

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

ESCUELA DE POSTGRADO

**MAESTRÍA EN SALUD MENTAL DEL NIÑO, DEL
ADOLESCENTE Y DE LA FAMILIA**




**“DIMENSIONES DE PERSONALIDAD Y ASERTIVIDAD DE
DOCENTES Y SUS PAREJAS EN INSTITUCIONES
EDUCATIVAS DE EL PEDREGAL. AREQUIPA 2010”**

**Tesis presentada por el bachiller:
NORMA LUZ CHANINI GÁRATE**

**Para optar el Grado Académico de:
MAGÍSTER EN SALUD MENTAL DEL
NIÑO, DEL ADOLESCENTE Y DE LA
FAMILIA**

AREQUIPA, 2015



A DIOS

Porque si volara yo hacia el este, tu mano derecha me guiaría
y si me quedara a vivir en el oeste, también allí me darías tu
ayuda. ¡Gracias Señor!

A MI MADRE

Con amor y gratitud perdurable, porque ha sido modelo de
paciencia, persistencia e integridad, a lo largo de mi vida.

INDICE

RESUMEN.....	1
ABSTRACT.....	1
INTRODUCCIÓN	2
CAPÍTULO ÚNICO: RESULTADOS	3
DISCUSIÓN	24
CONCLUSIONES	30
LIMITACIONES	31
PROPUESTA.....	32
BIBLIOGRAFÍA	42
ANEXOS	44
Anexo 1: Proyecto de Investigación	45
Anexo 2: Instrumentos	81

RESUMEN

Se evaluaron las dimensiones de personalidad y la asertividad en 50 docentes y sus parejas, cuyas edades oscilaban entre 24 y 63 años, que fueran casados o convivientes, encontrándose que la dimensión de personalidad Estabilidad Emocional es la más elevada, seguida de las dimensiones Energía y Tesón, mientras que las dimensiones de Afabilidad y Apertura Mental obtuvieron puntuaciones bajas. En cuanto a la asertividad, encontramos niveles Deficiente y Bueno, cada uno con 28% al evaluar su propio comportamiento asertivo, mientras que al evaluar el comportamiento asertivo de la pareja, encontramos niveles Deficiente y Regular, 44% y 26% respectivamente; lo cual expresa una marcada tendencia a considerarse a sí mismo más asertivo que la pareja. Finalmente hallamos correlación positiva (buena, moderada y baja) entre las cinco dimensiones de personalidad y la asertividad.

ABSTRACT

Personality dimensions and assertiveness were evaluated in 50 teachers and their partners, aged between 24 and 63, who were married or cohabiting, finding that the personality dimension Emotional Stability is the highest, followed by the dimensions Energy and Tenacity, while the dimensions of Affability and Openers Mental obtained low scores. About assertiveness we found Deficient and Good levels, each with 28% to evaluate their own assertive behavior, while assessing assertive behavior of the couple, we found Deficient and Regular levels, 44% y 26% respectively, finding a strong tendency to consider oneself more assertive than the couple. Finally we found positive correlation (Good, Moderate and Low) between the five dimensions of personality and assertiveness.

INTRODUCCIÓN

Las relaciones de pareja requieren de comunicación asertiva, congruente, clara, directa y equilibrada a fin de que puedan establecerse relaciones saludables entre ambos miembros y de este modo logren una adaptación adecuada. Sin embargo es preciso señalar que la personalidad; estructura jerárquica en la que las conductas habituales covariantes se agrupan en rasgos, se relaciona con el modo en que las personas se desenvuelven en su grupo social.

La personalidad por ello no debe ser considerada como algo estable, persistente e inmodificable, sino más bien como un conjunto de disposiciones más o menos estables que constituyen el fundamento del comportamiento y configuran las características que distinguen en concreto a cada persona. A pesar de esto, es importante tener en cuenta que más bien existe una cierta regularidad de la conducta a lo largo del tiempo y de las situaciones. El estudio de los rasgos de la personalidad exige emplear procedimientos científicos que recuerdan al “etiquetado” espontáneo que todos realizamos, no obstante se diferencian mucho de esta. Si bien es cierto los rasgos no se observan, podemos verlos manifestados en el comportamiento de las personas y es a partir de ese comportamiento que los inferimos, mediante una cierta abstracción.

Dado que en nuestro medio frecuentemente se evidencian problemas en las relaciones de pareja, denuncias por violencia familiar y maltrato infantil, es necesario desarrollar en las personas (niños, adolescentes, adultos y adultos mayores) habilidades sociales que les permitan tener relaciones interpersonales más satisfactorias y sanas. El presente trabajo pretende indagar un poco más acerca de las correlaciones entre las Dimensiones de Personalidad y la Asertividad de las personas, entendiendo que de este modo se pueden sugerir formas más adecuadas de interacción y desenvolvimiento social.



CAPÍTULO ÚNICO RESULTADOS

1. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

TABLA N° 1
MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN EDAD Y GÉNERO

EDAD	MASCULINO		FEMENINO		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%
24 - 43	30	30.0	36	36.0	66	66.0
44 - 63	20	20.0	14	14.0	34	34.0
TOTAL	50	50.0	50	50.0	100	100

Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

En la presente tabla podemos observar que las edades de la muestra evaluada fluctúan entre 24 y 63 años, encontrando que el grupo más numeroso es el de 24 a 43 años (adultez temprana) con un 66%, en tanto que el de 44 a 63 años (adultez intermedia) sólo corresponde a un 34%. Dado que hemos evaluado a parejas, 50% corresponde al género femenino y 50% al masculino.

GRÁFICO N° 1

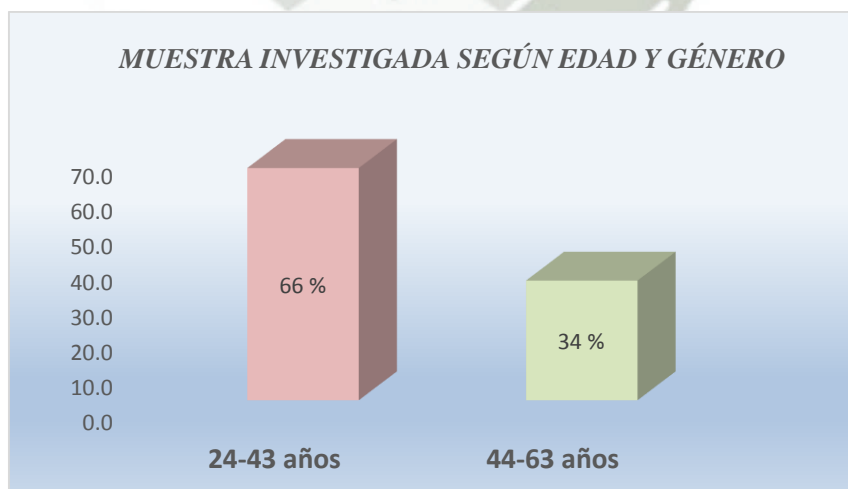


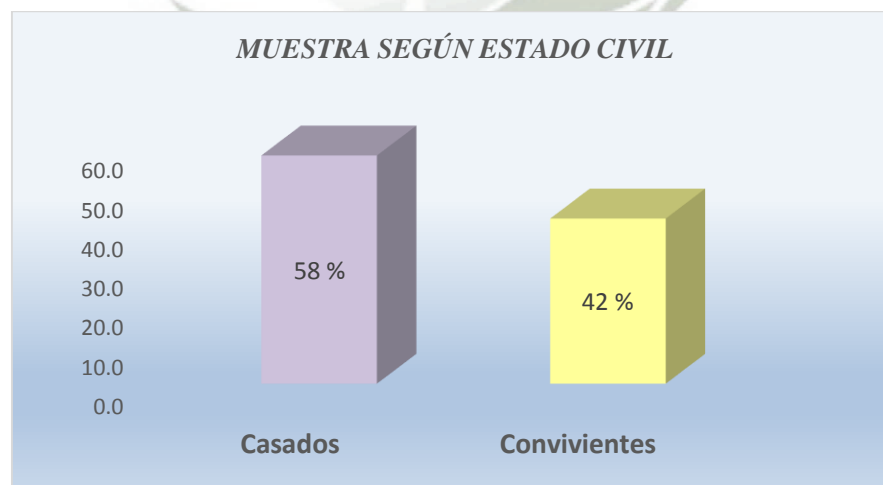
TABLA N° 2
MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN ESTADO CIVIL

EDAD	CASADOS		CONVIVIENTES		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%
24 - 43	32	48.5	34	51.5	66	66.0
44 - 63	26	76.5	8	23.5	34	34.0
TOTAL	58	58.0	42	42.0	100	100.0

Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

En la tabla N° 2 podemos observar la distribución de la muestra de acuerdo al estado civil, evidenciando un mayor porcentaje de personas casadas(58%) y la diferencia porcentual del 42% corresponde a personas convivientes. Cabe indicar, que en el grupo de adultez temprana (24 a 43 años) encontramos más convivientes que casados, ocurriendo lo opuesto en el grupo de adultez intermedia (44 a 63 años).

GRÁFICO N° 2



2. DIMENSIONES DE PERSONALIDAD

TABLA N° 3
MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN NIVELES EN SUS
DIMENSIONES DE PERSONALIDAD

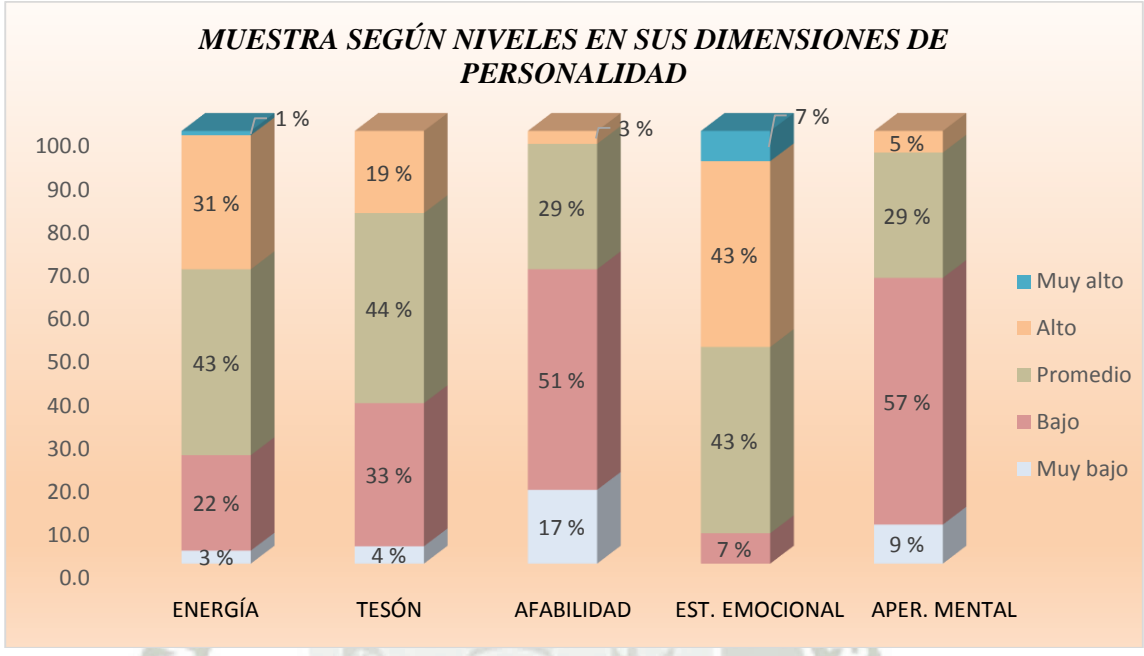
NIVEL	DIMENSIONES DE PERSONALIDAD									
	ENERGÍA		TESÓN		AFABILIDAD		ESTABILIDAD EMOCIONAL		APERTURA MENTAL	
	N ^a	%	N ^a	%	N ^a	%	N ^a	%	N ^a	%
Muy bajo	3	3.0	4	4.0	17	17.0	0		9	9.0
Bajo	22	22.0	33	33.0	51	51.0	7	7.0	57	57.0
Promedio	43	43.0	44	44.0	29	29.0	43	43.0	29	29.0
Alto	31	31.0	19	19.0	3	3.0	43	43.0	5	5.0
Muy alto	1	1.0	0		0		7	7.0	0	
Total:	100	100.0	100	100.0	100	100.0	100	100.0	100	100.0

Fuente: Elaboración personal. Cuestionario Big Five (BFQ)

En la tabla N° 3 observamos que las unidades muestrales presentan un nivel Promedio con tendencia al nivel Alto en la dimensión Energía, un nivel Promedio con tendencia al nivel Bajo en la dimensión Tesón, un nivel Bajo con tendencia al Promedio en la dimensión Afabilidad y un nivel Bajo con tendencia al Promedio en la dimensión Apertura Mental.

La única dimensión en la que esencialmente predominan niveles Promedio y Alto es la de Estabilidad Emocional, lo cual nos sugiere que las unidades de investigación presentan regular control de sus emociones.

GRÁFICO N° 3



3. ASERTIVIDAD

TABLA N° 4

**MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN NIVEL DE ASERTIVIDAD EN SÍ
MISMOS Y EN SU CÓNYUGE**

Nivel de Asertividad	En sí mismos		En su cónyuge	
	N°	%	N°	%
Deficiente	28	28.0	44	44.0
Regular	26	26.0	16	16.0
Buena	28	28.0	26	26.0
Muy Buena	18	18.0	14	14.0
Total:	100	100.0	100	100.0

Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

En la tabla N° 4 observamos que las unidades de investigación al evaluarse a ellos mismos reportan mayoritariamente niveles Deficiente y Bueno de Asertividad, esto es 28%, mientras que al evaluar el comportamiento asertivo de su pareja le otorgan niveles Deficiente y Bueno con 44 % y 26 % respectivamente. La muestra evaluada tiende a considerarse a sí misma más asertiva que su cónyuge.

GRÁFICO N° 4

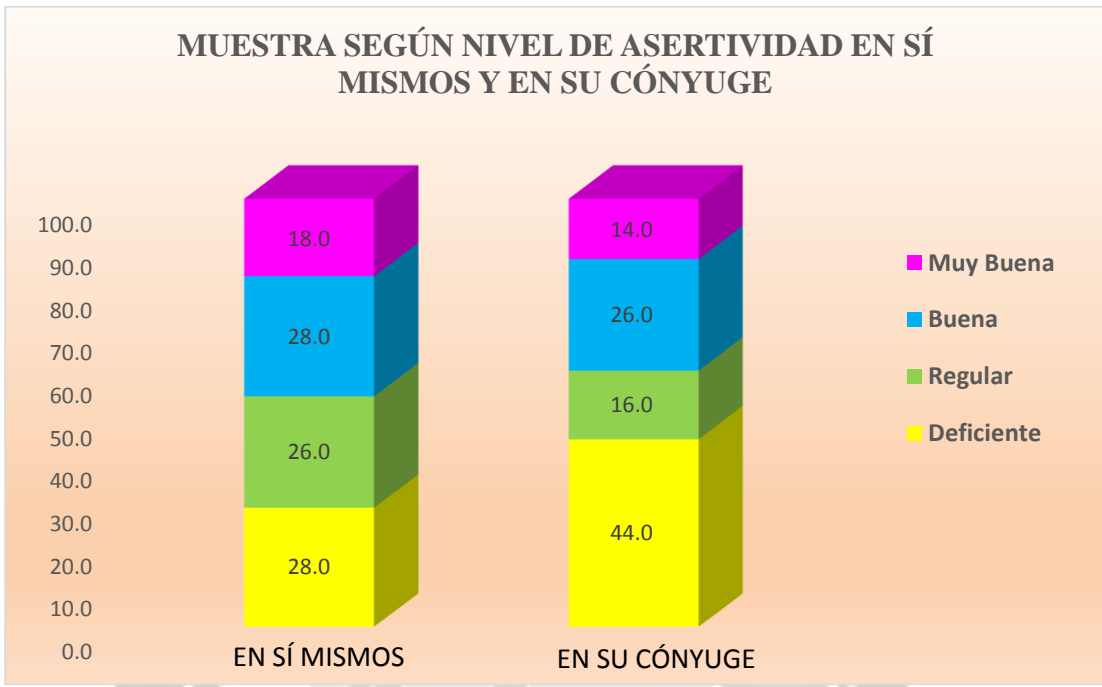


TABLA N° 5

**MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN NIVEL DE ASERTIVIDAD DE
ACUERDO AL GÉNERO**

ASERTIVIDAD	Varones		Mujeres		Total	
	No	%	No	%	No	%
Deficiente	18	36.0	10	20.0	28	28.0
Regular	13	26.0	13	26.0	26	26.0
Buena	10	20.0	18	36.0	28	28.0
Muy Buena	9	18.0	9	18.0	18	18.0
Total:	50	100.0	50	100.0	100	100.0

Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

En la tabla N° 5 observamos que las unidades de investigación de género femenino presentan 20 % de Asertividad Deficiente y 36 % de Asertividad Buena, mientras que el género masculino presenta 36 % de Asertividad Deficiente y 20 % de Asertividad Buena, coincidentemente ambos géneros presentan 26 % de Asertividad Regular.

GRÁFICO Nº 5



TABLA N° 6

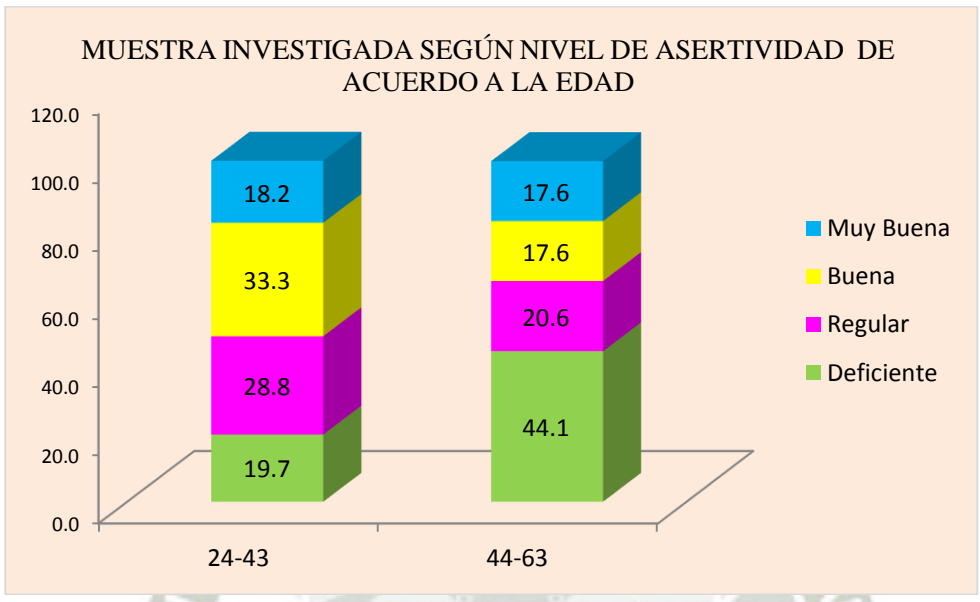
**MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN NIVEL DE ASERTIVIDAD DE
ACUERDO A LA EDAD**

ASERTIVIDAD	24 - 43		44 - 63		Total	
	No	%	No	%	No	%
Deficiente	13	19.7	15	44.1	28	28.0
Regular	19	28.8	7	20.6	26	26.0
Buena	22	33.3	6	17.6	28	28.0
Muy Buena	12	18.2	6	17.6	18	18.0
Total:	66	100.0	34	100.0	100	100.0

Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

En la tabla N° 6 observamos que las unidades de investigación entre 24 a 43 años (adultez temprana) presentan 33.3 % de Asertividad Buena y 28.8 % Asertividad Regular, mientras que los del grupo de 44 a 63 años (adultez intermedia) presentan 44.1 de Asertividad Deficiente y 20.6 % de Asertividad Regular.

GRÁFICO N° 6



4. RELACIÓN DE LAS DIMENSIONES DE PERSONALIDAD Y LA ASERTIVIDAD

TABLA N° 7
MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN RELACIÓN DE LA DIMENSIÓN ENERGÍA Y LA ASERTIVIDAD

	NIVEL DE ASERTIVIDAD									
	Deficiente		Regular		Buena		Muy Buena		Total	
ENERGÍA	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Muy bajo	3	3.0	0		5	5.0	0		8	8.0
Bajo	9	9.0	4	4.0	12	12.0	4	4.0	29	29.0
Promedio	11	11.0	16	16.0	9	9.0	4	4.0	40	40.0
Alto	4	4.0	5	5.0	0		13	13.0	22	22.0
Muy alto	0		0				1	1.0	1	1.0
Total:	27	27.0	25	25.0	26	26.0	22	22.0	100	100.0

Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

Coefficiente de Correlación= 0.4547

En la tabla N° 7 podemos observar que el 16% de la muestra investigada presentó Energía Promedio y Asertividad Regular, el 13 % Energía Alta y Asertividad Muy Buena, el 12 % Energía Baja y Asertividad Buena, el 11 % Energía Promedio y Asertividad Deficiente.

La relación entre Energía y Asertividad es de 45.47 %, es decir una relación moderada y positiva, a mayor Energía mayor Asertividad.

GRÁFICO Nº 7

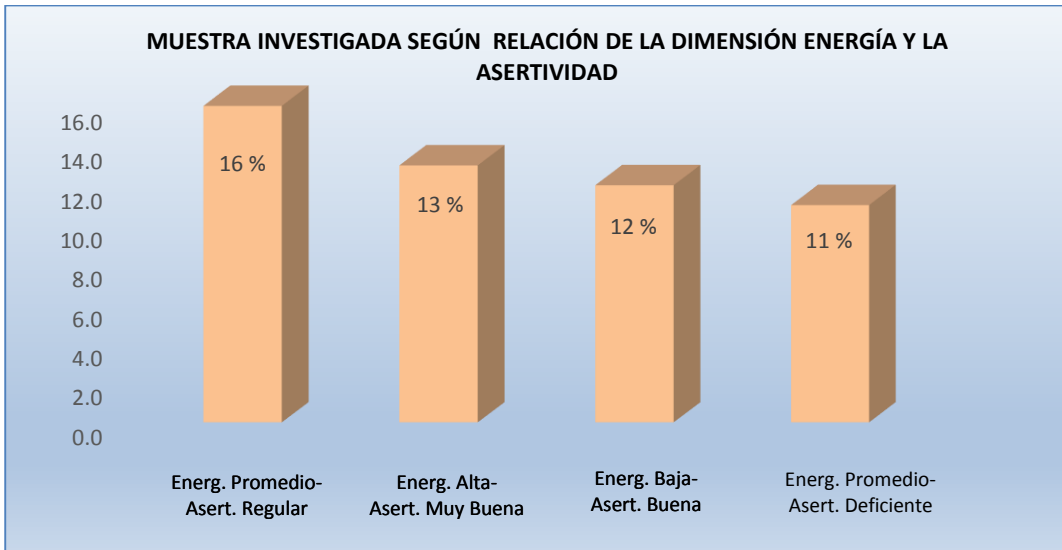


TABLA N° 8

**MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN RELACIÓN DE LA DIMENSIÓN
TESÓN Y LA ASERTIVIDAD**

TESÓN	NIVEL DE ASERTIVIDAD								Total	
	Deficiente		Regular		Buena		Muy Buena			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Muy bajo	2	2.0	1	1.0	1	1.0	0		4	4.0
Bajo	10	10.0	11	11.0	10	10.0	2	2.0	33	33.0
Promedio	13	13.0	13	13.0	11	11.0	7	7.0	44	44.0
Alto	2	2.0	0		4	4.0	13	13.0	19	19.0
Muy alto	0		0		0		0		0	
Total:	27	27.0	25	25.0	26	26.0	22	22.0	100	100.0

Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

Coeficiente de Correlación= 0.4759

En la tabla N° 8 podemos observar que un 13% de las unidades de investigación presentaron Tesón Promedio y Asertividad Deficiente y Regular, el 13 % Tesón Alto y Asertividad Muy Buena, el 11 % Tesón Bajo y Asertividad Regular.

La relación entre Tesón y Asertividad es de 47.59 %, es decir una relación moderada y positiva, a mayor Tesón mayor Asertividad.

GRÁFICO N° 8

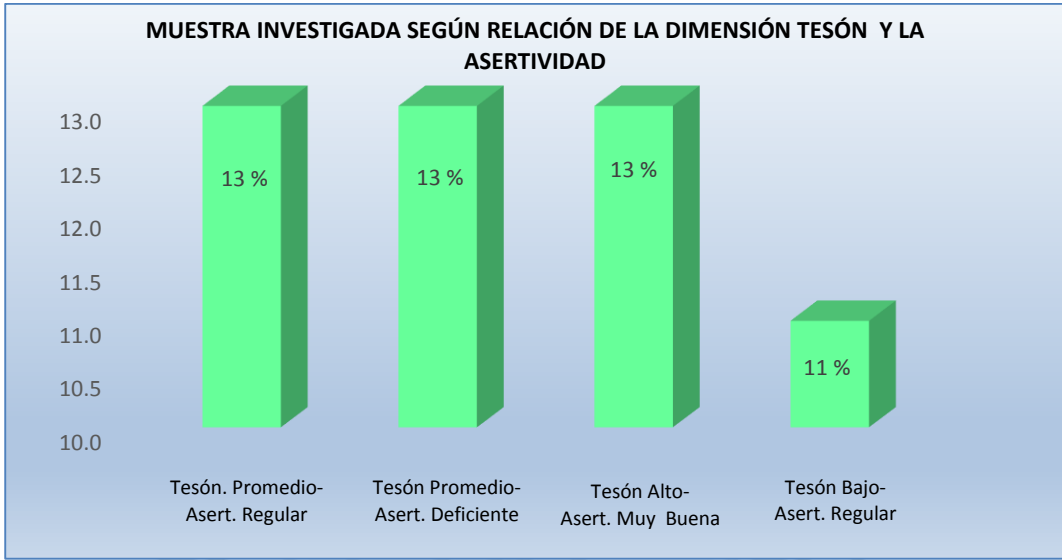


TABLA N° 9

**MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN RELACIÓN DE LA DIMENSIÓN
AFABILIDAD Y LA ASERTIVIDAD**

	NIVEL DE ASERTIVIDAD									
	Deficiente		Regular		Buena		Muy Buena		Total	
AFABILIDAD	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Muy bajo	8	8.0	4	4.0	3	3.0	2	2.0	17	17.0
Bajo	13	13.0	14	14.0	14	14.0	10	10.0	51	51.0
Promedio	6	6.0	7	7.0	9	9.0	7	7.0	29	29.0
Alto	0		0		0		3	3.0	3	3.0
Muy alto	0		0		0		0		0	
Total:	27	27.0	25	25.0	26	26.0	22	22.0	100	100.0

Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

Coeficiente de Correlación= 0.3324

En la tabla N° 9 podemos observar que el 14% de la muestra investigada presentó Afabilidad Baja y Asertividad Regular y Buena, el 13 % Afabilidad Baja y Asertividad Deficiente, el 10 % Afabilidad Baja y Asertividad Muy Buena.

La relación entre Afabilidad y Asertividad es de 33.24 %, es decir una relación baja y positiva, a mayor Afabilidad mayor Asertividad.

GRÁFICO N° 9

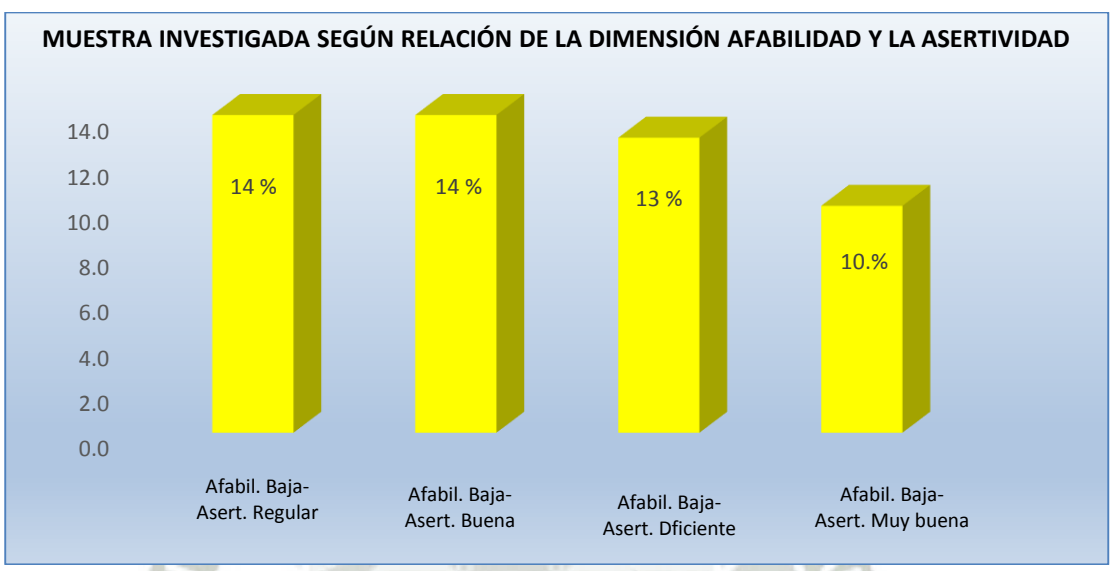


TABLA N° 10

**MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN RELACIÓN DE LA DIMENSIÓN
ESTABILIDAD EMOCIONAL Y LA ASERTIVIDAD**

ESTAB. EMOCIONAL	NIVEL DE ASERTIVIDAD									
	Deficiente		Regular		Buena		Muy Buena		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Muy bajo	0		0		0		0		0	
Bajo	7	7.0	0		0		0		7	7.0
Promedio	13	13.0	20	20.0	9	9.0	1	1.0	43	43.0
Alto	7	7.0	5	5.0	15	15.0	16	16.0	43	43.0
Muy alto	0		0		2	2.0	5	5.0	7	7.0
Total:	27	27.0	25	25.0	26	26.0	22	22.0	100	100.0

Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

Coeficiente de Correlación= 0.7018

En la tabla N° 10 podemos observar que un 20% de las unidades de investigación presentaron Estabilidad Emocional Promedio y Asertividad Regular, el 16 % Estabilidad Emocional Alta y Asertividad Muy Buena, el 15 % Estabilidad Emocional Alta y Asertividad Buena, el 13 % Estabilidad Emocional Promedio y Asertividad Deficiente.

La relación entre Estabilidad Emocional y Asertividad es de 70.18 %, es decir una relación alta y positiva, a mayor Estabilidad Emocional mayor Asertividad y en forma viceversa.

GRÁFICO N° 10

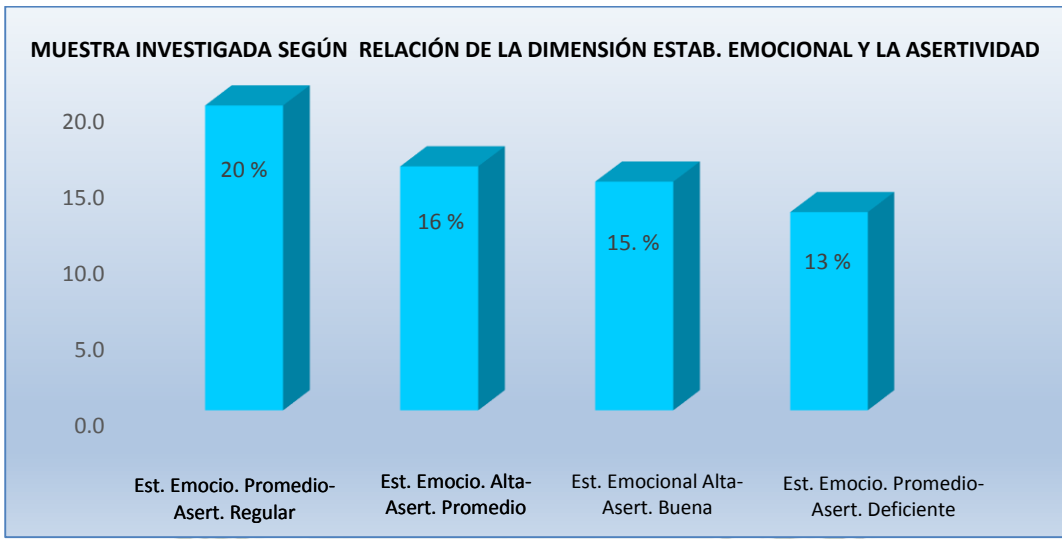


TABLA N° 11

**MUESTRA INVESTIGADA SEGÚN RELACIÓN DE LA DIMENSIÓN
APERTURA MENTAL Y LA ASERTIVIDAD**

APER.	NIVEL DE ASERTIVIDAD								Total	
	Deficiente		Regular		Buena		Muy Buena			
MENTAL	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Muy bajo	6	6.0	0		3	3.0	0		9	9.0
Bajo	15	15.0	17	17.0	15	15.0	10	10.0	57	57.0
Promedio	3	3.0	8	8.0	8	8.0	10	10.0	29	29.0
Alto	3	3.0	0		0		2	2.0	5	5.0
Muy alto	0		0		0		0		0	
Total:	27	27.0	25	25.0	26	26.0	22	22.0	100	100.0

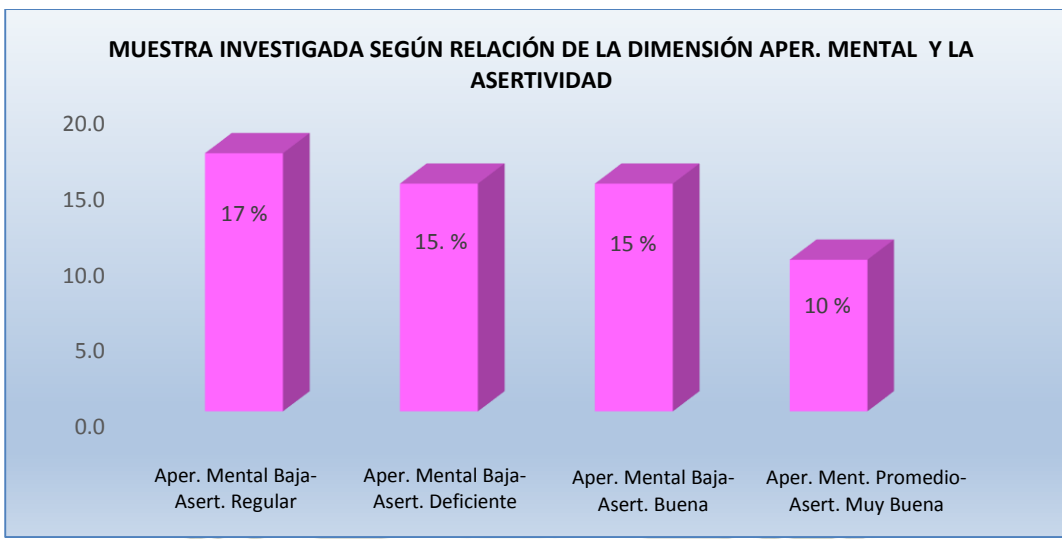
Fuente: Elaboración personal. Arequipa, 2015

Coeficiente de Correlación= 0.2270

En la tabla N° 11 podemos observar que un 17% de las unidades de investigación presentaron Apertura Mental Baja y Asertividad Regular, el 15 % Apertura Mental Baja y Asertividad Deficiente y Buena, el 10 % Apertura Mental Promedio y Asertividad Muy Buena.

La relación entre Apertura Mental y Asertividad es de 22.70 %, es decir una relación baja y positiva, a mayor Apertura Mental mayor Asertividad.

GRÁFICO N° 11



DISCUSION

La asertividad puede ser entendida como un modelo de relación interpersonal, que permite establecer relaciones gratificantes y satisfactorias tanto con uno mismo como con los demás; en este sentido se concibe la interacción asertiva como un conjunto de habilidades relacionales que favorecen y potencian las relaciones intra e interpersonales¹.

Si bien reconocemos que la asertividad es una habilidad que puede aprenderse, una competencia que puede desarrollarse y potenciarse a través de un entrenamiento adecuado, dado que no es un rasgo estable de la personalidad, también debemos mencionar que los niveles en nuestras dimensiones de personalidad pueden limitar y/o promover estilos de comportamiento asertivo en nuestra interacción social, lo cual nos permitirá un actuación abierta y franca, con libertad para exponer nuestros sentimientos, opiniones y puntos de vista que permitan la defensa de nuestros derechos sin violentar los ajenos.

Precisamente, la estabilidad de la relación de pareja depende de la personalidad de sus miembros, es decir que el éxito del matrimonio o de la convivencia está asociado de manera cercana con la forma en que los cónyuges actúan, se comunican, toman decisiones y manejan el conflicto, lo cual a su vez repercutirá en su calidad de vida. Es así que el conflicto, es parte de un proceso natural de toda relación, razón por la que debe buscarse un balance entre la flexibilidad y estabilidad, siendo la asertividad una llave segura para encontrar la armonía en este proceso (Steir, Staton y Todd, 1982). Por las razones expuestas, es importante desarrollar la asertividad en la personalidad de las parejas, ya que ésta se convierte en promotora de relaciones interpersonales saludables y contribuye al crecimiento personal que ambos miembros

¹López,M. (2000) Enfermería Psicosocial y Salud Mental. Pág. 61

de la pareja necesitan para experimentar satisfacción conyugal. La asertividad entonces es un estilo de actuación en situación comunicativa de la personalidad, que se manifiesta en la expresión abierta y franca de exponer sentimientos, opiniones, puntos de vista y vivencias que permitan la defensa de los derechos personales sin violentar los ajenos, para hacer sentir el valor de los demás. (Nápoles,2004)

Ramos, P. (2005) en su investigación titulada “*Relación entre las dimensiones de personalidad y autoestima en adolescentes de ambos sexos de los colegios nacionales de Tacna*”, concluyó que los alumnos con tendencia a la extraversión presentan autoestima efectiva y/o alta, por el contrario los jóvenes que presentan tendencia a la inestabilidad emocional evidencian un nivel promedio de autoestima, lo cual implica que los extravertidos muestran conductas de autoaceptación, mayor valía personal, satisfacción y fuerza para superar las situaciones conflictivas.

En nuestra investigación encontramos una relación moderada y positiva entre la dimensión Energía y la Asertividad, con un 45.47%, es decir que los individuos activos, sociables y optimistas tienen más probabilidades de actuación asertiva; mientras que la relación entre la dimensión Estabilidad Emocional y la Asertividad es de 70.18%, que corresponde a una relación alta y positiva, lo cual nos permite afirmar que las personas tranquilas, pacientes, autocontroladas y estables tienden a ser más asertivas en sus relaciones interpersonales.

Se considera que en algunas ocasiones lo que mejor caracteriza al factor extraversión es la asertividad, ya que permite la expresión abierta de los impulsos; en otras, es una especie de dominio y seguridad confiada; a veces es una cualidad de felicidad. (Barrett, 1997) informó que los sujetos extravertidos que llevaban registros de sus interacciones sociales, interactuaban con más gente que quienes eran bajos en extraversión, también reportaron tener más control y cercanía en sus interacciones

con los demás; es decir que la extraversión predice el desarrollo de relaciones sociales a lo largo de la vida.

La dimensión Afabilidad tiene una relación baja y positiva de 33.24% con la Asertividad. A pesar de que esta dimensión es conocida como Adaptabilidad Social o Agradabilidad, lo cual señala una personalidad complaciente y amistosa, que carece de agresividad y muestra tendencia a interactuar amicalmente con los demás de forma íntima y espontánea, Bergman (1993) y Pedersen (1988) afirman que la Afabilidad tiene un componente ambiental, es decir que la expresión de la Afabilidad dependería de la calidad de vida que tienen las personas, tipo de vínculos, gratificación social, reconocimiento laboral, nivel de ingresos, etc.

La dimensión Tesón tiene una relación moderada y positiva de 47.59% con la Asertividad, lo cual obedece a que el tesón está relacionado con la capacidad de autocontrol y autorregulación, tanto en lo que atañe a aspectos de inhibición como en lo que corresponde a aspectos proactivos; es decir que dicha dimensión está asociada a la escrupulosidad, reflexividad, orden, diligencia y perseverancia, características que promueven los comportamientos asertivos.

La dimensión Apertura Mental contempla amplios intereses y disposición para el contacto con culturas, costumbres y experiencias nuevas, lo cual supondría una relación alta con la Asertividad, sin embargo; el nivel de relación entre ambas es de 22.70%, que equivale a una relación baja y positiva.

Dados los hallazgos de la investigación, podemos afirmar que desde el perfil de la personalidad en sus cinco dimensiones si es posible revelar el nivel de asertividad que mostrarán los sujetos en su interacción social, dado que las cinco dimensiones de personalidad mostraron relación positiva con la Asertividad, en los niveles de buena, moderada y baja.

En cuanto a la asertividad y el género, encontramos que el género masculino, reporta mayoritariamente niveles deficiente y regular de asertividad, 36% y 26% respectivamente, mientras que en el género femenino, encontramos niveles regular y bueno de asertividad, 26% y 36% respectivamente. Keenan y Shaw, (1997) consideran que la menor reactividad al estrés puede ayudar a las niñas a manejar la frustración o el enojo de manera más controlada y su mayor facilidad con el lenguaje puede prepararlas para comunicar sus sentimientos en formas más sanas; además de la diferencia en la forma en que varones y niñas son socializados, ya que las niñas son educadas más que los varones para controlarse, compartir juguetes, evitar los conflictos y pensar en la forma en que sus acciones afectan a los otros, mientras que a los niños se les alienta a demostrar su mando y manifestar su poder, esperándose con expectativa que sobresalgan dentro de su grupo de amigos, siendo retribuidos por ello. Todas estas prácticas llevan a niños y niñas a evidenciar distintos patrones de comunicación e interacción social. Una vez establecidos, cada género llevará a cabo conductas que reforzarán estos patrones. Por estos motivos Linder (1993) sostiene que las personas de género femenino tienden a evitar el conflicto porque lo experimentan como una amenaza a su relación. Dichos aspectos las llevan a exteriorizar su agresión de modo enmascarado o a través de arrebatos inesperados de cólera. Los hombres en cambio son más evidentes en la expresión de su agresividad, directos en sus confrontaciones y manifiestan su ira de manera más abierta.

Del Carpio, J. (2009) en su investigación titulada “*Estilos de comunicación y satisfacción en la relación de pareja*”, encontró que existe una relación entre los estilos de comunicación positivos y el mayor grado de satisfacción en la relación de pareja, es decir que al evaluar el estilo de comunicación propio como positivo y al percibir que la pareja también tiene un estilo de comunicación positivo hay incidencia en la satisfacción personal y en contraste los estilos de comunicación negativos repercuten negativamente en la satisfacción personal. Al respecto, nosotros encontramos que al evaluar el nivel de los propios comportamientos asertivos

predomina el nivel Deficiente y Bueno, cada uno con 28 %, mientras que al evaluar el comportamiento asertivo de la pareja, se reportan niveles Deficiente y Bueno con 44 % y 26 % respectivamente; evidenciándose una notable inclinación a considerarse a uno mismo más asertivo que la pareja, en cada uno de los cuatro niveles. Esta es una de las razones por las cuales surgen las discrepancias entre los miembros de la pareja, ya que al emitir un comportamiento con determinada intencionalidad, a nivel de gestos y palabras, la lectura que hace el cónyuge de dicho comportamiento puede ser codificada de una manera hondamente distinta.

La comunicación asertiva es uno de los aspectos con mayor trascendencia en el funcionamiento exitoso de una relación de pareja, cuando esta es deficiente genera conflictos y aunque el conflicto es parte de un proceso normal y natural de toda relación; en general los sistemas sociales persiguen conservar un equilibrio entre la flexibilidad y estabilidad, y tanto la comunicación asertiva, como la negociación durante el conflicto se constituyen en la clave para encontrar la armonía en este proceso (Steir, Staton y Todd, 1982). La comunicación asertiva es un proceso que puede pronosticar la complacencia que se experimenta dentro de la relación de pareja y de acuerdo con Greef y De Brune (2000) la satisfacción de pareja está vinculada al sostenimiento emocional, a compartir intereses e inclinaciones y a cómo las parejas enfrentan los problemas. Almo (1978) realizó un estudio concluyendo que a las parejas les resulta difícil encarar abiertamente algunos problemas, a pesar del entrañable afecto que se profesan.

Carl Rogers (1980) indicaba que un matrimonio óptimo representan el crecimiento de cada cónyuge para transformarse en su propio yo. En una relación de pareja es importante la presencia de determinadas competencias y cualidades que promuevan y permitan la resolución de discrepancias en el momento en que aparezcan o mejor aún para evitarlas. Los miembros de la pareja deben admitir y aceptar los desacuerdos y resultará positivo el aprender a aceptar las discrepancias entre ellos e incluso motivar

la expresión de sentimientos y emociones; es preciso flexibilizar los límites entre ellos de modo que sea posible una comunicación saludable, animándose a transmitir el cariño entre ambos y apoyarse mutuamente en forma positiva; apreciar los propios conflictos y los del otro, tener consideración, cariño, respeto y lealtad, tener serenidad, mostrar auténtico interés sobre los afectos y puntos de vista del otro, ser innovadores y hasta experimentales cuando las soluciones creativas sean pertinentes.

Dado que a lo largo de la vida en común la relación de pareja presenta altibajos, sus miembros necesitan aprender a manejar la confrontación, es indispensable que aprendan estrategias adecuadas para resolver el conflicto si desean una relación sólida, pues esto les permitirá discutir los problemas como personas maduras.

El éxito del matrimonio está asociado de manera cercana con la forma en que los cónyuges se comunican, toman decisiones y manejan el conflicto (Brubaker, 1993). Discutir y expresar abiertamente el enojo es bueno para el matrimonio, en tanto que las quejas, ponerse a la defensiva, la obstinación y el alejamiento son señales de problemas (Gottman y Krokoff, 1989). Una de las cosas más importantes para que una relación de pareja realmente mejore, es aprender a comunicar qué es lo que verdaderamente queremos, de forma verbal; eso implica actuar de modo asertivo, a fin de establecer una relación sana, estable y duradera. Así mismo, debemos recordar que al actuar asertivamente nos sentiremos satisfechos con nosotros mismos, además de tener más probabilidades de conseguir lo que pretendemos.

Las relaciones de pareja deben ser flexibles y adaptables, los miembros de la pareja que llevan una vida feliz durante muchos años revelan capacidad de tolerancia a las adversidades y facilidad para adaptarse a las condiciones cambiantes de la relación. La eficacia con la que la pareja comunica sus ideas, acciones, sentimientos y emociones, determinan en gran medida el nivel del conflicto y, por extensión, la felicidad a largo plazo (Notarius, 1996).

CONCLUSIONES

- Primera: La muestra evaluada presenta un nivel Promedio en las dimensiones Energía, Tesón y Estabilidad Emocional, en tanto que en las dimensiones de Afabilidad y Apertura Mental se ubican en un nivel Bajo.
- Segunda: Las unidades muestrales perciben en sí mismos niveles deficiente, regular, bueno y muy bueno de asertividad (28%, 26%, 28% y 18% respectivamente).
- Tercera: Las unidades de investigación perciben en su cónyuge niveles deficiente, regular, bueno y muy bueno de asertividad (44%, 16%, 26% y 14% respectivamente).
- Cuarta: Existe una relación Alta y Positiva entre la dimensión Estabilidad Emocional y la Asertividad, una relación Moderada y Positiva entre las dimensiones Energía y Tesón y la Asertividad, una relación Baja y Positiva entre las dimensiones Afabilidad y Apertura Mental y la Asertividad, es decir que a mayor nivel en las dimensiones de personalidad se evidenciará un mayor número de comportamientos asertivos.
- Quinta: Las cinco dimensiones de personalidad mostraron relación positiva con la asertividad, lo cual indica que la hipótesis planteada fue confirmada.

LIMITACIONES

- La extensión de los cuestionarios de evaluación demandaron a los participantes la inversión de tiempo prolongado, que fue criticado por algunas unidades muestrales.





PROPUESTA DE PROYECTO DE INTERVENCIÓN

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO EN ASERTIVIDAD

Los conflictos en las relaciones de pareja suelen originarse por las formas impropias de comportamiento y comunicación que utilizan ambos miembros de la pareja en su proceso de interacción, los cuales, al ser incongruentes, indirectos y poco claros definen relaciones insatisfactorias e impiden el proceso de adaptación saludable.

Ser asertivo implica expresar en forma directa los propios sentimientos, deseos, derechos legítimos, intenciones, posturas, creencias, sentimientos y opiniones sin hostilidad, ni castigo a los demás, pero también ser asertivo contempla desarrollar la habilidad de escuchar para el éxito del proceso comunicativo y para el desarrollo armonioso de las relaciones interpersonales.

La asertividad no es una característica de la personalidad, sino una habilidad que puede desarrollarse progresivamente mediante el entrenamiento correspondiente. Por ello el presente programa busca incrementar el desarrollo de conductas asertivas entre los miembros de las parejas, a fin de promover estilos saludables de comportamiento y comunicación

OBJETIVOS

- Fomentar en las parejas el desarrollo de relaciones interpersonales satisfactorias, mediante la práctica de conductas asertivas.
- Concientizar a las parejas sobre la importancia de tener una conducta asertiva dentro de su relación, a fin de facilitar su comunicación, promover su apertura mental, manejar sus conflictos de manera saludable y por ende, tener una convivencia más duradera y satisfactoria.
- Uniformizar los patrones de comunicación que utilizan ambos miembros de la pareja, de tal modo que puedan establecer formas sanas y satisfactorias de resolución de conflictos, que les permitan a ambos superar las diferencias comunicacionales de género.

DURACIÓN Y FRECUENCIA

10 Sesiones, con una duración de 1 hora.

ESQUEMA

Las parejas inscritas recibirán sesiones de Entrenamiento en Comportamiento Asertivo, lo cual facilitará su comunicación y su forma de resolución de conflictos.

✓ FASE I: PROYECTAR

El objetivo de esta fase es desarrollar la capacidad para recordar todo tipo de experiencias que involucren escenarios en los que no se ha presentado un comportamiento asertivo, es decir situaciones donde se han expresado conductas discrepantes con la asertividad, que probablemente hayan dañado (sin propósito) la autoestima de alguna persona.

Las interrogantes que ayudan a identificar ciertos elementos para clarificar esta fase son las siguientes:

- ¿Quién está comprendido en esta escena?
- ¿Cuál es el contexto de la vivencia?
- ¿Cómo se va dando la escena?

En esta fase, hay que recordar todas las experiencias durante la relación de pareja, en las que la persona haya advertido que no fue asertivo. Proyectarse en cada escena, olvidándose en el momento de las emociones y sentimientos. Tratar de percatarse de los detalles, como el lugar y los eventos que se dieron.

- ¿Qué le incomoda?
- ¿Cuál es el evento?
- ¿Qué discusión le fastidia?
- ¿En qué momento ocurre la escena?

✓ FASE II: ANALIZAR

En esta fase se realizarán dos actividades importantes, en primer lugar, clasificar en términos de proporción el nivel de disconformidad de cada experiencia identificada y, en segundo lugar, describir en una sola frase la problemática experimentada.

Para determinar el nivel de cada situación que causa disconformidad, se propone utilizar la siguiente clasificación de Bower (1980):

1. Escena ligeramente amenazante:
 - Ocasiona que se sienta un poco mal.

- Ocurre por lo menos una vez al mes.
 - Piensa en la escena, digamos, cada dos semanas.
2. Escena medianamente amenazante:
- Le causa disconformidad o frustración.
 - Ocurre por lo menos una vez a la semana.
 - Piensa en ello por lo menos una vez a la semana.
3. Escena altamente amenazante:
- Le causa aversión o impotencia.
 - Se da casi a diario.
 - Piensa en ello a diario.

Después de haber clasificado el nivel de amenaza que cada situación provoca, es útil redactar un texto en el cual se pueda describir con la mayor exactitud posible el problema. En este paso es importante considerar las respuestas a las preguntas básicas: qué, quien, cuándo, dónde y porqué, determinadas en la fase anterior.

Una descripción rigurosa facilitará la liberación de emociones y sentimientos que muy probablemente se han tenido guardados por largo tiempo, o incluso reconocer que lo que se pensaba era un grave inconveniente, no lo es tanto.

Con este ejercicio se logrará que las parejas no sólo se expresen, sino que decidan en términos de la dimensión de la molestia, si es una situación que valga la pena enfrentar. Asimismo, con fundamento en los resultados de esta fase se decide si es conveniente o no pasar a la siguiente fase, denominada ver.

✓ FASE III: VER

Después de superadas las dos fases anteriores, se ha logrado definir la escena difícil de manera exacta. Aquí es conveniente tener en cuenta que como paso inicial ya se ha establecido la dimensión del daño y, en consecuencia, se logró determinar y reflejar con palabras la situación problema. Por lo tanto es momento de prestar atención a las reacciones afectivo-emocionales personales.

Se requiere ver los afectos y sentimientos para poder pensar en forma objetiva sobre las consecuencias que implica el ser asertivo y optar por lo que se quiere hacer.

Para reconocer estos signos emocionales, hay que evocar alguna escena problema en forma auténtica, visualizar el espacio, el momento y la hora del día, los sonidos y las emociones, así como repasar los pasos que se han adaptado para la solución de problemas interpersonales, a efecto de poder determinar el tipo de emoción que irrumpe en cada uno de los eventos problema.

Se puede reconocer las siguientes emociones: tristeza, ansiedad, temor, dolor, estupor, ira, sobrecogimiento, felicidad, placer, tranquilidad y sosiego, por mencionar algunas. Finalmente esto permitirá tomar la decisión de proseguir con la fase IV: hablar.

✓ **FASE IV: HABLAR**

Esta fase tiene diferentes momentos: estar preparados para la práctica, planear un guión mediante el método DEEC, estudiar el guión y aplicar un lenguaje corporal asertivo.

- **La Práctica**

Una vez revisadas y cumplidas las etapas anteriores, se ha evaluado y tomado decisiones respecto a cómo confrontar las escenas o situaciones problemáticas.

Una escena tiene los componentes siguientes:

- Actores: el actor y al menos una persona más.
- Trama: el actor tiene ciertas metas, como también la otra persona.
- Contexto: el tiempo y espacio en que sucede la escena.
- Guión o Mensaje: el texto que la otra persona habla y las que el actor quisiera decir para ser asertivo. También aquí toma gran relevancia el manejo del lenguaje corporal.

Es importante señalar que el ser una persona proactiva ayudará a no reaccionar ante los estímulos, sino a prospectar y planear soluciones y contingencias.

- **Utilizar el método DEEC**

Mediante el DEEC se puede aprender a observar un conflicto de manera detallada, especificando los derechos y necesidades, planteando soluciones al problema y si resulta pertinente negociar un contrato para un cambio con la otra persona. En otras palabras, se está preparando para hablar:

DEEC significa: - Describir
- Expresar
- Especificar
- Consecuencias

- **Describir:** Aquí se responde a preguntas como ¿Qué conducta ha estado realizando la otra persona que lo incomoda?

En esta etapa lo que se hace es describir qué comportamiento ha estado realizando la otra persona, ya sea que me moleste o me agrade.

Las reglas fundamentales para describir son:

- Describir la conducta de la otra persona de modo realista.
 - Usar términos específicos.
 - Describir la hora, lugar y frecuencia de la acción.
 - Describir la acción y no el motivo.
 - Evitar señalar situaciones que no se pueden modificar.
 - Circunscribirse a la conducta definida, evitando asociarla con otras similares en otro tiempo y contexto.
- **Expresar:** Responde a interrogantes del tipo ¿Cómo se puede decir a la otra persona cómo se siente acerca de su comportamiento?

Las reglas básicas para expresar son:

- Expresar los sentimientos.

- Expresar las emociones.
 - Expresar las percepciones.
 - Expresarlos en forma ecuánime.
 - Hablar de sentimientos en forma positiva.
 - Hablar de sentimientos recientes y desterrar el pasado.
- **Especificar:** Resuelve cuestiones como ¿Qué cambio de conducta se podrá solicitar?, además ¿Qué se debe cambiar en la conducta?

Esta fase es crucial para la buena comunicación, ya que permitirá decirle al otro qué es exactamente lo que se quiere que modifique a partir de la descripción de la conducta y la expresión de los sentimientos.

Las reglas básicas para especificar son:

- Pedir un cambio específico en la conducta de la otra persona.
 - Pedir un cambio reducido.
 - Especificar las acciones concretas que se quieren que cambie.
 - Evidenciar claramente las conductas que está dispuesto a modificar, a efecto de lograr la negociación (si no va en contra de su dignidad o derechos asertivos).
- **Consecuencias:** ¿Qué premios o castigos se puede comprometer a dar por estar de acuerdo o en desacuerdo con lo que se está solicitando (negociando)?

Las reglas más importantes para identificar las consecuencias son:

- Decir las consecuencias en forma sincera.
- Dar una recompensa o refuerzo positivo por el cambio en la dirección solicitada.
- Seleccionar algo que sea motivante para la otra persona.

- Ofrecer un estímulo idóneo para que el cambio se sostenga a lo largo del tiempo.
- Seleccionar el castigo que realmente se va a cumplir.
- Seleccionar el castigo que no dañe la integridad de la otra persona.
- Dirigirse a la conducta que perturba y no a la persona.

La conducta asertiva no sólo va dirigida a la pareja, sino que también puede ir dirigida a sí mismo, en la lucha constante por reconstruir nuestro yo.

Finalmente sólo queda aprender el guión y aplicar un lenguaje corporal asertivo.

- **FASES PARA VERSE Y SENTIRSE ASERTIVO**

Las nueve fases para verse y sentirse asertivo, según Bower y Bower (1980) son:

- FASE 1: Prepararse a practicar
- FASE 2: Elaborar su guión
- FASE 3: Aprender sus líneas
- FASE 4: Desarrollar el lenguaje corporal asertivo
- FASE 5: Hablar con más energía
- FASE 6: Hablar con más claridad
- FASE 7: Hablar con más expresión
- FASE 8: Preparar el escenario
- FASE 9: La vestimenta

TÉCNICAS ASERTIVAS

- **DISCO RAYADO**

Consiste en la reproducción insistente de una frase que expresa claramente lo que se desea del interlocutor. El objetivo es persistir en los legítimos deseos sin caer en trampas verbales o maniobras manipuladoras de la otra persona y sin dejarse apartar del tema que importa, hasta alcanzar el objetivo.

- **ASERTIVIDAD POSITIVA**

Tiene que ver con la expresión de afecto y aprecio genuino por las otras personas. La aserción positiva considera que uno se mantiene alerta a lo bueno y admirable que hay en las otras personas y, habiéndose percatado de ello, la persona asertiva está presta a reconocerlo generosamente y a revelarlo de manera verbal y gestual.

- **ASERCIÓN NEGATIVA**

La aserción negativa consiste en expresar que estamos de acuerdo con la crítica recibida, sin amainar en las reivindicaciones.

- **ASERTIVIDAD EMPÁTICA**

Consiste en reconocer los derechos de forma clara y expresar los sentimientos negativos, después de haber reconocido oportunamente la situación o los sentimientos del interlocutor. Esta conducta empática es habitualmente eficaz, dado que un gran número de personas responden favorablemente si en principio se les reconoce, se les entiende, se les habla de modo apropiado y en complemento, el esfuerzo por ser empático minimiza la probabilidad de ser agresivo.

- **ASERTIVIDAD PROGRESIVA**

Si la otra persona no responde apropiadamente a la conducta de asertividad empática y persiste en la violación de derechos, se puede insistir con mayor firmeza y sin llegar a la hostilidad.

- **ASERTIVIDAD CONFRONTATIVA**

El comportamiento asertivo confrontativo suele ser conveniente en aquellas circunstancias en las que se detecta una aparente incongruencia entre las palabras y los hechos del interlocutor. Consiste en describir aquello que la persona dijo que haría y lo que realmente está haciendo. Con sosiego en el tono de voz y en las palabras, sin acento de imputación o de crítica, hay que circunscribirse en la indagación y luego expresar claramente un deseo legítimo.

- **ENUNCIADOS EN PRIMERA PERSONA**

Se describe la conducta no deseada de la otra persona, expresándose la emoción negativa que despierta, así mismo se explica la conducta deseada, comentándose las consecuencias favorables del cambio deseado y, si éste no se produjera las consecuencias perjudiciales de tal posibilidad; todo ello se hace con ecuanimidad y serenidad, tanto a nivel verbal como gestual.

- **BANCO DE NIEBLA**

Consiste en encontrar algún punto limitado de verdad en lo que dice el interlocutor y coincidir con lo que está diciendo. Es decir, se puede estar de acuerdo en parte o de acuerdo en principio.

- **INTERROGACIÓN NEGATIVA**

Consiste en solicitar mayor explicación de afirmaciones con contenido crítico que procede del interlocutor, con la finalidad de determinar si se trata de una crítica constructiva o manipulativa.

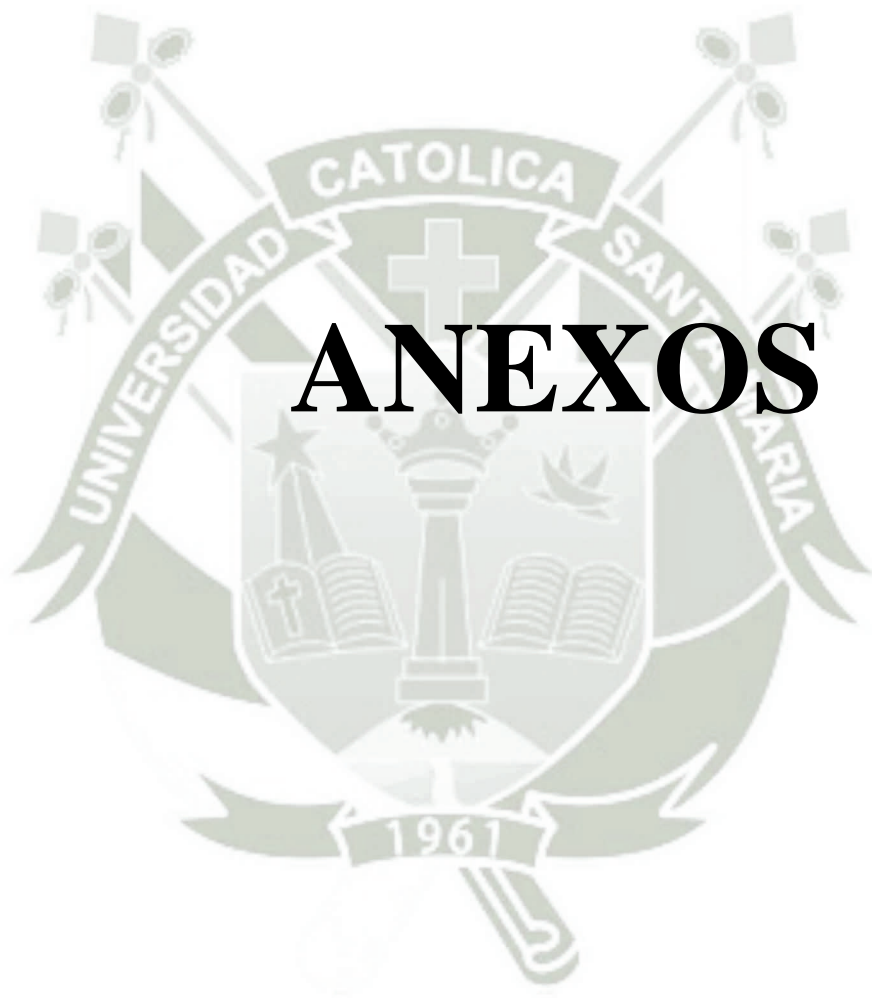
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CARRASCO, M. **Cuestionario de Aserción en la pareja ASPA.TEA** Ediciones S.A. Madrid 1999.
- CAPRARA,G.- BARBARANELLI, C. **Cuestionario Big Five BFQ.** Publicaciones de Psicología Aplicada. Madrid 1997.
- CARVER, C. **Teoría de la Personalidad** Prentice – Hall Hispanoamericana S.A. 1998.
- GALDO, J. **Psicoterapia.** UNSA Arequipa 1999.
- GUELL, M. **¿Por qué he dicho blanco si quería decir negro?** Editorial GRAÓ, de IRIF,SL. Barcelona 2006
- HERNÁNDEZ, H. **Manual de Personalidad e Imagen.** Pax México. México 2007.
- HIDALGO, C. **Comunicación Interpersonal – Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales.** Alfaomega Grupo Editor S.A. México 1999.
- KAIL, R. **Desarrollo Humano. Una perspectiva del Ciclo Vital.** Thomsom Editores S.A. México 2006.
- LÓPEZ, M. **Enfermería Psicosocial y Salud Mental.** Publicación MASSON. España . 2000
- OLDHAM, J. **Tratado de los Trastornos de la Personalidad.** Ed. Masson. Barcelona 2007
- PAPALIA,D. **Desarrollo Humano.** Mc GARW-HILL INTERAMERICANA S.A. Colombia 2003.
- POLAINO-LORENTE, A. **Fundamentos de Psicología de la Personalidad.** Ediciones Rialp, S.A..Madrid.2003
- PORTUGAL, L. **Psicología Social.** Editorial UNSA. Arequipa 2000.

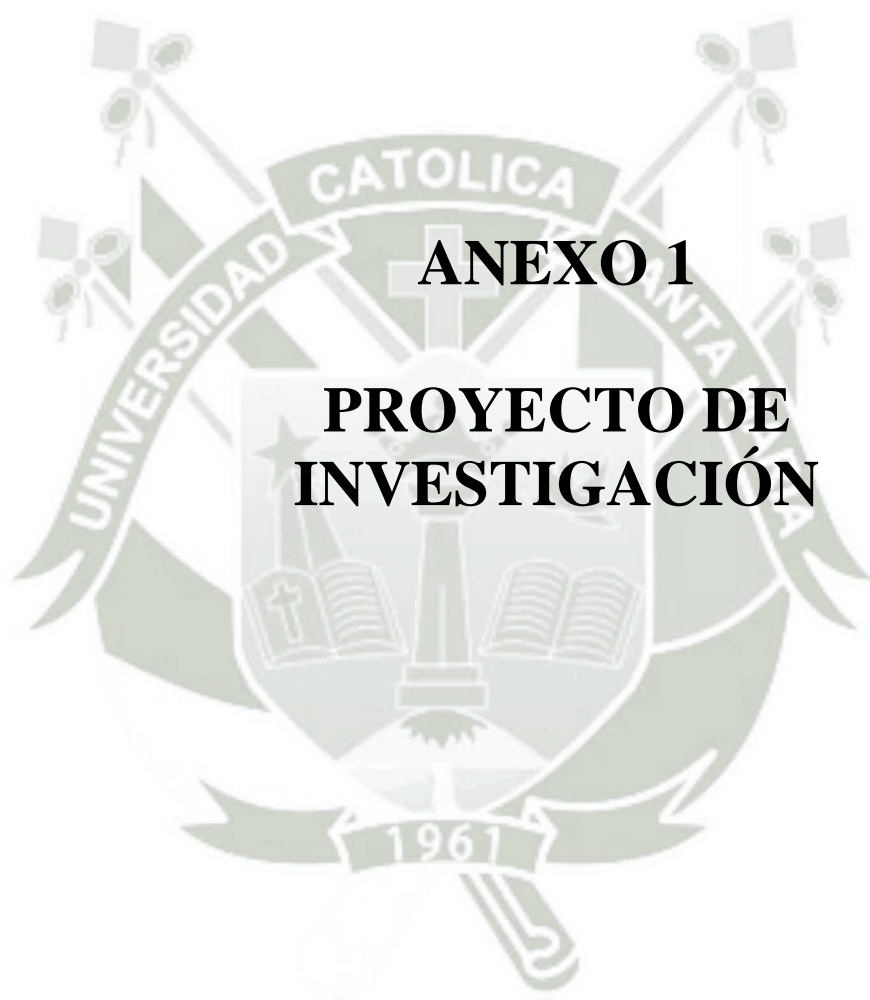
- SHULTZ, D. **Dimensiones de Personalidad**. Thomsom. México 2003
- SHULTZ, D. **Teorías de la Personalidad**. Thomsom. México 2002
- WARNER,S. **Psicología de la Edad Adulta y la Vejez**. PEARSON PRENTICE HALL. Madrid 200

Páginas de Internet

- Centro de Psicología. **Problemas de Pareja**. Madrid (España) 2006.<http://www.jhpsicologia.com/pareja.htm>
- NÁPOLES, M. **Asertividad, Personalidad y Deporte**. Escuela Internacional de Educación Física y Deportes, La Habana (Cuba) 2008.<http://www.efdeportes.com/>
- SPARROW, C. **Terapia Cognitivo Conductual**. México: Asociación Oaxaqueña de Psicología AC.En (2007)
http://www.conductitlan.net/terapia_cognitivo_conductual.ppt
- RUÍZ,J.- CANO, J. **Manual de Terapia Cognitiva**.
<http://.www.psicología-online.com/ESMUbada/Libros/Manual/manual.htm>.



ANEXOS



CAPÍTULO I

I. PLANTEAMIENTO TEÓRICO

1. Problema de investigación

1.1. Enunciado del problema

“Dimensiones de personalidad y asertividad de docentes y sus parejas en Instituciones Educativas de El Pedregal. Arequipa 2010”

1.2. Descripción del problema

Área: Ciencias de la Salud

Campo: Salud Mental

Línea: Dimensiones de Personalidad

Operacionalización de Variables:

VARIABLES	INDICADORES	SUBINDICADORES
	Datos Sociodemográficos Edad Sexo Estado Civil	
Dimensiones de personalidad Clasificación de la personalidad. Combinación de rasgos que definen el comportamiento de un individuo, basándose en factores genéticos y ambientales.	Energía (E)	- Muy bajo - Bajo - Promedio - Alto - Muy alto
	Afabilidad (A)	
	Tesón (T)	
	Estabilidad Emocional (EE)	
	Apertura Mental (AM)	
Asertividad Expresión de los sentimientos, preferencias u opiniones personales de una manera directa, sin intentar forzar el acuerdo del otro a través del control aversivo.	Comportamiento Asertivo (AS)	- Deficiente - Regular - Bueno - Muy Bueno

1.3 Interrogantes:

Interrogantes Básicas

¿Cuál es el nivel en las dimensiones de personalidad de los docentes y sus parejas en las instituciones educativas de El Pedregal?

¿Qué nivel de asertividad perciben en sí mismos los docentes y sus parejas en las instituciones educativas de El Pedregal?

¿Qué nivel de asertividad perciben en su cónyuge los docentes y sus parejas en las instituciones educativas de El Pedregal?

¿Cuál es la relación de los niveles de las dimensiones de personalidad con el nivel de asertividad de los docentes y sus parejas en las instituciones educativas de El Pedregal?

Tipo de Investigación: De campo

Nivel de Investigación: Correlacional

1.4. Justificación del problema

En el Perú al igual que en otros países de Latinoamérica se presentan continuamente problemas en la relación de pareja, dichos problemas engloban conductas de agresividad, pasividad y sumisión, las cuales afectan el óptimo funcionamiento de la estructura familiar e impactan en la salud mental de todos sus integrantes, a nivel de todas sus áreas de desarrollo. El conflicto si bien forma parte de un proceso natural de toda relación, ya que permite mantener un balance entre flexibilidad y estabilidad de la pareja, también puede ser el predictor del futuro rompimiento de la misma y es preciso indicar que una de las llaves para encontrar la armonía durante el conflicto es tener un comportamiento asertivo.

El éxito en la relación de pareja, se halla estrechamente ligado a la manera en que los cónyuges se relacionan, es decir a las conductas asertivas y empáticas que utilizan en su relación. Disputarse y expresar abiertamente la ira parece bueno para el

matrimonio, en tanto que las quejas, ponerse a la defensiva, la obstinación y retractarse son señales de dificultad. Entre 140 parejas seguidas durante los primeros años de matrimonio, aquellas que aprendieron a “comunicarse asertivamente” tenían 50% menos probabilidad de divorcio.

Así mismo, se ha encontrado que las personas altamente neuróticas se involucran en mayor número de conflictos interpersonales, percibiendo tales enfrentamientos de forma avasalladora, lo que da lugar al empleo de múltiples conductas de afrontamiento al conflicto, las cuales no colman sus expectativas, situación que les genera la sensación de que ninguna respuesta de afrontamiento es realmente efectiva. (Bolger y Zukerman 1995)

Enrique Vaca, catedrático del Programa de Psiquiatría de la Universidad de Columbia (Estados Unidos), explica que se ha demostrado que los problemas en la relación de pareja generan que el riesgo de suicidio sea 30 veces mayor en personas cuyas relaciones presentan conflictos, así mismo indica que los rasgos de personalidad entre ellos la impulsividad o la agresividad, hace que se incremente en ocho veces el riesgo de optar por el suicidio; debido a que el balance entre las interacciones positivas y las interacciones negativas entre los miembros de la pareja es favorable a las interacciones negativas.

Las pautas de comunicación varían notablemente entre las culturas, sucediendo lo mismo incluso dentro de una misma cultura, por ello las conductas asertivas deben considerarse teniendo en cuenta un marco cultural determinado, ya que dependiendo de diferentes factores, la misma conducta puede resultar apropiada en una situación y obviamente inapropiada en otra.

CAPÍTULO II

2. MARCO CONCEPTUAL

2.1. Personalidad

2.1.1. Definición

Puede definirse como las causas internas que subyacen al comportamiento individual y a la experiencia de la persona.²

Es el cúmulo de características físicas y psicológicas, heredadas o adquiridas, que nos hacen ser únicos e irrepetibles.³

Eysenck define a la personalidad como “una organización más o menos estable y perdurable del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona, lo cual determina su adaptación única al ambiente”. (Engler, 1997)

Gordon Allport (1961) refiere que “la personalidad es una organización dinámica, dentro del individuo, de los sistemas psicofísicos que crean patrones característicos de conducta, pensamientos y sentimientos”.

Este concepto destaca varios puntos importantes:

- La personalidad no es solamente un acopio de piezas y elementos, sino que posee una estructura organizada.
- La personalidad no es estática, es dinámica y tiene procesos.
- La personalidad es un concepto psicológico, unido intrincadamente al cuerpo físico.
- La personalidad es una fuerza causal; contribuye a delimitar la forma en la que el individuo se relaciona con su medio.
- La personalidad se muestra en patrones, recurrencias, pautas y coherencias.
- La personalidad se muestra a través de cogniciones, afectos y conductas, no de una sino de varias formas.

La personalidad es un conjunto de patrones que determinan las características de una persona, es decir los pensamientos, sentimientos, actitudes, hábitos y conductas de cada individuo, que de manera muy particular, hacen que las personas sean muy diferentes a los demás.

²Cloninger S. (2003). Teorías de la personalidad. Pág. 3

³ Hernández, H. (2007). Manual de Personalidad e Imagen. Pág. 85

La personalidad no debe considerarse como algo estable, persistente e inmodificable, sino más bien como un conjunto de disposiciones, más o menos estables, que constituyen el fundamento del comportamiento y configuran las características que distinguen en concreto a cada persona. Los rasgos, en cierto modo, vienen a ser las “etiquetas” de las que nos servimos para tipificar la personalidad de las personas que nos rodean.

Cattell (1957) considera que la personalidad en su globalidad puede ser descrita según un conjunto de rasgos, como características relativamente estables del comportamiento del individuo en una multitud de situaciones de muy variada índole, que en cierta forma hacen prever su comportamiento.⁴

Cattell (1972) define la personalidad como “aquello que nos dice lo que una persona hará cuando se encuentre en una situación determinada”. Esta definición enfatiza la relevancia predictiva y allí precisamente radica lo emblemático. Esta definición puede expresarse matemáticamente mediante la fórmula: $C=f(S, P)$

Donde C corresponde a la conducta de la persona que está en función (f) de la situación estímular (S) y de la personalidad (P).⁵

La personalidad se medirá y definirá en función de un conjunto de rasgos y estados de ánimo tal y como son manifestados por la persona en el momento de su evaluación. Los rasgos son las unidades básicas de la estructura de la personalidad y se definen como la tendencia, relativamente permanente y amplia, a reaccionar de una forma determinada.

Esto supone una cierta regularidad de la conducta a lo largo del tiempo y de las situaciones. El estudio de los rasgos de la personalidad exige emplear procedimientos científicos que, a pesar de que en alguna forma recuerden esa función de etiquetado espontánea que todos realizamos, no obstante, se diferencian mucho de ésta. Si bien es cierto los rasgos no se observan, podemos verlos manifestados en el comportamiento de las personas y es a partir de ese comportamiento que los inferimos, mediante una cierta abstracción, los rasgos que implícitamente subyacen a los comportamientos observados.

Los investigadores han establecido distintos tipos de definiciones a la hora de conceptualizar la personalidad. Encontramos por ejemplo las definiciones aditivas que se edifican en base a la suma de un conjunto de características; las integradoras, que destacan el carácter estructurado y organizado de esa adición; las jerárquicas, que hablan de una estructura integrada de elementos que conforman la personalidad,

⁴Polaino-Lorente A. (2003) Fundamentos de Psicología de la Personalidad. Pág. 225

⁵Íbid. Polaino-Lorente A. (2003) Fundamentos de Psicología de la Personalidad. Pág. 227

estipulando la preponderancia de unos elementos sobre otros; las definiciones de ajuste al medio que igualmente parten de una integración de elementos, sin embargo ellas consideran que la organización de la personalidad se realiza dependiendo del entorno que rodea al individuo.

2.1.2. Dimensiones de la Personalidad

Eysenck pasó la mayor parte de su carrera en el Hospital Maudsley y el Instituto de Psiquiatría de la Universidad de Londres, realizando investigaciones sobre la medición de la personalidad. Él coincidía con Cattell en que la personalidad está compuesta por rasgos o factores, derivados mediante el método analítico factorial.⁶

Sin embargo Eysenck criticó el análisis factorial y la investigación de Cattell por la subjetividad potencial de la técnica y la dificultad para replicar sus hallazgos. Aunque Eysenck empleó el análisis factorial para descubrir los rasgos de personalidad, complementó el método con pruebas de personalidad y estudios experimentales que consideraban una amplia gama de variables.

El resultado de sus esfuerzos es una teoría de la personalidad basada en tres dimensiones, definidas como combinaciones de rasgos o factores. Podemos pensar en las dimensiones como “superfactores” (Eysenck, 1990)⁷
Las tres dimensiones de personalidad son las siguientes:

- E – Extraversión frente a introversión
- N – Neuroticismo frente a estabilidad emocional.
- P – Psicoticismo frente a control de impulsos (o funcionamiento del súper yo)

Eysenck advirtió que las dimensiones de extraversión y neuroticismo han sido reconocidas como elementos básicos de la personalidad, desde la época de los antiguos filósofos griegos. También sugirió que en casi todos los instrumentos de evaluación de personalidad desarrollados podían encontrarse formulaciones de las mismas dimensiones.

La investigación ha demostrado que los rasgos y dimensiones propuestos por Eysenck permanecen estables a lo largo del ciclo vital, desde la niñez hasta la edad adulta, a pesar de las diferentes experiencias sociales y ambientales que cada uno de nosotros tiene. Nuestras situaciones pueden cambiar, pero las dimensiones permanecen constantes, es decir que el niño que es introvertido tiende a seguir siéndolo hasta que se convierte en adulto.

⁶Shultz, D. (2003) Teorías de la Personalidad.pág.280

⁷ Ibíd. Shultz, D. (2003) Teorías de la Personalidad. Pág. 281

El planteamiento dimensional adoptado por Eysenck supone considerar que las diferencias que existen entre las personas son de tipo cuantitativo. Por tanto, lo que diferencia a unas personas de otras es la posición en la que se encuentren dentro de las dimensiones básicas de la personalidad.

La población tiende a distribuirse alrededor de los valores medios para cada dimensión, mientras que en los extremos se sitúa una exigua minoría. Al mismo tiempo, Eysenck, trasladó el modelo dimensional al ámbito de la psicopatología, postulando la existencia de un continuo entre la normalidad y la enfermedad que, en su momento, chocaba con el planteamiento categorial presente en el ámbito clínico.

Algunos trabajos posteriores parece que refrendan la existencia de estas tres dimensiones básicas de la personalidad. De esta forma, las tres dimensiones permitirían describir y diferenciar a los individuos en función de los valores que presentarán en cada uno de los superfactores.⁸

2.1.2.1. Extraversión

Las personas extravertidas se orientan al mundo exterior, prefieren la compañía de otras personas y tienden a ser sociales, impulsivos, audaces, asertivos y dominantes, mientras que los introvertidos suelen ser todo lo contrario. Eysenck se interesó en la medida en que extravertidos e introvertidos podían diferir en forma biológica y genética, encontrando que las personas orientadas a la extraversión tienen un menor nivel de base de excitación cortical que los introvertidos. Debido a sus bajos niveles de excitación cortical, los extravertidos necesitan y buscan activamente, excitación y estimulación. En contraste los introvertidos se alejan de la excitación y la estimulación porque sus niveles de excitación cortical ya son elevados.⁹

En consecuencia, los introvertidos reaccionan con mayor fuerza que los extrovertidos a la estimulación sensorial. Algunos estudios han demostrado que los primeros exhiben mayor sensibilidad a los estímulos de bajo nivel y tienen umbrales al dolor más bajos que los segundos.

2.1.2.2. Neuroticismo

Los neuróticos se caracterizan por ser ansiosos, depresivos, tensos, irracionales y malhumorados, pueden tener una baja autoestima y son proclives a los sentimientos de culpa. Eysenck sostuvo que el neuroticismo es en gran medida heredado, un producto de la genética más que del aprendizaje o la experiencia y se manifiesta en

⁸Polaino-Lorente A. (2003) Fundamentos de Psicología de la Personalidad. Pág. 211.

⁹ Ibíd. Shultz, D. (2003) Teorías de la Personalidad. Pág. 282.

características tanto biológicas como conductuales que difieren de las de personas en el extremo de estabilidad emocional de la dimensión de neuroticismo.¹⁰

Los individuos con un elevado neuroticismo muestran mayor actividad en las áreas cerebrales que controlan la rama simpática del sistema nervioso autónomo. Este es el sistema de alarma del cuerpo, el cual responde a sucesos estresantes o peligrosos incrementando la tasa de respiración, la frecuencia cardíaca, el flujo sanguíneo a los músculos y la liberación de adrenalina. Eysenck afirmaba que en los neuróticos, el sistema nervioso simpático reacciona en exceso incluso a los estresores moderados, lo que resulta en una hipersensibilidad crónica; esa condición da lugar a una mayor emocionalidad en la respuesta a casi cualquier situación difícil. De hecho, los neuróticos reaccionan de manera emocional ante hechos que otras personas consideran insignificantes. De acuerdo con Eysenck esas diferencias en la reactividad biológica en la dimensión del neuroticismo son innatas; es decir, las personas tienen una predisposición genética hacia el neuroticismo o hacia la estabilidad emocional.

2.1.2.3. Psicoticismo

Estas personas son agresivas, antisociales, duras, frías y egocéntricas. Además se ha encontrado que son crueles, hostiles e insensibles a las necesidades y sentimientos de los demás. Paradójicamente, también pueden ser muy creativas.¹¹

También presenta un importante componente genético. Como grupo, los hombres por lo general califican más alto que las mujeres en la dimensión de psicoticismo. Este hallazgo llevó a Eysenck a sugerir que el psicoticismo puede estar relacionado con las hormonas masculinas, también especuló que la gente que califica alto en las tres dimensiones puede mostrar conducta criminal, pero citó sólo un modesto apoyo empírico a favor de esta idea.

En opinión de Eysenck, la sociedad necesita la diversidad aportada por personas caracterizadas por todos los aspectos de esas tres dimensiones de personalidad. Una sociedad ideal ofrece a cada individuo la oportunidad de hacer el mejor uso de sus rasgos y habilidades. Sin embargo, algunos se adaptarán mejor que otros al ambiente social. Por ejemplo, la persona con un elevado psicoticismo, tipificado por conductas hostiles y agresivas, puede desarrollar trastornos emocionales, exhibir tendencias criminales o canalizar los rasgos agresivos en una empresa socialmente estable para entrenar un equipo de fútbol estudiantil.

2.1.3. Modelo de los cinco factores

¹⁰ *Ibíd.* Shultz, D. (2003) *Teorías de la Personalidad*. Pág. 282.

¹¹ *Ibíd.* Shultz, D. (2003) *Teorías de la Personalidad*. Pág. 283.

La taxonomía de Cattell prevé 16 factores, la de Eysenck tres superfactores, la de Guilford diez factores principales y ocho factores principales la de Comrey. Una porción de la discrepancia en la cantidad y denominación de los factores obedece a los planteamientos teóricos distintos que siguen los autores, por lo que el Modelo de los Cinco Grandes Factores se postula como un intento de mediación y unificación, en este modelo convergen dos tradiciones de investigación: la lexicográfica y la factorialista.

Aunque muchos investigadores han estudiado esos cinco factores, los dos defensores líderes en la actualidad son Paul Costa y Robert Mac Crae, siendo su objetivo principal, la descripción de la personalidad y no sus causas. Como su nombre lo indica, el modelo de personalidad de los Cinco Grandes afirma que existen cinco factores básicos de la personalidad. Los cinco factores fueron desarrollados originalmente del análisis factorial de las palabras que la gente utilizaba en el lenguaje cotidiano para describir la personalidad, el enfoque léxico de la personalidad (Golberg, 1981, 1982).¹²

El modelo de los cinco factores entonces surge como un paradigma comprensivo, que ofrece un marco de referencia para la interpretación de otros sistemas de personalidad¹³. Básicamente se trata de una clasificación de rasgos. Los rasgos se definen como tendencias relativamente estables, abstractas, que determinan estilos peculiares de actuación o reacción ante situaciones del diario vivir; a través de hábitos, actitudes, patrones de interacción personal, motivos e intereses.

Los instrumentos utilizados originalmente para la medida de los cinco grandes factores, fueron listados de adjetivos (monopolares o bipolares), seleccionados a partir del análisis del vocabulario recogido en los diccionarios, para lograr la identificación en cada dimensión, de los identificadores más característicos. En esa perspectiva, los adjetivos demostraron constituir un método de evaluación fácil y rápida. Sin embargo, no siempre permitió reunir todas las facetas y requisitos de una teoría que pretendía abarcar las distintas características de la personalidad. El empleo únicamente de listados de adjetivos, no fueron suficientes para el análisis de los diversos y complejos aspectos de la personalidad.¹⁴

Los cinco factores han adoptado distintos nombres y han sido replicados al analizar factorialmente muchos tests de personalidad de observadores externos. Múltiples investigadores están convencidos de que esos cinco factores constituyen las dimensiones principales de la personalidad y son por tanto un cimiento descriptivo

¹²Cloninger S. (2003). Teorías de la personalidad. Pág. 251.

¹³ <http://oigadoctor.blogspot.com/2007/09/el-modelo-de-los-cinco-factores-mcf-html>

¹⁴Carver(1997). Teorías de la Personalidad. pág. 59

sensible sobre el que pueden basarse otras investigaciones de la personalidad (Jhon, 1990).¹⁵

Los cinco grandes factores constan de cinco rasgos amplios de personalidad:

Extraversión (Energía)

Afabilidad (Agradabilidad)

Neuroticismo (Estabilidad Emocional)

Apertura (Apertura Mental)

Rectitud (Tesón, Escrupulosidad)

Los Cinco Grandes Factores de la Personalidad

Factor	Descripción de quien obtiene puntaje alto	Descripción de quien obtiene puntaje bajo
Extroversión (E)	Jovial Apasionado Activo Dominante Sociable	Callado Insensible Pasivo
Afabilidad (A)	Bondadoso Bueno Confiado	Irritable Implacable Suspica
Neuroticismo (N)	Preocupado Emocional Vulnerable Ansioso	Tranquilo No emocional Fuerte Autocontrolado Sentido de bienestar
Apertura (A)	Creativo Imaginativo Prefiere la variedad	No creativo Realista Prefiere la rutina
Rectitud (C)	Consciente Trabajador Ambicioso Responsable	Negligente Perezoso Sin propósito Irresponsable

Adaptado de MacCrae, 1990p.402, citado por Cloninger, S. (2003) Teorías de la Personalidad. Pág. 252

2.1.3.1. Extraversión

Este factor se encuentra rutinariamente, siempre que se realizan análisis factoriales de cuestionarios de personalidad y debido a que es una dimensión importante de la

¹⁵Cloninger S. (2003). Teorías de la personalidad. Pág. 251.

personalidad, la extroversión predice muchas conductas sociales. Si le preguntamos a un extrovertido lo que valora en la vida, su respuesta a menudo será una vida alegre y excitante. Los sujetos extrovertidos, en un estudio en el cual llevaron registros de sus interacciones sociales, interactuaban con más gente que quienes eran bajos en extroversión, también informaron tener más control e intimidad en sus interacciones. (Barrett, 1997).¹⁶

La extraversión predice el desarrollo de relaciones sociales en la universidad. No es sorprendente que quienes califican alto en el rasgo de extraversión hagan amigos con mayor rapidez que los que califican bajo. Una faceta de la extraversión, la baja timidez, también predice el enamoramiento. Los extravertidos a menudo parecen felices y se ha propuesto que la experiencia emocional positiva es una característica central de la extraversión, es posible que el extravertido sea incluso biológicamente más sensible al placer que otros (Watson y Clark, 1997). Lo que caracteriza al extravertido típico no es una felicidad serena, sino una felicidad activa y con energía.¹⁷

Representa uno de los polos de la introversión-extraversión. Los extravertidos son asertivos, activos y conversadores; gustan de la excitación y la estimulación siendo enérgicos y optimistas. El polo introvertido no es lo opuesto de la extraversión, sino que se concibe como la ausencia de extraversión. Los introvertidos suelen ser reservados pero no huraños, calmados más que indolentes, prefieren estar solos pero no por ansiedad social, y no son ni infelices ni pesimistas¹⁸.

Esta dimensión se divide en las subdimensiones Dinamismo (Di) y Dominancia (Do). El Dinamismo está referido a cuestiones relativas a comportamientos emprendedores y dinámicos, la facilidad de palabra y la vehemencia. La segunda se refiere a aspectos vinculados con la capacidad de imperar y destacar, haciendo prevalecer el punto de vista propio por encima del de los demás.

2.1.3.2. Afabilidad

Llamada en ocasiones Adaptabilidad Social o Agradabilidad (Jhon, 1990), indica una personalidad amistosa y complaciente, que evita la hostilidad y tiende a llevarse bien con los demás. Sus amigos lo encuentran simpático y bondadoso en contraste con quienes son poco afables, a quienes se describe como suspicaces, insensibles y poco cooperadores (Mc Crae y Costa, 1987).¹⁹

¹⁶Cloninger S. (2003). Teorías de la personalidad. Pág. 252

¹⁷Íbid. Cloninger S. (2003). Teorías de la personalidad. Pág. 252

¹⁸Caprara, G.(1995).BFQ Cuestionario “Big Five” pág. 36

¹⁹Cloninger S. (2003). Teorías de la personalidad. Pág. 253

En una encuesta de valores, la gente que califica alto en afabilidad informa que valora ser útil, indulgente y cariñosa, con pocos conflictos en sus relaciones interpersonales y cuando ocurre el conflicto sienten reducida su autoestima. Las personas que puntúan alto en afabilidad obvian el empleo del poder en la resolución de sus conflictos interpersonales.

En su polo positivo el individuo es altruista, considerado, confiado y solidario. En su polo opuesto el individuo es egocéntrico, escéptico y competitivo²⁰.

Esta dimensión está compuesta por las subdimensiones de Cooperación/Empatía (Cp) y Cordialidad/Amabilidad (Co). La primera se refiere a cuestiones relacionadas con la capacidad para comprender y hacerse eco de las necesidades y problemas de los demás y coadyuvar en la solución eficaz de ellas. La segunda trata aspectos relacionados con afabilidad, apertura y confianza en los demás.

2.1.3.3. Neuroticismo

Describe a las personas que con frecuencia son atormentadas por emociones negativas como la preocupación y la inseguridad. Emocionalmente son lábiles en lugar de estables. Su opuesto es el bajo neuroticismo y también se le ha llamado estabilidad emocional, control emocional y fortaleza del yo. (Jhon, 1990).²¹ Las personas que califican bajo en neuroticismo son más felices y están más satisfechas con la vida que quienes califican alto. En el matrimonio, los muy neuróticos no son felices y están insatisfechos con la vida, además de las dificultades con las relaciones y el compromiso, a menudo sufren de baja autoestima.

La persona con estabilidad emocional tiende a la calma, al sosiego, a la tranquilidad, y a la fortaleza, mientras que la persona inestable es altamente ansiosa, vulnerable, emotiva, impulsiva, impaciente e irritable²².

Esta dimensión comprende las subdimensiones de Control de las emociones (Ce) y Control de los impulsos (Ci). La primera subdimensión alude a cuestiones relacionadas al dominio en las etapas de tensión vinculadas a la experiencia emotiva. La segunda hace referencia a cuestiones relacionadas a la capacidad de conservar la compostura y el dominio del comportamiento propio aún en aquellas circunstancias que impliquen enfrentamiento, amenaza e incomodidad.

2.1.3.4. Apertura Mental

²⁰ *Ibíd.* . BFQ Cuestionario “Big Five” pág. 37

²¹ Cloninger S. (2003). Teorías de la personalidad. Pág. 253

²² *Ibíd.* . BFQ Cuestionario “Big Five” pág. 38

Este factor está referido a la dimensión que otros investigadores han definido como Cultura (Norman, 1963), Intelecto (Goldberg, 1990) y Apertura a la experiencia (Costa y Mc Crae, 1958) y presta atención exclusiva a aquellas características que en nuestro entorno lingüístico se asocian a estas diferentes denominaciones. Los legos lo reconocen con los términos de: artístico, imaginativo, original, curioso intuitivo y de intereses amplios. A menudo los valores liberales se asocian a este factor.

Se informa que la apertura conduce al crecimiento personal y a los logros creativos.²³

La persona con apertura mental tiende a describirse como muy culta, informada, interesada por las cosas y experiencias nuevas, dispuesta al contacto con culturas y costumbres distintas a la propia, mientras que la persona que presenta escasa apertura mental tiende a considerarse como una persona poco culta, poco informada, mínimamente interesada por las cosas y costumbres nuevas, con una clara negativa de interactuar y ponerse en contacto con culturas y costumbres distintas²⁴.

La Apertura Mental está conformada por las subdimensiones de Apertura a la cultura (Ac) y Apertura a la experiencia. La primera se refiere a cuestiones que corresponden a la inclinación por permanecer siempre al tanto e informado, interés por adquirir conocimientos o hacia la lectura. La segunda habla de cuestiones de la Apertura mental referidos a la actitud positiva hacia lo novedoso, hacia la aceptación de perspectivas distintas a la propia y a la apertura positiva hacia estilos, valores, culturas y modos de vida diferentes al de uno mismo.

2.1.3.5. Tesón

También llamado rectitud, seriedad y voluntad de logro. (Jhon, 1990). La gente con rectitud valora la pulcritud y la ambición, generalmente es descrito por sus compañeros como bien organizado, puntual y ambicioso. Los estudiantes con rectitud generalmente tienen mayor motivación de logro, obtienen mayores promedios académicos, y por ende la escuela y muchos otros escenarios recompensan a los individuos con rectitud, contribuyendo a su autoestima, por lo general alta. Los trabajadores con rectitud alcanzan metas más altas, reciben mejores evaluaciones de sus jefes y también están satisfechos con su vida, así mismo las personas jóvenes casadas que califican alto en rectitud son menos susceptibles a la infidelidad sexual que quienes califican bajo.²⁵

Factor relacionado a la capacidad de autorregulación o autocontrol, tanto por lo que concierne a los aspectos inhibitorios, como por lo que concierne a los aspectos proactivos. El tesón está asociado a la escrupulosidad, reflexividad, orden, diligencia

²³Cloninger S. (2003). Teorías de la personalidad. Pág. 254

²⁴ Ibid. . BFQ Cuestionario “Big Five” pág. 38

²⁵Cloninger S. (2003). Teorías de la personalidad. Pág. 254

y perseverancia. El polo opuesto es más laxo, informal y descuidado en sus principios morales²⁶.

Esta dimensión se define por las subdimensiones de Escrupulosidad (Es) y Perseverancia (Pe). La primera pretende medir aspectos relativos a la fiabilidad, meticulosidad y amor por el orden. La segunda mide aspectos que se refieren a la persistencia y tenacidad con que se llevan a cabo las tareas y actividades emprendidas y el no faltar a lo prometido.²⁷

La meticulosidad, algunas veces descrita como orden, prudencia o autocontrol es un predictor de Longevidad. Se explica de la siguiente forma; la despreocupación y el optimismo ante la vida pueden ser útiles para enfrentar situaciones a corto plazo, como la recuperación de una enfermedad, pero a largo plazo quizá no sean saludables si conducen a que la persona ignore advertencias y se involucre en comportamientos de riesgo. Así como las personas optimistas pueden estar inclinadas a correr riesgos, las personas prudentes pueden estarlo menos. Quizá tengan menos probabilidad de fumar, beber, ser lesionadas, comer demasiado y ser obesas. Las personas serias tienen más probabilidad de cultivar hábitos de buena salud, seguir los consejos y cooperar con los médicos. Pueden evitar el estrés pensando en el mañana, tomando precauciones para lo que pueda ocurrir, alejándose de situaciones que no pueden manejar y preparándose para las contingencias, por ejemplo, juego extra de llaves y mucha seguridad. Así mismo sus cualidades pueden permitirles lograr éxitos en la carrera laboral y tener mayores recursos financieros, informáticos y sociales para enfrentar problemas médicos y de otra índole. También es probable que tengan matrimonios estables y confiables, así como redes de amistad que los apoyen.²⁸

Los resultados acerca de estabilidad matrimonial y personalidad están relacionados; ya que las personas con elevados rasgos de impulsividad tendrán más probabilidad de tener matrimonios inestables y es más probable que mueran jóvenes.

2.1.4. Los Cinco Factores y su relación con otros modelos

Existen las siguientes relaciones²⁹:

Se sabe que determinados aspectos del Modelo de los Cinco Factores son muy similares a algunos elementos de otros modelos. Como algunos teóricos no están interesados en el retrato completo de la personalidad, hay modelos con menos de cinco componentes, que no obstante, son parecidos al elemento del modelo de los Cinco Factores.

²⁶ Ibid. . BFQ Cuestionario “Big Five” pág. 37

²⁷ Ibid. BFQ Cuestionario “Big Five” pág. 37

²⁸ Papalia, D. (2003). Desarrollo Humano. Pág. 678

²⁹ Carver(1997). Teorías de la Personalidad. pág. 65

La comparación más sencilla es con la teoría de Eysenck , ya que dos de los Cinco Factores son similares a los rasgos de orden superior de Eysenck, la Extraversión y la Estabilidad Emocional, también algunos sugieren que la tercera dimensión de Eysenck, es decir el psicoticismo, representa una mezcla de las características de los factores de Agradabilidad y Escrupulosidad.

Además debemos mencionar otra comparación con Eysenck y es que los Cinco Factores son considerados como rasgos de orden superior que incorporan rasgos más restringidos, es decir, que quienes usan el Modelo de los Cinco Factores comparten con Eysenck la suposición de que los rasgos importantes son de orden superior y que están compuestos por rasgos más específicos.

Otra comparación útil es con el Círculo interpersonal de Wiggins y sus colegas, que también presenta similitudes con el Modelo de los Cinco Factores. Las dimensiones básicas del Círculo Interpersonal son: el dominio y el amor (Agradabilidad), si se considera el dominio como equivalente al primero de los Cinco Factores, entonces el círculo interpersonal parecería comprender los dos primeros factores del Modelo de los Cinco Grandes³⁰.

Finalmente el Modelo de los Cinco Factores de la estructura de la personalidad ha surgido como candidato a integrar una variedad de modelos conceptuales anteriores constituyendo en la actualidad la mejor posibilidad de consenso sobre las dimensiones de la personalidad que se ha visto en la psicología de los rasgos.

2.1.5. Personalidad y agresión

La personalidad es una estructura organizada de disposiciones conductuales estables, consistentes y duraderas que determinan nuestra adaptación única al ambiente. La personalidad presenta una organización categórica, a través de la cual los comportamientos acostumbrados y usuales se agrupan en rasgos de personalidad, en tanto que la asociación de los rasgos relacionados entre sí da lugar a las dimensiones de personalidad (Eysenck y Eysenck, 1985).

Las asociaciones de rasgos impulsividad/desinhibición, neuroticismo/emotividad y extraversión/sociabilidad han sido relacionadas de forma experimental con un gran número de conductas, incluidas la agresión (Sher y Trull, 1994).

Higueras y Meseguer en su investigación titulada “Dimensiones de personalidad, diferencias de género y agresividad”, encontraron que sólo existían diferencias de género para la agresión física directa a favor de los hombres. La impulsividad/desinhibición fue la variable de personalidad más relevante para las

³⁰Ibid. BFQ Cuestionario “Big Five” pág. 37

conductas agresivas. No se encontraron diferencias en las conductas directas de tipo verbal, ni en la escala que evaluaba conductas agresivas directas de forma general.

La impulsividad/desinhibición ha sido relacionada positivamente tanto con la agresión directa como con la agresión indirecta en adultos normales (Barrat et al. 2003), en niños y adolescentes (Pardini et al., 2003), en adultos con trastornos psiquiátricos (Retz et al., 2003), e incluso con modelos animales (Fairbanks et al., 2004).

El neuroticismo/emotividad ha obtenido un soporte inconsistente en su relación con las conductas agresivas, aunque cuando se ha encontrado dicha relación, siempre ha sido positiva (Séguin et al., 2002).

La extraversión/sociabilidad no se ha visto relacionada con ninguna conducta agresiva.

En la actualidad el modelo de cinco factores de Costa y MacCrae (1992), así como el modelo de Gray (1982; 1991) son ampliamente utilizados en distintos ámbitos de la investigación.

Del modelo de Costa y McCrae, el neuroticismo representaría al neuroticismo/emotividad, la Extraversión y la Apertura a la extraversión/sociabilidad, mientras que la baja Amabilidad y la baja Responsabilidad representarían a la impulsividad / desinhibición (Zuckerman et al., 1993)

Del modelo de Gray, el Sistema de Inhibición Conductual (SIC) se relaciona con el neuroticismo/emotividad. El Sistema de Activación Conductual (SAC) se relaciona con la impulsividad/desinhibición y con la extraversión/sociabilidad (Carver y White, 1994).

2.1.6. Género y Rasgos de Personalidad

Existen diferencias de género en los rasgos de personalidad y en las conductas relacionadas. En una investigación del modelo de los cinco factores de la personalidad, los hombres obtienen puntuaciones más altas en las dimensiones de “extraversión”, mientras que las mujeres obtienen puntuaciones más altas en las dimensiones de “simpatía” y “neuroticismo”, la última de las cuales incluye medidas de depresión y ansiedad (Corbitt y Widiger, 1995).³¹

En concordancia con estos hallazgos, los hombres son más activos en comparación a las mujeres (Cambell y Eaton, 1999), más agresivos físicamente (Archer, 1991), refieren niveles más elevados de deseo sexual (Baldwin y Baldwin, 1997), prefieren

³¹ Oldham, M. (). Tratado de los Trastornos de la Personalidad. pág. 551

el juego rudo activo (Di Pietro, 1981) y típicamente refieren sentirse más asertivos y menos dependientes que los demás (Feingold, 1994).³²

Las mujeres saben procesar mejor las expresiones faciales (Mc Clure, 2000). En su mayor parte estas diferencias sexuales humanas son coherentes con los estereotipos culturales, que derivan de los papeles sociales prescritos a hombres y mujeres como proveedores- protectores y criadoras, respectivamente.

Las ideas relativas a las características apropiadas de hombres y mujeres, reflejan creencias y estereotipos comunes de “masculinidad” y de “feminidad” (Williams y Best, 1990). En una amplia gama de edades de la sociedad estadounidense, a las mujeres se les describe tradicionalmente como más débiles, menos activas, más preocupadas por la filiación, más cariñosas y respetuosas. A los varones se les considera más fuertes, más activos, más autónomos, más orientados al logro y más agresivos (Huyck, 1990). En su conjunto tales adjetivos contribuyen a crear la identidad de género.³³

Un nutrido grupo de investigación empírica ha demostrado poderosas influencias sociales y cognitivas en el desarrollo de las características unidas al género o de la conducta del rol de género. La etiqueta de género que se pone a las personas cuando nacen, activa un proceso de socialización de género de por vida, que se extiende más allá de los juguetes específicos de género o de los colores seleccionados para el entorno del bebé. Las etiquetas de género activan las percepciones sociales y el modelado y refuerzo de la conducta “apropiada para el género” (Bussey y Bandura, 1999).

En estadios más tardíos del desarrollo las mujeres refieren niveles de ansiedad más elevados que los hombres (Pigott, 1999). Se cree que la aparente internalización de las normas sociales para los rasgos unidos al género se produce con la formación de una identidad de género. De esta autoidentificación como hombre o mujer en la primera infancia surgen elaboraciones internas de asociaciones género- conducta llamadas “esquemas de género”, que guían la conducta filtrando la codificación y la recuperación de la información social para que sea coherente con el género. Como consecuencia la conducta típica del género es resistente a la modificación en la infancia avanzada, aunque se aplique un refuerzo coherente de conducta cruzada de género (Martin, 1994).³⁴

2.1.7. Permanencia de los Rasgos de Personalidad

³²Íbid. Oldham, M. (). Tratado de los Trastornos de la Personalidad. pág. 551

³³Kail,R. (2006). Desarrollo Humano, pág. 513

³⁴Íbid. Oldham, M. (). Tratado de los Trastornos de la Personalidad. pág. 552

Aunque alguna investigación encontró cambios en algunas de las “cinco grandes” dimensiones de la personalidad durante la vejez, como el incremento de la afabilidad y la dimensión de la extroversión (Field,1991; citado por Papalia, 2003) la investigación de Costa y Mc Crae (1994,1996) ha sido un caso notable sobre la permanencia esencial de los rasgos de la personalidad.³⁵

Es improbable que las personas hostiles se tornen más amables con la edad, a menos que reciban tratamiento psicoterapéutico y que las personas optimistas no mantengan esa condición. Ciertos patrones de rasgos persistentes contribuyen a la adaptación al envejecimiento y pueden incluso predecir salud y longevidad. (Baltes, 1998; citado por Papalia, 2003)³⁶

Una creencia corriente pero errónea es que los ancianos tienden a ser introvertidos o deprimidos. En realidad, la depresión (a menos que se asocie a la demencia) está fuertemente relacionada con las cinco grandes dimensiones de personalidad denominada “neurosis”, una “disposición resistente” que es un poderoso predictor de estados de ánimo y trastornos del estado de ánimo en aspectos como edad, género, raza, ingreso, educación y estado civil (Costa y Mac Crae, 1996; citado por Papalia, 2003)³⁷.

Otra creencia común es que la personalidad se torna más rígida en la edad adulta. Las primeras investigaciones transversales parecían apoyar este punto de vista, sin embargo en grandes estudios longitudinales realizados por Costa y Mac Crae en 1994, demostraron que esto no se cumple en la mayoría de las personas. Así mismo las pruebas de personalidad de 3442 participantes en el estudio longitudinal encontraron sólo modestas reducciones en la flexibilidad entre los 60 y 81 años, pero muchas más diferencias de cohorte.

Como grupo, las personas de cohortes recientes parecen más flexibles, es decir menos rígidas, que las de cohortes anteriores. Estos resultados indican que los incrementos en la rigidez encontrados en los primeros estudios transversales pueden estar relacionados no con la edad sino con el bagaje cultural de la experiencia vital que una generación tiene en la edad adulta. Si la flexibilidad es más característica de los adultos jóvenes de hoy y si ellos tienen esa flexibilidad en la edad adulta tardía, entonces las generaciones futuras de ancianos pueden ser capaces de adaptarse con más facilidad que sus predecesores a los retos del envejecimiento.³⁸

En un estudio (Costa, Mac Crae y Arenberg, 1980), administraron tres veces pruebas a más de 100 varones, con las siguientes pruebas de seguimiento a intervalos

³⁵Papalia,D. (2003).Desarrollo Humano. pág. 677

³⁶Papalia,D. (2003).Desarrollo Humano. pág. 677

³⁷Íbid. Papalia,D. (2003).Desarrollo Humano. pág. 677

³⁸Íbid. Papalia,D. (2003).Desarrollo Humano. pág. 679

aproximados de seis años. Las dimensiones de los rasgos se mantuvieron estables, en un periodo de más de 12 años. Otros investigadores descubrieron una estabilidad similar en periodos de ocho años (Siegler, George y Okun, 1979) y hasta en periodos de treinta años (Leon et al., 1979). Ni siquiera las evaluaciones de los rasgos de la personalidad de los cónyuges por parte de su pareja mostraron cambios sistemáticos en un periodo de seis años (Costa y Mac Crae, 1988, citado por Kail, R., 2006)³⁹

El modelo de los cinco factores no es perfecto, aunque goza de gran aceptación y parece contar con mucha evidencia de respaldo. Algunos datos indican que ciertos rasgos de la personalidad (seguridad en si mismo, compromiso cognoscitivo, extroversión y confiabilidad) presentan cambios en un periodo de 30 a 40 años (Jones y Meridith, 1996). Las mujeres tienden a mostrarlo en la adultez intermedia frente a modificaciones específicas en sus papeles sociales. (Labouvie-Vief y Dile, 1999, citado por Kail, R. 2006)⁴⁰

Aún reconociendo las excepciones, la evidencia a favor de una estabilidad global de los rasgos de personalidad en la adultez es muy importante, sobre todo considerando las múltiples situaciones de la vida que si cambian (casarse, cambiar de trabajo, ver que los hijos se marchan del hogar). Podemos interpretarla considerando que los rasgos descritos por Costa y Mac Crae sólo proporcionan los pilares sobre los que se construye la personalidad (Mc Adams, 1992). En esta perspectiva, la materia prima a partir de la cual se construye la personalidad sigue siendo relativamente constante.

2.2. Asertividad

Es una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir o perjudicar, actuando desde un estado interior de autoconfianza, en lugar de la emocionalidad limitante típica de la ansiedad, la culpa o la rabia⁴¹.

La palabra asertividad surge del vocablo latín “asserere” que significa afirmar. Trasladada al ámbito que nos corresponde, podemos decir que la asertividad contempla la afirmación de la personalidad en cuestiones que tienen que ver con la autoestima, equilibrio, seguridad en uno mismo, ecuanimidad, convicción en los valores y empuje, evidenciado a través de una comunicación pertinente y hábil.

La asertividad puede ser entendida como un modelo de relación interpersonal, que permite establecer relaciones gratificantes y satisfactorias tanto con uno mismo como con los demás. En este sentido se concibe la interacción asertiva como un conjunto de

³⁹Kail,R. (2006). Desarrollo Humano, pág. 511

⁴⁰Ibid.Kail,R. (2006). Desarrollo Humano, pág. 511

⁴¹ <http://es.wikipedia.org/wiki/Asertividad>

habilidades relacionales que favorecen y potencian las relaciones intra e interpersonales⁴².

Por otro lado el término aserción, se utiliza con frecuencia como sinónimo de habilidad social; sin embargo, ésta última es un constructo mucho más amplio que la asertividad. Incluye elementos no sólo de contacto interpersonal, sino, además, de todas aquellas interacciones que la persona necesita llevar a cabo para desenvolverse de manera independiente y autónoma dentro de su propio entorno, tales como habilidades para el desplazamiento, habilidades de autocuidado, habilidades para adecuarse a normativas sociales de funcionamiento.

La asertividad puede definirse entonces como la habilidad para transmitir opiniones, intenciones, creencias, sentimientos y posturas de manera adecuada. La habilidad consiste en crear condiciones que permitan conseguir los siguientes cuatro objetivos:

- Eficacia (conseguirlo que uno se ha propuesto)
- No sentirse ansioso ni culpable al hacerlo.
- En contextos en los que se vislumbra claramente un conflicto de intereses, tratar de minimizar las repercusiones negativas para uno mismo, para el interlocutor y para la relación.
- En contextos de aceptación asertiva, constituir relaciones armoniosas con los otros.

La asertividad promueve un tipo de relación interpersonal sincera y honesta, permitiendo manifestar todo aquello que consideramos propio desde nuestro punto de vista y demostrando respeto por el punto de vista de los demás.

Rodríguez A., (2001) indica que “la asertividad se basa en el respeto y por tanto comporta la libertad para expresarnos respetando a los demás y asumiendo la responsabilidad de nuestros actos”.

Considerando a la asertividad como una habilidad, ésta puede aprenderse y potenciarse mediante un entrenamiento adecuado, dado que no es una característica invariable de las personas (donde habría personas asertivas y no asertivas), sino que constituye uno de los muchos estilos de relación que la persona puede emplear en sus interacciones con el entorno que lo rodea.

En este sentido se pueden señalar cuatro posibles estilos de relación interpersonal, cada uno de los cuales hace referencia a comportamientos que caracterizan y determinan estilos asertivos, pasivos, agresivos y manipuladores de relación e interacción.

Estilo de Conducta Interpersonal Asertivo

⁴² López, M. (2000) Enfermería Psicosocial y Salud Mental. Pág. 61

Es aquel estilo de comunicación abierto a las opiniones ajenas, dándoles la misma importancia que a las propias. Parte del respeto hacia los demás y hacia uno mismo, planteando con seguridad y confianza lo que se quiere, aceptando que la postura de los demás no tiene por qué coincidir con la propia y evitando los conflictos de forma directa, abierta y honesta⁴³.

Se caracteriza fundamentalmente por la defensa de los derechos propios, respetando siempre los derechos de los demás⁴⁴, la persona que se relaciona con un estilo asertivo es capaz de:

- Expresar de forma clara y honesta los sentimientos y pensamientos personales, ya sean estilos positivos o negativos.
- Aceptar los sentimientos y pensamientos de los otros.
- Manifestar de forma libre los gustos y preferencias.
- Utilizar feedback positivo en su interacción social, así como aceptar halagos y cumplidos sin sentirse incómodo.
- Discrepar con las opiniones de los demás cuando no se está de acuerdo, manifestando las propias con serenidad.
- Solicitar aclaraciones o complemento de la información cuando ésta no se entienda.
- Decir no cuando desea decir no.

2.2.1. Características de la persona asertiva

La persona asertiva siente una gran libertad para manifestarse, para expresar lo que es, lo que siente, lo que piensa y desea, sin lastimar a los demás (es empática). Es capaz de transmitir información a la otra persona con facilidad y libertad, sea ésta conocida o no, caracterizándose su comunicación por ser directa, clara, abierta, franca y apropiada.

Todos sus comportamientos, conductas, acciones y manifestaciones revelan respeto por sí misma, acepta sus limitaciones, su autoestima es apropiada y tiene claro su valor como ser humano; es decir, se aprecia y se quiere a sí misma, tal como es. Su vida tiene un enfoque activo, pues sabe lo que quiere y trabaja para conseguirlo, haciendo lo necesario para que las cosas sucedan, en vez de esperar pasivamente a que éstas sucedan por arte de magia. Es más proactivo que activo.

Acepta o rechaza de su mundo emocional a las personas, con sinceridad y firmeza, demostrando respeto incondicional, establece quiénes van a ser sus amigos y quiénes

⁴³Ibíd.<http://es.wikipedia.org/wiki/Asertividad>

⁴⁴ López, M. (2000). Enfermería Psicosocial y Salud Mental. Pág. 62

no. Se manifiesta emocionalmente libre de expresar sus sentimientos. Evita los dos extremos: por un lado la represión y por el otro la expresión hostil y destructiva.

2.2.2. Personalidad y Asertividad

La asertividad es un estilo de actuación en situación comunicativa de la personalidad, que se manifiesta en la expresión abierta y franca de exponer sentimientos, opiniones, puntos de vista, vivencias que permitan la defensa de los derechos personales sin violentar los ajenos, para hacer sentir el valor de los demás. Es un término contextual e intermedio entre las conductas agresivas y pasivas de la comunicación. (Nápoles, 2004)⁴⁵

La asertividad es una característica de la personalidad promotora de autoestima saludable y contribuye de manera apreciable al desarrollo de relaciones interpersonales facilitadoras de crecimiento personal y satisfacción emocional en los individuos (Zaldívar, 2006)⁴⁶

Los componentes que forman la personalidad y que están vinculados con la asertividad, parten de la postura de que su organización no puede ser descompuesta en ingredientes aislados o restringidos al temperamento, la esfera volitiva, emocional, cognitiva e instrumental; sino que resulta pertinente contemplarla en sus unidades integrales complejas.

Las unidades integrales que estructuran a la personalidad son sus formaciones psicológicas (generales y particulares). Las unidades integrales complejas de la personalidad son un producto del análisis que contrariamente al de los elementos, conserva todas las propiedades básicas del total y no pueden ser divididas sin perderlas.

El elemento actitudinal de la aserción en la personalidad, parte de la tesis de que la actitud como disposición, al integrarse a otros elementos que igualmente se integran al comportamiento, puede desencadenar actos y conductas que no están necesariamente en concordancia con la disposición actitudinal, es decir esta correlación no es lineal, dado que las actitudes no logran predecir el comportamiento de los sujetos en todas las circunstancias, ya que esta depende de múltiples factores. Considerar a la asertividad como una actitud personalizada del sujeto pone la atención en los elementos estructurales que componen la actitud.

En la conducta asertiva se pone de manifiesto la personalidad del individuo, en situación de comunicación e interacción, se sustenta de todos sus componentes como sistema estructurado, a la vez que ejerce influencia sobre ellos, es decir, la personalidad se llena de energía y vigor con la asertividad, al proporcionarle un engranaje de desarrollo, que permite desplegar el potencial psicológico de autoestima,

⁴⁵ <http://www.efdeportes.com/>

⁴⁶Íbíd. <http://www.efdeportes.com/>

autor respeto y autocontrol. A su vez el grado de desarrollo de estos procesos pueden potenciar o inhibir la conducta asertiva, para evitar que la angustia interfiera en lo racional (afecto-cognición) es decir culturizar nuestros instintos.

Es necesario entender a la asertividad como una actuación en situación de comunicación, como proceso y resultado de la interrelación e influencia de múltiples aspectos. Lo cual nos hace pensar en dos dimensiones, condicionantes inseparables en la formación y el funcionamiento de la personalidad:

Psicológico-personal: factores actitudinales, rasgos de la personalidad, recursos personológicos.

Psicosocial-ambiental: macroentorno y microentorno.

2.3. Relación de Pareja y Asertividad

La conducta asertiva facilita de gran manera una buena comunicación, elemento clave para el funcionamiento de la relación. Manifestar claramente los deseos, aceptar las críticas y aprender a decir que no es una excelente ayuda para facilitar la convivencia más íntima.⁴⁷

Tener una comunicación asertiva es un elemento importante en el progreso de las relaciones interpersonales, dado que una comunicación armoniosa y placentera promoverá la conducción y resolución de un problema de forma más adecuada, fomentando relaciones propicias, eficaces y duraderas, en tanto que una comunicación distorsionada puede coadyuvar a la insatisfacción y a la fractura de la relación.

Sin embargo, la comunicación comprende un amplio abanico de signos que simbolizan cosas, emociones, afectos e ideas que establecen una realidad interpersonal única y peculiar entre dos seres humanos; es así que la comunicación representa el escenario ideal para que el individuo se exprese con amplitud y a la vez reciba retroalimentación acerca de sí misma, ayuda, aceptación y confirmación de que es un ser humano digno de entablar una relación íntima positiva. La comunicación en la relación de pareja constituye no solamente el entorno propicio que permite la expresión de afectos, emociones, temores, pensamientos, confusiones, percepción de la pareja y situaciones de la historia vital, sino que posibilita la organización de la relación con una mística global del mundo.

En relación a las discrepancias entre los géneros con respecto a la comunicación se puede afirmar que desde muy temprana edad, a las niñas se les enseña a compartir sus sentimientos, a evitar los conflictos y ser pasivas en su interacción; mientras que a los niños se les alienta a demostrar su mando y manifestar su poder, esperándose con

⁴⁷Guell, M. (2006) ¿Por qué he dicho blanco si quería decir negro?. Pág. 59

expectativa que sobresalgan dentro de su grupo de amigos, siendo retribuidos por ello. Todas estas prácticas conducen a niños y niñas a evidenciar distintas pautas de comunicación e interacción social. Una vez establecidos, cada sexo llevará a cabo conductas que reforzarán estos patrones. Por estos motivos Linder (1993) sostiene que las personas de género femenino tienden a evitar el conflicto porque lo experimentan como una amenaza a su relación. Dichos aspectos las llevan a exteriorizar su agresión de modo enmascarado o a través de arrebatos inesperados de cólera. Los hombres en cambio son más evidentes en la expresión de su agresividad, directos en sus confrontaciones y manifiestan su ira de manera más abierta.

Del Carpio, S. (2009) encontró que existe una relación entre los estilos de comunicación positivos y el mayor grado de satisfacción en la relación de pareja. Es decir se comprueba que al evaluar el estilo de comunicación propio y al percibir a la pareja, ambos con estilos de comunicación positivos inciden en la satisfacción personal y en contraste los estilos de comunicación negativos repercuten negativamente en la satisfacción personal.

Carl Rogers (1980) indicaba que un matrimonio óptimo representan el crecimiento de cada cónyuge para transformarse en su propio yo. En una relación de pareja es importante la presencia de determinadas competencias y cualidades que promuevan y permitan la resolución de discrepancias en el momento en que aparezcan o mejor aún para evitarlas. Los miembros de la pareja deben admitir y aceptar los desacuerdos y resultará positivo el aprender a aceptar las discrepancias entre ellos e incluso motivar la expresión de sentimientos y emociones; es preciso flexibilizar los límites entre ellos de modo que sea posible una comunicación saludable, animándose a transmitir el cariño entre ambos y apoyarse mutuamente en forma positiva; apreciar los propios conflictos y los del otro, tener consideración, cariño, respeto y lealtad, tener serenidad, mostrar auténtico interés sobre los afectos y puntos de vista del otro, ser innovadores y hasta experimentales cuando las soluciones creativas sean pertinentes.

3. Antecedentes investigativos

3.1. "Dimensiones de personalidad, diferencias de género y agresividad" Investigación realizada por Jorge Moya Higuera y Vanesa Meseguer Medel

Su trabajo se centra en el estudio de las agresiones directas (física y verbal) e indirectas en una muestra de 107 sujetos. Los resultados indicaron que sólo existían diferencias de género para la agresión física directa a favor de los hombres. La impulsividad/desinhibición fue la variable de personalidad más relevante para las

conductas agresivas. No se encontraron diferencias en las conductas directas de tipo verbal, ni en la escala que evaluaba conductas agresivas directas de forma general. No se hallaron diferencias significativas de género para las conductas agresivas indirectas.

3.2. “Relación entre las dimensiones de personalidad y autoestima en adolescentes de ambos sexos de los colegios nacionales de Tacna, 2005” Investigación realizada por Patricia Ramos Peraltilla

El trabajo concluye que los alumnos que presentan tendencia a la extroversión presentan además una autoestima efectiva o alta, por el contrario los jóvenes que presentan tendencia a la inestabilidad emocional, manifiestan un nivel promedio de autoestima. Esto implicaría que los bajos niveles de excitación cortical y los mayores niveles de inhibición experimentados por los extrovertidos estarían generando un mayor nivel de autoestima, produciendo conductas como autoaceptación, mayor valía personal, importancia, satisfacción, sentimientos y pensamientos positivos para lograr sus aspiraciones o metas y además fuerza para superar las situaciones conflictivas.

3.3. “Dimensiones de personalidad y los delitos de robo agravado y violación de la libertad sexual cometidos por varones liberados, Arequipa 2004”. Investigación realizada por Katherine Ojeda Herrera y Janeth Moreno Vizcarra.

Su principal conclusión hace referencia a que la personalidad predominante en los sujetos investigados que cometieron delito de robo agravado y delito de violación son melancólico y flemático. Existe una relación de extraversión-introversión en los sujetos de estudio, dándonos a conocer que existe una asociación entre la dimensión extraversión y el delito de robo agravado y una relación entre la dimensión introsersión y el delito de violación de la libertad sexual.

3.4. “Niveles de Asertividad en estudiantes varones y mujeres de la UCSM, Arequipa 2007”. Investigación realizada por Stephany Salas Arroyo

Los resultados indican que los estudiantes varones tienen mayores niveles de asertividad que las estudiantes mujeres de la UCSM, encontrando diferencias estadísticamente significativas entre los niveles de asertividad, demostrando la mayor práctica de esta actividad por los varones. La edad resulta ser un factor importante en relación a la asertividad entre varones y mujeres, en las edades de 16 y 17 años son las jóvenes estudiantes mujeres las que presentan mayor porcentaje de niveles con déficit asertivo, en comparación con los estudiantes varones, debiéndose a la etapa de desarrollo en la que se encuentran y buscan identificación plena con su círculo social, más aún con los de su mismo sexo.

3.5. “Estilos de Comunicación y Satisfacción en la Relación de Pareja” Investigación realizada por José Sebastián del Carpio Ríos. 2009

Sus resultados indican que existe una relación entre los estilos de comunicación positivos y el mayor grado de satisfacción en la relación de pareja. Es decir se comprueba que al evaluar el estilo de comunicación propio y al percibir a la pareja, ambos con estilos de comunicación positivos inciden en la satisfacción personal y en contraste los estilos de comunicación negativos repercuten negativamente en la satisfacción personal.

Después de haber revisado investigaciones sobre temas relacionados con el presente estudio, se puede indicar que existen diferentes trabajos que incluyen las variables personalidad y asertividad, sin embargo al estar éstas relacionadas con otras variables y aplicadas a otras poblaciones sus conclusiones son limitadas.

4. Objetivos

- 4.1. Determinar el nivel en las dimensiones de personalidad de los docentes y sus parejas en las instituciones educativas de El Pedregal.
- 4.2. Identificar el nivel de asertividad que perciben en sí mismos los docentes y sus parejas en las instituciones educativas de El Pedregal
- 4.3 Identificar el nivel de asertividad que perciben en su cónyuge los docentes y sus parejas en las instituciones educativas de El Pedregal.
- 4.4. Determinar la relación de los niveles de las dimensiones de personalidad con el nivel de asertividad de los docentes y sus parejas en las Instituciones Educativas de El Pedregal.

5. Hipótesis

Dado que las dimensiones de personalidad son una combinación de rasgos que definen el comportamiento de un individuo, como consecuencia de influencias genéticas y ambientales.

Es probable que desde el perfil de personalidad en las cinco dimensiones se pueda predecir el nivel de asertividad que tienen los docentes y sus parejas en las Instituciones Educativas de El Pedregal.

CAPÍTULO III

III .PLANTEAMIENTO METODOLÓGICO

1. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE VERIFICACIÓN

1.1. Técnicas

La técnica a utilizar para la evaluación de la personalidad y la asertividad en las parejas, será el “Cuestionario”.

1.2.Instrumentos

El instrumento utilizado en el presente trabajo de investigación es la Cédula de Preguntas.

1.2.1.Evaluación de la personalidad

Para evaluar la personalidad de la muestra se utilizará el **Cuestionario “BIG FIVE” (BFQ)** que contiene 132 frases, respecto a la forma habitual de pensar, sentir y actuar que posee la persona.

La hoja de respuestas contiene también 5 alternativas de elección para que la persona pueda marcar la que más se adecua a su forma de ser.

Las alternativas de respuesta son:

- Completamente VERDADERO para mí
- Bastante VERDADERO para mí
- Ni VERDADERO ni FALSO para mí
- Bastante FALSO para mí
- Completamente FALSO para mí

Esta prueba nos arroja resultados para cada una de las cinco dimensiones de personalidad, en los niveles de:

- 01 Muy bajo
- 02 Bajo
- 03 Promedio
- 04 Alto
- 05 Muy alto

DIMENSIONES	ÍTEMS					
	ENERGÍA	1	7	25	37	51
68		78	94	99	114	121
13		19	31	39	59	61
71		73	95	102	117	123
TESÓN	4	10	28	34	48	64
	70	86	100	109	111	130
	16	22	40	44	52	65
	74	88	93	108	126	128
AFABILIDAD	2	8	26	32	57	66
	79	82	106	110	129	132
	14	20	38	46	49	54
	75	85	96	107	115	125
ESTABILIDAD EMOCIONAL	3	9	27	33	50	62
	69	81	89	98	120	122
	15	21	43	45	58	63
	76	83	91	104	116	119
APERTURA MENTAL	5	11	29	42	55	60
	77	86	90	105	112	124
	17	23	35	41	47	56
	67	72	97	103	118	131

Fiabilidad

El método utilizado para obtener la fiabilidad del instrumento fue la consistencia interna u homogeneidad (coeficiente “alfa” de Cronbach).

En la siguiente tabla se ofrecen los resultados del estudio de la fiabilidad del BFQ en muestras españolas (N=1298), mostrándose los coeficientes “alfa” (en realidad se trata de la aplicación de la fórmula KR-20 de Kuder-Richardson y se apoya en la variabilidad de los elementos que componen cada escala de medida), apreciándose índices suficientemente elevados de fiabilidad para cada una de las escalas.

Coeficientes de Fiabilidad

Escala	“alpha”
DIMENSIONES	
E Energía	75
A Afabilidad	73
T Tesón	79
EE Estabilidad Emocional	87
AM Apertura Mental	76

Validez Interna: Estructura Factorial

El estudio de la estructura factorial del instrumento se ha llevado a cabo tomando como variables de base para el análisis factorial los puntajes globales conseguidos por los sujetos en cada una de las cinco dimensiones. El uso del puntaje T agregado con respecto a cada uno de los elementos garantiza una elevada fiabilidad y coherencia interna de las puntuaciones obtenidas en una escala.

Se extrajeron cinco factores principales antes de que el procedimiento convergiera, indicando que ningún otro factor podía ser extraído. La matriz no rotada fue sometida a rotación ortogonal utilizando el método “TandemCriteria” (Comrey, 1967). Este método permite rotar ortogonalmente una matriz de saturaciones en base a las informaciones contenidas en la matriz de correlaciones entre las variables analizadas. En concreto, este procedimiento se articula en dos fases. La primera (Criterio I) permite distribuir la varianza extraída entre el menor número posible de factores con la condición de que las variables que saturan en un mismo factor deben estar correlacionadas. La segunda fase (Criterio II) se aplica usualmente a la matriz de saturaciones obtenidas mediante el Criterio I y permite distinguir la varianza extraída entre los factores con el fin de aproximar los datos a una solución del tipo “estructura simple” con la condición de que las variables que no están correlacionadas no deben aparecer en un mismo factor. Con respecto a otros criterios de rotación (como el criterio Varimax) el TandemCriteria permite obtener soluciones factoriales más “limpias” y representativas de las relaciones existentes entre las variables medidas (Lee y Comrey, 1979)

Los coeficientes de congruencia obtenidos se presentan en la tabla siguiente, allí puede observarse que la estructura factorial presenta una muy significativa estabilidad, tomando datos procedentes de contextos culturales y lingüísticos diferentes.

Congruencia entre las estructuras factoriales
Española (Esp), Italiana (Ita) y americana (USA)

Factor	Esp - Ita	Esp - USA
Energía	98	98
Afabilidad	99	96
Tesón	98	98
Estabilidad Emocional	99	98
Apertura Mental	96	96

Índices en centésimas

Bajo solución factorial de cada sexo se muestran las correlaciones entre los cinco factores y, como era de esperar, los índices son bastante similares a los encontrados

en las respectivas dimensiones empíricas (datos de la tabla “Matriz de Intercorrelaciones”).

Matriz de Intercorrelaciones

	Dimensiones				
	E	A	A	EE	AM
E	*	14	34	21	41
A	21	*	17	25	30
T	35	15	*	22	26
EE	-4	9	25	*	17
AM	39	39	30	1	*

Índices de correlación en centésimas

1.2.2. Evaluación de la aserción en pareja

Para la evaluación de la Aserción en la parejas se aplicará el “**Cuestionario de Aserción en la Pareja**”, en sus **Formas A y B**, cada una de estas formas esta constituida por 40 preguntas, las cuales permiten evaluar los cuatro tipos diferentes de estrategias de comunicación que cada miembro de una pareja puede poner en marcha a la hora de afrontar situaciones conflictivas que pueden surgir en una convivencia marital (Asertivo, Agresivo, Sumiso, Agresivo-Pasivo).

Esta evaluación se lleva a cabo de dos formas, por un lado cada sujeto se evalúa a si mismo (Forma A) y por otro evalúa el comportamiento de su pareja (Forma B).

Las alternativas de respuestas en cada uno de los cuestionarios son:

- 1 Casi nunca
- 2 Raramente
- 3 Ocasionalmente
- 4 Con frecuencia
- 5 Generalmente
- 6 Casi siempre

Dado que, el cuestionario originalmente medía 4 comportamientos, se elaboraron percentiles para determinar una Escala de los niveles de Asertividad:

- 12 – 30 puntos = Asertividad Deficiente
- 31 – 35 puntos = Asertividad Regular
- 36 – 42 puntos = Asertividad Buena
- 43 – 52 puntos = Asertividad Muy buena

	ÍTEMS CORRESPONDIENTES A CADA SUBESCALA			
	Aserción	Agresión	Sumisión	Agresión-pasiva
1. Petición al cónyuge de reparto de responsabilidades en tareas desagradables para ambos.	21	31	11	1
2. Enfrentamiento a comportamientos injustos por parte del cónyuge.	17	37	27	7
3. Incumplimiento de promesa por parte del cónyuge.	22	2	32	12
4. Desacuerdo a la hora de planificar las vacaciones.	26	6	16	36
5. Enfrentamiento a comentario personal "humillante" hecho por el cónyuge.	28	38	18	8
6. Desacuerdo en una discusión.	33	13	3	23
7. Ignorar o no apreciar el cónyuge las muestras de apoyo o ayuda que se le prestan.	24	34	14	4
8. Enfrentamiento a comentarios "hirientes" del cónyuge.	35	25	5	15
9. No responder el cónyuge a una pregunta que se le ha hecho.	39	29	9	19
10. Quitar importancia y cambiar de tema, por parte del cónyuge, en una charla sobre preferencias sexuales personales.	40	30	10	20

Fiabilidad

Con la finalidad de determinar la fiabilidad de las cuatro subescalas del ASPA, en sus formas A y B, se ha empleado el coeficiente alfa de Cronbach y el método de las dos mitades según el coeficiente de Spearman-Brown. En la primera tabla observamos los valores de fiabilidad para la forma A, encontrando que todas las subescalas tienen una fiabilidad alta (0.81).

Valores de la Fiabilidad de las Cinco subescalas del ASPA Forma A

	Coeficiente α de Cronbach	Coeficiente de Spearman-Brown
Aserción	0.83	0.83
Agresión	0.81	0.82
Sumisión	0.75	0.72
Agresión-pasiva	0.84	0.84

Al evaluar la fiabilidad de las cuatro subescalas del ASPA en su forma B, se encuentran puntuaciones elevadas de fiabilidad en las cuatro subescalas (0.91), tal y como lo demuestra la tabla siguiente.

Valores de la Fiabilidad de las Cuatro subescalas del ASPA Forma B

	Coefficiente α de Cronbach	Coefficiente de Spearman-Brown
Aserción	0.96	0.95
Agresión	0.92	0.92
Sumisión	0.92	0.91
Agresión-pasiva	0.94	0.94

Validez

Para investigar la validez del ASPA, de acuerdo a los puntajes obtenidos por los varones y las mujeres, se confrontaron los puntajes obtenidos en el ASPA Forma A con los puntajes del *Cuestionario para el Análisis de la Aserción Personal (AAP)* de Hedlund y Linqvist (1984) Este cuestionario fue elegido para el estudio de la validez dado que fue concebido para diferenciar entre conductas asertivas, agresivas y pasivas, otorgando tres puntuaciones que evidencian la frecuencia de estos comportamientos en el repertorio de conductas que muestran los sujetos evaluados.

Correlación entre las puntuaciones obtenidas en las cuatro subescalas del ASPA Forma A

	Aserción	Agresión	Sumisión	Agresión Pasiva
Varones				
Aserción		-0.42**	-0.58**	-0.68**
Agresión	-0.42**		-0.31**	0.28**
Sumisión	-0.58**	-0.31**		0.01
Agresión-Pasiva	-0.68**	0.28**	0.01	
Mujeres				
Aserción		-0.38**	-0.59**	-0.70**
Agresión	-0.38**		-0.30**	0.18**
Sumisión	-0.59**	-0.30**		0.07
Agresión-Pasiva	-0.70**	0.18*	0.07	
Total				
Aserción		-0.39**	-0.59**	-0.68**
Agresión	-0.39**		-0.31**	0.23**
Sumisión	-0.59**	-0.31**		-0.03
Agresión-Pasiva	-0.68**	0.23**	-0.03	

* $p \leq 0.01$

** $p \leq 0.001$

Correlación entre las puntuaciones obtenidas en las cuatro subescalas del ASPA Forma B

	Aserción (AAP)	Agresión (AAP)	Pasividad (AAP)
Varones			
Aserción	0.44**	-0.12	-0.31**
Agresión	-0.15	0.36**	-0.10
Sumisión	-0.25**	-0.15	0.33**
Agresión-Pasiva	-0.33**	0.11	0.22
Mujeres			
Aserción	0.45**	-0.10	-0.34**
Agresión	-0.22**	0.31**	-0.01
Sumisión	-0.24**	-0.15	0.31**
Agresión-Pasiva	-0.31**	0.09	0.22**
Total			
Aserción	0.43	-0.12**	-0.29**
Agresión	-0.20**	0.32**	-0.04
Sumisión	-0.21**	-0.11	0.26**
Agresión-Pasiva	-0.33**	0.08	0.23

* $p \leq 0.01$

** $p \leq 0.001$

En general, se observa que, tanto en el género masculino como en el género femenino, existen correlaciones positivas y significativas entre las dos subescalas de Aserción, las dos subescalas de Agresión, y la subescala de Sumisión con la de Pasividad.

2. CAMPO DE VERIFICACIÓN

2.1. Ubicación Espacial

El estudio será efectuado en las Instituciones Educativas de El Pedregal, distrito de Majes, Arequipa.

2.2. Ubicación Temporal

El estudio es coyuntural, es decir que esta referido al presente.

2.3. Unidades de estudio

Las unidades de estudio están constituidas por los docentes y sus parejas de las instituciones educativas de El Pedregal

Universo

Está conformado por los docentes de las Instituciones Educativas de El Pedregal.

Muestra

Utilizaremos un muestreo aleatorio simple, para elegir a 50 docentes de las Instituciones Educativas de El Pedregal y sus respectivas parejas (esposos / as, convivientes), es decir que la muestra estará integrada por 100 personas.

Criterios de inclusión

Docentes casados/as o convivientes.

Docentes que aceptan participar en el estudio.

Criterios de Exclusión

Docentes solteros y/o sin pareja

Docentes que no desean participar en el estudio

3. ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.1. Organización

Para efectos de la recolección de datos, se coordinará con los directores y profesores de los centros educativos, de tal modo que utilizando un periodo de tiempo distinto al que utilizan los docentes para dictar sus clases podamos aplicarles los cuestionarios a ambos miembros de la pareja.

Las unidades de estudio recibirán indicaciones específicas respecto a la sinceridad y honradez que deben mostrar en cada una de sus contestaciones, a fin de evitar errores y obtener una información precisa y provechosa, así mismo se les explicará que su participación en el estudio tiene únicamente fines de investigación, asegurándoles que los resultados serán confidenciales y no repercutirán en su evaluación laboral.

Durante la evaluación los docentes serán ubicados en el extremo derecho del aula, mientras que sus parejas ocuparán el extremo izquierdo, a fin de evitar que confronten o revelen sus respuestas.

Para la recolección de datos se requiere un tiempo de 8 a 10 semanas aproximadamente.

3.2. Recursos

- Recursos Humanos

Investigadora: Bach. Norma Luz Chanini Gárate.

- Recursos Físicos

Infraestructura de las Instituciones Educativas.

- Recursos Financieros

Los gastos que demanden la investigación serán financiados por la suscrita.

4. ESTRATEGIA PARA MANEJAR LOS RESULTADOS

4.1. Procesamiento Estadístico

Para el procesamiento de datos se utilizará el software estadístico SPSS, versión 17.0 y la hoja de cálculo Excel 17.0 para la elaboración de la matriz de datos.

Para determinar la relación entre variables, se utilizará el coeficiente de correlación de Pearson, cuya fórmula es la siguiente:

$$r = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{N \sum X^2 - (\sum X)^2 \times N \sum Y^2 - (\sum Y)^2}}$$

Donde:

N = Numero de observaciones

$\sum XY$ = Sumatoria de la multiplicación de cada observación de las variables X por Y

$\sum X$ = Sumatoria de la variable X

$\sum Y$ = Sumatoria de la variable Y

$\sum X^2$ = Sumatoria de cada una de las observaciones de la variable X al cuadrado

$(\sum X)^2$ = Sumatoria de la variable X al cuadrado

$\sum Y^2$ = Sumatoria de cada una de las observaciones de la variable Y al cuadrado

$(\sum Y)^2$ = Sumatoria de la variable Y al cuadrado.

La relación o asociación de acuerdo a su valor o grado se registrará por la siguiente escala:

± 1.00	Correlación perfecta
± 0.90 ± 0.99	Correlación muy alta
± 0.70 ± 0.89	Correlación alta
± 0.40 ± 0.69	Correlación moderada
± 0.20 ± 0.39	Correlación baja
± 0.01 ± 0.19	Correlación muy baja
± 0.00	Correlación nula



ANEXO 2 INSTRUMENTOS

CUESTIONARIO

Edad:.....

Sexo:.....

Estado civil: Casado/a () Conviviente ()

A continuación encontrará una serie de frases sobre sus formas de pensar, sentir o actuar, lea atentamente cada afirmación y conteste. Coloque una “x” por afirmación, según las alternativas de respuesta:

- 1 Completamente FALSO para mí
- 2 Bastante FALSO para mí
- 3 Ni VERDADERO ni FALSO para mí
- 4 Bastante VERDADERO para mí
- 5 Completamente VERDADERO para mí

	1	2	3	4	5
1.Creo que soy una persona activa y vigorosa					
2.No me gusta hacer las cosas razonando demasiado sobre ellas					
3.Tiendo a implicarme demasiado cuando alguien me cuenta sus problemas					
4.No me preocupan especialmente las consecuencias que mis actos puedan tener sobre los demás					
5.Estoy siempre informado sobre lo que sucede en el mundo					
6.Nunca he dicho una mentira					
7.No me gustan las actividades que exigen empeñarse y esforzarse hasta el agotamiento					
8.Tiendo a ser muy reflexivo					
9.No suelo sentirme tenso					
10.Noto fácilmente cuando las personas necesitan mi ayuda					
11.No recuerdo fácilmente los números de teléfono que son largos					
12.Siempre he estado completamente de acuerdo con los demás					
13.Generalmente tiendo a imponerme a las otras personas, más que a condescender con ellas					
14.Ante los obstáculos grandes no conviene empeñarse en conseguir los objetivos propios					
15.Soy mas bien susceptible					
16.No es necesario comportarse cordialmente con todas las personas					
17.No me siento muy atraído por las situaciones nuevas e inesperadas					
18.Siempre he resuelto de inmediato todos los problemas que he encontrado					
19.No me gustan los ambientes de trabajo en los que hay mucha					



competitividad					
20.Llevo a cabo las decisiones que he tomado					
21.No es fácil que algo o alguien me haga perder la paciencia					
22.Me gusta mezclarme con la gente					
23.Toda novedad me entusiasma					
24.Nunca me he asustado ante un peligro, aunque fuera grave					
25.Tiendo a decidir rápidamente					
26.Antes de tomar cualquier iniciativa, me tomo tiempo para valorar las posibles consecuencias					
27.No creo ser una persona ansiosa					
28.No suelo saber cómo actuar ante las desgracias de mis amigos					
29.Tengo muy buena memoria					
30.Siempre he estado absolutamente seguro de todas mis acciones					
31.En mi trabajo no le concedo especial importancia a rendir mejor que los demás					
32.No me gusta vivir de manera demasiada metódica y ordenada					
33.Me siento vulnerable a las críticas de los demás					
34.Si es preciso, no tengo inconveniente en ayudar a un desconocido					
35.No me atraen las situaciones en constante cambio					
36.Nunca he desobedecido las órdenes recibidas, ni siquiera siendo niño					
37.No me gustan aquellas actividades en las que es preciso ir de un sitio a otro y moverse continuamente					
38.No creo que sea preciso esforzarse más allá del límite de las propias fuerzas, incluso aunque haya que cumplir algún plazo					
39.Estoy dispuesto a esforzarme al máximo con tal de destacar					
40.Si tengo que criticar a los demás, lo hago, sobre todo cuando se lo merecen					
41. Creo que no hay valores y costumbres totalmente válidos y eternos					
42.Para enfrentarse a un problema no es efectivo tener presentes muchos puntos de vista diferentes					
43.En general no me irrito, ni siquiera en situaciones en las que tendría motivos suficientes para ello					
44.Si me equivoco, siempre me resulta fácil admitirlo					
45.Cuando me enfado manifiesto mi mal humor					
46.Llevo a cabo lo que he decidido, aunque me suponga un esfuerzo no previsto					
47.No pierdo tiempo en aprender cosas que no estén estrictamente relacionadas con mi campo de intereses					
48.Casi siempre sé cómo ajustarme a las exigencias de los demás					
49.Llevo adelante las tareas emprendidas, aunque los resultados iniciales parezcan negativos					
50.No suelo sentirme solo y triste					
51.No me gusta hacer varias cosas al mismo tiempo					
52.Habitualmente muestro una actitud cordial, incluso con las personas que me provocan una cierta antipatía					



53. A menudo estoy completamente absorbido por mis compromisos y actividades					
54. Cuando algo entorpece mis proyectos, no insisto en conseguirlos e intento otros					
55. No me interesan los programas televisivos que me exigen esfuerzo e implicación					
56. Soy una persona que siempre busca nuevas experiencias					
57. Me molesta mucho el desorden					
58. No suelo reaccionar de modo impulsivo					
59. Siempre encuentro buenos argumentos para sostener mis propuestas y convencer a los demás de su validez					
60. Me gusta estar bien informado, incluso sobre temas alejados de mi ámbito de competencia					
61. No doy mucha importancia a demostrar mis capacidades					
62. Mi humor pasa por altibajos frecuentes					
63. A veces me enfado por cosas de poca importancia					
64. No hago fácilmente un préstamo, ni siquiera a personas que conozco bien					
65. No me gusta estar en grupos numerosos					
66. No suelo planificar mi vida hasta en los más pequeños detalles					
67. Nunca me han interesado la vida y costumbres de otros pueblos					
68. No dudo en decir lo que pienso					
69. A menudo me noto inquieto					
70. En general no es conveniente mostrarse sensible a los problemas de los demás					
71. En las reuniones no me preocupo especialmente por llamar la atención					
72. Creo que todo problema puede ser resuelto de varias maneras					
73. Si creo que tengo razón, intento convencer a los demás aunque me cueste tiempo y energía					
74. Normalmente tiendo a no fiarme mucho de mi prójimo					
75. Difícilmente desisto de una actividad que he comenzado					
76. No suelo perder la calma					
77. No dedico mucho tiempo a la lectura					
78. Normalmente no entablo conversación con compañeros ocasionales de viaje					
79. A veces soy tan escrupuloso que puedo resultar pesado					
80. Siempre me he comportado de modo totalmente desinteresado					
81. No tengo dificultad para controlar mis sentimientos					
82. Nunca he sido un perfeccionista					
83. En diversas circunstancias me he comportado impulsivamente					
84. Nunca he discutido o peleado con otra persona					
85. Es inútil empeñarse totalmente en algo, porque la perfección no se alcanza nunca					
86. Tengo en gran consideración el punto de vista de mis compañeros					
87. Siempre me han apasionado las ciencias					



88.Me resulta fácil hacer confidencias a los demás						
89.Normalmente no reacciono de modo exagerado, ni siquiera ante las emociones fuertes						
90.No creo que conocer la historia sirva de mucho						
91.No suelo reaccionar a las provocaciones						
92.Nada de lo que he hecho podría haberlo hecho mejor						
93.Creo que todas las personas tienen algo de bueno						
94.Me resulta fácil hablar con personas que no conozco						
95.No creo que haya posibilidad de convencer a otro cuando no piensa como nosotros						
96.Si fracaso en algo, lo intento de nuevo hasta conseguirlo						
97.Siempre me han fascinado las culturas muy diferentes a la mía						
98.A menudo me siento nervioso						
99.No soy una persona habladora						
100.No merece mucho la pena ajustarse a las exigencias de los compañeros, cuando ello supone una disminución del propio ritmo de trabajo						
101.Siempre he comprendido de inmediato todo lo que he leído						
102.Siempre estoy seguro de mi mismo						
103.No comprendo qué empuja a las personas a comportarse de modo diferente a la norma						
104.Me molesta mucho que me interrumpan mientras estoy haciendo algo que me interesa						
105.Me gusta mucho ver programas de información cultural o científica						
106.Antes de entregar un trabajo, dedico mucho tiempo a revisarlo						
107.Si algo no se desarrolla tan pronto como deseaba, no insisto demasiado						
108.Si es preciso, no dudo en decir a los demás que se metan en sus asuntos						
109.Si alguna acción mía puede llegar a desagradar a alguien, seguramente dejo de hacerla						
110.Cuando un trabajo está terminado, no me pongo a repasarlo en sus mínimos detalles						
111.Estoy convencido de que se obtienen mejores resultados cooperando con los demás, que compitiendo						
112.Prefiero leer a practicar alguna actividad deportiva						
113.Nunca he criticado a otra persona						
114.Afronto todas mis actividades y experiencias con gran entusiasmo						
115.Sólo quedo satisfecho cuando veo los resultados de lo que había programado						
116.Cuando me critican, no puedo evitar exigir explicaciones						
117.No se obtiene nada en la vida sin ser competitivo						
118.Siempre intento ver las cosas desde distintos enfoques						
119.Incluso en situaciones muy difíciles, no pierdo el control						
120.A veces incluso pequeñas dificultades, pueden llegar a preocuparme						

121.Generalmente no me comporto de manera abierta con los extraños					
122.No suelo cambiar de humor bruscamente					
123.No me gustan las actividades que implican riesgo					
124.Nunca he tenido mucho interés por los temas científicos o filosóficos					
125.Cuando empiezo a hacer algo, nunca sé si lo terminaré					
126.Generalmente confío en los demás y en sus intenciones					
127.Siempre he mostrado simpatía por todas las personas que he conocido					
128.Con ciertas personas no es necesario ser demasiado tolerante					
129.Suelo cuidar todas las cosas hasta en sus mínimos detalles					
130.No es trabajando en grupo cómo se pueden desarrollar mejor las propias capacidades					
131.No suelo buscar soluciones nuevas a problemas para los que ya existe una solución eficaz					
132.No creo que sea útil perder tiempo repasando varias veces el trabajo hecho					

COMPRUEBE SI HA DADO UNA RESPUESTA A TODAS LAS FRASES



ASPA
(FORMA A)

A continuación se describen una serie de situaciones que pueden plantearse en la convivencia de una pareja. Indique por favor, con qué frecuencia tiende a comportarse de manera similar a la que se describe. Aunque puede que no se comporte de manera exacta a la descrita, imagínese comportándose de forma parecida y señale con qué frecuencia tiende a comportarse de esa manera. Por favor conteste a todas las situaciones planteadas.

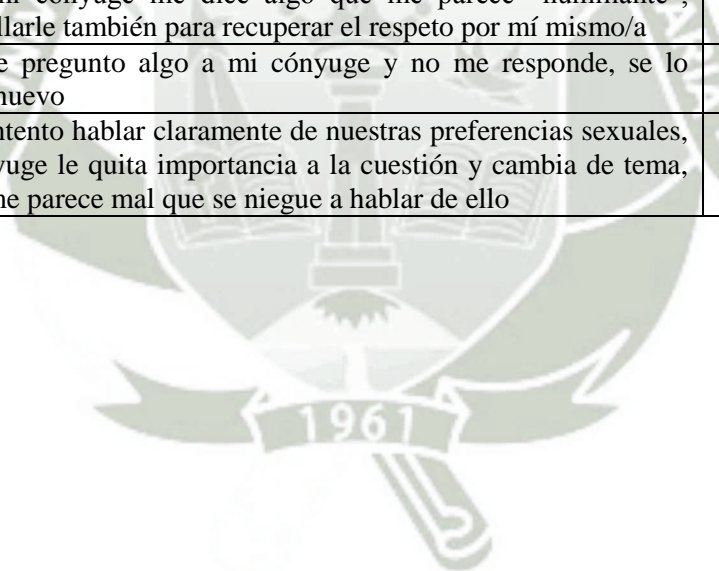
Marque con una “X” la afirmación que corresponda a usted, teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

- 1 CASI NUNCA
- 2 RARAMENTE
- 3 OCASIONALMENTE
- 4 CON FRECUENCIA
- 5 GENERALMENTE
- 6 CASI SIEMPRE

	1	2	3	4	5	6
1.Cuando quiero que mi cónyuge se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, espero que se dé cuenta de la situación mostrándome frío/a y distante						
2.Si mi cónyuge no hace algo que me prometió, lo amenazo con hacerle la vida imposible hasta que lo haga						
3.Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, cambio de tema o le doy la razón para evitar una pelea						
4.Cuando intento dar apoyo o ayuda a mi cónyuge y no parece darse cuenta o apreciarlo, no digo nada, pongo “mala cara” y decido no volver a interesarme por sus cosas						
5.Cuando mi cónyuge dice algo que me hiera, intento que no se dé cuenta del daño que me ha hecho						
6.Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, me meto con él/ella por su mal gusto y discuto para conseguir lo que quiero						
7.Cuando mi cónyuge se porta injustamente conmigo, no digo nada pero me muestro frío/a y distante						
8.Cunado mi cónyuge me dice algo que me parece “humillante”, me muestro distante y frío/a para darle una lección						
9.Cunado le pregunto a algo a mi cónyuge y no me responde, no insisto						
10.Cuando intento hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero mi cónyuge le quita importancia a la cuestión y cambia de tema, lo dejo pasar y sigo con su tema						
11.Cuando quiero que mi cónyuge se responsabilice más de aquellas						

tareas de la casa que a ambos nos desagradan, no digo nada pero espero que se dé cuenta de la situación						
12.Si mi cónyuge no hace algo que me prometió, lo dejo pasar pero busco la ocasión para, sutilmente, echarle en cara que no cumple sus promesas						
13.Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, acabo dando gritos y “poniéndole verde”						
14.Cuando intento dar apoyo o ayuda a mi cónyuge y no parece darse cuenta o apreciarlo, me rindo e intento esconder mis sentimientos por su rechazo						
15. Cuando mi cónyuge dice algo que me hiere, no le contesto, pero durante un tiempo estoy “en silencio” enfadado/a						
16.Cunado quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cedo para evitar una pelea						
17.Cuando mi cónyuge se porta injustamente conmigo, le digo qué es exactamente lo que me parece injusto						
18.Cuando mi cónyuge me dice algo que me parece “humillante”, intento no hacer caso y olvidarlo						
19.Cuando le pregunto algo a mi cónyuge y no me responde, me siento herido/a, dejo de hablarle y pongo “cara de enfado”						
20.Cuando intento hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero mi cónyuge le quita importancia a la cuestión y cambia de tema, lo dejo pasar pero decido no tener elaciones sexuales cuando él/ella las desee						
21.Cuando quiero que mi cónyuge se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, le digo que comprendo que a ninguno de los dos nos gusta hacer estas cosas y sugiero que dividamos las tareas						
22.Si mi cónyuge no hace algo que me prometió, le recuerdo que quiero que lo haga						
23.Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, me callo y pongo “cara de enfado”						
24.Cuando intento dar apoyo o ayuda a mi cónyuge y no parece darse cuenta o apreciarlo, le digo que estoy intentando ayudarle y que me siento mal cando no reconoce mi esfuerzo						
25.Cuando mi cónyuge dice algo que me hiere, le ataco verbalmente y “desahogo” así mis sentimientos						
26.Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, le sugiero que lo hablemos y busquemos un acuerdo						
27.Cuando mi cónyuge se porta injustamente conmigo, me siento herido/a pero intento que no se dé cuenta						
28.Cuando mi cónyuge me dice algo que me parece “humillante”, le hago saber mis sentimientos y que eso que me dice me “duele”						
29.Cuando le pregunto algo a mi cónyuge y no me responde, le grito por no prestarme atención						
30.Cuando intento hablar claramente de nuestras preferencias sexuales,						

pero mi cónyuge le quita importancia a la cuestión y cambia de tema, me enfado y comienzo a atacarle por ser un reprimido/a o no importarle el tema						
31.Cuando quiero que mi cónyuge se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, acabo gritándole y le llamo todo tipo de cosas de las que luego me arrepiento						
32.Si mi cónyuge no hace algo que me prometió, lo dejo pasar antes que armar lío						
33.Cunado mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, yo, con calma, le repito, las veces que sea necesario, cuáles son mis ideas						
34.Cuando intento dar apoyo o ayuda a mi cónyuge y no parece darse cuenta o apreciarlo, le digo que esta tan pendiente de sí mismo que ni siquiera se da cuenta de lo que los demás hacen por él/ella						
35.Cuando mi cónyuge dice algo que me hiera, le expongo mis sentimientos y que no me gusta lo que ha dicho						
36.Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cedo y muestro mi disgusto quejándome						
37.Cuando mi cónyuge se porta injustamente conmigo, le ataco verbalmente y luego me arrepiento de las cosas que le he dicho						
38.Cuando mi cónyuge me dice algo que me parece “humillante”, intento humillarle también para recuperar el respeto por mí mismo/a						
39.Cuando le pregunto algo a mi cónyuge y no me responde, se lo pregunto de nuevo						
40.Cuando intento hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero mi cónyuge le quita importancia a la cuestión y cambia de tema, le digo que me parece mal que se niegue a hablar de ello						



ASPA
(FORMA B)

A continuación se describen una serie de situaciones que pueden plantearse en la convivencia de una pareja. Indique por favor, con qué frecuencia su cónyuge tiende a comportarse de manera similar a la que se describe. Aunque puede que no se comporte de forma exacta a la descrita, imagínese lo comportándose de forma parecida y señale con qué frecuencia tiende a comportarse de esa manera. Por favor conteste a todas las situaciones planteadas.

Marque con una “X” la afirmación que corresponda, teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

- 1 CASI NUNCA
- 2 RARAMENTE
- 3 OCASIONALMENTE
- 4 CON FRECUENCIA
- 5 GENERALMENTE
- 6 CASI SIEMPRE

	1	2	3	4	5	6
1.Cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, espera que me dé cuenta de la situación mostrándose frío/a y distante						
2.Si no hago algo que prometí, mi cónyuge me amenaza con hacerme la vida imposible hasta que lo haga						
3.Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, mi cónyuge cambia de tema o me da la razón para evitar una pelea						
4.Cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, no dice nada, pone “mala cara” y decide no volver a interesarse por mis cosas						
5.Cuando digo algo que hiere a mi cónyuge, intenta que no me dé cuenta del daño que le he hecho						
6.Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, se mete conmigo por mi mal gusto y discute para conseguir lo que quiere						
7.Cuando me porto injustamente con mi cónyuge, no dice nada pero se muestra frío/a y distante						
8.Cuando digo a mi cónyuge algo que le parece ”humillante”, se muestra distante y frío/a para darme una lección						
9.Cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, no insiste						
10.Cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quito importancia a la cuestión y cambio de tema, lo deja pasar y sigue con mi tema						
11.Cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas						



tareas de la casa que a ambos nos desagradan, no dice nada pero espera que yo me dé cuenta de la situación						
12.Si no hago algo que prometí, mi cónyuge lo deja pasar pero busca la ocasión para, sutilmente, echarme en cara que no cumplo mis promesas						
13.Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, acabo dando gritos y “poniéndome verde”						
14.Cuando mi cónyuge intenta darme apoyo y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, se rinde e intenta esconder sus sentimientos por mi rechazo						
15.Cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, no me dice nada, pero durante un tiempo está en “silencio” enfadado/a						
16.Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cede para evitar una pelea						
17.Cuando me porto injustamente con mi cónyuge, me dice qué es exactamente lo que le parece injusto						
18.Cuando digo a mi cónyuge algo que le parece “humillante”, intenta no hacer caso y olvidarlo						
19.Cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, se siente herido/a, deja de hablarme y pone “cara de enfado”						
20.Cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quito importancia a la cuestión y cambio de tema lo deja pasar pero decide no tener relaciones sexuales cuando yo las desee						
21.Cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, me dice que comprende que a ninguno de los dos nos gusta hacer estas cosas y sugiere que dividamos las tareas						
22.Si no hago algo que prometí, mi cónyuge me recuerda que quiere que lo haga						
23.Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, se calla y pone “cara de enfado”						
24.Cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, me dice que está intentando ayudarme y que se siente mal cuando no reconozco su esfuerzo						
25.Cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, me ataca verbalmente y “desahoga” así sus sentimientos hacia mí						
26.Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, me sugiere que lo hablemos y busquemos un acuerdo						
27.Cuando me porto injustamente con mi cónyuge, se siente herido/a pero intenta que no me dé cuenta						
28.Cuando digo a mi cónyuge algo que le parece “humillante” me hace saber sus sentimientos y que eso que le he dicho le “duele”						
29.Cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, me grita por no prestarle atención						
30.Cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quito importancia a la cuestión y						

cambio de tema, se enfada y comienza a atacarme por ser un reprimido/a o no importarme el tema						
31.Cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, acaba gritándome y me llama todo tipo de cosas de las que luego se arrepiente						
32.Si no hago algo que prometí, mi cónyuge lo deja pasar antes que armar lío						
33.Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, con calma, me repite, las veces que sea necesario, cuáles son sus ideas						
34.Cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, me dice que estoy tan pendiente de mí mismo que ni siquiera me doy cuenta de lo que los demás hacen por mí						
35.Cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, me expone sus sentimientos y que no le gusta lo que he dicho						
36.Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cede y muestra su disgusto quejándose						
37.Cuando me porto injustamente con mi cónyuge, me ataca verbalmente y luego se arrepiente de las cosas que me ha dicho						
38.Cuando digo a mi cónyuge algo que le parece “humillante” intenta humillarme también para recuperar el respeto por sí mismo/a						
39.Cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, me lo pregunta de nuevo						
40.Cuando mi cónyuge intenta hablar de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quito importancia a la cuestión y cambio de tema, me dice que le parece mal que me niegue a hablar de ello						

