

# Universidad del Sureste

**Trabajo requerido:** SUPERNOTA

**Materia:** Psicología organizacional

**Requerido por:** Lic. Guadalupe De Lourdes Abarca Figueroa

**Alumna:** S.T.L Erika Noemi Aleman Rdz

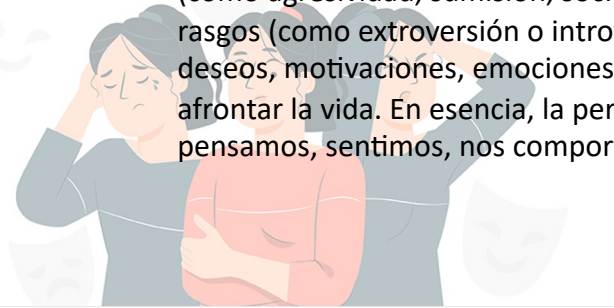
**Grupo:** Sexto cuatrimestre de Psicología .

Mayo 2024, Frontera Comalapa, Chiapas



## La Personalidad y sus Componentes

La personalidad es un conjunto de características que utilizamos para describirnos y que se integran mediante lo que llamamos el yo o "sí mismo", formando una unidad coherente. Esta se compone de rasgos (como agresividad, sumisión, sociabilidad, sensibilidad), conjuntos de rasgos (como extroversión o introversión), y otros aspectos como deseos, motivaciones, emociones, sentimientos y mecanismos para afrontar la vida. En esencia, la personalidad es la manera en que pensamos, sentimos, nos comportamos e interpretamos la realidad.

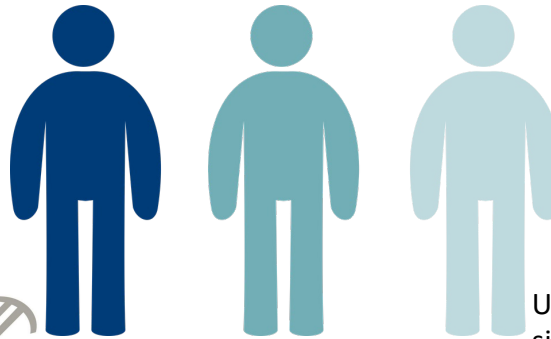
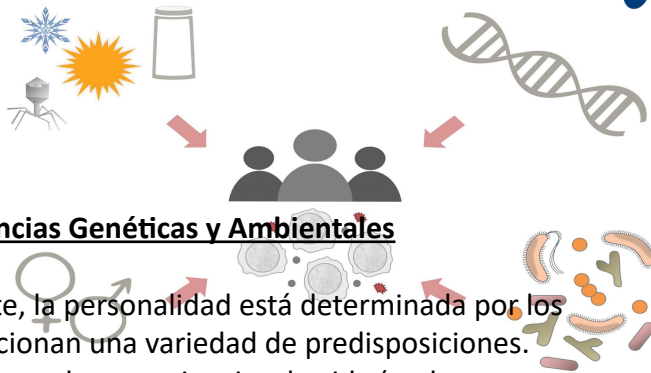


## Comportamiento y Adaptación

Generalmente, tendemos a comportarnos de una forma determinada a lo largo del tiempo, pero esto no significa que nos comportemos igual en todas las situaciones. Por ejemplo, una persona introvertida lo será la mayor parte del tiempo, pero no siempre. Los estados de ánimo también influyen en el comportamiento, permitiendo variaciones según los cambios de humor. Esta variabilidad es indicio de buena salud psicológica, ya que sugiere una personalidad flexible capaz de adaptarse a distintas situaciones.

## Influencias Genéticas y Ambientales

En gran parte, la personalidad está determinada por los genes, que nos proporcionan una variedad de predisposiciones. Sin embargo, el ambiente y las experiencias de vida (padres, sociedad, amistades, cultura) moldean estas predisposiciones en una dirección u otra. Así, aunque podamos cambiar nuestra forma de ser, lo hacemos en base a las características de personalidad con las que nacemos.



## Personalidad Saludable

Una personalidad psicológicamente sana y equilibrada tiene las siguientes características:

**Flexibilidad:** Las personas reaccionan de diversas formas ante situaciones y personas, adaptando su comportamiento según las exigencias de la vida en lugar de comportarse de manera rígida e inflexible.

**Vida Variada:** Realizan diversas actividades en lugar de centrar su vida alrededor de un mismo tema.

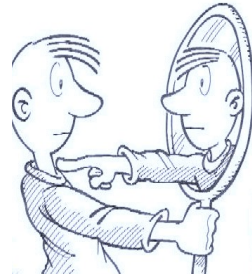
**Tolerancia a la Presión:** Enfrentan situaciones de presión sin venirse abajo ante dificultades y contratiempos.

**Percepción Realista:** Tienen una visión ajustada a la realidad sobre sí mismos, el mundo y los demás.



## Percepción y Personalidad

La forma en que nos vemos a nosotros mismos y al mundo influye en nuestra personalidad. Dos personas pueden interpretar la realidad de manera diferente: una puede ver un bosque como un lugar peligroso, mientras que otra puede verlo como un paraíso. Nuestra personalidad determina cómo vemos el mundo y a nosotros mismos, y viceversa. Por ejemplo, si a un niño le dicen repetidamente que es inteligente, es probable que se considere a sí mismo inteligente. Nos definimos a menudo basándonos en la opinión de los demás y en comparación con ellos.



## Creencias y Valores

Las creencias y valores influyen en nuestras motivaciones y comportamientos. Según GARCÍA y DOLAN (1997), hay una relación entre creencias, valores y conductas de estrés y bienestar emocional. DILTS (2004) afirma que conocer las creencias detrás de ciertos comportamientos puede explicar las motivaciones de las personas.



## Temperamento y Carácter

La personalidad se configura por dos componentes: el temperamento y el carácter.

**Temperamento:** Herencia genética que determina ciertas características cognitivas, de comportamiento y emocionales.

**Carácter:** Características aprendidas del medio, como la expresión de sentimientos, normas sociales,



## Cultura Organizacional

La cultura organizacional, definida por SCHEIN (1988), es un conjunto de creencias, valores y normas compartidas que distinguen a una organización. Esta cultura se manifiesta en normas, actitudes, conductas, relaciones interpersonales y estilo de liderazgo.

## Valores Individuales y Organizacionales

Los valores individuales y organizacionales influyen en la conducta y valores del sujeto. Los valores son concepciones prácticas y normativas heredadas que permiten una forma de vida coherente con la naturaleza de una comunidad. Estos valores pueden ser éticos, económicos y psicológicos, y son fundamentales para la estabilidad y desarrollo de las organizaciones.

