



UDS

Mi Universidad

TIPO DE ACTIVIDAD:
ENSAYO

NOMBRE DEL ALUMNO: Wilber Ivan López Pérez

Temas: Teorías de la personalidad

PARCIAL I: Teorías de la personalidad

Catedrático: Gabriela Arellano Velasco

LICENCIATURA: Psicología

GRADO: 3°

SORPRENDIDO EN EL CAMINO

Formarse como psicólogo implica mucho más que memorizar teorías. Es enfrentarse a ideas que desafían tu forma de pensar, modelos que a veces resuenan contigo, y otros que simplemente no encajan. En mi caso, las teorías de la personalidad no solo han sido contenido académico; han sido una oportunidad para construir mi propio criterio profesional. En este ensayo reflexiono sobre cómo estas teorías han impactado mi formación, haciendo énfasis en mi postura y mi inclinación hacia el conductismo, en mi distanciamiento del psicoanálisis freudiano y en el descubrimiento inesperado que tuve con la propuesta humanista de Carl Rogers.

Desde el inicio de mi formación, me sentí muy atraído por el enfoque conductista. Me identifico con la claridad que ofrece: conducta observable, aprendizaje, consecuencias. No se trata de adivinar lo que alguien “tal vez” siente, sino de observar qué hace, cómo lo aprendió y cómo se puede modificar. El conductismo me dio herramientas prácticas, me hizo sentir que era posible intervenir con lógica y evidencia. Me enseñó que el comportamiento no es producto del azar ni del destino, sino del ambiente, la historia de aprendizaje y los refuerzos presentes.

En contraste, el enfoque psicoanalítico de Freud nunca terminó de convencerme. Respeto su valor histórico, reconozco que abrió la puerta a muchos temas valiosos como el inconsciente o la infancia, pero personalmente me resulta poco útil para el ejercicio clínico actual. Su insistencia en los impulsos sexuales reprimidos, la interpretación simbólica de los sueños y la figura del complejo de Edipo me parecen conceptos demasiado especulativos. Además, me incomoda la visión negativa del ser humano que a veces transmite: como si estuviéramos dominados por deseos ocultos que no podemos controlar. Para mí, eso despoja a la persona de su capacidad de elección, y eso choca con cómo concibo la psicología.

Pero fue con Carl Rogers que experimenté una verdadera sorpresa. Debo confesar que tenía un prejuicio: veía a los humanistas como algo así como “hippies académicos”, llenos de frases bonitas. Sin embargo, al profundizar en la teoría rogeriana, me encontré con una propuesta profundamente ética, cálida y clara. La idea de que cada persona tiene dentro de sí una tendencia natural hacia el crecimiento, siempre que se le brinde un entorno seguro, me tocó. Me hizo pensar en cuántas veces las personas no necesitan tanto que las “analicen”, sino que alguien simplemente las escuche de verdad. Me cuestionó como futuro psicólogo: ¿cómo estoy viendo a las personas? ¿Como problemas a resolver o como seres en proceso?

Rogers no me hizo cambiar de enfoque, sigo creyendo en el poder del análisis conductual, pero me hizo mucho más receptivo. Me recordó que detrás de cada conducta hay una historia, una necesidad y un intento de adaptarse. Y que, si bien el refuerzo funciona, también lo hace la empatía.

Las teorías de la personalidad han sido, para mí, una oportunidad de posicionarme. Me han permitido definir con qué enfoques me identifico, cuáles me parecen poco funcionales, y cuáles me han sorprendido. Desde mi inclinación conductista, creo en la intervención basada en el comportamiento, en el análisis funcional y en los principios del aprendizaje. No comparto la visión freudiana porque me resulta excesivamente especulativa y todo gira en torno a la idea de que todo tiene un origen en la infancia, lo cual me parece bastante limitante, tomando en cuenta la complejidad del ser humano, pero valoro su lugar en la historia.

Y agradezco profundamente haber leído a Rogers, porque me devolvió una imagen más humana y digna de lo que puede ser la relación terapéutica. Muchas veces se nos olvida que los seres humanos, somos organismos autónomos. Al final, lo más importante es no quedarnos con una sola teoría, sino construir un criterio que nos permita adaptarnos a las personas, no al revés. Esa es la formación que quiero tener: una que interviene con base científica, pero que nunca pierde de vista a la persona.

Referencias

Skinner, B. F. (1971). Más allá de la libertad y la dignidad.

Rogers, C. (1961). El proceso de convertirse en persona.