



*Nombre del alumno: Yoselin Yahari Pérez Salinas*

*Nombre de la Materia: Teorías de la personalidad I*

*Nombre del profesor: María Verónica Román Campos*

*Nombre del tema: personalidad*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología*

*Parcial: primer parcial*

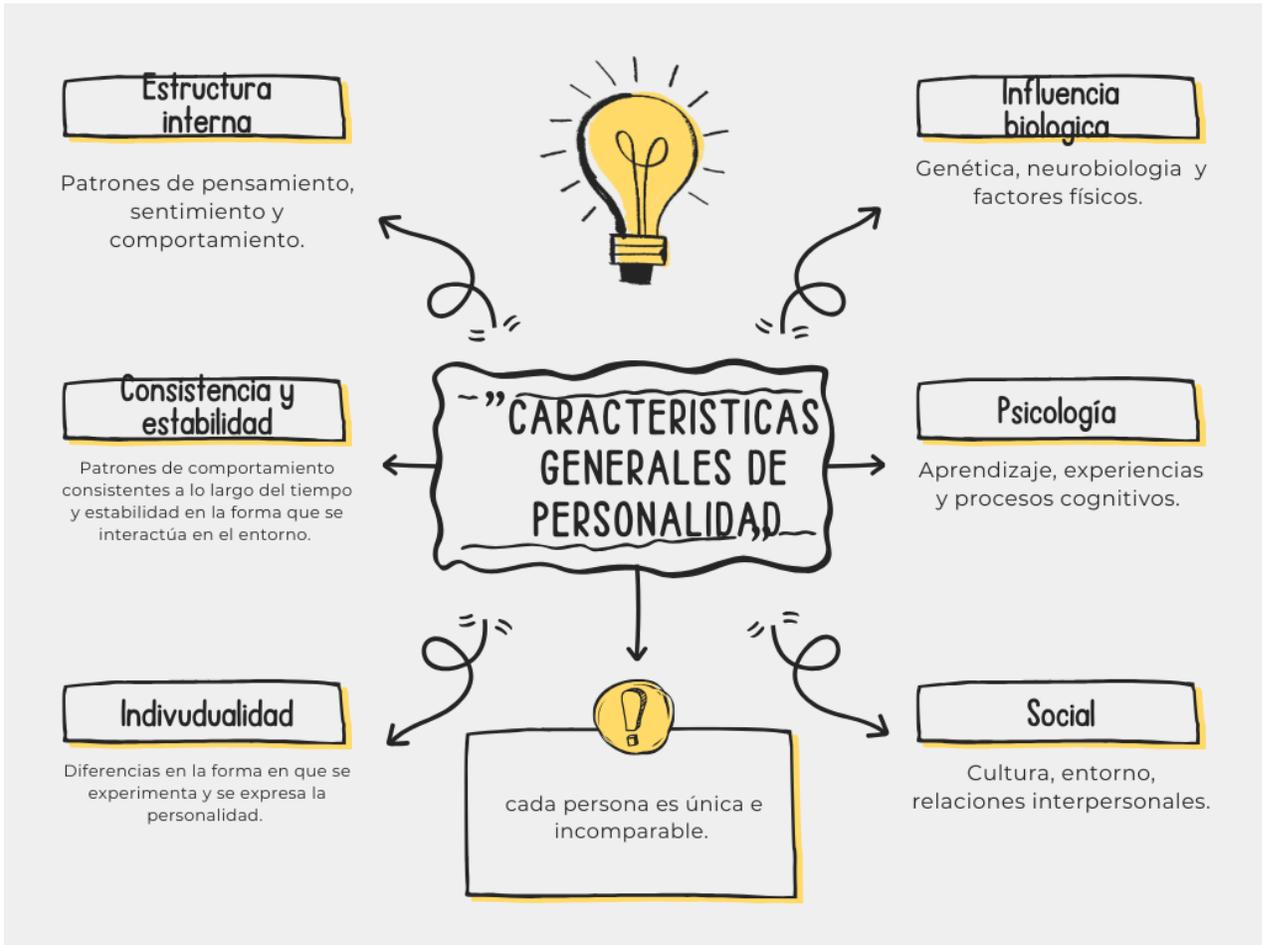
*Cuatrimestre: 3°*

*Comitán De Domínguez Chiapas a 23 mayo de 2025*

## ¿QUE ES LA PERSONALIDAD?

En lo personal creo que la personalidad es algo único y especial de cada persona, es lo que nos hace ser quienes somos y lo que nos distingue al resto de la sociedad. Ya que no todas las personas pensamos y actuamos igual, también se debe al entorno donde crecimos, creencias, religiones, lo que pensamos, sentimos y como actuamos. Cada persona crea su propia esencia, también son un conjunto de características únicas algo interno. Patrones de sentimientos y comportamientos. Lo que pude entender de Allbert que la personalidad no es algo estático, sino que cambia con el tiempo experiencias, aunque en lo personal pienso, que, por más experiencias buenas o no tan buenas, pienso que no cambia por completo sino nos hace un poco más fuerte con perspectivas nuevas, de eso trata nuestra esencia, de lo que nos hace únicos, algo perdura para siempre. No todo puede cambiar, si unos aspectos, pero no todo. Si nuestra personalidad puede cambiar con nuestro entorno seguro, donde podemos ser nosotros mismo, en realidad es porque nos sentimos en confianza. La personalidad influye en como nos comportamos y respondemos a diferentes situaciones. El desarrollo de la personalidad esta influenciado por el entorno, como la educación la sociedad y el entorno familiar, las experiencias personales eventos significativos, como el éxito en una meta alcanzada o en pérdida importante. Etimológicamente la palabra personalidad proviene del latín persona, el sentido de la máscara o la forma con la que nos presentamos ante los demás, aunque no de manera falsa sino como una estructura interna que guía nuestro papel en la vida social. Estos patrones son relativamente estables a lo largo del tiempo y están determinados por una interacción entre factores biológicos, ambientales y sociales moldean la expresión de la personalidad. Es algo importante e influyente en la vida de cada persona. Con el paso de la vida uno valora su propia personalidad, y es cuando uno se da cuenta que tenemos algo especial, la manera de ver la vida de diferentes maneras, de enfrentar obstáculos, lograr metas, gustos. Desde su estudio de la personalidad hemos podido comprender, mejorar nuestras relaciones, potenciar nuestro crecimiento y desarrollar estrategias que favorezcan el bienestar. La importancia de la personalidad va más allá de la autoimagen, implica en casi todos los aspectos de la vida.

**“La personalidad es el mejor accesorio que puedes llevar”**



¿Qué aspectos de tu vida sientes que son más estables?

Siento que los aspectos más estables de mi personalidad son la empatía, la honestidad, mi mamá me inculco que debo hacer las cosas con honestidad, desde pequeña me ha gustado ser puntual en cualquier situación, tanto en lo académico como en lo personal, la empatía ha sido un valor muy marcado en mi vida, todas las personas deberíamos de ponernos en el lugar de cada persona, toda persona debe estar acompañada en momentos difíciles. El amor es otro aspecto estable en mi vida, crecí en un entorno lleno de amor y comprensión de hermanos y mamá, ellos me han enseñado que lo que siento y demuestro no está mal, que siempre debo hacer las cosas con amor.

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

Mi núcleo familiar más cercano, han influenciado en mucho, sobre todo el respeto la honestidad, ser una persona cariñosa, demostrar mis sentimientos, al igual que con ellos puedo ser yo misma, al demostrar tal y como es mi personalidad, también he vivido experiencias un poco desagradables que han moldeado mi carácter y me han hecho saber quiénes en verdad son mi familia y cuando hablo de familia no me refiero a la de sangre, sino la que he construido, esa situación me hizo más fuerte, resiliente, y con un sentido de vida mejor, y me hizo entender que no debo confiar en todas las personas, aunque pase cosas malas, mi amabilidad y mi cariño siguieron. Y creo que he encontrado motivación en escribir. La cultura ha influido muy poco, creo que he tenido mis decisiones claras, sobre las cosas que me gustan hacer y creencias que ellos me habían inculcado, he aprendido a buscar mi propio camino.

¿Qué aprendiste sobre ti al estudiar este tema?

Aprendí cosas de mí, de mi personalidad que no notaba, creo que cuando se trata sobre cosas de nosotros nos es difícil notarlas, pero sobre este tema me llevo mucho aprendizaje de la personalidad, y que tengo una gran personalidad y únicas, eso nos hace especiales y nos distingue al resto de las personas. Siempre existe la posibilidad de cambiar y crecer. Aprendí que la personalidad influye directamente en cómo pensamos, sentimos y actuamos, descubrí que la personalidad no es completamente fija, sino que pueden cambiar algunos aspectos, pero hay ciertas cosas que perduran. Me di cuenta que ciertos rasgos que

consideraba simples o formas de ser, en realidad forman partes de patrones estables en mi personalidad, al igual que descubrí que solo hay ciertos entornos donde puedo ser más extrovertida, hacer chistes reír, y llorar en confianza, conocerse a uno mismo no es imposible si no necesario para mejorar y crecer. Este tema me hizo reflexionar sobre lo que realmente es importante en mi personalidad y rodearme de un entorno seguro y sano, para que no dañen aspectos de mi personalidad y trabajar en aspectos que deseo fortalecer y sanar.