



## Tema 2. La personalidad y la percepción

### Introducción



La personalidad es un factor de gran importancia dentro de las relaciones humanas ya que cada uno tiene diferentes características como formas de pensar, costumbres, formas de actuar frente a diferentes situaciones, formas de percibir las cosas, motivación hacia el trabajo,

### Subtema 2.1 Conceptos de personalidad y de percepción

Vale la pena preguntarte ¿Cuál es la relación entre personalidad, percepción y relaciones humanas? y es que en este campo, la personalidad y la percepción juegan un papel muy importante ya que cada persona tiene su forma de expresarse e interpretar su yo interno hacia los demás.

¿Cuántas veces te ha pasado, que estando en la misma reunión, cada uno de los invitados opina de diferente forma? a unos les agradó algo y a otros les molestó, mientras que para otros solamente les pareció insignificante; esto sucede constantemente, cada quien puede actuar de forma determinada; sin embargo, siempre habrá público que se encargue de juzgar y mucho dependerá de la reacción que cada persona cause en los demás ya que puede ser favorable o desfavorable.

Probablemente, algo parecido te suceda a ti, en algunos grupos con los que te reúnes, la forma de comportarte es diferente que en otros, no es la misma actitud que tienes dentro de grupo de ex compañeros de la escuela a los grupos en los que participas como líder o moderador dentro de tu trabajo o ejercicio.



Y como cada persona tiene un modo de reaccionar frente a determinadas situaciones, ahora verás qué puedes hacer para que las relaciones humanas dentro de los grupos en los que participas, sean excelentes.

Desde el punto de vista de las relaciones humanas, la **personalidad** engloba a la totalidad del ser y es definida por Sferra, Wright y Rice (2007) como la expresión de lo que se es y de lo que se hace, por lo tanto, es ese cúmulo de reacciones que se tienen a lo largo del día y con todas las personas con las que tratas. Esas reacciones y el impacto que causes en los demás son determinantes en las relaciones humanas.

Para Dalton (2006), la **percepción** es el proceso por medio del cual, interpretamos, y damos significado a todo aquello que recibimos del entorno que nos rodea por medio de los sentidos (olfato, tacto, gusto y oído).

Ambos puntos se ven influidos por la cultura, la herencia, las necesidades, los valores, las expectativas, etc. que de una u otra forma, van moldeando la forma de actuar de cada quien. Puede llegar a ser difícil determinar si tu forma de actuar es debida a tu personalidad o a tu percepción ya que van de la mano.

Si hablamos de **la personalidad** Sferra, Wright y Rice (2007) proponen las siguientes **características**:





**Organización  
e integridad**

- Incluye la organización e integración en las áreas biológicas, cognoscitiva, afectiva-emocional y del comportamiento.
- Busca un equilibrio para que los problemas los enfrentes de **la mejor** manera posible, la convivencia y la utilización de tus capacidades para ser utilizadas en beneficio de los demás.

**Adaptación y  
continuidad**

- Asimila el entorno y adecuarte a él.
- Permite manejar cualquier situación, sin embargo debes trabajar en ello ya que requiere de esfuerzo y dominio en forma continua durante toda tu vida.

**Originalidad**

- Forma de hacer las cosas, es tu estilo.
- Cuidar que tu estilo no afecte a los demás.
- Ser consciente de tus actos y actuar con responsabilidad y conocimiento tomando en cuenta las normas, la autoridad y los lineamientos de donde te encuentras.



Para Dalton (2006) las características de la **percepción** son:



La personalidad y la percepción de las personas influyen de manera importante en las relaciones humanas, para eso, es conveniente que realices una revisión de la forma en la que reaccionas con las personas y ante determinadas situaciones. Tú eres el único que puede manejar tus actitudes.

### Subtema 1.2 Importancia de la personalidad y la percepción

La personalidad es importante porque actualmente, **las relaciones humanas han adquirido un papel primordial dentro de todos los aspectos y situaciones** en las que te encuentres ya que para cualquier puesto en la empresa, se selecciona a la persona que muestra una personalidad eficiente, entendiéndose por ésta, a la persona que se adapta a su medio ambiente y que muestra cualidades para tener éxito, esto incluye el saber actuar adecuadamente en cada situación.

La **inteligencia** juega un papel fundamental para el desarrollo de la personalidad pues se refiere a la capacidad de relacionar, organizar y asociar experiencias para enfrentarte a la vida diaria; desde luego que los aprendizajes adquiridos te brindan la posibilidad de cambiar la manera de pensar, de comportarte diferente y de sentir las cosas de manera distinta.

La percepción es importante en las relaciones humanas ya que tan necesario es que conozcas tus percepciones como las de los demás y lo que influye entre ambos.

Para poder conocer tus percepciones se requiere que te preguntes sobre la causa de lo que sientes y si existe alguna razón para que lo sientas así, en otras palabras, se





requiere que analices de forma objetiva lo que te sucede ya que de esta manera podrás prevenir problemas.

El darte cuenta de lo que tú sientes y de lo que siente la otra persona te servirá para entender a la gente, ser tolerante y sentir empatía, de esta manera será más fácil aceptar los puntos de vista de otras personas y por lo tanto, sus sentimientos.

Si eres capaz de expresar tus sentimientos de una manera sincera, los demás podrán conocerte mejor y las relaciones con ellos serán más sólidas, basadas en el respeto, la honestidad y la franqueza, lo que te llevará a un mejor autoconocimiento y de los demás, así como también, ayudarán a abrirte a la crítica positiva y negativa.

**La retroalimentación** se vuelve esencial en esta comunicación ya que te servirá para verificar que la información que estás recibiendo, la estás interpretando de la manera correcta.

### Subtema 2.3 La personalidad en las relaciones humanas

Las actitudes son parte de la personalidad como de la percepción que se tiene de las personas. De acuerdo con Sferra, Wright y Rice (2007), **las actitudes son** “las formas en las que piensas, sientes y te comportas frente a situaciones, hechos y personas”. Desde este punto de vista, las actitudes son aprendidas y podemos cultivarlas. En este caso, nos enfocaremos a las **actitudes positivas** que son las que prevalecen en las relaciones humanas ya que es esperado que tu comportamiento sea favorable, igual que el de los demás.



Las actitudes positivas se sustentan en la armonía que debe existir entre las personas y los ambientes en los que se desenvuelven ya sean físicos o sociales. Esta armonía está regida por los principios de respeto y consideración para evitar tensiones en la relación.

A lo largo de tu vida has ido aprendiendo las normas de conducta apropiadas a cada ambiente en el que convives y esto te ha llevado a crear hábitos que se proyectan socialmente.

A continuación, encontrarás una **lista de actitudes positivas** que seguramente necesitas a diario en el trato con las personas que te rodean:



Recuerda que estas son llaves seguras que abren puertas a las relaciones humanas.

La personalidad de cada quien tiene un impacto en cada una de las personas con las que se relaciona, es por eso que hay que tener mucho cuidado en la **forma de reaccionar y tratar de ser “proactivo”** en lugar de ser “reactivo” ya que todo lo que dices, puede lastimar a las personas. A veces no solo es lo que dices sino la forma en la que lo dices ya que la percepción de la otra persona también interviene en las relaciones interpersonales, recuerda que lo que dijiste ahí quedó, es muy parecido a cuando arrugas una hoja de papel y luego aunque quisieras que volviera a su estado original ya no se puede, siempre quedan las marcas y aunque te perdonen, ya lastimaste a alguien.

Por eso es recomendable utilizar tu inteligencia emocional y tu inteligencia social para apoyarte y optimizar tus relaciones humanas, en el siguiente tema, hablaremos sobre las competencias que se requieren para manejar ambas inteligencias.

### ¡Quiero más!

Para conocer sobre **algunas estrategias de hábitos que te serán de utilidad en tus relaciones interpersonales**, te invitamos a ver el siguiente video titulado **Relaciones humanas**. Recuerda que este video solamente lo puedes acceder fuera de las instalaciones de la Universidad Tec Milenio. <https://www.youtube.com/watch?v=1DO8fZTtYuE>

Para conocer más sobre **las relaciones interpersonales en el ámbito laboral**, te recomendamos leer el artículo titulado: Pozo Muñoz, C., Alonso Morillejo, E. Hernández Plaza, S. y Martos Méndez, M<sup>a</sup> J. (2005). Determinantes de la



satisfacción laboral en trabajadores de la Administración Pública: el valor de las relaciones interpersonales en el lugar de trabajo. *Ansiedad y Estrés*, 11 (2-3), 247-264 [http://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=661](http://www.infocop.es/view_article.asp?id=661)

### Mi Reflexión

Ahora que sabes los **beneficios de autoconocerte y conocer a las demás personas** con las que convives, ¿hay algo que requieras cambiar de tu forma de ser y de actuar frente a los demás?, ¿consideras necesario preguntarles a las personas qué cosas les molestan y cuáles les agradan?

Eres una persona que se encuentra en constantes cambios, cada vez enfocados a ser mejor y más exitoso en lo que haces, así que un buen principio es analizar las cosas que en tus relaciones humanas te han brindado buenos resultados, tal vez te mostraste sincero o quizás, brindaste ayuda a alguien que lo necesitaba o tal vez, le brindaste compañía a quien se sentía solo o desesperado en un momento de su vida; cualquiera que haya sido tu acción, quiere decir que eres capaz de volverla a repetir y buscar tu bienestar y el de los demás.

### Bibliografía

Dalton M., Hoyle D., Watts M. (2006). *Relaciones Humanas*. (3ª Ed.) México: Thomson.

ISBN – 13: 978-607-481-459 – 0

IBSN – 10: 607- 481 – 459 – 7

Sferra A., Wright M., Rice L. (2007). *Personalidad y relaciones humanas*. (3ª Ed.) México: Mc Graw Hill. ISBN:968 – 451 – 030 - 6



*La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACION SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor.*

*El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO.*

*Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.*