



PERSONALIDAD

DESCRIPCIÓN BREVE

En este documento se encuentra la definion personal de la perosnalidad, mapa conceptual y preguntas

Juan Pablo Gómez Alfaro

Teorias de la personalidad.

Profesor(a):

Psic. Lic. Maria Veronoca Roman Campos

Definición personal de la personalidad

Desde mi punto de vista, la personalidad es el conjunto de patrones relativamente estables que definen cómo una persona piensa, siente y se comporta a lo largo del tiempo y en distintas situaciones. Sin embargo, esta definición no puede entenderse completamente sin considerar las aportaciones de diversos autores que han estudiado este concepto desde distintas perspectivas.

Gordon Allport (1961), uno de los pioneros en el estudio de la personalidad, la definió como una organización dinámica de sistemas psicofísicos que determinan la conducta y el pensamiento del individuo. Esta definición me parece clave porque destaca que la personalidad no es algo fijo ni puramente biológico, sino un sistema en constante cambio, que integra tanto factores internos como mentales y físicos. Además, resalta que la personalidad tiene un carácter organizador que influye directamente en nuestras acciones cotidianas.

Por otro lado, Albert Bandura (1986) ofrece una visión diferente desde su teoría del aprendizaje social. Según él, la personalidad se forma a través de la interacción entre factores personales, comportamentales y ambientales, en un proceso que denominó “determinismo recíproco”. Esta idea me resulta muy valiosa porque muestra que no solo nuestros rasgos internos influyen en nuestra conducta, sino también nuestras experiencias, el entorno social y los modelos que observamos. Bandura también introdujo el concepto de autoeficacia, es decir, la creencia en nuestra capacidad para influir en los eventos que afectan nuestra vida, lo cual también forma parte de nuestra personalidad.

Al integrar ambas posturas, considero que la personalidad no es simplemente una lista de rasgos que nos definen, sino una construcción compleja que resulta de la interacción entre lo que somos internamente y lo que aprendemos del mundo. Es dinámica, cambia con nuestras experiencias y refleja tanto nuestra biología como nuestras relaciones sociales.

En conclusión, entiendo la personalidad como una estructura interna pero flexible, que guía nuestras respuestas al entorno, influenciada por factores tanto individuales como sociales, y que se construye y transforma a lo largo de la vida.

Referencias

Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. Holt, Rinehart & Winston.
Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.



1. ¿Qué aspectos de tu personalidad sientes que son más estables?

Considero que los aspectos más estables de mi personalidad son mi responsabilidad, la empatía hacia los demás y la tendencia a reflexionar antes de actuar. Desde que tengo memoria, me he caracterizado por cumplir con mis compromisos, ser organizado aun que no siempre y mostrar sensibilidad hacia lo que sienten las personas a mi alrededor. Estos rasgos se han mantenido a lo largo del tiempo, incluso en distintas etapas y contextos de mi vida.

2. ¿Qué factores (familia, cultura, biología, eventos) han influido más en tu forma de ser?

Sin duda, la familia ha sido una influencia fundamental. Mis padres aunque fallecieron al ser aun pequeño lo que recuerdo que me enseñaron a respetar a mis mayores, y al pasarme a vivir con mis hermanas me enseñaron a valorar el respeto hacia los demás. También la cultura en la que crecí me ha formado con ciertos valores como la solidaridad y el esfuerzo. A nivel personal, algunos eventos importantes como el enfrentar dificultades o asumir responsabilidades desde joven han reforzado mi sentido de madurez y mi manera de ver la vida. No descarto tampoco la influencia biológica, ya que ciertos rasgos como el mal humor y ser un poco desesperado, la introversión probablemente tienen un componente hereditario aunque aun desconosco si esto sobre venga de mi familia

3. ¿Qué aprendiste sobre ti al estudiar este tema?

Al estudiar la personalidad, comprendí que no soy simplemente el resultado de mis decisiones, sino también de muchas influencias internas y externas. Me di cuenta de que algunos aspectos de mí son estables, pero otros pueden cambiar con el tiempo y la experiencia. Aprendí que mi personalidad está en constante construcción y que tengo la capacidad de moldearla, especialmente si soy consciente de cómo influyen mis pensamientos, emociones y el entorno en el que me desenvuelvo. Esta reflexión me ayuda a entenderme mejor y a tener más empatía hacia los demás.