#

# Evelyn Pedraza

**Emprendimiento**

**Tipos de personalidad**

**Lic. Gustavo Báez Iturralde**

**Quito, diciembre 07 del 2017**

# TIPOS DE PERSONALIDAD

## 1- Extraversión – Introversión

Este rasgo o tipo de personalidad se refiere a la sociabilidad.

Las personalidades de tipo extrovertidas suelen ser atrevidas en situaciones sociales, son [asertivos](http://blog.cognifit.com/es/tecnicas-asertividad-mejorar-habilidades-sociales/), habladores, alegres, y en general, optimistas. Suelen ser autoritarios y con grandes habilidades sociales; tienen un gran sentido del humor y les encanta hablar.

Las personas extrovertidas tienden a estar rodeadas por otras personas. Tienen muchos amigos, porque les produce emociones positivas como alegría y satisfacción, y evitan la soledad.

Se considera que la extraversión es un factor de protección para enfermedades mentales, en concreto para las fobias, para la depresión, y para el uso de sustancias (Kotov, 2010).

Las personalidades de tipo introvertidas, sin embargo; son tímidas, retraídas, y miedosas. No es que no les guste estar con las personas, sino que les resulta difícil relacionarse porque sufren de mucha [ansiedad en las relaciones sociales](http://blog.cognifit.com/es/ansiedad-social-que-es-como-superarla/), ya que son [personas emocionalmente muy inseguras](http://blog.cognifit.com/es/soy-emocionalmente-inseguro/). A veces pueden parecer antipáticos, aunque esto se debe a que sus niveles de ansiedad no les permiten mostrar sus habilidades sociales. Tienden a evitar o a afrontar con dificultad grandes situaciones sociales como las fiestas.

Subfactores: Afecto, gregarismo, asertividad, actividad, búsqueda de emociones, emociones positivas.

## 2- Neuroticismo – Estabilidad Emocional

El rasgo de personalidad de neuroticismo está muy relacionado con las emociones extremas y la madurez.

Las personalidades de tipo neuróticas pertenecen personas que sufren [emociones negativas](http://blog.cognifit.com/es/que-son-las-emociones-controlar-emociones-negativas-miedo-ansiedad-ira/), como miedo e [ira](http://blog.cognifit.com/es/como-controlar-ira-consejos/); y [sensaciones como ansiedad](http://blog.cognifit.com/es/sintomas-ansiedad/) y nerviosismo. Suelen ser personas negativas, con muchas preocupaciones. Son [personas impulsivas](http://blog.cognifit.com/es/impulsividad-causas-del-comportamiento-impulsivo/), y se ven envueltas en actividades de alto riesgo porque son personas que buscan emociones fuertes. Hay varios estudios que muestran la relación entre el Neuroticismo y diferentes trastornos mentales (Kotov, 2010), como la depresión, el uso de sustancias, y las fobias.

En el polo opuesto están las personalidades seguras, fuertes y calmadas. Afrontan de forma madura las situaciones difíciles y encajan bien los golpes.

Subfactores: Ansiedad, hostilidad, depresión, timidez, impulsividad, vulnerabilidad

## 3- Afabilidad – Hostilidad

Este rasgo o tipo de personalidad se relaciona con el de extraversión y es también de origen social. Se refiere a la disposición de las personas hacia los demás, a no ser individualistas y tener un sentido colectivo.

Las personalidades de tipo afable son altruistas, consideradas, bondadosas, generosas, compasivas, francas, serviciales y solidarios.

Las personalidades de tipo hostil, son egocéntricas y competitivas.

Subfactores: confianza, honradez, altruismo, cumplimiento, modestia, sensibilidad

## 4- Responsabilidad – Desinhibición

Este rasgo o tipo de personalidad se relaciona con el autocontrol, no solo de los impulsos, sino que también relacionada con la planificación de las tareas dirigidas al éxito.

Las personalidades de tipo responsable son personas con mentalidades muy rígidas y poco creativas, ya que se guían por las reglas y por las obligaciones. Suelen ser escrupulosas, puntuales, y ambiciosas. Suelen ser poco espontáneas y aburridas.

En el polo opuesto están personalidades de tipo despreocupadas, divertidas, y espontáneas. En algunos aspectos pueden ser personas perezosas y con poca fuerza de voluntad.

En esta dimensión de la personalidad, se ha encontrado que ambos polos están relacionados con las [enfermedades mentales](http://blog.cognifit.com/es/enfermedades-mentales-raras-desde-gente-que-habla-con-acento-extranjero-en-su-idioma-a-manos-con-vida-propia/). La desinhibición está muy asociada al uso de sustancias y el [estado de ánimo distímico](http://blog.cognifit.com/es/distimia-trastorno-depresivo-persistente-que-es-como-detectarlo-y-consejos/), y la responsabilidad a la depresión, el trastorno de ansiedad generalizada, al estado de ánimo distímico, al estrés postraumático, etc. (Kotov, 2010). Parece ser que una estructura de personalidad demasiado rígida causa mucho sufrimiento y trastornos mentales.

Subfactores: Competencia, orden, obediencia, lucha por el logro, autodisciplina, reflexión

## 5- Apertura a la experiencia e Intelecto – Conservadurismo

Se trata, en el fondo, del pensamiento crítico.

Las personalidades de mente abierta, se cuestionan todo, con una forma propia de pensar. Son personas con valores muy fuertes. Suelen desarrollar inquietudes originales y tienden a tener gran actividad intelectual y artística. Las personas con este rasgo de personalidad son imaginativas, curiosas, e independiente.

En el polo contrario, tenemos personalidades convencionales en su conducta y en su apariencia, conservadoras, que prefieren lo familiar y la seguridad.

Subfactores: Fantasía, estética, sentimientos, acciones, ideas, valores

Si quieres conocer tu propia personalidad y saber más acerca de cómo se mide, no dudes en completar este [test](http://es.outofservice.com/bigfive/) de personalidad! (XABI ANSORENA , 2016)

# Enfermedades mentales

## 4. Esquizofrenia

La Esquizofrenia es **un trastorno mental causado por una anomalía en los procesos cognitivos y por una pobre respuesta emocional. El afectado sufre de alteraciones en la percepción o la expresión de la realidad.** Recientemente se han producido [importantes avances científicos](https://psicologiaymente.net/neurociencias/esquizofrenia-ocho-mutaciones-geneticas) sobre la esquizofrenia.

Comúnmente se conoce este trastorno como aquel en que la persona afectada oye muchas voces en su cabeza, y estas voces las percibe como exteriores a su cuerpo. Estos síntomas pueden presentarse o no presentarse. Los síntomas generales del cuadro, sin embargo, suelen ser un lenguaje y pensamiento desorganizado, delirios, alucinaciones (dentro de las cuales podríamos referir las famosas ‘voces’), trastornos afectivos y conducta inadecuada.

A pesar de que ha sido un desorden vastamente estudiado, sigue considerándose un trastorno complejo con una gran amalgama de síntomas. El tratamiento psiquiátrico y psicológico ha demostrado una gran eficacia a la hora de controlar este trastorno. (Xavir Molina , s.f.)

# Paranoia

## Síntomas de la paranoia

La Paranoia es caracterizada típicamente por tres características principales. Éstos incluyen:

Miedo Exagerado que suceso algo malo

Tema que el malo que es alrededor suceso sea causado por otros

Falta de asiento para las dos características antedichas

La Gente con paranoia puede aserrar al hilo amenazada por uno o más la persona, por los objetos o aún por una idea abstracta. Una persona con paranoia puede aserrar al hilo amenazada de las siguientes maneras:

Tema que alguien esté intentando causarles daño físico o aún matarles

Tema que alguien esté intentando causar físico o el daño emocional cerca, por ejemplo, el extenderse se rumorea sobre él

Tema que alguien esté intentando robar de ellos o engañarlos en perder su dinero

## Síntomas de los pensamientos de la paranoia o del paranoico

Tensión y ansiedad

Miedo

Desconfianza

Amargura

Sensaciones del aislamiento

Depresión

Fatiga (debido a la preocupación constante)

## Tipos de paranoia

La severidad de los síntomas, que colocan de suave a la señal de socorro severa, determina qué tipo de paranoia tiene una persona. Ciertos tipos de paranoia son comunes en la población tal como preocupación de un attentado terrorista en su vecindad después de que la audición allí haya sido un ataque recientemente. Mientras Que este tipo de paranoia puede ser distressing, no evita generalmente que alguien viva su vida normalmente.

Una paranoia Más severa tal como pensamiento alguien está rastreando sus visitas de teléfono o el intentar ejercer el control mental puede ser extremadamente distressing y dejar una sensación de la persona, aterrorizada, el aislante y agotada con la preocupación.

## Paranoia y otras condiciones de salud mental

La Paranoia se asocia común a otras condiciones de salud mental. Los Ejemplos incluyen:

Desordenes de Ansiedad

Depresión

Fobias

Desorden Delusional: Esto describe cuando preocupan a una persona con ideas delusionales sobre ser dañado. Por ejemplo, pueden ser convencidas de que alguien las está siguiendo o intentando envenenarlas.

Desorden de personalidad Paranoica: Éste es un formulario del desorden de personalidad que se convierte típicamente durante años adolescentes y progresa en edad adulta. Una persona con desorden de personalidad paranoica encuentra difícil confiar en otros.

Esquizofrenia Paranoica: Éste es un tipo de esquizofrenia caracterizado por pensamientos extremadamente paranoicos así como alucinaciones orales y visuales.

## Causas de la paranoia

La causa de la paranoia es no entendible pero es probable ser causada por las acciones de vida importantes que causan un aumento súbito en la tensión. Las condiciones y los desordenes de humor Psiquiátricos tales como ansiedad, depresión y fobias pueden también accionar paranoia.

## Diagnosis y tratamiento

El primer paso de progresión que necesita ser orden admitida para tratar paranoia es el individuo que reconoce el hecho de que son paranoicos y preparados para buscar ayuda. La paranoia se diagnostica A Veces como parte de otras condiciones de salud mental. El Tratamiento tiene como objetivo el reducir de la señal de socorro causada por la paranoia y el mejorar del bienestar total del paciente así que pueden aserrar al hilo conectado a tierra más en realidad.

Los cambios de la Forma De Vida se recomiendan que incluyen el ejercicio regular, durmiendo bien y tomando dimensiones de reducir la tensión. La Evitación de ciertos drogas y alcohol puede también ayudar a reducir paranoia mientras que éstas pueden accionar paranoia.

Un formulario de la terapia de comportamiento cognoscitiva llamada psicoterapia puede también ser prescrito. Esta terapia ayuda a gente a examinar y a dirigir cualesquiera modelos o actitud de pensamiento que puedan alterar su comportamiento. Otros tipos de terapia que habla pueden incluir la familia o a los grupos de individuos con problemas similares. Las Medicaciones se prescriben que se apuntan generalmente en cualquier condición asociada de salud mental bastante que en la paranoia sí mismo. (Dr. Ananya Mandal, 2014)

# Bibliografía

Dr. Ananya Mandal. (8 de Octubre de 2014). *news-medical.net*. Obtenido de news-medical.net: https://www.news-medical.net/health/What-is-Paranoia-(Spanish).aspx

XABI ANSORENA . (22 de noviembre de 2016). *cognifit*. Obtenido de cognifit: https://blog.cognifit.com/es/tipos-de-personalidad/

Xavir Molina . (s.f.). *psicologiaymente.net*. Obtenido de psicologiaymente.net: https://psicologiaymente.net/clinica/diez-peores-trastornos-mentales