

#### 4ª Collatio

### III. Antropología y psicología

*Psicología y vida cristiana (IV): los trastornos de la personalidad. Rasgos peligrosos del carácter: egocentrismo, perfeccionismo, inseguridad. Criterios para distinguir entre simples defectos de carácter y patologías.*

#### Trastornos de personalidad

El término trastorno procede del ámbito médico y equivale a enfermedad. Así pues, los trastornos de la personalidad son enfermedades de la personalidad que tienen etiquetas distintas en base a algunos rasgos dominantes. En el ámbito educativo cuando una persona tiene una personalidad anormal suele denominarse inmadura, desequilibrada o vulnerable.

La definición de trastorno de personalidad que se recoge en los manuales de clasificación de enfermedades dice: se trata de una grave alteración de la normal constitución de la personalidad que, casi siempre, se acompaña de serios problemas personales y sociales. Representa una desviación importante del modo en que los individuos normales perciben, sienten, piensan, actúan y se relacionan con los demás.

Existe un cierto acuerdo entre los expertos sobre la existencia de varios trastornos de personalidad: paranoide, esquizoide, disocial (antisocial o psicopático), emocionalmente inestable (tipo límite y tipo impulsivo), histriónico, anancástico (obsesivo-compulsivo de los americanos), ansioso y dependiente. Los sujetos con características generales de un trastorno de personalidad que no se puede incluir en los diagnósticos anteriores se incluyen en dos categorías residuales: el trastorno de personalidad “sin especificación” o “indiferenciada” y el trastorno “mixto” de personalidad.

Los trastornos de personalidad más frecuentes son el anancástico, el ansioso (o evitativo) y el dependiente. Curiosamente, la clasificación de enfermedades de la Asociación de Psiquiatría Americana (DSM) incluye estos tres trastornos en un grupo que califica de “ansiosos o temerosos”, pues tienen en común una misma raíz que son tres rasgos de personalidad: baja autoestima (o sentimiento de inferioridad), inseguridad y ansiedad (o temor). Estas tres características se incluyen en el rasgo de temperamento denominado “neuroticismo”. Las personas con este rasgo desarrollan estrategias de funcionamiento psicológico y conductual que dan origen a los síntomas calificados antiguamente como “neuróticos”. En concreto, se puede decir que los *anancásticos* intentan superar el sentimiento de inferioridad mediante el perfeccionismo; los *ansiosos* evitando toda situación de fracaso que lleve a los espectadores a ver su inferioridad; y los *dependientes* poseyendo objetos o personas valiosas que les permita ser admirados por los demás. Estas personas creen que una vez resuelto su sentimiento de inferioridad se sentirán seguros y no temerán ser rechazados por los demás.

Muchas personas tienen estos rasgos con una intensidad leve o moderada, que no permite hacer un diagnóstico de un trastorno de personalidad, pero, con el paso de los años y por la repetición de conductas, pueden aumentar en intensidad y dar lugar a comportamientos patológicos, que hacen sufrir a los propios sujetos o a las personas que conviven con ellos, y entonces ya pueden ser diagnosticados con uno de estos trastornos de personalidad. Esto suele ocurrir en la segunda parte de la vida, es decir, a partir de los 40 años. Por esta razón, se debe aconsejar a los jóvenes que luchan por controlar y modificar dichos rasgos.

Los criterios de diagnóstico de cada uno de estos trastornos se exponen en todos los manuales de psiquiatría y psicología, y en cualquiera de las fuentes de información accesibles por internet.

## **Rasgos peligrosos del carácter: egocentrismo, perfeccionismo, inseguridad**

En primer lugar, conviene recordar la definición de tres términos empleados en las descripciones de la manera de ser de las personas: temperamento, carácter y personalidad.

*El temperamento*, desde Hipócrates (460-370 a. C.), que propuso el modelo de los cuatro temperamentos (flemático, colérico, melancólico y sanguíneo), hasta la actualidad, es considerado como el conjunto de cualidades biológicas heredadas que determina la forma de ser de una persona y le mueven a actuar de una manera peculiar durante toda su vida. La mayoría de los autores afirman la existencia de varios rasgos de temperamento presentes en todas las personas, pero con una intensidad diversa, que tienen que ver con el modo de ser afectivo (neuroticismo y emotividad); con el modo de actuar (actividad-pasividad y activo-reflexivo); y con la actitud social (extroversión-introversión).

*El carácter* es el conjunto de cualidades psicológicas y de comportamiento que han sido adquiridos por aprendizaje, especialmente en los primeros años de la vida. Es estable, por haberse adquirido tempranamente, pero más susceptible de cambio por reaprendizaje que el temperamento, que está determinado por la constitución biológica.

*La personalidad* es algo distintivo y propio de cada individuo, y, por lo tanto, diferente a la de los demás, que le lleva a actuar de una manera semejante y consistente en situaciones diversas, y que los demás reconocen como su particular modo de ser. Está formada por un sistema organizado de rasgos (o cualidades, o dimensiones, o características), que son modos particulares de percibir, sentir, pensar y actuar aprendidos a partir de la predisposición biológica y por la experiencia, y determinan la peculiar manera de comportarse de ese individuo en cada momento.

Hay dos analogías que permiten ilustrar la relación entre personalidad, carácter y temperamento: la de un ordenador y la de un melocotón. En la analogía del ordenador la personalidad (“computer”) estaría formada por la suma de dos elementos: el temperamento (“hardware”) y el carácter (“software”). El primero aportaría cualidades determinadas biológicamente (influjo de la naturaleza) y el segundo sería el conjunto de las cualidades desarrolladas durante la vida por influjo del ambiente, en especial durante la infancia y adolescencia (influjo de la educación y la cultura). En la analogía del melocotón: el hueso sería el temperamento, pues encierra la semilla que posee la carga genética que dará lugar a otro melocotón; la carne o pulpa sería el carácter, pues su desarrollo depende del agua, el sol y los nutrientes de la tierra para que sea de una determinada calidad y tamaño. Todo el melocotón (hueso y pulpa) sería la personalidad.

A continuación, se explican los rasgos egocentrismo, perfeccionismo e inseguridad por estar presentes en los trastornos de personalidad más frecuentes. Lógicamente, cuanto más intensos sean esos rasgos, más probable es el trastorno de personalidad.

*El egocentrismo* es una reacción de defensa personal, que se da cuando una persona sufre, física o psicológicamente. El sufrimiento es interpretado por el sujeto como un peligro para la supervivencia somática o psicológica, y reclama la atención sobre sí mismo para elaborar una estrategia de resolución o evitación de dicho peligro. Así pues, las personas egocéntricas son también temerosas o ansiosas, que les hace estar habitualmente centradas en sí mismas. Por esta razón, tienen mucha dificultad para la empatía, el amor al prójimo y la entrega a los demás. Al estar tan centradas en sí mismas, en sus frecuentes estados emocionales negativos, son muy subjetivas y distorsionan la percepción de la realidad propia y ajena, y son incapaces de captar la verdad de las cosas. Es un rasgo asociado al sentimiento de inferioridad e inseguridad.

*El perfeccionismo* es un rasgo de personalidad que trata de neutralizar un intenso sentimiento de inferioridad, que se acompaña de un fuerte temor a no ser estimado y querido por los demás. Las personas perfeccionistas tienen una gran necesidad de amor, que tratan de satisfacer conquistando el amor de todas las personas que les rodean. Como son conscientes de que se ama lo valioso, tratan de ser perfectas para ser admiradas, estimadas y queridas por los demás. Sufren mucho por sus errores y fallos, por el miedo a ser rechazadas, y acaban desarrollando fobia al fallo, la imperfección, el error y el fracaso propio y de las personas queridas, al considerarlos como fallos

propios. Para evitarlos están en alerta permanente y obsesionados con el control del mundo material y de los demás. Tienen frecuentes y desproporcionadas reacciones de frustración e ira ante los mínimos errores. Por la tensión permanente en la que viven, acaban padeciendo enfermedades psicosomáticas y mentales, y, especial, depresiones. Este rasgo se relaciona con el sentimiento de inferioridad, la inseguridad y el egocentrismo.

*La inseguridad* es un sentimiento derivado de la falta de confianza en sí mismo, que tiene su raíz en una negativa autoestima, y se acompaña de un sentimiento de inferioridad. Si no se vale o no se puede, es de esperar el fracaso, el error y la mala conducta, que provocarán el rechazo y el castigo por parte de los demás, que causan sufrimiento. Por lo tanto, las personas inseguras viven con un permanente miedo a sufrir y tratan de buscar seguridad en lugares, modos de actuar y en personas que les protejan del riesgo de sufrir. Esta actitud les lleva a evitar las responsabilidades y la toma de decisiones para no fracasar, y les impide sentirse libres y dueñas de sí mismas. Hay situaciones que provocan inseguridad y ansiedad a toda persona, pero a las personas inseguras les provoca angustia, que les impulsa a huir y no pueden ir adquiriendo seguridad con la repetición de dichas vivencias. Por esta razón, las personas inseguras tienden a desarrollar fobia a todas las situaciones que normalmente provocan inseguridad: hablar en público, conducir, tratar a desconocidos, entrevistas de trabajo, etc.

### **Criterios para distinguir entre simples defectos y patologías del carácter**

Hay un criterio general y varios criterios particulares. Ambos tipos de criterio están modulados por la intensidad y la duración. Cuanto más intensos y persistentes más dificultan vivir una vida normal y satisfactoria y, por tanto, sugieren con mayor certeza una patología del carácter.

*El criterio general* es la presencia continua de afectos negativos en el mundo psicológico del sujeto. Los afectos negativos más frecuentes son el miedo, la ira y la tristeza. Esas vivencias hacen sufrir al sujeto que las padece y a las personas que le rodean, bien porque le quieren y le ven sufrir; o bien porque esas vivencias impulsan a realizar conductas negativas, que producen daño en las personas de su entorno (engaño, violencia, conflictos, negligencias).

*Los criterios particulares* coinciden con *las características de la inmadurez y madurez psicológica*. En las personas jóvenes coexisten la madurez y la inmadurez psicológicas, pues aún les quedan muchos años por delante para completar el proceso de maduración. Así pues, no es fácil establecer una línea clara de demarcación entre la inmadurez normal de la edad juvenil y la inmadurez patológica.

*Las dos principales características de la madurez* son la capacidad para *conocer* con objetividad la realidad propia y del entorno (conocer con veracidad), y la capacidad de *controlar* las propias funciones psíquicas (percepción, memoria, imaginación, afectividad y pensamiento) y la propia conducta (libertad interior). Estas dos características se apoyan en el dominio de la voluntad sobre la afectividad. En los niños y en las personas inmaduras ocurre lo contrario.

De lo anterior se deriva que *la característica principal de la inmadurez* es el predominio de la afectividad sobre las demás funciones psíquicas y, en consecuencia, sobre el comportamiento de la persona.

Las demás características de la madurez y de la inmadurez, que se exponen en las Tablas 1 y 2, son consecuencias derivadas de las características principales.

En general, las características de la personalidad y los estados de ánimo tienden a agruparse por su signo: lo positivo va con lo positivo y lo negativo con lo negativo. Por ello, cuando se percibe alguna característica de un signo determinado se puede sospechar que esa persona tiene otras características del mismo signo, que se deben buscar para tener un conocimiento más completo de la persona. En el proceso de maduración psicológica se pueden dar momentos en los que se mezclan las características positivas con las negativas, pero midiendo su intensidad se puede saber si una persona tiende a la madurez o a la inmadurez. Si las características positivas son marcadamente más

intensas que las negativas, tiende a la madurez. Cuando las negativas son marcadamente más intensas que las positivas, tiende a la inmadurez.

<b>Tabla 1. Características de la persona madura</b>
1. Sinceridad
2. Valentía
3. Constancia y perseverancia (fidelidad)
4. Laboriosidad, orden y puntualidad (diligencia)
5. Medida y moderación en su actuación (templanza)
6. Alegría, optimismo y estabilidad de ánimo (afectividad positiva)
7. Tolerancia a la frustración y buena capacidad de sufrimiento (resiliencia)
8. Capacidad de diálogo y comunicación íntima y afectuosa (confianza)
9. Capacidad para perdonar a los demás y a sí misma, y para pedir perdón (humildad)
10. Habitual interés y amor por los demás y por las cosas buenas del mundo (extroversión)
11. Actitud habitual de ayuda desinteresada (altruismo)
12. Serenidad, calma y seguridad en sí misma (equilibrio psicológico)
13. Tolerancia y capacidad de adaptación a los cambios (flexibilidad mental)

En la Tabla 1 se recogen las características positivas más relevantes de la *persona madura*. El orden en el que se exponen no indica prioridad de unas sobre otras. Del listado expuesto se puede deducir que la madurez tiene relación con las virtudes humanas, que hacen buena a la persona, la capacitan para actuar bien y amar de modo altruista y fiel; y provocan admiración, atracción y amor en los demás. Y como consecuencia, será feliz, pues recibir y dar amor es la fuente de la felicidad propia y ajena. Además, tiene una vida más plena y con menos riesgo de padecer enfermedades mentales de origen reactivo o psicógeno. Cuanto mayor número de características positivas posea, y cuanto más intensamente las posea, mayor será su madurez. Estas características derivan de las características básicas de la madurez: autoestima, sentimiento de seguridad, autoconocimiento realista, autocontrol e independencia emocional.

*La persona inmadura* está dominada por su afectividad, que tiene como objetivo principal sentirse bien o de dejar de sentirse mal en el momento presente, sin tener en cuenta las consecuencias de tal conducta, pues la previsión de las consecuencias es tarea de la razón, no de la afectividad. La afectividad, al no estar bajo el control de la voluntad, acaba siendo dominada por los estímulos ambientales, y, como el mundo suele ser hostil con frecuencia y no permite sentirse tan bien como se desea, la persona inmadura tiene frecuentes e intensas emociones y sentimientos negativos, que la impulsan a realizar conductas negativas, es decir, a comportarse mal, que le causarán nuevos sentimientos negativos. Por eso, las características de las personas inmaduras son los vicios opuestos a las virtudes de la persona madura.

<b>Tabla 2. Características de la persona inmadura</b>
1. Agresividad y violencia frecuentes y elevadas, por su fuerte tendencia a la frustración y a la ira.
2. Actitud temerosa habitual, que le lleva a ser cobarde y a mentir para evitar sufrir.
3. Impaciencia, por soportar mal el sufrimiento que causa lo desagradable.
4. Caprichosa, manipuladora y chantajista, por una intensa necesidad de sentirse bien en todo momento.
5. Inestabilidad emocional e impulsividad, por hipersensibilidad emocional.
6. Escaso control emocional, que se manifiesta con reacciones emocionales exageradas al placer (entusiasmo) y al sufrimiento (miedo, rabia y tristeza intensas).
7. Escasa empatía, que se manifiesta con una actitud egocéntrica e insensible a las necesidades y expectativas de los demás.
8. Debilidad psicológica o falta de voluntad, que se manifiesta con tendencia a la pereza, la comodidad, el desorden, la impuntualidad y la irresponsabilidad.

Como resumen, se puede afirmar que el nivel de madurez e inmadurez psicológica de una persona se manifiestan con claridad en su actitud ante el placer y el sufrimiento.

*La persona madura* tiene como objetivo principal ser feliz y hacer feliz a los que la rodean, lo que supone hacer lo que se debe hacer en cada momento con un querer libre, y esto lo hace la mayoría de las veces, aunque le sea costoso y suponga sufrimiento, o le obligue a renunciar o posponer el placer de sentirse bien.

*La persona inmadura* tiene como objetivo principal sentirse bien y evitar sentirse mal a toda costa; por eso tiende a hacer lo agradable y placentero, y a evitar lo desagradable y costoso. Es, por tanto, egocéntrica y egoísta, y ve a los demás principalmente como fuente de bienestar personal. Y, cuando no consigue ese bienestar, se frustra y enfada, y castiga al causante de ese malestar propinándole daño físico o psicológico para que rectifique. Así pues, tiene una arraigada tendencia a la violencia y a manipular a los demás para que satisfagan sus demandas de placer y bienestar.

Fernando Sarráis  
2018