

Tipuri de personalitate

Sunt într-adevăr persoanele mai pline fericite și vesele? Sunt cei născuți în zodia berbecului întotdeauna siguri pe sine și agresivi? Vom urmări în continuare cum sunt grupați oamenii – de la teorii străvechi până la cele moderne.

În viața de zi cu zi, tindem să-i etichetăm pe cei din jur în funcție de tipul de persoană pe care îl reprezintă fiecare. Există tipul prietenos și sociabil, tipul agresiv, tipul liniștit și timid, tipul activ și ocupat, și așa mai departe. La baza acestor clasificări se află ideea că fiecare persoană are o anumită personalitate – un anumit fel de a reacționa și de a se comporta. Dacă știm cu ce fel de persoană avem de-a face, ne poate fi mai ușor să-i înțelegem comportamentul. De asemenea, putem să anticipăm reacțiile unei persoane într-o anumită situație.

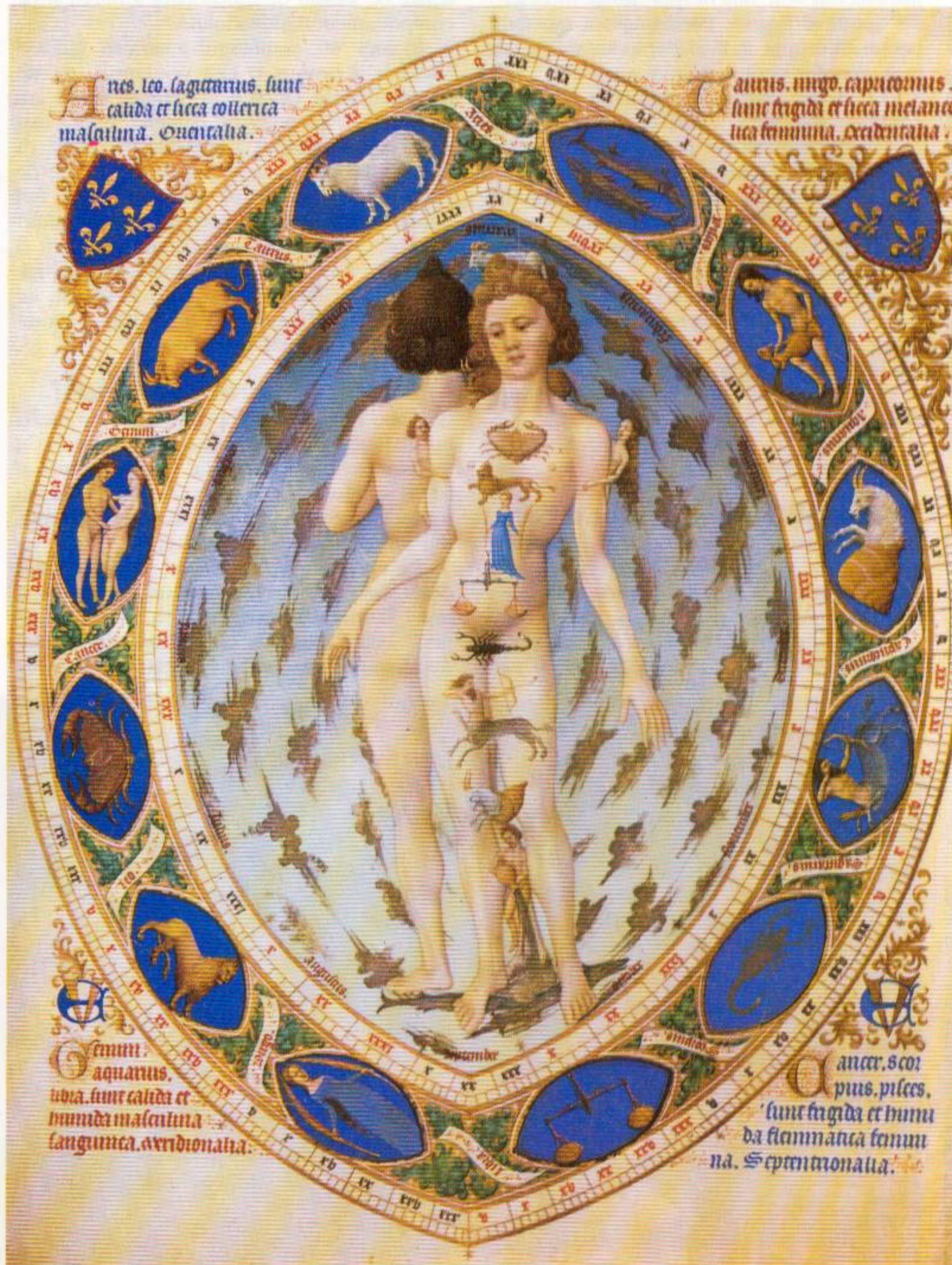
Totuși, aceste clasificări nu sunt foarte științifice. Ele pot fi uneori chiar înșelătoare. Psihologii – oamenii de știință ce se ocupă cu studiul comportamentului uman și cu complexitatea minții – cercetează în mod continuu ceea ce numim "personalitate". Ei folosesc mai multe metode de clasificare a indivizilor, în funcție de caracterul, temperamentul și comportamentul lor, în dorința de a înțelege omul.

Patru tipuri de bază

Primele încercări de clasificare a tipurilor de personalități au fost făcute de Hippocrate, medicul grec numit "Părintele Medicinei", care a trăit cu aproximativ 2400 de ani în urmă și de Galen, medicul de origine romană care a trăit aproximativ între anii 130-200 î.Hr.

► Astrologii sunt de părere că personalitatea este parțial determinată de semnul zodiacal sub care suntem născuți. De exemplu, persoanele din zodia berbecului sunt de obicei încrezătoare în sine și agresive.

Giraudon



CELE PATRU TEMPERAMENTE

Sangvin



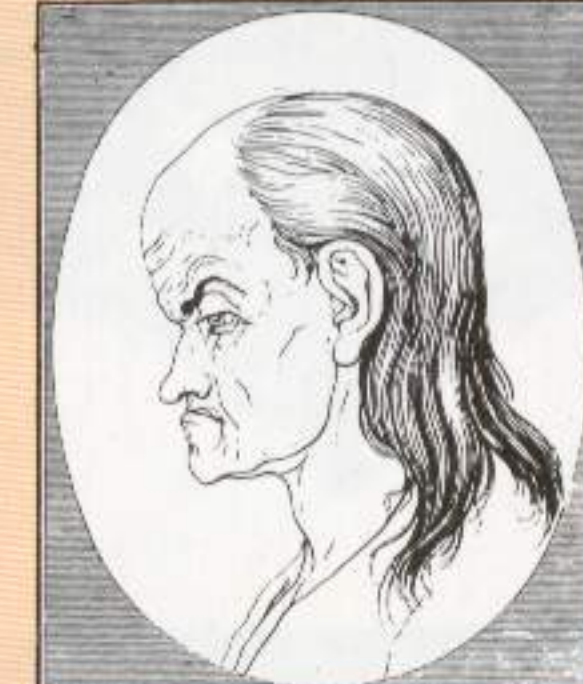
Flegmatic



Coleric



Melancolic



Clasificarea oamenilor conform celor patru temperamente combina ideea că personalitatea este legată de expresia feței cu conceptul "umorilor" a lui Hippocrate, referitoare la cantitățile celor patru fluide din organism.

Hippocrate și Galen considerau că există patru tipuri principale de personalități. Acestea se bazau pe cele patru fluide speciale din corp, denumite umori. Conceptul celor patru umori era răspândit în medicina de la acea vreme. Acestea erau: sângele roșu, bila galbenă din ficat, bila neagră (sânge încheșat) din splină și flegma. Personalitatea sau temperamentul unui individ depindea de echilibrul umorilor din organismul său.

- O persoană care avea prea mult sânge era considerată fericită, entuziastă, sensibilă, și care vede întotdeauna partea bună a lucrurilor. Acesta era temperamentul sangvinic.
- O persoană cu o secreție excesivă de bilă galbenă era iritabilă, irascibilă, supărăcioasă și nervoasă. Acesta era temperamentul coleric (colecist însemnând bilă).
- Datorită unei secreții excesive de bilă neagră, o persoană devenea deprimată și nefericită – temperamentul melancolic (melano însemnând ceva întunecat sau negru).
- O persoană ce prezenta o secreție abundentă de flegmă era considerată calmă, probabil lipsită de entuziasm și apatică. Acesta era temperamentul flegmatic.

Personalitatea și tipul de corp

Ideea celor patru umori a dispărut din medicina și psihologia științifică, însă continuăm să folosim cuvinte și termeni bazate pe teoriile lui Hippocrate și Galen. Putem spune că o persoană este bine-dispusă sau prost-dispusă, sau este pasionată, melancolică (tristă) sau

flegmatică (insensibilă și placidă). Sugestiile lui Hippocrate și Galen sunt un exemplu al unei teorii constituționale a personalității. Conform acesteia, unele aspecte ale corpului – mărimea sau proporțiile acestuia, procesele chimice ce se desfășoară înăuntrul său – sunt legate de modul de funcționare a minții și de comportamentul individului.

În anii '40, psihologul american William Sheldon a propus o altă versiune a teoriei constituționale. După ce a petrecut câțiva ani cercetând și intervievând oamenii, în cea mai mare parte tineri, el a ajuns la concluzia că tipurile de personalități ar putea fi legate de tipurile de corp. După Sheldon există trei tipuri fundamentale de corpuri: tipul ectomorf caracterizat ca slab, delicat, timid, sensibil și gânditor, tipul mezomorf musculos și agil, independent, îndrăzneț și chiar neglijent, iar tipul endomorf greoi, adesea cu forme rotunjite, relaxat, sociabil și liniștit.

Supraponderal dar fericit?

Cea mai mare parte a psihologilor de astăzi nu mai țin cont de teoriile constituționale. Cu toate acestea, este acceptat faptul că tipul și forma corpului unei persoane pot influența personalitatea și comportamentul acesteia, într-un mod subtil și complicat.

De exemplu, un copil care pare mai tânăr decât este, se comportă uneori ca un "copil mic". Datorită dimensiunilor sale mici și vulnerabilității aparente, copilul este în permanență protejat și supravegheat, chiar și de

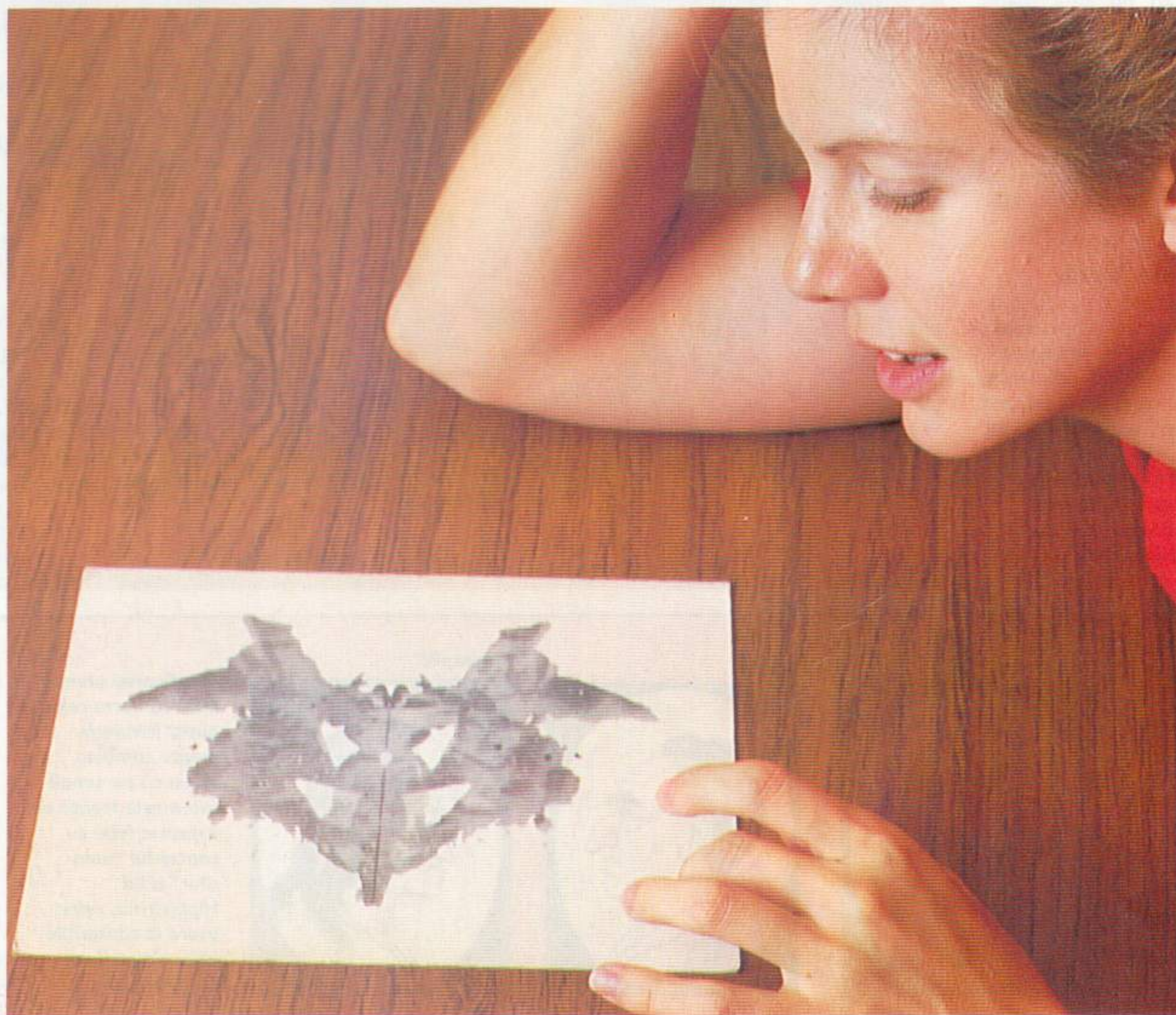
prietenii lui de aceeași vârstă. De asemenea, mulți cred că persoanele mai pline sunt vioaie și vesele, asemenea tipului de corp endomorf al lui Sheldon. Într-adevăr, o persoană supraponderală este adesea voioasă și vioaie, deoarece lumea se așteaptă să fie astfel.

De-a lungul timpului s-a încercat găsirea unei legături între personalitatea unui om și data nașterii sale (în astrologie), între personalitatea sa și umflăturile de pe craniul său (în frenologie), și între personalitate și liniile din palmă (în chiromanție). Însă știința modernă nu acordă o importanță prea mare acestor tehnici.

Închiși sau deschiși

În anii 1920 și 1930, psihologul elvețian Carl Jung a elaborat o altă teorie referitoare la tipurile de personalități. El era de părere că fiecare dintre noi se poate închide în sine, devenind tăcut, retras și preocupat de propriile gânduri. Această acțiune poartă numele de introspecție. De asemenea, putem fi deschiși lucrurilor ce se întâmplă în jurul nostru, devenind mai sociabili și mai implicați în acțiunile celorlalți. Persoanele care fac aceste lucruri sunt numite extrovertite.

Multe persoane trec de la introspecție la extrospecție, în funcție de circumstanțe. La unele persoane însă, una dintre aceste atitudini tinde să domine. De exemplu, tipul de persoană extrovertită este vorbăreț și activă într-o situație în care cele mai multe persoane ar fi tăcute și rezervate.



● Femeie efectuând un test Rorschach cu pete de cerneală. Scopul acestui test este identificarea trăsăturilor personalităților celor testați, în funcție de modul în care aceștia interpretează o serie de zece pete de cerneală, dintre care jumătate sunt colorate, iar restul sunt alb și negru.

Noțiunea celor două tipuri de personalități principale a lui Jung nu mai este în totalitate acceptată de majoritatea psihologilor, deși introspecția și extrospecția au devenit cuvinte descriptive utile. În prezent se acordă mai puțină importanță tipurilor de personalități, acestea fiind folosite doar pentru identificarea cazurilor extreme. Majoritatea psihologilor sunt de acord că personalitățile sunt extrem de complicate, variate și schimbătoare. Descrierea și gruparea acestora este mult mai complicată decât teoriile lui Hippocrate, Galen, Sheldon și Jung.

Trăsături ale personalității

Personalitatea poate fi descrisă ca o combinație sau un amestec de trăsături. O pictură este formată din pete de diferite culori și mărimi. În mod asemănător, personalitatea unui individ este constituită dintr-o varietate de ingrediente sau trăsături. Trăsăturile cuprind mo-

duri specifice de gândire, de comportament, de simțire și de reacție. Amestecul și echilibrul trăsăturilor fiecărei persoane este unic, după cum fiecare pictură originală este unică.

Dacă așa stau lucrurile, câte trăsături există și care sunt cele mai importante? Dictionarele cuprind mii de cuvinte ce pot descrie trăsăturile personalităților: agresiv, timid, irascibil, sensibil, insensibil, amabil, cinstit, lacom – acestea fiind doar câteva. De asemenea, descrierea fiecărei personalități sub forma unor combinații unice de trăsături ar necesita un timp îndelungat. Dar lucrurile pot fi simplificate. Multe dintre cuvintele descriptive sunt similare, deci ele pot fi reduse la aproximativ 200 de trăsături fundamentale.

În plus, tehnica matematică de analiză a factorilor demonstrează că asemenea trăsături nu sunt amestecate la întâmplare la fiecare persoană în parte. Acestea sunt adesea reunite în mai multe grupuri. De exemplu, dacă un individ are o personalitate agreabilă – trăsătura "agreabil" – el posedă și alte trăsături asociate acesteia, ca amabilitatea și bunătatea.

În practică, relația personalitate-trăsătură poate fi redusă la aproximativ 12-15 trăsături fundamentale care să descrie personalitatea

unui individ. Una este cea dominantă. Dacă aceasta este accentuată la o persoană, ea va încerca să-i conducă pe cei din jur. Dacă trăsătura dominantă este slabă, persoana este supusă, influențabilă și face ce doresc cei din jur. Personalitățile majorității oamenilor se situează undeva la mijloc – ei sunt dominatori în unele situații și supuși în altele. O altă trăsătură importantă este stabilitatea emoțională. Dacă aceasta este intensă la o persoană, la auzirea unor vești proaste ea va reacționa puternic la început; iar după scurt timp se va calma; dacă trăsătura este slabă, persoana reacționează isteric, țipă și uneori chiar leșină.

Se consideră că fiecare dintre aceste trăsături fundamentale este independentă și nu este influențată de prezența sau absența celorlalte. Intensitatea fiecărei trăsături poate fi reprezentată pe o scară de la unu la zece, obținându-se un "profil al trăsăturilor", folosit pentru descrierea personalității unui individ.

Idei despre personalitate

Una dintre problemele referitoare la "personalitate" este aceea că fiecare percepe diferit acest cuvânt. Multe dictionare de psihologie susțin că "personalitatea" nu poate fi definită.



The Better half -

Mansell

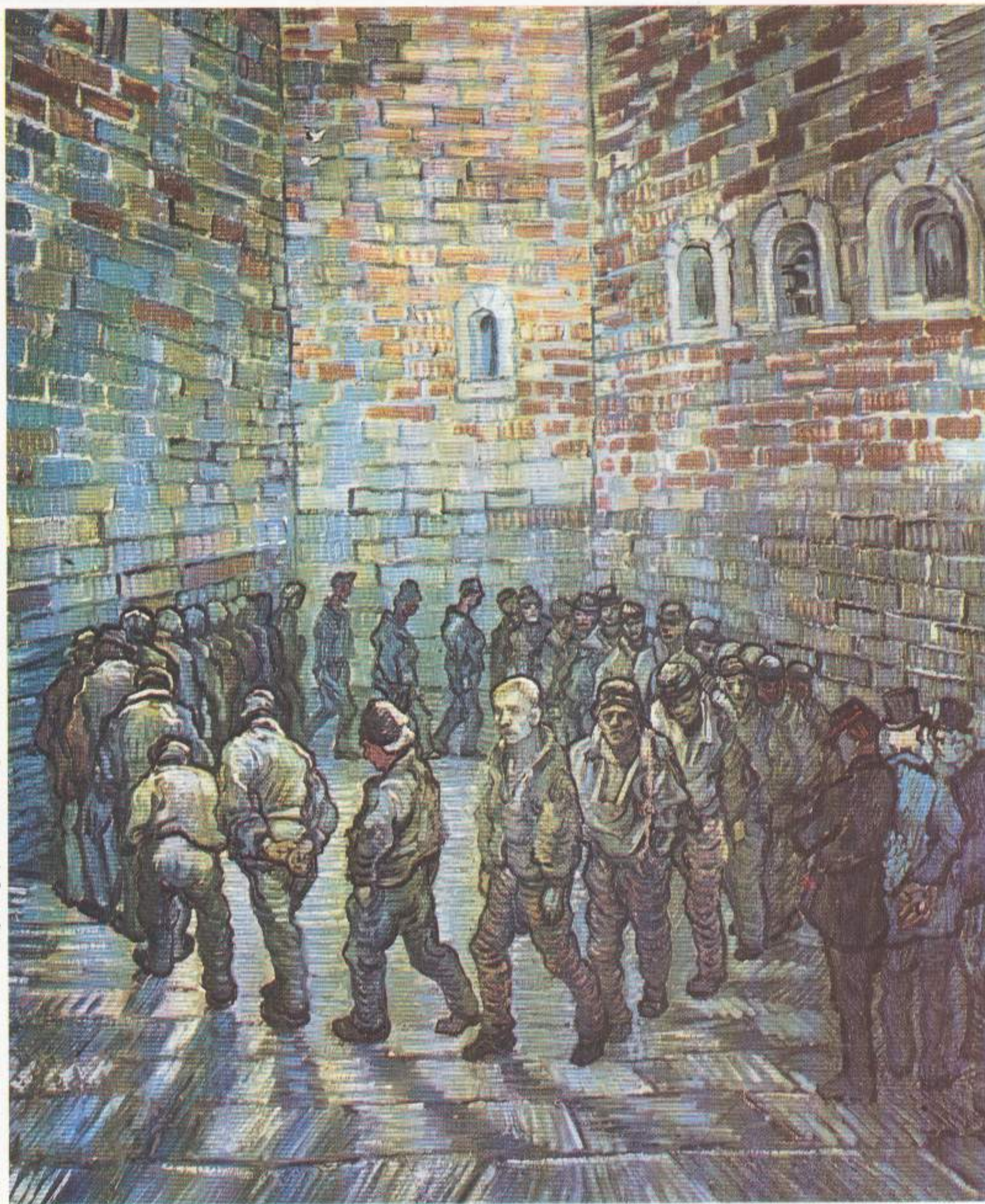


Daily Telegraph Colour Library

▲ Cercetările asupra gemenilor identici – care au structuri genetice identice – au demonstrat că personalitatea este adesea determinată, cel puțin în parte, genetic.

▶ La Ronde des Prisonniers a lui Van Gogh. Instituțiile ce urmăresc îndreptarea caracterului au la bază ideea că personalitatea nu este rigidă, ci poate fi modificată sau dezvoltată.

Giraudon





National Library of Medicine/SPL

Acest cuvânt este folosit în prea multe contexte diferite, iar semnificația lui este prea largă și vagă.

Dată fiind această confuzie, nu este de mirare că există multe alte teorii despre natura personalității și modul ei de dezvoltare. Unele sunt tratate în sferele complexe ale psihanalizei, behaviorismului, învățării sociale și cognitive, greu de înțeles de cei care nu sunt experți în domeniu.

Teoriile psihanalitice au fost elaborate de celebrul austriac Sigmund Freud. El considera că trăsăturile fundamentale ale personalității se conturează foarte devreme, probabil în primii cinci ani de viață. Acestea sunt influențate de experiențe, ca suptul la pieptul mamei, consumul alimentelor solide, deprinderea mersului la toaletă și impulsurile sexuale. Treptat, aceste experiențe se combină și se integrează, iar personalitatea se modifică și se dezvoltă de-a lungul copilăriei până în perioada adultă.

Concepțiile moderne referitoare la astfel de teorii insistă asupra modului în care copiii reacționează între ei și față de adulți, cum își fac prieteni sau dușmani și cum se integrează într-o anumită cultură sau societate.

Învățarea socială

Alt grup de idei referitoare la personalitate sunt teoriile învățării sociale. Acestea se referă la acele caracteristici ale comportamentului care sunt învățate în situații sociale – prin contactul sau interacționarea cu ceilalți. Fiecare dintre noi privește, observă și învață din comportamentul altora. Putem apoi să ne schimbăm propriul comportament și personalitate, ca o consecință la ceea ce am văzut.

De exemplu, putem să acordăm o mare atenție unei persoane și să urmărim comportamentul ei în anumite situații. Apoi, în propriul nostru comportament, putem să copiem această persoană, sau să reacționăm în modul în care credem că ar reacționa aceasta. Aceasta se numește modelare și se întâmplă adesea inconștient, diferit de simpla "copiere" a unui star de cinema sau cântăreț de muzică pop.

Unele explicații ale personalității pun accentul pe individ și "comportamentele de bază" existente în fiecare dintre noi. Acestea susțin oamenii călătoresc prin viață ca niște vapoare cu motor. Uneori suntem reținuți sau loviți de evenimente și din când în când avem de înfruntat un obstacol. Dar în general avansăm cu ajutorul motoarelor din noi.

Ideile învățării sociale pun accentul pe evenimentele din jurul nostru. Conform acestor idei, suntem diferiți de la o situație la alta, deoarece ne putem modifica urgent comportamentul, pentru a depăși cât mai bine o anumită situație. Suntem mai degrabă asemenea corăbiilor cu pânze. Ne aflăm în puterea vântului și a vremii, fiind uneori loviți de furtuni sau lăsați în tihnă când vântul se oprește. Depinde de noi să ne schimbăm tehnicile de navigare, pentru a progresa cât mai bine.

Teste de personalitate

Testele de personalitate evaluează din ce în ce mai precis temperamentul, caracterul și inteligența unei persoane și se pot face preziceri referitoare la comportamentul acesteia, și la reacțiile în diferite situații dificile. Testele de personalitate sunt adesea combinate cu testele generale de inteligență (IQ-Intelligence Quotient), deși ambele grupe de teste au deficiențe.

Un tip de teste necesită răspunsuri simple de "Da" sau "Nu", la întrebări ca: "Îți place să întâlnești străini?" sau "Îți place să mergi singur la cinema?" Unul dintre cele mai cunoscute teste este Inventarul Personalității din Minnessota, care cuprinde peste 500 de întrebări legate de zece aspecte de bază ale personalității. Întrebările-capcană sofisticate îi dau de gol pe cei care încearcă să mintă.

În testul de personalitate proiectiv, persoanei testate i se cere să compună o poveste sau să completeze o propoziție de forma: "Cea mai mare temere a mea este..." sau "În viitor eu voi...". Teoria care stă la baza acestui test presupune că răspunsul va dezvălui trăsăturile personalității persoanei testate.

▲ Caricatură satirizând așa-numita știință a frenologiei. La baza acestei teorii se află convingerea greșită că abilitățile mentale și caracterul unei persoane influențează forma capului acesteia.

În testul Rorschach, persoanei testate i se arată foi cu imagini "în oglindă" ale unor pete de cerneală, care nu reprezintă ceva anume. Apoi, aceasta este întrebată: "Ce poate fi aceasta?" Oamenii "văd" diferite obiecte și modele în petele de cerneală respective, în funcție de ce tip de persoană sunt. Psihanalistul va stabili în cele din urmă ce tip de personalitate are individul testat.

Evaluarea

Aceste teste de personalitate sunt efectuate din diferite motive. În ultima vreme patronii le folosesc pentru a-i evalua pe cei care solicită anumite posturi. În armată, prin acestea se stabilește dacă o persoană are atitudinea corespunzătoare pentru a fi promovată. În instituțiile de învățământ, elevii și studenții sunt uneori supuși unor astfel de teste. Acestea sunt întrebuințate și în counselling, pentru a-i ajuta pe oameni să ia decizii grele și importante, cum ar fi alegerea unor cursuri, alegerea carierei, sau a unui partener. Aceste teste sunt utile și în ajutarea persoanelor instabile sau bolnave mental, a bolnavilor, sau a criminalilor recidiviști. Testul adecvat, desfășurat corect și asociat cu alte informații, poate avea o mare valoare practică.

Ideea că miliardele de oameni de pe glob pot fi grupați în doar câteva tipuri fundamentale de personalități a fost abandonată. Personalitățile sunt unice precum sunt amprente și infinit mai complicate. Concepțiile științifice moderne asupra personalității sunt foarte diferite de ideile lui Hippocrate, Galen, a astrologilor, chiromanților și frenologilor. În același timp, gândirea modernă este foarte variată, iar teoriile se contrazic adeseori între ele. Să sperăm, totuși, că asemenea dezbateri ne vor apropia și mai mult de adevăr.