

## Introducción

La mayoría de las personas, cuando hablan de su forma de ser, empiezan enumerando ciertas peculiaridades de su modo de sentir, pensar y actuar. Dicen, por ejemplo: «soy alegre, optimista, extrovertido, apasionado, imaginativo, sentimental». Analizando cualitativa y cuantitativamente este conjunto de características o rasgos de personalidad, se puede afirmar que cada individuo tiene una personalidad propia, distinta de la de los demás. Pero al comparar entre sí las diferentes personalidades, es posible establecer ciertas semejanzas entre ellas, de tal modo que podemos agruparlas en un reducido número de tipos o categorías. La agrupación de las personas en tipologías o categorías de carácter o personalidad viene de antiguo, y son muchos los autores que han elaborado su propia tipología. Algunas de ellas alcanzaron notable difusión, como veremos en los capítulos siguientes.

El afán de clasificar a las personas según su manera de ser tiene que ver con la necesidad de conocer rápida y profundamente al interlocutor: para saber si es una persona fiable o peligrosa, buena pareja para el matrimonio, un buen trabajador para el propio negocio o un buen socio para la empresa; para saber cómo comportarse ante él y así lograr una buena relación inter-

personal y evitar los conflictos, que son dolorosos para las dos partes; y, en el caso de los profesionales de la salud, para saber si el problema físico o mental tiene que ver con su manera de ser, que le lleva a una manera de vivir que es patológica o perjudicial para la salud.

La experiencia ordinaria nos muestra que todos analizamos la manera de ser de los demás con el deseo de esbozar un esquema o patrón de su carácter o personalidad, que se irá retocando con informaciones posteriores. El patrón resultante orienta nuestro modo de tratar a ese individuo. Como saben los iniciados en psicología, la necesidad de formar patrones cognitivos de la realidad que nos rodea a fin de orientar nuestra conducta no comprende solo al mundo de las relaciones interpersonales, sino a otros campos del comportamiento humano; por ejemplo, en psicología existe la teoría de los mapas cognitivos, que trata de explicar este modo de funcionar de la mente humana. Uno de los precursores de esta corriente psicológica es George Kelly, que es también uno de los teóricos relevantes de la psicología de la personalidad. Elaboró un modelo que denominó teoría de los constructos personales, en la que los constructos son los esquemas mentales que cada uno elabora sobre sí mismo y sobre el mundo, y que determinan su comportamiento.

Cada categoría o tipo de personalidad comprende algunas características muy marcadas, a las que algunos autores denominan «dimensiones principales», «factores de primer orden» o «rasgos básicos» y otras características menos salientes, que se consideran como secundarias o de segundo orden. En el lenguaje común, se llega a definir a una persona por la característica más dominante de su personalidad, y así se dice que es *perfeccionista*, *pesimista*, *sentimental*, *nerviosa*, *impulsiva*, en su versión negativa; o en su versión positiva es *un encanto*, *una buena persona*, *honrada*, *trabajadora*, *auténtica*.

Cuando en la personalidad de un individuo dominan las características positivas, se le suele considerar como una «persona con carácter, con personalidad». Se podría afirmar que, en la sociedad, el conjunto de características que se tienen por valiosas son las encarnadas por los héroes de las obras literarias y del cine, e integran el estereotipo modélico del carácter de una sociedad (personas puestas como ejemplo a imitar). Muchos de estos rasgos valiosos de la personalidad no son elegidos o determinados arbitrariamente en las diferentes culturas y sociedades, pues se observa que algunos de ellos son comunes a muchas sociedades distintas. Su valor deriva de satisfacer inclinaciones o tendencias básicas de la naturaleza humana: coherencia, nobleza, altruismo, sinceridad, sencillez, laboriosidad, creatividad, lealtad, valentía, decisión. Hay otras características cuya estimación varía con el tiempo y el lugar, es decir, dependen de la época y del espacio geográfico: suelen ser elementos más superficiales del modo de ser de las personas y, por eso, son menos decisivos en el desarrollo personal; esto ocurre con ciertos patrones de conducta propios de la virilidad o la feminidad, o de la cortesía o la educación social.

Finalmente, otra razón del interés por conocer la personalidad es su relación con las enfermedades mentales. Los trastornos psiquiátricos más frecuentes tienen relación directa con un desarrollo defectuoso de la personalidad, que hace a los sujetos vulnerables al estrés normal de la vida. Antiguamente se llamaban «neuróticas» a un grupo de enfermedades que eran las de mayor incidencia en psiquiatría: fobias, ansiedad, depresión, histeria, hipocondría, obsesión. Se decía a que el paciente era neurótico o que tenía una personalidad neurótica, inmadura, y que se atribuía a un desequilibrio psicológico en el que la afectividad dominaba sobre la razón y la voluntad. En un capítulo posterior se explicarán con más detalle las características de la inmadurez de la personalidad.

El término «neurótico» fue acuñado por el médico escocés William Cullen en 1769 para referirse a los trastornos sensoriales y motores causados por enfermedades del sistema nervioso. En la psicología clínica se ha empleado para hacer referencia a los trastornos mentales que alteran el pensamiento y el funcionamiento normal de una persona. Uno de los autores que lo da a conocer es Pierre Janet, quien publicó en 1909 un libro titulado *Las neurosis*, en el que explicaba las enfermedades funcionales, las enfermedades físicas que no tenían una causa orgánica sino psicológica, las que ahora llamamos psicósomáticas o trastornos somatomorfos. Pero fueron Sigmund Freud y los autores psicoanalistas los que difundieron en el siglo XX el término «neurosis» aplicado a las enfermedades mentales que tienen como síntoma fundamental la angustia.

La mayoría de los investigadores que se agrupan bajo el epígrafe «teóricos factorialistas», que veremos más adelante, consideran que uno de los rasgos o factores básicos, bipolares y universales de la personalidad, es el *neuroticismo*, que tiene una base biológica, genéticamente heredada, y está formado por otros factores o rasgos secundarios, como la angustia, baja autoestima, inseguridad, tendencia a la depresión, irritabilidad, sentimiento de culpa, preocupación e impulsividad. La mayoría de estas características, con una intensidad elevada, aparecen en todos los trastornos neuróticos que acabamos de citar.

Una de las condiciones para que una personalidad sea considerada patológica es que genere enfermedades mentales, generalmente del espectro neurótico, tanto por su base biológica común, como por impulsar una manera de vivir que tiene un riesgo elevado de producir esos trastornos mentales.

La relación entre personalidad y patología mental es bidireccional. Acabamos de comentar la mayor incidencia de enfermedades mentales en personalidades patológicas, pero también es

verdad que las enfermedades mentales de larga evolución pueden producir cambios en la personalidad. Y, en ocasiones, estos cambios van en la dirección de la anormalidad o patología. De hecho, como veremos en el capítulo que trata sobre los trastornos de personalidad, hay dos categorías de estos trastornos, una causada por enfermedades orgánicas cerebrales y otra por enfermedades psíquicas. Esta influencia negativa de las enfermedades físicas y mentales sobre la personalidad es más intensa según la gravedad, duración e inicio temprano de esos trastornos.

En la vida ordinaria de las familias, de las escuelas, de las relaciones sociales, todos observamos personas que tienen una manera de ser especial, distinta de la de la mayoría, que es el motivo por el que sufren mucho y de continuo y por el que sufren también las personas que les tratan. En estos casos interesa hacer un estudio precoz y profundo de su personalidad alterada, para poner el remedio oportuno, y evitar así tanto sufrimiento y el riesgo de cronificación y de comorbilidad (asociación con otras enfermedades psíquicas). En esta línea, en los últimos años, se ha avanzado algo en los colegios, con la creación de los departamentos de Psicopedagogía; y en la sociedad, con el desarrollo de los gabinetes psicológicos para niños y con el desarrollo de la especialidad de psiquiatría infantil. También han aparecido muchos libros para ayudar en la buena educación de la personalidad de los niños y para alertar sobre los errores educativos más frecuentes que contribuyen a producir personalidades vulnerables o patológicas.

Se ha escrito este libro con el deseo de ayudar a prevenir problemas de desarrollo de la personalidad, para detectarlos tempranamente y así poder corregirlos a tiempo.

El estudio de la personalidad pertenece a la psicología de la personalidad, que también se ha llamado personología, pero aunque este último nombre no ha triunfado es útil recordarlo

para hacer énfasis en cuál es su objeto de estudio: la persona en su totalidad.

Los investigadores de esta área de la psicología han estudiado la personalidad con diferentes métodos: observación interna, o introspección, y observación externa; métodos cualitativos y cuantitativos; y han tratado también de explicar como la personalidad se origina y desarrolla.

Dado que el ser humano es el más complejo de la creación, hasta ahora se han logrado descubrimientos solo parciales, que han llevado a sus autores a elaborar teorías explicativas de la personalidad, también parciales. Estas teorías tratan de explicar por qué un individuo es como es y por qué es diferente de los demás. Muchas de ellas, al resaltar un aspecto explicativo concreto, menosprecian otros factores causales. Así pues, hay teorías para las que el origen de la personalidad es la biología (la genética, la fisiología cerebral, la constitución física); otras afirman que está en los procesos mentales o cognitivos (inteligencia y voluntad); y otras, finalmente, sostienen que se halle en los estímulos ambientales, que provocan ciertas respuestas, que, con el tiempo, tal relación de estímulos y respuestas se aprende, y al repetirse una y otra vez, se fija en la vida de los sujetos.

Algunos investigadores, ante la gran variedad de teorías, se inclinan por una aproximación teórica ecléctica, que consiste en coger lo que la mayoría de los autores consideran correcto de las teorías existentes y hacer una integración de esas piezas para construir una nueva síntesis teórica: y así atribuyen el origen de la personalidad a la interacción de los factores biológicos, cognitivos y ambientales. Pero aún está lejos la meta de lograr una teoría unificada de la personalidad, que explique todos los aspectos del comportamiento humano y las diferencias interindividuales.

Por las razones comentadas, en los años finales del siglo XX y comienzos del XXI se ha producido un desencanto generalizado entre los investigadores hacia las teorías globales de la personalidad y han centrado su interés en conocer y medir algunas características o rasgos particulares de la personalidad y relacionarlos con ciertos comportamientos, generalmente dañinos para el sujeto, como el consumo de sustancias, conductas adictivas y de riesgo, y con enfermedades físicas y mentales, o peligrosas para los demás como la violencia y la delincuencia. Algunos ejemplos de estos rasgos particulares son: búsqueda de sensaciones, sensibilidad al castigo y a la recompensa, autoestima, narcisismo, impulsividad, hostilidad, tolerancia a la frustración, y locus de control.

Otra consecuencia del desencanto por el estudio de la personalidad es que ha sido eclipsado por la investigación en el área de la psicología social, cuyo objeto es identificar los fenómenos psicológicos que se producen en los sujetos cuando entran en contacto con otros sujetos. Algunos ejemplos de estos fenómenos, que vienen produciendo gran cantidad de investigación, son: la atracción, el amor, el altruismo, los prejuicios, los estereotipos, la persuasión, la percepción de personas, las primeras impresiones de los demás, la distancia interpersonal, la atribución de causalidad, la comunicación no verbal, la expresión facial de emociones, la inteligencia emocional, los celos, los estigmas, la violencia, los conflictos sociales, la cooperación, la tolerancia, y otros más.

La inflación teórica en la psicología de la personalidad ha hecho que muchos textos sobre esta materia traten casi en exclusiva sobre la teoría de la personalidad. Esto ha llevado a que muchos identifiquen esta rama de la psicología con la exposición de las teorías de la personalidad y que consideren como su objeto la diferenciación de las personas y su clasificación en tipos

de personalidad. De ese modo descuidan o dejan en la periferia el objeto principal de la materia que es el estudio de lo que hace a una persona ser persona, es decir, los elementos básicos del funcionamiento humano normal.

Algunos autores consideran que la psicología de la personalidad está en la cumbre de la pirámide que forman todas las ramas de la psicología, pues, para poder entender y explicar el funcionamiento humano, se debe conocer antes cómo es el funcionamiento normal y patológico de sus elementos constitutivos, estudiados por ramas distintas de la psicología: sensación, percepción, imaginación, memoria, emoción y sentimiento, motivación, conocimiento y aprendizaje.

Aunque hay muchas teorías sobre qué es y cómo funciona la personalidad, hay, sin embargo, acuerdo unánime en la idea de que cada persona tiene una manera de ser, una personalidad propia, que contribuye a definir los límites del éxito, de la felicidad y de la satisfacción de su vida.