

# 26

CONSUELO MARTÍNEZ PRIEGO<sup>1</sup>

## ¿QUÉ CARACTERIZA LA MADUREZ EMOCIONAL Y DE LA PERSONALIDAD?

**P**ara hablar de madurez emocional y de la personalidad, hemos de recordar algunas ideas clave que enmarcan la *vida lograda* –plenitud vital o felicidad–, porque madurez y plenitud vital están relacionadas. En primer lugar, el fin de la vida humana es la felicidad pero no cualquier felicidad –por ejemplo, una felicidad virtual, solitaria o irreal. Cualquier persona corriente desea una vida *realmente* feliz. La segunda idea es que la felicidad humana es más plena cuando se relaciona con la acción: la actividad más intensa, más radicalmente propia, capaz del mayor logro, da mayor satisfacción que la pasividad y orienta a la persona hacia la plenitud vital. En la pasividad solo cabe un poco de placer, que es la versión más reducida de la felicidad humana. Por último, aunque el estudio de la felicidad suele ir ligado a la ética, porque se refiere al bien del hombre, aquí estudiaremos la *madurez* como condición para que el obrar y actuar sea lo más ajustado posible a la realidad; es decir, a la propia condición humana y personal, y a la del entorno; de modo que vivamos del modo más real y más intenso.

Aproximarnos a la realidad del ser humano supone caer en la cuenta de algunos elementos siempre presentes en su modo de ser y estar en el mundo: el hombre es un ser complejo si miramos su obrar –lo hace de modos y a niveles muy distintos–, y es temporal –más que espacial. Por ser vivientes temporales, nuestra condición exige crecimiento: no está todo dado en el principio. Por ser complejos operativamente –podemos pensar, desear, imaginar o ver–, ese crecimiento requiere atención cuidadosa. Por otro lado, sabemos que crecer es un cambio cualitativamente mejor que otros posibles –a algunos de ellos se les puede llamar con toda precisión *decrecimiento*.

Con todos estos elementos podremos abordar la cuestión que nos ocupa: la madurez de la personalidad, que incluye el mundo emocional. Por tanto, aproximarnos al contenido de las palabras «madurez» y «personalidad» será nuestro primer objetivo.

En el lenguaje ordinario se dice, incluso con gran convicción, que tal persona «tiene mucha personalidad», o que «no tiene personalidad». Estas expresiones, comprendidas por todos, no responden, sin embargo, al sentido genuino del término «personalidad». También es común que haya quienes consideran que persona y personalidad son prácticamente lo mismo, e incluso que somos personas distintas *porque* tenemos persona-

---

1. Véase nota en capítulo 25.

lidades distintas. Tampoco estas expresiones responden al significado y sentido de la realidad *persona* y *personalidad*.

Comencemos diciendo sencillamente que «todas las personas tienen personalidad», y que la personalidad no *crea* a las personas. Somos personas —es la índole de nuestro ser— y tenemos esta o aquella personalidad. Podemos decir que, si no hay persona, no hay personalidad; paralelamente, si hay una personalidad real-existente es porque hay una persona que la posee. El sujeto es la persona; el predicado, la personalidad. Persona es nuestro *ser*, personalidad designa *rasgos operativos suficientemente estables*, es decir, principalmente el *obrar*. La relación de ambas es clara; sin embargo, la confusión entre persona y personalidad puede conducir a errores de importancia. Por ejemplo, el obrar de alguien, y con ello su personalidad, puede ser incluso *defectuoso, patológico* o cualquier otro adjetivo que queramos poner. Sin embargo, la persona que *tiene* una patología no *es* su patología. Por eso es tan conveniente, respetuoso y ajustado a la realidad hablar de personas con una discapacidad, no de personas discapacitadas. Designamos así un rasgo, una cualidad o una habilidad de la que se carece o que aún no ha desarrollado; pero —y esto es muy importante— en la condición personal todos somos iguales, no existe jerarquía.

Por tanto, si la personalidad designa los rasgos operativos de alguien, todo el que puede obrar —o ha podido— *tiene* personalidad. Cosa distinta es que esos rasgos sean de un tipo o de otro, sean más o menos intensos, más o menos destacados en las relaciones interpersonales, etc. Por eso, todas las personas —puesto que obramos o hemos obrado— tenemos personalidad.

Es cierto que «el obrar sigue al ser». Esta frase indica que obrar y ser están muy relacionados, pero también que no son lo mismo. Llevado esto a las relaciones entre persona y personalidad, es lógico que, aunque nuestra personalidad puede ser *medida* en sus factores y estandarizada —descrita a partir de un constructo científico—, nadie se siente del todo satisfecho o verdaderamente comprendido y descrito con esas medidas. Podríamos decir que, si coincidiéramos en todos los rasgos de la personalidad con otra persona, eso no significaría que *fuésemos* realmente personas idénticas o la misma persona. La razón es clara, la unicidad —el carácter de *único*— pertenece a la persona y se muestra en la dimensión operativa —personalidad—, lleva consigo que las medidas estandarizadas no capten bien esa cualidad de *único*.

La personalidad, por otra parte, designa el obrar, pero también los estados y los procesos relacionados con el obrar y, más concretamente, las respuestas o estados emocionales. El mundo afectivo acompaña, precede o sucede a nuestro obrar —entendiéndolo en su sentido más amplio.

«Personalidad» es un término eminentemente psicológico, es decir, descriptivo y en gran medida predictivo —dice cómo actúan las personas, su modo de ser, y cómo *podrían actuar* en determinadas circunstancias, puesto que hablamos de personas libres. Sin embargo, no es una categoría moral o *ética*. Tener un rasgo de personalidad —ser más

o menos activo, ser más o menos emotivo, etc.— no es ni bueno ni malo moralmente. Es un punto de partida que, ciertamente, condiciona nuestro modo de actuar —junto con el contexto—, pero que no determina nuestro obrar. Sencillamente por ser de un modo podemos actuar con mayor o menor facilidad en un sentido o en otro. La personalidad es de alguien temporal, llamado a crecer, no es estática ni está completamente determinada desde que nacemos.

Dos cuestiones son de vital importancia y conviene subrayarlas: (a) ese punto de partida no es algo inmóvil —somos temporales y no nacemos terminados—, y (b) ese punto de partida puede facilitar o dificultar nuestro obrar más pleno, aquel que nos conduce al crecimiento. No es lógico por tanto, decir que «yo soy así, que me quieran como soy y que me soporten como soy»: es verdad que en nuestro modo de ser hay elementos no modificables —el temperamento y hasta cierto punto el carácter—, pero la personalidad incluye rasgos aprendidos y desarrollados por nuestro propio vivir y decidir: por nuestra libertad. La personalidad, que debe crecer, también puede estancarse o desarrollarse por caminos que no facilitan el vivir acertado y pleno, es decir, nuestra felicidad.

Pues bien, llamamos madurez al nivel de desarrollo armónico de la personalidad en el que existe suficiente correspondencia entre la edad cronológica y psicológica, en íntima conexión con la realidad vital —el entorno real— de la persona. La madurez es el crecimiento alcanzado que permite afrontar *verdaderamente* la propia vida; implica disponer de los recursos personales necesarios para vivir en las condiciones *reales* que se presentan. Por todo esto, se es maduro o no en cada fase de la vida. La madurez no es algo alcanzado y de lo que ya podamos desentendernos: si la vida sigue, nuestra edad crece, el entorno cambia, etc., nuestros recursos personales, psicológicos entre otros, deben crecer. No seguir creciendo, puesto que el tiempo corre, es quedarse desfasado, inmaduro.

Los retos del entorno real de un niño de 6 años llevan consigo, por ejemplo, que sea capaz de asumir con responsabilidad encargos que pueda entender y hacer por sí mismo, que mantenga sus cosas y las de la familia ordenadamente o que sea capaz compartir sus cosas o tratar cuidadosamente a un hermano más pequeño. Evidentemente, esto no es suficiente para alguien de 30 años que está en pleno desarrollo profesional y tiene su propia familia. Tampoco sería suficiente algo que, siendo adecuado a quien tiene 30 años, ya tiene 70. A esta persona debe acompañarle un modo de ver la vida con mayor profundidad, capacidad proyectiva o comprensión hacia los demás. Es decir, para ser maduro no basta con que pase el tiempo, sino que hay que *asimilar realmente* las experiencias vitales, asumir la propia edad, aprender de los demás y de la realidad, etc.

La madurez viene caracterizada, en primer lugar, por una afectividad armónica en su dinamismo o, más concretamente, por respuestas emocionales *proporcionales* a los estímulos que las suscitan. Para ello, se hace necesario ser *conscientes*, en la medida de lo posible, del estímulo y la respuesta. Por eso, la madurez implica cierta capacidad de *reflexión* en torno a la propia dinámica afectiva, es decir, cierto conocimiento propio. La madurez emocional está a cargo, en un primer momento, de la inteligencia. La persona

madura posee además una prefiguración o delineación suficiente de su *proyecto vital* y tiene criterios capaces de dar continuidad a ese proyecto. Dicho con otras palabras, es constante en su querer y posee una identidad reconocible, narrable, por sí misma y por otros. Pues bien, eso se ve imposibilitado si nuestras emociones determinan las decisiones que tomamos. Es claro que el mundo sentimental es fluctuante, dependiente de estímulos más que de la interior determinación. Por ese motivo, es señal de inmadurez que los estados afectivos impidan el desarrollo del propio proyecto vital. Lo más alto de la afectividad, lo más maduro, lleva consigo que lo que es adecuado a la persona –el *bien* para la persona– *guste*, resulte grato, deseable –lo cual no implica que no sea costoso. Es cierto, por ejemplo, que al *virtuoso del piano* no se le nota el esfuerzo que realiza, pues toca con especial facilidad y disfruta con la interpretación. La madurez afectiva y de la personalidad requiere, indudablemente, esa armonía entre lo que de verdad quiero y lo que me gusta o agrada. Análogamente, lo que no es conveniente, disgusta a la persona madura. Hay sintonía entre su querer y su gustar.

Como puede verse, la madurez implica *realismo*. En sentido contrario la inmadurez implica cierta pérdida del *sentido de la realidad*. De hecho –sin ser lo mismo– algunas corrientes de psicopatología señalan que la mayor parte de estas enfermedades se caracterizan por una pérdida del *sentido de la realidad*. Sin llegar al extremo de la patología, es claro que la madurez requiere *sentido de la realidad*. No significa esto que la persona madura carezca de altas aspiraciones, deseos de mejorar el mundo en el que vive, ayudar a otras personas a crecer o ser capaz de impulsar grandes proyectos. Maduro no significa *conformista*. La persona madura sabe de cuántos recursos dispone, plantea objetivos que nacen o se destinan a la realidad, e incluso cuenta con la capacidad de crecimiento de él mismo y de los otros. Es propio de la persona madura comenzar proyectos y empeñarse *realmente* en sacarlos adelante.

Ahora bien, la personalidad debe apoyarse, al menos, en cuatro rasgos que, teniendo una raigambre en la filosofía clásica, se ven refrendados por importantes modelos psicológicos.

1. Capacidad de afrontar lo arduo. Imprescindible para desarrollar proyectivamente la vida y para ver animosamente, esperanzadamente, los retos vitales. En psicología se relaciona con la capacidad de *afrontamiento*, y en antropología, con la *fortaleza*.
2. Capacidad de retardar el deleite, a fin de no quedar atrapados en la inmediatez del menor bien o del simple placer. Aspirar a algo mejor supone capacidad de *retardo* en psicología o de *templanza*.
3. Capacidad de reconocer al otro como otro yo. Sin vinculación social no es posible vivir ajustadamente. La consideración y comprensión de la realidad personal del otro –que es tan personal como la mía– permite la justeza de la relación. El presupuesto emocional es la *empatía* y, antropológicamente, se relaciona con la *justicia*.

4. Capacidad de decidir atendiendo a lo real. Es la base de toda decisión madura: el sentido de la realidad. Permite ajustar las repuestas a la realidad, sin convertir la fortaleza en violencia o brutalidad, ni la templanza en rigorismo. Es la *prudencia*.

Podemos concluir que la personalidad de alguien temporal, llamado a crecer, no es estática ni está completamente determinada desde que nacemos. La madurez de la personalidad está en gran medida en nuestra mano; es decir, cada persona puede poner atención y esfuerzo para, por ejemplo, afrontar retos o relacionarse con los demás de modo realista. La madurez afectiva y de la personalidad que hemos descrito, permite o facilita vivir de modo activo, propositivo, y esto nos da acceso a una vida lograda. La madurez abre la puerta a la plenitud y a la alegría –fruto de la esperanza– que acompaña al obrar acertado. De este modo, la felicidad se vuelve más asequible a la persona.

### PARA SEGUIR LEYENDO

- S. R. Hathaway y J. C. McKinley, *Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI)*, University of Minnesota Press, Minneapolis 1942.
- C. Martínez Priego, «Personalidad», en A. L. González (ed.), *Diccionario de filosofía*, EUNSA, Pamplona 2010, pp. 867-871.
- A. Polaino-Lorente, *Madurez personal y amor conyugal. Factores psicológicos y psicopatológicos*, Rialp, Madrid 1991.