

Evaluación de la personalidad y el psicodiagnóstico

Evaluación

Actividad que implique “medir de alguna manera” (cualitativa o cuantitativamente) ciertas características del individuo, o la organización y eficacia de una institución (en sus aspectos programáticos y organizacionales).

Diagnóstico

Dar cuenta de una situación en sus peculiaridades, generalidades y diferencias, mientras que Psicodiagnóstico es el Diagnóstico que corresponde a la Psicología.

- Es el área central sobre la cual se construirán las decisiones de Investigación, ya que deben comenzarse dando cuenta de un estado de situación investigada (individual, colectiva o institucional) a los efectos de construir o probar en la empírea, las hipótesis teóricas que deberemos demostrar o sostener.

- PSICODIAGNOSTICO:
- Herramienta exclusiva del psicólogo.
- Corresponde la defensa y cuidado de esta actividad

Las pruebas estructuradas y la evaluación de la personalidad

- En los cuestionarios de personalidad se plantean una serie de preguntas o afirmaciones que han de responder los sujetos.
- A través de sus respuestas se trata de extraer los principales rasgos de personalidad y carácter de esos sujetos.
- No hay contestaciones correctas o incorrectas.
- Reflejan cómo es el candidato, cuál es su forma de comportarse, su manera de pensar o de afrontar distintas situaciones.

- Los elementos que contiene un cuestionario no tienen por qué estar ordenados o graduados, sino que cada ítem puede ser interpretado de manera individual.

- Existen dos tipos:

- Generales: tratan de definir las características de las personas fuera del ámbito clínico. Es decir, están diseñados para conocer perfiles de personalidad. Se pueden aplicar en numerosos campos.

- Clínicos: están orientados a determinar características patológicas de las personas en el ámbito clínico.
- Están diseñados para identificar los factores que hacen que alguien se encuentre en niveles superiores o inferiores a lo considerado como normal y le hacen estar desadaptado.

Pruebas objetivas

- Suelen ser las herramientas más utilizadas para evaluar la personalidad, junto con las pruebas proyectivas.

- Permiten evaluar distintos aspectos: conocimientos, capacidades, actitudes, inteligencia, etc. No suelen tener límite de tiempo para su realización y en ellas, se hacen preguntas o se explican diferentes situaciones a la persona para que responda qué haría de forma personal y sincera.
- En este tipo de pruebas tampoco hay respuestas correctas e incorrectas.

- Las pruebas objetivas son muy empleadas para la evaluación diagnóstica y se aplican frecuentemente en el ámbito escolar.
- Existen a su vez dos tipos:
- Inventarios: son hojas que contienen numerosas preguntas que miden variables de personalidad. Muestran la conformidad o disconformidad de los sujetos con los enunciados.
- Los más representativos son el MMPI, el 16-PF, NEO-PI-R.

- Pruebas proyectivas
- Este tipo de pruebas tienen que estar supervisadas por el terapeuta, porque requieren de mucha formación y aprendizaje.
- Normalmente, se usan para saber cómo el entrevistado ve, enfoca y maneja la realidad.
- Tal y como su nombre indica, son aquellas pruebas que sirven para que la persona proyecte rasgos de su personalidad. Por lo tanto, van acorde a lo que cada persona lleva dentro.

- Son pruebas de evaluación abierta, poco estructurada y muy fiable.
- Consisten en suministrar pocas y breves instrucciones a la persona, a partir de las que ella deberá libremente actuar.
- Así, casi sin ser consciente, va mostrando sus rasgos.
- Sus respuestas son manifestaciones de su estructura y dinámica interna de personalidad.

Tipos de pruebas subjetivas

- Completar frases comenzadas:
- La persona debe terminar frases que se le presenta.
- De esta manera, proporciona información de su temperamento en una situación concreta.

- Describir manchas de tinta: la más conocida es la desarrollada por Hermann Rorschach. Son 10 láminas, 5 de tinta negra y 5 de color.
- La interpretación que hace el profesional se fundamenta en la idea de que la organización de la estructura perceptiva del paciente manifiesta una proyección de su estructura de la personalidad.

- Tareas de dibujo:
- Se le pide a la persona que dibuje algo de forma libre. La manera de evaluar la personalidad está basada en las características formales del dibujo, tales como la inclinación del papel, intensidad del trazo, tamaño, estructura, color, posición.
- El más conocido es el formato de Buck (test del árbol, la persona y la casa).

- Con niños se suele emplear el test de la figura humana de Elizabeth Koppiz.
- Elaboración de relatos: consiste en redactar o narrar un relato libre. Uno de los más utilizados ha sido el TAT (Test de Apercepción Temática) de Murray, 31 láminas a través de las que la persona debe contar un relato.
- Como vemos, existen múltiples maneras de evaluar la personalidad con sus diferentes factores, rasgos y variables. Los profesionales han de conocer cuál es la técnica más adecuada en cada caso y tener en cuenta las diferencias individuales de cada sujeto.

Las pruebas proyectivas y su importancia para conocer la dinámica de la personalidad

- Algunos de ellos también se utilizan en un ámbito laboral, recursos humanos y selección de empleados, estos test suelen estar destinados a un ambiente clínico puesto que forman parte del psicodiagnóstico, sus resultados forman parte de un diagnóstico clínico.

- Los test proyectivos podríamos definirlos como unos test en los que el sujeto o paciente puede proyectar tanto elementos de su personalidad como conflictos inconscientes que le pueden resultar desconocidos y proyecta elementos conscientes sobre sí mismo pero de forma inconsciente.

Tipos de test proyectivos

- Se subdividen en dos tipos:
- Test proyectivos verbales:
- Los test proyectivos verbales, también conocido como técnicas proyectivas verbales, se caracterizan por la presentación de estímulos ambiguos que requieren de respuestas verbales y éstas pueden ser ilimitadas.

- Tests proyectivos gráficos:
- A grandes rasgos, podemos decir que los test proyectivos gráficos consisten en solicitarle al sujeto que dibuje algo (una persona, una casa, un árbol, una pareja) de la manera que él quiera, indicando que no se va a evaluar la calidad del dibujo sino lo que se expresa en él.

- Los test proyectivos gráficos son muy utilizados en ámbitos de psicología clínica, educativa y laboral.
- Se podría aplicar a grupos pero se estaría perdiendo parte de la información que puede resultar interesante para su interpretación, todo depende de qué es lo que realmente se esté buscando en el test.

Las pruebas psicológicas más empleadas en México.

- Las compañías suelen usar alguno de los siguientes tres modelos:
- Test de inteligencia.
- Test de personalidad o test de aptitudes
- Y habilidades y test proyectivos.

Test de inteligencia	Una de las pruebas más comunes mide el Coeficiente Intelectual (CI), se aplica a candidatos con nivel académico de bachillerato que se postulen para ocupar posiciones como administrativos, supervisores, coordinadores o gerentes.
Test de personalidad	Para estas pruebas psicométricas se suele recurrir al Cleaver, un método que permite obtener una perspectiva entre persona-puesto de empleo; además de prever cómo reaccionará el candidato en situaciones normales, así como de alta presión. Se suele aplicar a profesionales que pretendan ocupar posiciones administrativas, de supervisión o de coordinación.
Test de aptitudes y habilidades	Los test más comunes dentro de esta categoría son el Moss y el Zavic. El primero de ellos permite conocer el comportamiento de una persona bajo supervisión, así como con personal a su cargo. Por su parte, el Zavic, se enfoca en medir intereses de la persona en áreas como: corrupción, legalidad, indiferencia, moral, entre otras.

Técnicas de intervención empleadas en psicología clínica.

- Técnicas y procedimientos terapéuticos relacionados con el tratamiento de problemas psicológicos en el campo clínico.
- Aunque algunas de ellas, por el contenido breve y esquemático de la explicación, puedan parecer sencillas, no lo son en absoluto.
- Han de ser planificadas, dirigidas, y aplicadas por especialistas competentes bien entrenados.
- Bajo ningún concepto, deben ser aplicadas por personal no capacitado en el área de la psicología clínica.
- No son técnicas de autoayuda.
- Es necesario consultar a un especialista.

Actividades gratificantes:

- Todas aquellas actividades que produzcan efectos placenteros o de aumento del estado de ánimo a las personas.
- Las actividades gratificantes son de carácter personal (determinadas actividades funcionan a algunas personas mientras que a otras no) y los programas que se componen de un aumento de éstas persiguen una mejora del estado de ánimo y un aumento de la actividad general llevada a cabo por el cliente.

Asertividad:

- La conducta asertiva implica la expresión directa de los propios sentimientos, necesidades, derechos legítimos u opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de esas personas.
- El mensaje básico de la aserción es: “Esto es lo que yo pienso. Esto es lo que yo siento.
- Así es como veo la situación.” El mensaje se expresa sin dominar, humillar o degradar al otro individuo.

Auto instrucciones:

- Imágenes o verbalizaciones dirigidas a uno mismo (decirse algo a sí mismo) para apoyar, dirigir, refrenar o mantener conductas que se estén llevando a cabo o se deseen ejecutar.
- Esta técnica acostumbra a utilizarse con niños impulsivos, algunos pacientes esquizofrénicos, para combatir la ansiedad (en especial ante exámenes, temor a hablar en público y miedo a los animales) y para controlar la ira y el dolor.

Biblioterapia:

- Proporcionar bibliografía sobre una problemática, para que la persona que la solicita pueda comprender su problema y conocerlo mejor, con el objetivo de poder solucionarlo o mejorarlo.

Desensibilización sistemática:

- Procedimiento dirigido al tratamiento de problemas de ansiedad, concretamente problemas fóbicos.
- Se aplica junto a alguna técnica de relajación y su objetivo es la eliminación de la ansiedad asociada a los estímulos a los que se tiene fobia.
- Consiste en la presentación de forma gradual de dichos estímulos (de menos a más ansiedad) junto a la aplicación de la técnica de relajación para conseguir la ruptura de la asociación entre ansiedad y dichos estímulos

Biofeedback:

- Los aparatos de biofeedback son instrumentos que miden algunos de los cambios fisiológicos producidos en nuestro cuerpo por la ansiedad, como por ejemplo la tasa cardíaca, conductancia eléctrica de la piel, etc. Se usa para demostraciones de los efectos de la ansiedad y para la evaluación de su tratamiento.

Psicoterapia

- Tratamiento de las enfermedades, especialmente de las nerviosas, por medio de la sugestión o persuasión o por otros procedimientos psíquicos.
- Son todos aquellos procedimientos que utilizan métodos Psicológicos para influir en una dirección terapéutica.
- Cualquier tipo de tratamiento basado principalmente en la comunicación verbal y no verbal con el paciente, que difiere específicamente de los tratamientos electrofísicos, farmacológicos o quirúrgicos

- La psicoterapia es aquel tratamiento que:
- a) Se efectúa sobre un sujeto que se supone afectado por un conflicto psíquico.
- b) Llevado a cabo por un experto en el mismo.
- c) Con intención de anular, hacer desaparecer o contrarrestar los efectos nocivos de dicho conflicto.
- d) De acuerdo con una técnica previamente determinada según el conflicto, el método y los objetivos a alcanzar,
- e) Realizado con conocimiento explícito por ambas partes,
- f) Siguiendo pautas de sistematización, frecuencia, duración y encuadre, previamente determinadas,
- g) Utilizando como único agente terapéutico la relación entre el terapeuta y el paciente.

Clasificación

CLASIFICACIÓN: POR ORIENTACIÓN

- Worchel y Shebilske en su obra *Psicología Fundamentos y Aplicaciones* clasifican los distintos enfoques de la psicoterapia de la siguiente manera:
- 1. **TERAPIAS PROFUNDAS** Ayudan al individuo a ser consciente de los motivos que determinan su conducta.

- A) TERAPIA PSICOANALÍTICA
- Explica el trastorno basándose en la motivación.
- Es la naturaleza inconsciente del conflicto la que impide que la persona pueda revertir voluntariamente la situación.
- Su objetivo es descubrir el origen del conflicto intra psíquico a través de los relatos del paciente.
- Promueve un cambio en la personalidad a través de la comprensión de los conflictos del pasado.
- Se le enseña al paciente a hacer consciente los pensamientos y a reconocer las resistencias naturales a la voluntad de la mente.

- Este tipo de psicoterapia utiliza técnicas como la libre asociación, la transferencia y la interpretación de sueños:
- Libre asociación: método de Freud para hacer que los clientes expresen cualquier pensamiento (no importa lo poco importante o irrelevante que sea) que aparezca en su mente durante la terapia.
- Interpretación de sueños: parte de la técnica de psicoanálisis de Freud; implica ayudar al cliente a entender el contenido latente de sus sueños, que son expresiones de sentimientos reprimidos.
- Transferencia: parte de la técnica del psicoanálisis, se produce cuando el cliente transfiere al terapeuta sentimientos que estaban en principio dirigidos a sus padres. De esta forma se puede trabajar con ellos en un nivel más racional y consciente.

B) TERAPIA GUESTÁLTICA

- Una de las finalidades de este enfoque es promocionar el "darse cuenta" de las emociones y sentir el momento.
- También supone que una persona insatisfecha continúa elaborando asuntos inconclusos del pasado en su actividad presente.
- Los tres principios de la terapia son:
 - 1. Valoración de la actualidad: Se pretende que el sujeto no se refugie en el pasado.
 - 2. Valoración de la conciencia y aceptación de la experiencia: Más allá de los discursos intelectuales y las interpretaciones.
 - 3. Valoración de la responsabilidad o integridad: Cada uno es responsable de su conducta (que puede implicar: deprimirse, enloquecer o suicidarse).

C) TERAPIA HUMANISTA

- Movimiento formado por Carl Rogers, Abraham Maslow y Rollo May, que rechaza el punto de vista freudiano sobre las personas; argumenta que las personas son básicamente buenas y dignas de respeto; subrayan el aspecto creativo de las personas para alcanzar su verdadero potencial.

- 2. TERAPIAS ACTIVAS
- Se focalizan en los síntomas actuales del paciente e intentan cambiar las conductas problemáticas específicas o creencias.

A) TERAPIA CONDUCTISTA

- Este enfoque enfatiza el papel del proceso de aprendizaje en la generación de trastornos. Es decir, ciertas conductas que se aprenden se transforman en hábitos perjudiciales para la persona.
- Hace hincapié en las condiciones presentes como causantes del trastorno.
- La eliminación de los síntomas significa la desaparición de la enfermedad.
- Los tratamientos son breves e implica la sustitución de las conductas desadaptativas por nuevos patrones de conducta que no produzcan ansiedad.
- El terapeuta asigna tareas específicas, entrena al paciente en ciertas habilidades. Requiere menos tiempo que otro tipo de terapias y, por lo tanto es más económica.
- Algunas aplicaciones clínicas frecuentes son: Fobias. Dependencia del Alcohol. Anorexia Nerviosa. Bulimia Nerviosa. Esquizofrenia. Disfunciones Sexuales. Enuresis. Dificultad para orinar en lugares públicos. Obsesiones. Compulsiones.

B) TERAPIA COGNITIVA

- Es un tratamiento de corto-mediano plazo que utiliza la colaboración activa del paciente.
- Los pensamientos del paciente se consideran hipótesis a verificar.
- En colaboración con el terapeuta se elaboran alternativas y se las pone a prueba en situaciones reales. Aplicaciones clínicas en las que demuestra tener éxito: Depresión.

Clasificación de las terapias por números de participantes

TERAPIAS INDIVIDUALES

- Participan un terapeuta y un paciente, dentro de esta categoría pueden considerarse cualquier técnica de cualquier enfoque, pues sólo necesita cumplir este requisito numérico.

TERAPIAS GRUPALES

- Es un tratamiento en el que los pacientes, seleccionados a partir de ciertos criterios, forman un grupo coordinado por un terapeuta experto, para ayudarse unos a otros a efectuar cambios y superar sus problemas.
- Las dos ventajas claras de la terapia de grupo son: la oportunidad de obtener información inmediata por parte de los compañeros del paciente sobre las situaciones que experimenta, y la oportunidad, tanto para el paciente como para el terapeuta, de observar las respuestas psicológicas, emocionales y conductuales del sujeto frente a determinados temas o situaciones.

PSICOTERAPIA FAMILIAR

- La familia funciona como si fuera una unidad, un sistema, con una homeostasis (equilibrio) particular de relaciones que se mantiene indiferente a su nivel de desadaptación.
- El objetivo de este abordaje es el de reconocer y confirmar el patrón subyacente del sistema que mantiene el equilibrio, y ayudar a la familia a comprender el significado y propósito de dicho patrón. También se trata que la familia pueda satisfacer las necesidades emocionales de uno de sus miembros, reforzar su capacidad como unidad para hacer frente a los conflictos, y por último influir en la identidad y valores de la familia para que los miembros se orienten hacia la salud y el crecimiento.

TERAPIAS MÚLTIPLES

- Participan dos terapeutas y uno o más pacientes.
- La idea que se persigue con esto es que el coterapeuta haga aportes que el terapeuta no había tomado en cuenta, o que retome contenidos que sea necesario profundizar.

Clasificación de las terapias por duración

TERAPIA BREVE

- Terapia de corta duración que generalmente dura entre uno y tres meses. Hay varios tipos de psicoterapias breves, pero la mayoría tienen tres hechos comunes:
 - 1. El número de sesiones de terapia está reducido, en algunos casos, a poco más de diez o doce.
 - 2. El objetivo y las metas de la terapia se indican de forma clara al comienzo.
 - 3. El terapeuta dirige activamente el curso del tratamiento.

- **TERAPIA MEDIANA** Terapia que dura de tres meses hasta doce y dieciocho meses.
- **TERAPIA LARGA** Terapia que tiene una duración de dieciocho meses o más.

CLASIFICACIÓN: DE ACUERDO A LOS OBJETIVOS DE LA TERAPIA

- 1. **APOYO EMOCIONAL** Acompañamiento del paciente durante su enfermedad. No hay un proceso de terapia establecido.
- 2. **ALIVIO SINTOMÁTICO** Tiene por objetivo disminuir la sintomatología que presenta el paciente ante un cuadro clínico. Se usa generalmente en terapias de corta duración.
- 3. **MODIFICACIÓN DE RASGOS DE PERSONALIDAD** Terapia de mediana a larga duración, en la cual se necesita un alto compromiso del paciente durante el tratamiento.
- 4. **SOLUCIÓN DE PROBLEMAS** Terapia de apoyo. Se asesora al paciente frente a un problema y se le enseña a generar alternativas de solución para sus problemas.
- 5. **APOYO EN TRASTORNOS ADAPTATIVOS** Se apoya al paciente durante aquellos cambios que necesitan un tiempo para procesarlos.

- **TERAPIA SISTÉMICA** Este enfoque se basa en los conceptos tomados de la Teoría General de los Sistemas.
- Un sistema es un conjunto de elementos dinámicamente estructurados, cuya totalidad genera propiedades que, en parte son independientes de aquellas que poseen los elementos por separado.
- Por lo tanto hay que tener en cuenta la interacción entre estos elementos. Por otro lado, estos sistemas tienen la propiedad de autorregularse.

- PSICODRAMA Se basa sobre el concepto de "catarsis", que implica que se actúan experiencias nocivas y este ejercicio tiene efectos curativos.
- La técnica consiste en elegir un lugar o escenario para la representación, también hay un director de escena (el terapeuta), un protagonista que pone en escena lo que se le ocurre, coactores y un público.
- El protagonista tiene que intentar lograr revivir su realidad, pero al mismo tiempo experimentar y poner a prueba posibilidades nuevas de experiencia y de conducta.
- Se intenta, mediante la representación, que los problemas se vuelvan claros para el protagonista y para el grupo.