



Mi Universidad

DOCUMENTO

Nombre del Alumno: Cabrera Medina Barbara Camila

Nombre del tema: PERSONALIDAD

Nombre de la Materia: TEORIAS DE LA PERSONALIDAD

Nombre del profesor: MARIA VERONICA ROMAN CAMPOD

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: TERCERO

PERSONALIDAD: Una construcción única, estable y dinámica

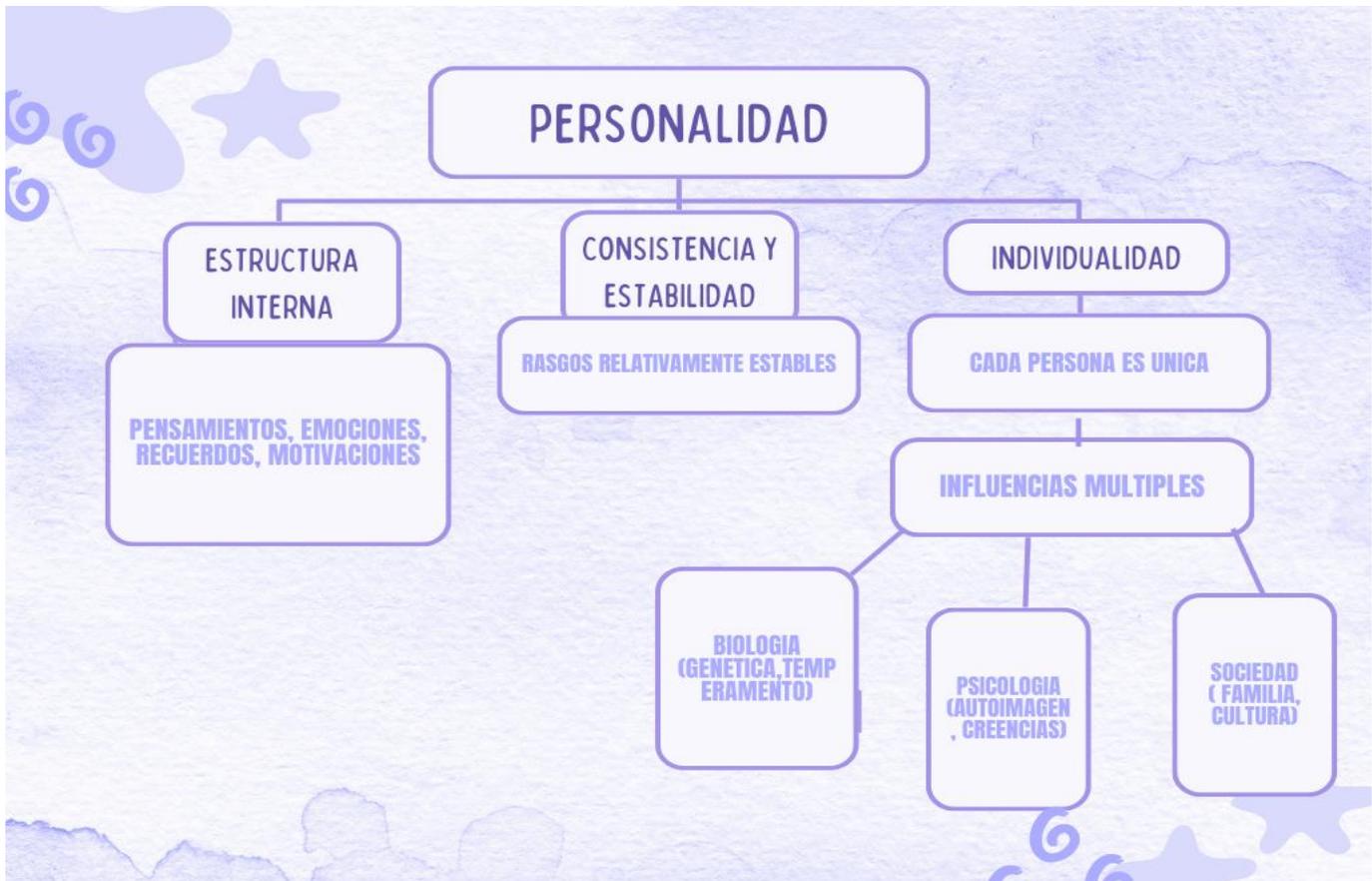
Desde mi perspectiva, la personalidad es el conjunto de patrones internos que definen cómo una persona piensa, siente y actúa a lo largo del tiempo y en diversas situaciones. La palabra “personalidad” proviene del latín persona, que en la antigua Roma hacía referencia a las máscaras utilizadas en el teatro. Esta etimología refleja la idea de que cada ser humano presenta una “cara” o forma única de actuar ante el mundo, aunque en psicología moderna esta noción va mucho más allá de una simple fachada.

Autores como Allport (1961) describen la personalidad como la organización dinámica dentro del individuo de los sistemas psicofísicos que determinan su comportamiento y pensamiento. Esto significa que la personalidad no es estática, sino que se organiza, cambia y se adapta, pero mantiene una coherencia a lo largo del tiempo. Según Feist y Feist (2013), la personalidad también incluye elementos motivacionales, emocionales y conductuales que son relativamente consistentes.

La personalidad se expresa en la forma en que percibimos la vida, reaccionamos ante los demás, enfrentamos problemas o buscamos metas. Tiene características esenciales: es interna, porque no siempre es visible, pero se manifiesta en nuestras acciones; es estable, porque aunque evolucionamos, nuestros rasgos fundamentales tienden a mantenerse; y es única, porque no hay dos personas exactamente iguales, incluso en contextos similares.

Además, la personalidad se desarrolla por la interacción de factores biológicos (como la genética y el temperamento), psicológicos (como la experiencia emocional y el aprendizaje), y sociales (como la cultura, la educación y la familia). Por ello, entender nuestra personalidad implica conocernos profundamente, reconociendo tanto lo heredado como lo aprendido.

En conclusión, para mí, la personalidad es el guion interno que dirige nuestras formas de ser y estar en el mundo, compuesto por elementos visibles e invisibles que nos hacen ser quienes somos de manera constante, pero siempre abiertos al cambio.



Reflexión personal

Estudiar la personalidad me ha hecho reflexionar profundamente sobre quién soy y por qué soy así.

Uno de los aspectos que considero más estables en mí es la forma en la que afronto los problemas: suelo mantener la calma, buscar soluciones lógicas y evitar reacciones impulsivas. Esto se ha mantenido constante desde mi adolescencia, y creo que refleja rasgos como la estabilidad emocional y la responsabilidad.

Los factores que más han influido en mi forma de ser son la familia y la cultura.

Mi entorno familiar me enseñó valores como el respeto, el trabajo duro y la empatía, mientras que la cultura en la que crecí moldeó mis ideas sobre la vida, el éxito y las relaciones.

También reconozco que la biología ha influido: hay aspectos de mi carácter que comparto con miembros de mi familia, como el sentido del humor o el nivel de energía.

Aprendí que mi personalidad no es un conjunto de etiquetas, sino un sistema complejo y dinámico. No se trata solo de decir “soy extrovertida” o “soy tímida”,

sino de entender cómo respondo ante el mundo, qué patrones me definen y cómo puedo evolucionar.

Esta reflexión me ha permitido ser más compasiva conmigo misma y entender que cambiar ciertos aspectos no significa dejar de ser uno mismo, sino crecer de forma más consciente.