desarrollo psicosexual.

Para resolver esta actividad, los alumnos utilizarán el cuadro de las etapas del desarrollo psicosexual que se halla en la página 35 del libro.

3. Realiza una búsqueda en Internet sobre Freud, Jung y Adler y describe a grandes rasgos las diferencias entre sus tres teorías.

Freud basa su teoría en una interpretación de la personalidad centrada en la sexualidad, Jung apoya toda su teoría en la mitología, dando gran importancia al inconsciente colectivo y a los arquetipos, y Adler trata de establecer que las personas deciden y crean su propia personalidad y estilo de vida buscando un equilibrio entre la tendencia al desarrollo individual y la tendencia al desarrollo.

4. Clasifica a dos personajes conocidos del mundo de la cultura o del deporte según sus características somatopsíquicas, ayudándote de la clasificación de Kretschmer.

Un ejemplo posible es el siguiente:

- Arnold Schwarzenegger sería atlético y viscoso.
- Robert Pattinson, el protagonista de Crepúsculo sería leptosómico y esquizotímico.

5. Explica el concepto de campo fenomenológico de Carl Rogers.

Todo individuo nace sin autoconcepto; solo tiene un conjunto de impresiones sensoriales y motoras y de procesos biológicos, a las que Rogers denomina campo fenomenológico. Conforme el individuo madura, va teniendo opiniones respecto al comportamiento y emite juicios. Rogers sostiene que las personas observan el mundo de un modo particular y único, construyendo su realidad, es decir, su campo fenomenológico. Por ello, los comportamientos de los individuos no responden a la realidad externa sino a su interpretación subjetiva de la misma.

6. Analizando la teoría de Eysenck ¿a qué dimensión corresponderían las personas si poseyeran las características que se describen a continuación?

- a) Sociable, comunicativa y optimista.**
- b) Inquieta, ansiosa y estricta.**
- c) Autoritaria y despreocupada.**
- d) Callada, pasiva, reservada e irascible.**

- a) Dimensión extraversión-introversión.
- b) Dimensión neuroticismo-estabilidad emocional.
- c) Dimensión neuroticismo-estabilidad emocional.
- d) Dimensión extraversión-introversión.

7. ¿Se puede afirmar que una persona que tenga una puntuación elevada en la dimensión neuroticismo-normalidad es una persona neurótica?

Las personas que obtienen una puntuación elevada en la dimensión neuroticismo-normalidad son muy sensibles a todo lo que les rodea y reaccionan de forma exagerada. No son neuróticas, pero son más susceptibles a la neurosis.

8. Bandura aplicó con éxito la terapia de autocontrol en personas que querían dejar de fumar. ¿Qué debían hacer estas personas en cada una de las fases descritas en la terapia?

La terapia de autocontrol de Bandura tiene tres etapas:

- Registro de la conducta: en la que se anotarán los comportamientos (cuándo y dónde se hacen las cosas).
- Alteración del ambiente: en la que se modificará el ambiente a raíz del registro de la fase anterior, se evitarán las situaciones que nos conducen al comportamiento que queremos controlar.
- Autocontratos: en la que se buscará una recompensa para premiar los actos positivos (favorecedores del plan) y un castigo para los negativos (suponen un fracaso del plan).

9. ¿En qué consiste la persuasión verbal de la teoría de Bandura? Inventa un ejemplo donde se pueda aplicar.

La persuasión verbal consiste en que un individuo puede ignorar sus fracasos anteriores y creer en sus posibilidades de éxito si le dan ánimos.

Por ejemplo, una madre que anima a su hijo a seguir estudiando una asignatura a pesar de que el niño no la tiene aprobada, le anima para superarse. El niño estudia con más ganas y el siguiente examen lo aprueba.

10. Indica a qué tipo de entrevista se refieren los siguientes ejemplos razonando tu respuesta:

a) Reunión de trabajo con convocatoria y orden del día.

b) Consulta en atención primaria de salud.

a) Entrevista de intervención estructurada.

b) Entrevista clínica de intervención semiestructurada.

11. Identifica los mecanismos de defensa que utilizan las siguientes personas:

a) Persona que es rechazada en una entrevista de trabajo y dice: «en el fondo no me interesaba, el horario era muy malo».

b) Profesional sanitario que se lleva a casa indebidamente material de cura del hospital y explica: «cualquiera en mi lugar lo haría».

c) Niño de cinco años que en el patio del colegio, durante el recreo, ha tenido una fuerte discusión con un chico de un curso superior. Esa misma noche, se hace pis en la cama.

d) Una enfermera que coge una vía a un paciente politraumatizado, con aparente frialdad.

- a) Negación.
- b) Racionalización.
- c) Regresión.
- d) Intelectualización o aislamiento.

Test de repaso

1. El complejo de inferioridad fue descrito por:

- a) Jung.
- b) Freud.
- c) *Adler.*
- d) Rogers.

2. La personalidad es:

- a) Una habilidad innata que depende de la herencia de cada uno.
- b) Una serie de experiencias vividas a lo largo de la existencia y relacionado con el ambiente.
- c) *Lo que determina de un modo específico el comportamiento de cada uno.*
- d) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

3. El yo según Freud:

- a) Es el inconsciente, los instintos de vida y muerte.
- b) *Es el sistema consciente del individuo.*
- c) Es la censura y la represión, los valores éticos y morales.
- d) Las respuestas a y c son ciertas.

4. El horror a los malos olores, el egoísmo y la pulcritud son rasgos asociados a la fijación de la libido en la etapa del desarrollo psicosexual de la personalidad:

- a) *Anal.*
- b) Oral.
- c) Fállica.
- d) De latencia.

5. Para Jung, el inconsciente colectivo es:

- a) La mente consciente.
- b) Los recuerdos prohibidos.
- c) *Nuestra herencia psíquica.*
- d) La fuerza que reprime nuestros instintos sexuales y de agresividad.

6. Según Krestschmer, un individuo pícnico se caracteriza por:

- a) *Tener el tórax en tonel y el abdomen prominente.*
- b) Poseer brazos y piernas fuertes y musculosas.
- c) Presentar predominio de la talla sobre el peso.
- d) Tener las manos y los pies grandes.

7. Un individuo pesimista y poco sociable, atendiendo a las dimensiones de la personalidad propuestas por Eysenck, sería:

- a) *Introvertido.*
- b) Neurótico.
- c) Psicótico.
- d) Extravertido.

8. Cuando una persona se cree capaz de realizar alguna acción porque ha prestado atención anteriormente a otra persona cuando hacía lo mismo, según la teoría de la autoeficacia de Bandura, está considerando:

- a) La experiencia directa.
- b) *La experiencia indirecta.*
- c) La persuasión.
- d) El estado fisiológico.

9. ¿Qué fase precede a la etapa de reproducción en el proceso de modelado de Bandura?

- a) Atención.
- b) Motivación.
- c) Juicio.
- d) *Retención.*

10. Las escalas de evaluación:

- a) Son un tipo de entrevistas personales.
- b) Son pruebas objetivas.
- c) *Son pruebas que permiten observar la conducta del sujeto.*
- d) Son pruebas proyectivas.

11. Cuando un individuo presenta un comportamiento típico de la infancia, está poniendo de manifiesto el mecanismo de defensa de:

- a) Sustitución.
- b) Represión.
- c) Proyección.
- d) *Regresión.*

12. El mecanismo de defensa de regresión pretende reducir la ansiedad:

- a) Enfocándola hacia un punto menos amenazador.
- b) Eliminando de la consciencia la situación generadora de ansiedad.
- c) *Manifestando comportamientos de etapas psicosexuales anteriores ya superadas.*
- d) Transformando los impulsos y deseos inaceptables en aceptables.

Comprueba tu aprendizaje

1. ¿Qué características posee la personalidad de los individuos?

La personalidad engloba una serie de elementos estables y perdurables en el tiempo que determinan un modo específico y predecible del comportamiento de las personas frente a situaciones concretas que las hacen originales y distintas a las demás.

2. Explica los componentes de la personalidad.

La personalidad está determinada por dos componentes diferentes que influyen el uno en el otro:

- a) El temperamento. Es responsable de las características de las repuestas emocionales frente a estímulos ambientales. Es una habilidad innata que depende de la herencia genética, la biología y la fisiología de la persona.
- b) El carácter. Se desarrolla mediante las experiencias vividas a lo largo de la existencia y está relacionado con el entorno ambiental en el que se desarrolla el individuo. Las vivencias que dejan más huella son aquellas que se producen en etapas tempranas del desarrollo.

3. ¿Qué consecuencias positivas tiene para el individuo el conocimiento de la propia personalidad?

Cuando un individuo conoce su personalidad puede tener un mayor control sobre sus respuestas frente a determinadas situaciones y, por lo tanto, puede disfrutar de una vida más satisfactoria. Una persona que presenta una personalidad madura y ajustada responde de manera flexible a los conflictos a los que se enfrenta durante su vida y es capaz de adaptarse a las diferentes circunstancias en las que debe desenvolverse.

4. Desarrolla cómo interaccionan las tres fuerzas que configuran la personalidad según Freud.

Las tres fuerzas a las que hace referencia la teoría de Freud son el ello, el yo y el superyó.

El ello incluye los impulsos primitivos e irracionales y se rige por el principio del placer.

El yo representa el sistema consciente del individuo.

El superyó trata de ajustar la conducta del individuo a las normas éticas y sociales.

Es el yo el que, utilizando el principio de la realidad objetiva y asumiendo su papel protector, negocia la situación ente el ello (el placer) y el superyó (la represión).

5. Nombra los tres principios que rigen la psique según JUNG.

El principio de los opuestos: cada deseo tiene su opuesto. Este principio es el generador de la energía psíquica similar a la libido de FREUD.

El principio de la equivalencia: la energía que resulta de la oposición se reparte a partes iguales entre deseos opuestos. La adaptación del ser humano al entorno depende de cómo se administre esta energía.

El principio de la entropía: los polos opuestos experimentan una atracción que disminuye la energía vital.

6. La siguiente tabla esquematiza las ocho etapas del desarrollo psicosexual de Erik Erikson (1902-1994). Realiza una comparación con las etapas propuestas por Freud:

Estadio	Actitudes del desarrollo psicosocial	Vínculos psicológicos
I (0-1)	Confianza/desconfianza	Madre
II (2-3)	Autonomía/vergüenza y duda	Padres
III (3-6) preescolar	Iniciativa/culpabilidad	Familia
IV (7-12) escolar	Laboriosidad/inferioridad	Vecindario y escuela
V (12-18 o más) adolescencia	Identidad personal/confusión de roles	Grupos, modelos de roles
VI (los 20) adulto joven	Intimidad/aislamiento	Colegas, amigos
VII (20 tardíos a 50) adulto medio	Altruismo/egocentrismo	Hogar, compañeros de trabajo
VIII (más de 50) adulto viejo	Integridad/desesperación	Los humanos, o los «míos»

Freud	Erikson
Etapas oral	Estadio I
Etapas anal	Estadio II
Etapas fálica	Estadio III
Periodo de latencia	Estadio IV
Etapas genital	Estadios V, VI, VII y VIII

7. La búsqueda de la perfección hace conscientes a los seres humanos de sus propias debilidades y crea en el individuo un sentimiento de inferioridad. Desde el punto de vista de la teoría de la personalidad de Alfred Adler, expón como pueden responder las personas ante esta inferioridad psicológica.

Las personas pueden responder:

- Desarrollando ciertas destrezas, compensando la inferioridad que perciben, volviéndose apocados, dóciles, cobardes y con una imagen pobre de sí mismos y una baja autoestima, mostrando un complejo de inferioridad.
- Escondiendo sus debilidades y aparentando ser superior haciendo sentir incapaces a los demás manifestando un complejo de superioridad.

8.¿ En qué se basa el enfoque tipológico en el estudio de la personalidad?

Se basa en el estudio de los tipos o condiciones propias de complejión y organización mental de un individuo que lo diferencian de los demás. Estudian la morfología de los individuos y la asocian con determinadas conductas. La interrelación morfología-conducta determina cómo interactúa el individuo con el medio para adaptarse y comportarse.

9. Analizando la jerarquía de necesidades de Maslow, inventa un ejemplo que ponga de manifiesto que las necesidades fisiológicas son más básicas que las de estima.

Imaginemos una persona famosa que tiene el reconocimiento de otras personas y, por tanto, presenta estima. Si esta persona invierte todo su dinero en bolsa y pierde todo cuanto posee (no le queda ni para comer), para ella será mucho más importante tener algo de dinero para alimentarse (necesidades fisiológicas) y vivir en una casa decente (necesidades de seguridad) que el hecho de que la gente la reconozca o no por la calle (necesidades de estima). Si esta persona empieza a ganar dinero de nuevo, primero comprará comida y, después, intentará vivir en un lugar adecuado.

10. ¿En qué se centra el desarrollo de la personalidad según Rogers?

Roger considera que el individuo es bueno por naturaleza y puede llegar a ser todo lo que se proponga. La personalidad, según este autor tiene como características fundamentales el organismo y el autoconcepto.

11. En grupos de cuatro personas, analizad dos a dos las cualidades de vuestros compañeros según las dimensiones establecidas por Eysenck, ayudándoos del estudio de su teoría y de la figura que la completa.

Como conclusión se establecerá si la persona es extravertida o introvertida, estable o inestable emocionalmente y algunos otros adjetivos comprendidos en la figura que acompaña a la teoría.

12. Explica un ejemplo en el que se ponga de manifiesto la teoría de Bandura acerca de la personalidad.

La teoría de Bandura se centra en el aprendizaje por observación. El ejemplo más típico es: un niño pequeño ve hacer algo a su padre, por ejemplo, leer el periódico, entonces, el niño, imitándole, se sienta al lado del padre con un trozo de papel.

13. Teniendo en cuenta las teorías de la personalidad estudiadas, relaciona los autores y sus ideas en las siguientes columnas:

Eysenck >> Sumisión frente a la autoridad

Maslow >> Rasgos cardinales, centrales y secundarios

Bandura >> Autenticidad, aceptación y empatía

Rogers >> Jerarquía de necesidades

14. Describe cuatro mecanismos de defensa de la personalidad y busca un ejemplo para cada uno de ellos en el ambiente paciente-profesional sanitario.

- La regresión: aparece cuando, ante una situación estresante para el sujeto, este manifiesta un comportamiento más infantil ya superado en una etapa psicosexual anterior. La persona adquiere comportamientos de una etapa vital más segura, en la que se sentía más a salvo.

Ejemplo: un anciano que se siente desasistido en su casa e ingresa en el hospital, cuando se queda solo en la habitación, llora.

- El desplazamiento o sustitución: dirige la ansiedad que provoca una situación amenazante hacia otro punto (persona u objeto) psicológicamente más aceptable y menos amenazador.

Ejemplo: un médico le dice a su paciente que no ha seguido sus indicaciones y le prescribe un tratamiento mucho más estricto. El paciente enfadado se va a su casa y discute con su mujer sin razón aparente.

- La negación: consiste en que el individuo, ante situaciones demasiado intensas, no admite que estas hayan tenido lugar, no admite la realidad.

Ejemplo: este mecanismo de defensa puede aparecer en los pacientes que son diagnosticados de una enfermedad grave, su primera reacción es negar la enfermedad.

- La introyección o identificación: un sujeto adquiere comportamientos o conductas de otra persona y los hace propios, normalmente se adoptan características de una persona a la que se admira mucho.

Ejemplo: los enfermos pueden imitar la manera de actuar de los profesionales sanitarios.

15. Completa el siguiente texto referente a los mecanismos de defensa:

«Son procesos _____ que provocan una _____ de la realidad. Algunos ejemplos de estos mecanismos son la _____ que dirige la ansiedad hacia _____ o _____ psicológicamente más aceptables; el _____ somete los sentimientos a un razonamiento _____; mediante la _____ se adquieren características de una persona a la que se admira. El síndrome de _____ es un ejemplo típico de la _____, que es una variante del mecanismo de defensa de _____».

Son procesos inconscientes que provocan una distorsión de la realidad. Algunos ejemplos de estos mecanismos son: la sustitución, que dirige la ansiedad hacia objetos o personas psicológicamente más aceptables; el aislamiento somete los sentimientos a un razonamiento abstracto; mediante la identificación se adquieren características de una persona a la que se admira. El síndrome de Estocolmo es un ejemplo típico de la identificación con el agresor que es una variante del mecanismo de defensa de introyección.

Práctica final

Lectura

Fábula del escorpión y la rana

Cuenta un relato popular africano que en las orillas del río Níger, vivía una rana muy generosa. Cuando llegaba la época de las lluvias ella ayudaba a todos los animales que se encontraban en problemas ante la crecida del río.

Cruzaba sobre su espalda a los ratones, e incluso a alguna nutritiva mosca a la que se le mojaban las alas y no podía volar, pues su generosidad y nobleza no le permitían aprovecharse de ellas en circunstancias tan desiguales.

También vivía por allí un escorpión, que cierto día le suplicó a la rana: «Deseo atravesar el río, pero no estoy preparado para nadar. Por favor, hermana rana, llévame a la otra orilla sobre tu espalda».

La rana, que había aprendido mucho durante su larga vida llena de privaciones y desencantos, respondió enseguida: «¿Que te lleve sobre mi espalda? ¡Ni pensarlo! ¡Te conozco lo suficiente para saber que si te subo a mi espalda, me inyectarás un veneno letal y moriré!».

El inteligente escorpión le dijo: «No digas estupideces. Ten por seguro que no te picaré. Porque si así lo hiciera, tú te hundirías en las aguas y yo, que no sé nadar, perecería ahogado».

La rana se negó al principio, pero la incuestionable lógica del escorpión fue convenciéndola... y finalmente aceptó. Lo cargó sobre su resbaladiza espalda, donde él se agarró, y comenzaron la travesía del río Níger.

Todo iba bien. La rana nadaba con soltura a pesar de sostener sobre su espalda al escorpión. Poco a poco fue perdiendo el miedo a aquel animal que llevaba sobre su espalda.

Llegaron a mitad del río. Atrás había quedado una orilla. Frente a ellos se divisaba la orilla a la que debían llegar. La rana, hábilmente sorteó un remolino...

Fue aquí, y de repente, cuando el escorpión picó a la rana. Ella sintió un dolor agudo y percibió cómo el veneno se extendía por todo su cuerpo. Comenzaron a fallarle las fuerzas y su vista se nubló. Mientras se ahogaba, le quedaron fuerzas para gritarle al escorpión: « ¡Lo sabía! Pero, ¿por qué lo has hecho?».

El escorpión respondió: «No puedo evitarlo. Es mi naturaleza».

Y juntos desaparecieron en medio del remolino mientras se ahogaban en las profundas aguas del río Níger.

Fuente: www.fabulasyesopo.com

Preguntas:

1. ¿Qué tiene que ver la actitud del escorpión en esta fábula con la personalidad?

Está mostrando su temperamento, que es uno de los aspectos de la personalidad que se posee de manera innata y que tiene que ver con su genética, por lo que no puede cambiarlo.

2. ¿Ha manifestado su carácter o su temperamento al actuar picando a la rana que le estaba ayudando a pesar de que las consecuencias eran fatales también para él?

Es el temperamento el que le impide cambiar su comportamiento. En este caso, al ser una fábula y el personaje ejemplificador un animal, no puede tener control sobre sus impulsos inducidos por su personalidad.

3. ¿Crees que las personas se dejan llevar por su temperamento en ocasiones sin medir las repercusiones de sus acciones, aunque vayan a tener alguna consecuencia negativa para ellos mismos?

En las personas existe la posibilidad de controlar los impulsos y por lo tanto sopesar las consecuencias de una acción antes de realizarla. Este control es más efectivo cuanto mejor conozca su personalidad el individuo.

4. ¿Puede el carácter ir conformando una personalidad en la que se aprendan a controlar los rasgos negativos del temperamento?

Las experiencias de la persona, que van modificando el carácter a lo largo de la vida según las experiencias que se vivan, permiten un control de los rasgos negativos del temperamento.