



UNIVERSIDAD DE NEGOCIOS ISEC
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

INCORPORADA A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
CLAVE 3172-25

LA PERSONALIDAD INTROVERTIDA Y SU DEVENIR
EN LA SOCIEDAD CONTEMPORÁNEA

T E S I N A
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A:
N O M B R E
D A V I D S Á N C H E Z C A S T I L L O

DIRECTOR
MTRO. VICTOR MANUEL BECERRIL DOMÍNGUEZ

CIUDAD DE MÉXICO, A SEPTIEMBRE DE 2021



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Índice

Resumen.....	3
Introducción	4
Capítulo 1 Un acercamiento al concepto de introversión	16
1.1 El tipo psicológico introvertido de Carl Jung	16
1.2 La introversión desde la literatura de autoayuda	21
1.3 Psicología e introversión.....	25
1.3.1 Introversión desde las bases biológicas de la conducta	32
1.3.2 Introversión y psicología social	37
1.3.3 Psicopatología e introversión.....	42
Capítulo 2 La estructura social contemporánea y su vinculación con la introversión.....	47
2.1 El arquetipo junguiano.....	48
2.2 El ideal extravertido de Susan Cain	51
2.3 La sociedad transparente y positiva.	55
2.4 La modernidad líquida de Zygmunt Bauman	60
2.5 Posmodernidad. Un recorrido hacia la restricción del pensamiento.....	63
Discusión y conclusiones.....	74
Referencias.....	87

Resumen

El término introversión en psicología suele revisarse principalmente desde el punto de vista de la personalidad y de la psicopatología. En el primer sentido, la introversión corresponde a un estilo particular de percepción e interacción del sujeto con su entorno, a quien limita la exteriorización de sus pensamientos, emociones, entre otros contenidos intrapsíquicos. Por su parte, la psicopatología designa que la introversión suele ser un criterio diagnóstico de diversos trastornos mentales, como la esquizofrenia y el trastorno del espectro autista, pero que se aleja del sentido de la personalidad introvertida, pues lo patológico recae en la presencia de un malestar significativo en las diferentes esferas de la vida de la persona, además de otros signos y síntomas coadyuvantes. Para la tesis, se diferencian ambas y se utiliza la introversión desde su perspectiva de la personalidad.

Más adelante, se puntualiza que en la vida social no parece existir con claridad una definición del concepto de introversión, pero, curiosamente, lo que parece ser constante es que la personalidad introvertida suele ser calificada negativamente por su forma de ser, debido a que su silencio, actitud reservada y frecuente calma —por mencionar algunas de sus particularidades— son consideradas como antagonistas del éxito, de la transparencia, de la vida líquida y de otros cánones vigentes en la cultura posmoderna. Esta lectura se llevó a cabo de la revisión teórica de algunos autores de la sociología, como Han, Bauman y Lipovetsky, para tratar de identificar los motivos por los cuales se estructura la dinámica antes planteada, así como para concluir si la introversión se localiza en el eje de este tipo de problemáticas o solamente es un agente que se ve involucrado por el simple hecho de ser parte de la cultura.

Palabras clave: personalidad, introversión, cultura, sociología

Introducción

La palabra introversión suele emplearse como un término común para describir una forma particular de comportamiento interpersonal, cuya noción está más o menos estandarizada, aunque su concepción tiene variaciones importantes de acuerdo con el enfoque teórico con el que se le revise. La presente investigación se centrará en estudiar prioritariamente la introversión como tipo de personalidad, pero sin dejar de revisar y contrastar otras designaciones que se le da al vocablo dentro de la psicología, como la que se ocupa en la psicopatología y en las bases biológicas de la conducta, por ejemplo.

El acercamiento al concepto de introversión como tipo de personalidad más representativo y retomado por autores e investigadores contemporáneos, es el formulado por Jung (1985). El padre de la psicología analítica define la introversión a partir de sus características psíquicas internas; la describe como una disposición que inclina los intereses del sujeto sobre su mismo yo, sin prestar demasiada atención a las demandas exteriores. Explica también que el sujeto introvertido suele tener una actitud de menosprecio con respecto al objeto externo, mismo del que se aleja decididamente por la prepotencia que le adjudica a su presencia

Diversos autores posteriores a Jung (Cain, 2012; Capara, 2010; Helgoe, 2012; Naranjo, 2016; Prado, 2015; Saravia, 2013; Valderrama, Campos, Vera y Castelán, 2009; Valerio, 2018), describen la introversión como un tipo de personalidad individualizada y reservada, con la cual el sujeto suele centrar su atención en su propio yo, al mismo tiempo que opta por interrelacionarse de manera limitada.

Cain (2012) considera al sujeto introvertido como quien escucha más de lo que habla, pues suele pensar mucho antes de actuar; decide alejarse del conflicto, de la charla intrascendente y de las multitudes. Capara (2010) sostiene que los introvertidos se centran en su mundo interno, como

en sus pensamientos, dudas e ideales, sin exteriorizarlos, ya que dentro de sí pueden conocer y dominar este tipo de contenido. De manera similar, Valderrama et al. (2009) atribuyen las características de tranquilidad, reserva, planificación, orden e introspección al comportamiento propio de la introversión. Al sujeto introvertido también lo piensan como alguien cauteloso que desconfía de los impulsos del momento, que toma con seriedad la cotidianeidad y que tiende a controlar sus sentimientos y emociones, pues se reserva la expresión de los mismos.

Prado (2015) señala que el introvertido tiende a encerrarse en sí mismo porque disfruta de hacerlo, a pesar de que su entorno no lo haga. Agrega que la presencia de otros le suele producir inseguridad y vulnerabilidad, pero que no por esto desiste de relacionarse con los demás. Así como este autor, Saravia (2013) afirma que los sujetos introvertidos son flexibles, pues a pesar de tener conductas más inclinadas a la individualidad, consiguen adaptarse a las condiciones del medio; por ejemplo, el introvertido puede ser reservado y silencioso en un momento dado, pero muy activo e involucrado en otras situaciones que le hagan sentirse estimulado.

Helgoe (2012) clarifica que el sujeto introvertido no se involucra demasiado en la interacción social porque ésta le consume demasiada energía; se inclina más hacia la soledad, la quietud y la reflexión porque, además de producirle comodidad y motivación, le hacen sentir su energía recargada. Aclara que lo anterior no significa que la introversión le impida al sujeto atender y seguir las demandas externas que dan lugar en la vida cotidiana, aunque en diversas ocasiones reciben mensajes o exigencias como si su conducta no se adaptara a la colectividad.

Narajo (2016) también observa que el introvertido posee más energía estando solo que acompañado, pues la interacción le hace consumir grandes montos energéticos. Por lo anterior, considera de suma importancia conocer con detenimiento la conducta introvertida para que no se le confunda con timidez o indiferencia.

Así como los anteriores, Valerio (2018) sostiene que el introvertido procesa sus emociones, sentimientos y observaciones de manera interna, además de que requiere más tiempo para pensar antes de responder a una situación. Agrega que este comportamiento suele ser mal interpretado por los demás, pues da la impresión de que al sujeto introvertido no le interesara participar en actividades sociales, prejuicio que podría afectarle incluso hasta en su desarrollo cognitivo.

La personalidad introvertida también se ha investigado desde las bases biológicas de la conducta (Eysenck, 1983; Fishman [citado en Sabater, 2019]; Sabater, 2019), para comprender la manera en cómo se desarrolla la personalidad del sujeto a partir de su estructura y bioquímica cerebral.

Entre los más representativos de la psicobiología se encuentra Eysenck (1983), quien postula que el cerebro del sujeto introvertido tiene una elevada activación cortical provocada por una baja inhibición en el sistema de activación reticular ascendente, lo que se traduce en que el introvertido reacciona con facilidad a estímulos bajos. Explica que gracias a su estructura cerebral la persona introvertida es tranquila, introspectiva, reservada de su entorno y controladora de sus propias emociones y reacciones, pues con estas conductas calmadas consigue eludir estímulos que pudieran serle excesivos y agotadores, debido a su bajo gradiente de excitación.

Sabater (2019) también afirma que la bioquímica cerebral está directamente ligada con la introversión, pues señala que este tipo de personalidad es particularmente sensible a la dopamina y a la acetilcolina, lo que podría explicar por qué los estímulos bajos son suficientes para estimular a los sujetos introvertidos. Sentencia que estos individuos tienden a realizar actividades relajadas o a reposar, porque si se somete a mucha estimulación externa, sentirán mucho estrés y ansiedad.

Por otra parte, Fishman (citado en Sabater, 2019) procuró demostrar con un estudio realizado con resonancias magnéticas, que el proceso de pensamiento de la personalidad introvertida es más largo que el que llevan a cabo otros sujetos, como quienes son extravertidos.

A grandes rasgos, explica que el pensamiento introvertido involucra el área frontal derecha de la ínsula, relacionada con la empatía, la autorreflexión y el significado emocional; el área de Broca, que regula, entre otras funciones, el diálogo interno; los lóbulos frontales izquierdo y derecho, encargados de funciones cognitivas complejas, como la planificación, evaluación e ideación; y el hipocampo izquierdo, estructura encargada de mediar los recuerdos emocionales. Sin ser concluyente, Fishman considera que este circuito extendido que recorre el pensamiento del introvertido, podría explicar por qué su tiempo de reacción es mayor con respecto al de otros sujetos que no son evidentemente introvertidos.

Dentro de la psicopatología es común observar el término de introversión como un criterio diagnóstico de diferentes trastornos mentales (Akiskal, Hirschfeld y Yerevanian, 1983; Amezaga y Saiz, 2015; Asociación Americana de Psiquiatría [APA], 2013; Janowsky, Hong, Morter y Howe, 2002), por lo que es importante señalar que no se refieren a la introversión como un tipo de personalidad, sino como un indicador de un malestar clínicamente significativo, basado en un ensimismamiento y exclusión excesivos del medio. Es importante hacer esta diferenciación para no confundir los términos de acuerdo con el contexto.

En la *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*, la Asociación Americana de Psiquiatría (APA, 2013) considera la introversión implícitamente en diferentes psicopatologías, como en el trastorno del espectro del autismo, en la fobia social y en algunos trastornos de la personalidad, como en el esquizoide, esquizotípico y evitativo, por mencionar algunos.

Akiskal, Hirschfeld y Yerevanian (1983) sentencian que la personalidad de tipo introvertida está estrechamente ligada con la depresión unipolar y que puede influir en la expresión clínica de desórdenes afectivos y en su pronóstico.

Los investigadores Janowsky, Hong, Morter y Howe (2002) vinculan la introversión con la depresión a partir de una serie de tres estudios realizados a algunas personas con depresión y

tendencias suicidas. Concluyeron que los sujetos con ideación suicida presentaron un nivel más elevado de introversión que quienes no la poseían. Por otra parte, se percataron que la depresión de los pacientes estudiados disminuía en la medida que también lo hiciera su introversión; así mismo, observaron que cada vez que la introversión se acentuaba, la depresión también se veía incrementada. Amezaga y Saiz (2015) comparten la conclusión de los anteriores y agregan que a medida que una sintomatología de tipo depresiva se incrementa, se observa un predominio elevado de la introversión, hecho que para ellos prueba la comorbilidad de la depresión y la introversión dentro de la esfera de la psicopatología.

Como se pudo leer, la introversión comprendida como una psicopatología es diferente a la descrita como un tipo de personalidad y es importante disociar los términos de acuerdo con el contexto donde se usen, para prevenir la creación de estigmas. Cabe agregar que en la voz popular parece no existir una delimitación clara acerca de cuál introversión es patológica y cuál es tan solo un tipo de personalidad más, lo que propicia que se genere y prevalezca un sentido negativo de la introversión en general.

Para diversos autores (Cain, 2012; Fonseca, 2019; Helgoe, 2012), la connotación negativa que recibe socialmente la personalidad introvertida es producto de los cánones que rigen en el colectivo, los cuales exigen la manifestación de comportamientos extravertidos —como la expresión de liderazgo evidente y persistente, por ejemplo— que suelen ser distintos a los que lleva a cabo el sujeto introvertido en su vida cotidiana. Esta discordancia entre lo que se espera que haga la persona introvertida y lo que termina haciendo, genera muchas veces el estigma de ser alguien inadapto o carente de habilidades sociales.

Cain (2012) opina que actualmente impera *la cultura de la personalidad*, que exige a sus integrantes dominar la apariencia para saber venderse a los demás, como si fueran las metas últimas de cada relación humana. Concluye que este fenómeno contemporáneo ocasiona que se infravalore

la introversión por tener intereses diferentes a los preestablecidos, tales como el retraimiento y la inclinación por la soledad.

Fonseca (2019) observa que la cultura occidental valora mucho la colectividad porque se piensa que los sujetos consiguen mayores logros estando en grupos, como en comunidades profesionales, que fuera de ellos. Por otra parte, considera que la individualidad sí se aprecia hoy en día, pero en tanto el sujeto se manifieste con carisma, destreza física o valentía para afrontar riesgos, y se entregue con plenitud a la vida; estas características no son necesariamente afines a la introversión ni exclusivas de algún otro tipo de personalidad.

Helgoe (2012) señala que actualmente la sociedad mira con preferencia hacia el exterior y hacia arriba, es decir, se preocupa en conquistar, construir, competir y a apoderarse de bienes, dejando de lado otros valores, como la paciencia y la reflexión. Explica que las exigencias de la época actual fomentan un comportamiento de tipo extravertido a los miembros de la sociedad, lo que orilla a suponer erróneamente que el número de sujetos introvertidos es minoría. Helgoe (2012) procura desmentir este prejuicio sirviéndose de los resultados recopilados por el Indicador Myers-Briggs, prueba psicológica que evalúa la introversión y la extraversión, entre otras dimensiones de la personalidad, y que recopila periódicamente datos con base en muestras representativas de la población norteamericana. Comenta que, en la primera recopilación extensa de 1998, se obtuvo que en la población hay un 50.7% de introvertidos frente a un 49.3% de extravertidos; posteriormente, en la realizada en el año 2001, el resultado fue de 57% de introvertidos y 43% de sujetos inclinados hacia la extraversión. Con estos resultados, concluye que la distribución de los tipos de personalidad introvertida y extravertida está equilibrada en la sociedad.

Como ya se comentó, la opinión social acerca de la introversión fomenta la creación y distribución de estigmas y prejuicios que repercuten negativamente a los sujetos introvertidos

(Cornejo, Mariela y Tapia, 2008; Fonseca, 2019; Helgoe, 2012; Naranjo, 2016; Quintana, 2008; Valerio, 2018).

Fonseca (2019) sostiene que el introvertido vive bajo el estigma de ser tímido, retraído, distante, solitario, carente de habilidades sociales y con la presión de tener que comportarse de manera extravertida, lo que le produce la sensación de poseer un defecto intrínseco por no manifestarse como se le solicita socialmente. Opina que es erróneo sentenciar al sujeto introvertido como inhábil social, pues sí es capaz de mantener relaciones interpersonales exitosas, aunque de una manera peculiar: tiende a socializar durante periodos reducidos de tiempo por el agotamiento que le representa llevar a cabo esta actividad. Aclara que, a pesar del carácter limitado de la interacción, el introvertido consigue vincularse tanto con personas cercanas como con grupos grandes sin tener problemas significativos para hacerlo.

Finalmente, Fonseca (2019) sugiere al lector introvertido asirse de sus puntos fuertes para sobrellevar la vida colectiva, los cuales resume en creatividad, pensamiento, inteligencia emocional y la capacidad de construir vínculos significativos. Es importante aclarar que las características positivas mencionadas no son exclusivas de la introversión, pues pueden ser desarrolladas, o no, por cualquier persona, independientemente de su tipo de personalidad.

Quintana (2008) señala que al introvertido se le califica negativamente por su forma de comunicación, la cual suele describirse como inexpresiva, callada, poco emotiva y aburrida. Menciona que, si bien estas características son cercanas a la introversión, no es acertado reducir la personalidad introvertida únicamente a su modo de socialización. Cornejo, Mariela y Tapia (2008) enfatizan la opinión de Quintana (2008) y comentan que la comprensión de la introversión no debe detenerse en la conducta interpersonal manifiesta, sino en la dirección hacia donde centra su interés la persona introvertida: la intraceptividad.

Helgoe (2012) también sostiene que, debido a la manera en cómo se ha construido el pensamiento social, la comprensión que este entorno tiene de la introversión es desacertada, pues a este tipo de personalidad se le observa y califica desde el exterior, lo que limita su entendimiento. Propone que se piense la introversión a partir de sus características interiores por ser más precisas, tales como la recepción, el comedimiento, la intimidad, la reflexión y el silencio.

Desde un punto de vista académico, Naranjo (2016) concluye a partir de una investigación, que la introversión suele ser negativa en el contexto estudiantil porque los alumnos con este tipo de personalidad tienden a retraerse y aislarse cuando se desarrollan actividades novedosas e interactivas. Enfatiza que esto da lugar porque los maestros no potencializan las virtudes de estos alumnos. Valerio (2018) comparte la idea anterior y opina que a pesar de que los alumnos introvertidos puedan tener dificultades para relacionarse en actividades colectivas con personas que no le son afines, consiguen integrarse eventualmente y realizar un buen trabajo, motivo por el cual es importante no asumir que una persona introvertida es incapaz de trabajar y convivir en grupo. Por otra parte, sugiere que al alumno introvertido se le respete su manera de ser y se le apoye en la medida de lo posible con la creación de espacios donde pueda sentirse bien, como zonas de recreación, y que después a los alumnos se les invite gradualmente a salir de su zona de confort.

El estigma construido en torno a la introversión también suele ser abordado y combatido de manera extensa en Internet, principalmente en blogs y artículos de opinión, sin embargo, pocas veces son escritos por profesionales de la psicología o de ciencias afines, como la pedagogía. Algunos de ellos (Dell'Antonia, 2016; Linares, 2016; Rodríguez, 2015) se encargan de desmentir las características negativas atribuidas a la personalidad introvertida y proponen que se tenga una comprensión distinta y sin estereotipos.

Rodríguez (2015) opina que la introversión está subestimada porque las personas son instruidas desde pequeñas a evitar la soledad y la tranquilidad por verse mal ante los demás. Propone al lector que acepte que hay personas que no tienen interés en actividades extravertidas y que no se les obligue a desempeñar comportamientos que no deseen.

Dell'Antonia (2016) comenta que generalmente los padres de cualquier adolescente piensan que es positivo que su hijo siga el modelo preestablecido de rodearse de diversas personas y que gusten de hacer muchas actividades al mismo tiempo, en lugar de optar por la soledad o la exclusión, como si éstas últimas preferencias fueran indicadores de algún problema. La autora comenta que puede resultar útil ayudar solo al adolescente que sienta por sí mismo la introversión como una complicación u obstáculo en su vida, pero de no ser así, invita a los padres y al lector en general a que se le respete su introversión

Linares (2016) enuncia en su blog algunas ventajas de ser introvertido, como poseer un amplio autoconocimiento y ser muy independiente. Más adelante, señala que esta variante de la personalidad tiene la desventaja de hacer al sujeto propenso a padecer ansiedad o depresión, sobre todo si su ensimismamiento es muy acentuado. A diferencia de otros estudios, como los citados previamente (Akiskal et al., 1983; Amezaga y Saiz, 2015; Janowsky et. al, 2002), Linares (2016) no respalda su explicación con algún constructo teórico o investigación; parece que su finalidad es únicamente cambiar unos estereotipos por otros más positivos.

La personalidad introvertida tiene diferentes denominaciones según la óptica con la que se le observe, pero destaca que su concepción más extendida en la esfera social gira en torno a etiquetas, prejuicios y estigmas, adjetivos que son perjudiciales para el sujeto (Braunstein, 2013; Redolosi, 2014; Worchel, Cooper, Goethals y Olson, 2003). A continuación, se explora este rubro y el por qué es necesario involucrarlo en la investigación.

Redolosi (2014) explica que el estigma o etiqueta negativa tiene un componente irracional que simplifica el entendimiento de un sujeto, como si toda su identidad se acotara en el adjetivo negativo. Comenta que la gran carga emocional que conlleva la etiquetación puede distorsionar la cognición de quien la reciba hasta el punto de asumirla sin darse cuenta.

Worchel et al. (2003) sentencian que los prejuicios son señalamientos irracionales, inapropiados y violentos, que siempre tienden a definir de manera desfavorable alguna característica particular de un individuo o grupo, con la finalidad de discriminarlos del colectivo.

Braunstein (2013), por otra parte, indica que cualquier nomenclatura empleada para sentenciar un diagnóstico o un comportamiento desviado de la media es un acto performativo, que no hace otra cosa que transformar al sujeto en otro respecto al que era antes. Comenta que la estigmatización que se produce con el nombramiento emitido se asemeja a la decisión jurídica de un juez, pues impone una penitencia bajo la justificación de que se hace por el bien del sujeto y de la sociedad.

Los nombramientos negativos que generalmente se le asignan a la introversión —inadaptado, incapaz social, inferior con respecto a la extraversión, etc.— dificultan el entendimiento de este tipo de personalidad, lo que conlleva a su rechazo y exclusión por no seguir la corriente que le es socialmente asignada. En otras palabras, la estigmatización lee las conductas introvertidas y juzga en automático que son inadaptadas sin considerar la personalidad como un todo complejo y, en consecuencia, justifica su separación de la esfera colectiva. Esto no quiere decir que únicamente la introversión recibe la discriminación señalada, pues bien podría inferirse que cualquier tipo de personalidad o comportamiento que se aleje de los cánones estructurados socialmente, tendrá un trato similar al que ocurre con la introversión. La atención se enfatiza en ésta última por ser el objeto de estudio de la investigación.

Hasta este apartado, se abordó la introversión desde distintos enfoques teóricos, con el interés de delimitar su definición como un tipo de personalidad; se le distinguió brevemente de ser un indicador psicopatológico y se reconoció su devenir en la sociedad, dentro de la cual suele ser estigmatizada por su particular forma de ser.

Con la finalidad de construir un entendimiento enriquecido sobre la personalidad de tipo introvertida, la tesina tiene como objetivo global integrar, ordenar y contrastar el concepto de introversión a partir de una revisión teórica de diversos autores de la psicología y sus ramas social, psicopatológica y psicobiológica; de la psicología analítica y de la literatura de autoayuda, siendo esta última un recurso de contraste, por la importancia colectiva que ha recibido este tipo de bibliografía al hablar de rasgos de personalidad y estigmas. Posteriormente, el conocimiento construido se conjunta con algunas teorías sociológicas para ahondar sobre la estigmatización social que recibe la introversión, en aras de advertir por qué prevalecen sus decires negativos por encima de otras características que no tienen juicios de valor.

Se apertura el primer capítulo de la tesina con la psicología analítica de Jung, misma que funge como eje central para toda la investigación, ya que cimenta la introversión como una parte constitutiva de la personalidad de los seres humanos. A continuación, se revisa la literatura de autoayuda para introducir el concepto de introversión desde un contexto informativo de fácil acceso colectivo, pero sobre todo para cuestionar la manera en que estos textos informales edifican y comunican su conocimiento. Se prosigue con algunos postulados dimanados de la psicología, específicamente de sus ramas biológica, social y patológica, con el objetivo de revisar la introversión desde diferentes vértices y especificar cuándo se habla de este concepto como tipo de personalidad y en qué momentos no.

El segundo capítulo de la tesina es de carácter transdisciplinario y tiene como objetivo comprender si una lectura sociológica y su interrelación con el estudio de la introversión del primer

capítulo puede responder a la pregunta: ¿por qué los estigmas hacia la personalidad introvertida suelen ser los principales adjetivos para describirla dentro de la sociedad contemporánea? Dicho de otro modo, conocer teóricamente la estructura social y qué de ella favorece la creación y extensión de estos estigmas. El alcance de este objetivo se respalda con la investigación de algunos teóricos sociológicos, como Cain, Han, Bauman y Lipovestky, quienes concuerdan que actualmente la sociedad es atravesada por preceptos centrados en la actividad incesante, en el aprecio de la apariencia, en la anulación del pensamiento, entre otros. Este capítulo tiene un sentido hipotético antes que concluyente; sin embargo, su objetivo también está direccionado en abrir paso a posibles investigaciones futuras para el estudio transdisciplinario de la personalidad.

Capítulo 1

Un acercamiento al concepto de introversión

Los hombres temen al pensamiento más que a nada en el mundo; más que a la ruina, incluso más que a la muerte. El pensamiento es subversivo y revolucionario, es destructivo y terrible; el pensamiento no tiene piedad con los privilegios, ni con las instituciones establecidas, ni con las costumbres cómodas. El pensamiento se asoma a las fauces del infierno y no teme.

Rusell, *Principios de reconstrucción social*

1.1 El tipo psicológico introvertido de Carl Jung

La introversión comprendida desde el punto de vista de la personalidad a partir de sus características intrapsíquicas, la estudió y ordenó Carl Gustav Jung hacia el año 1921 en su texto *Los tipos psicológicos*. Como pionero en este ámbito, muchos de los planteamientos referentes a la introversión —como personalidad o rasgo— comprendidos durante el siglo XX y XXI, recurren a la obra junguiana por su sencillez y cabalidad, sin importar cuál sea la ciencia o rama de la psicología que desee informarse de esta variante de la personalidad.

El análisis de la personalidad que realiza Jung (1921) lo enfoca inicialmente en advertir cómo interactúa el sujeto con el objeto externo, después de elegir la forma en que prefiere comunicarse con él. Describe que esta elección es de carácter inconsciente y producto de las motivaciones psicológicas del sujeto, “que le inclinan a actuar hacia una determinada dirección, misma que es conducida a partir de los estímulos que se producen en determinados momentos, siendo algunos más sensibles que otros” (Jung, 1985b, p. 219). Esta es la definición que da al concepto de disposición y sentencia que los seres humanos se inclinan hacia una de dos disposiciones básicas: la introvertida y la extravertida.

Si bien, Jung describe que tanto la disposición psíquica introvertida y extravertida son componentes de la personalidad humana, hasta este punto solo las trata como forma de comunicación sujeto-objeto. Más adelante, emplea el concepto *tipo psicológico* como sinónimo de tipo de personalidad, para referirse a aquellos sujetos que tienen una disposición muy marcada y constante en el tiempo, ya sea hacia la extraversión o introversión. Cada vez que Jung describe a un tipo psicológico contraponen sus características con las de su opuesto; sin embargo, para los fines de la tesina, se prestará mayor atención al tipo psicológico introvertido.

El autor describe que la cualidad central del tipo psicológico introvertido es que mismo sujeto es el centro de todos sus intereses y no le otorga influencia excesiva al objeto externo (1985a, p. 14); el extravertido, por otro lado, atrae sobre su propio yo las características del objeto, llegando incluso a ser enajenado y alterado por este último, debido a la importancia tan elevada y decisiva que le concede. En pocas palabras, el introvertido opta por acompañarse de sí mismo, mientras que el extravertido se apoya o inclina hacia otros.

Otra característica nuclear del tipo psicológico introvertido es que su atención “es por completo orientada hacia el interior, donde despliega una intensa movilidad de pensamiento o de sentimiento, mientras que en el exterior reina profundo reposo” (1985b, p. 201). A pesar de que en su superficie muestra quietud, como si pretendiera ahorrar energía, el introvertido sí hace un gasto energético considerable cuando está en un estado de intimidad psíquica. Vale la pena mencionar que la orientación interna del introvertido no es sinónimo de reclusión o enajenación de la realidad, pues este tipo psicológico sí atiende las condiciones exteriores y del medio, pero toma como decisivas las determinantes subjetivas (p. 145).

Más que revisar su comportamiento manifiesto, quizá lo que más caracteriza al tipo introvertido es su actitud psíquica con respecto al objeto. En palabras de Jung:

Esta disposición da, por lo tanto, al sujeto un valor superior al del objeto. Sitúa siempre al objeto en un nivel de inferior valor, se le atribuye una importancia secundaria, incluso llega a considerársele como el signo exterior objetivo de un contenido subjetivo, algo así como la materialización de una idea, pero en cuyo proceso la idea sigue siendo lo esencial; o bien se le considera objeto de un sentimiento, pero siendo la vivencia sentimental misma lo importante y no el objeto en su individualidad real. (p. 14)

Como Jung sugiere, cuando el introvertido lleva a cabo un intercambio de palabras con alguna persona, dará más importancia al contenido de la conversación y a la forma en que ambos entrelazan sus ideas, pensamientos y sentimientos, antes que valorar la situación objetiva de estar frente a otro sujeto. Por ejemplo, si el introvertido tiene una sólida opinión con respecto a lo que es el amor, se vinculará con otros para tratar de hacer tangible el concepto abstracto antes que valorar la relación en sí misma. No necesariamente el sujeto introvertido así ve toda relación humana, pero habitualmente antepone su realidad psíquica sobre la exterior.

Más adelante, Jung explica que, en el fondo, el introvertido siempre está dispuesto a alejarse decididamente del objeto externo como una manera de despojarle su libido, pues lo vive con prepotencia y menosprecio (p. 85). Afirma que algo similar da lugar en la extraversión, pues a pesar de que al sujeto extravertido se le observa un comportamiento positivo respecto al objeto, en el fondo nunca le es tan valioso y es justo por este motivo que suele acentuar su significación (p.85), como si buscara descubrir con esmero por qué debería interesarle. Así entonces, curiosamente se observa que el tipo psicológico introvertido, quien en la práctica menosprecia al objeto, le presta tanta o más atención que el extravertido. Jung enfatiza que “todo individuo posee ambos mecanismos, el de la extraversión y el de la introversión, y sólo el predominio relativo de uno de ellos constituye el tipo” (1985a, p. 13) y define su personalidad, pero no con rigidez absoluta. Con el fin de reforzar esta afirmación enuncia:

El introvertido parece activo en una fase extravertida y el extravertido parece pasivo en una fase introvertida. La actividad misma, como rasgo fundamental del carácter, puede, a veces, ser introvertida (...) y a veces puede ser extravertida, evidenciándose por el movimiento y la vivacidad en la acción, mientras detrás de todo ello hay un pensamiento firme e inmóvil o un sentimiento igualmente inmóvil y firme. (1985b, p. 201)

Gracias a lo anterior, se comprende que las disposiciones introvertida y extravertida son flexibles con base en los acontecimientos del medio, mismos que inclinan al sujeto a actuar de tal o cual manera. Frente a este hecho, el doctor Robin Robertson (2006), lector y expositor de la obra junguiana, presenta su opinión sobre la manera técnica de ver ambos tipos de personalidad:

Muchos tests psicológicos de personalidad actuales utilizan medidas de extraversión e introversión, pero las consideran desde el punto de vista estadístico. Es decir, que estos tests asumen que todo el mundo tiene cierto grado de extraversión y de introversión, pero que la mayoría de personas tiene una mezcla bastante igualada de ambas cualidades. Las personas que son fuertemente introvertidas o extravertidas se consideran un porcentaje estadísticamente pequeño de la población. (p. 58)

Robertson procura mostrar que el ser humano tiene el potencial de acoplarse a las condiciones exteriores de diferentes maneras, a pesar de su disposición predominante. Invita al lector a considerar la dimensión humana con mayor amplitud y menor rigidez.

Con respuesta a la pregunta sí hay más elementos ajenos a los psíquicos que pudieran definir las bases de la personalidad, Jung descarta desde un principio que el entorno social o familiar sea el responsable de provocar que alguien sea introvertido o extravertido, pues señala que incluso en una familia donde dos hijos reciben el mismo estilo de crianza, uno puede ser introvertido y otro extravertido (1985b, p. 87). Este hecho le orilló a suponer que existe un factor

de procedencia biológica que establece la disposición introvertida o extravertida en el sujeto.

Declara:

La relación entre sujeto y objeto es, biológicamente considerada, una *relación de adaptación* siempre en cuanto toda relación entre sujeto y objeto presupone efectos modificadores del uno sobre el otro. Estas modificaciones constituyen la adaptación. Las disposiciones típicas respecto del objeto son, pues, procesos de adaptación. (p. 87)

Desde esta óptica, Jung conjunta su postulado de los tipos psicológicos, de índole psicológica, con la biología, aunque no se extiende en este rubro.

Si bien, Jung descarta la hipótesis de que la sociedad sea responsable de una u otra forma de ser, sí se interesa en revisar cómo este medio colectivo influye a los tipos psicológicos. Opina que la introversión está infravalorada con respecto a la extraversión, porque ésta última es útil socialmente hablando (p. 219) y aclara que puede deberse a que se realiza una lectura desacertada de la personalidad. Comenta que la introversión suele observarse socialmente desde su superficie, lo que provoca que su discernimiento se quede al margen y bajo la sombra de la extraversión; por este motivo, al sujeto introvertido frecuentemente se le solicita que cambie su disposición, en lugar de observarse a partir de sus características internas, las cuales, por definición, sirven para comprender con mayor precisión esta personalidad. Este asunto se retoma más adelante y se extiende en el segundo capítulo de la tesina.

Seleccionar a Jung como el autor inicial para hablar de la personalidad introvertida es crucial, porque diferentes autores posteriores regresan a él para formular sus propias opiniones, críticas y teorías. Diferenciar quién postuló qué, ayudará a actualizar el conocimiento hacia un acercamiento menos redundante y más extenso de la introversión. Esta tarea continúa en el siguiente apartado que aborda la personalidad introvertida desde la literatura de autoayuda, un medio informativo que no destaca por su formalidad u objetividad, pero sí por su valor cultural.

No es indispensable para la investigación recurrir a este tipo de publicación, sin embargo, se consideró necesario su abordaje no solo por el aprecio colectivo que tiene la autoayuda, sino porque tener a la mano esta bibliografía podría servir de contraste para cuestionar y reorientar la objetividad al consultar las obras de otros autores.

1.2 La introversión desde la literatura de autoayuda

El discernimiento de la introversión requiere que se revisen diferentes fuentes bibliográficas, algunas más complejas que otras. Ya se especificó previamente que la investigación girará en torno de la psicología analítica de Jung y se extenderá hacia la psicología y sus diferentes ramas. Pero para poder continuar con esta labor, es relevante abordar algo más básico, es decir, con una fuente informal y cuestionable que suele ser el medio de información de primer acceso elegido por la población en general: la literatura de autoayuda. Como ya se comentó, la utilización de esta bibliografía servirá de contraste para el capítulo, por lo que no debe ser tomada ni feblemente ni con menosprecio.

En este tipo de publicaciones se plasman temas inquietantes —emocionales, relacionales, económicos, etc.— de una forma inmediata y práctica, cuyo abordaje no requiere de profundización teórica o análisis científicos, pues sirve más como una vía de expresión impávida que, por ejemplo, se aleja de lo que podría ser un tratamiento psicoterapéutico. Aún con lo anterior, algunos textos de autoayuda tratan de alejarse de la mera opinión haciendo uso del sustento teórico. Con respecto al tema de la introversión, los siguientes párrafos se enfocan en los puntos más o menos objetivos de los textos de autoayuda seleccionados.

Las autoras Susan Cain, Sylvia Löhken y Jenn Granneman son autoras de *bestsellers* que han tenido eco sobre el abordaje de la introversión a partir de la publicación de sus textos. Cada una es autora de un libro de autoayuda que dividen en dos secciones: en la primera, incluyen una

revisión teórica para describir cómo es la personalidad introvertida; en la segunda parte, formulan técnicas y consejos para orientar al lector que se denomine introvertido a sobrellevar la exigencia social que tiende a reprobalo. Se revisa a continuación lo que comparten en sus primeros apartados.

Cain (2012) sostiene una concepción positiva y con tintes defensivos de la introversión en *El poder de los introvertidos en un mundo incapaz de callarse*. Explica que los sujetos introvertidos se cautivan con el mundo interior de abundantes sentimientos y pensamientos porque su atención se centra más en el significado de los acontecimientos a su alrededor que en los hechos en sí y que suelen sentir mayor energía cuando están en soledad (El norte y el sur del temperamento, párr. 31). Explica que estas descripciones son psíquicamente internas, motivo por el cual es más complicado notarlas en primera instancia. También especifica que, en el trato social, el introvertido escucha más de lo que habla, ya que piensa con detenimiento lo que tiene que decir, cuyas ideas prefiere manifestarlas por escrito; suele rehusarse al conflicto, a la charla intrascendente y a vincularse en multitud (p. 28), entre otras cosas.

Cain estudia la introversión en contraste con la extraversión como su inseparable contraparte. Para ella, el tipo de personalidad extravertida se identifica por comportamientos variados y expansivos, como el desempeño apresurado de tareas, la ágil toma de decisiones, efectuar más de una tarea a la vez, hablar mucho y asumir riesgos. En adición, un extravertido suele ser enérgico y dominante, además de disfrutar el conflicto y la compañía por sobre la quietud y la soledad (párr. 34-35). Aclara que las preferencias señaladas en los dos tipos de personalidad son frecuentes, pero no absolutas, pues el introvertido sí puede desarrollarse placenteramente en un grupo social, al mismo tiempo que un extravertido puede gozar de la soledad en un momento dado.

Otro grupo de descripciones las brinda Löhken (2018) en *El éxito de los introvertidos*, donde menciona tres aspectos que considera relevantes a cerca de la introversión: 1) se halla dentro de un continuo en el que la extraversión se sitúa en el lugar opuesto, 2) destacan en el introvertido actividades calmadas y solitarias y 3) se puede comprender como una zona de confort saludable, siempre y cuando ésta se desempeñe con primacía (El factor de la personalidad, párr.1). Con base en estas características, las técnicas y consejos que ofrece al lector las direcciona para que el introvertido consiga adaptarse en la sociedad y manifieste sus fortalezas sin renunciar al confort de su personalidad ya que, según refiere, un comportamiento diferente y antinatural puede desembocar en enfermedades (párr.1), conclusión que no justifica con claridad.

Finalmente, Granneman (2017) en *The Secret Lives of Introverts: Inside Our Hidden World* concibe la introversión a partir de dos cualidades céntricas. En la primera, señala que los sujetos introvertidos prefieren la soledad para pasar el tiempo y pensar, sintiéndose más solos en una multitud que con ellos mismos. En la segunda, indica que ellos no disfrutan mucho con la socialización convencional, debido a que sus intereses interactivos se concentran en la observación y escucha, en las charlas profundas y en abordar pocas personas a la vez (2017, *Are You an Introvert?*, párr. 5-26).

Cabe agregar que Granneman participa en la actualidad en numerosos programas de radio en inglés y pódcast, donde comparte su saber de la introversión y brinda consejos a la audiencia. Además, es la fundadora de la comunidad virtual *Introvert Dear*, la cual, de acuerdo con Psychology Today (2019), es el portal web dirigido a introvertidos más grande de Internet.

Las autoras citadas concuerdan que la atracción por la soledad, la quietud, el alejamiento de una socialización convencional y el gusto por el pensamiento son los rasgos más característicos y observables de los sujetos introvertidos. Por otra parte, también coinciden en que en la sociedad sobresalen críticas negativas dirigidas a quienes optan por la introversión.

Cain (2012) comenta en su mismo texto que hoy en día se ha normalizado un sistema de valores que exige a los individuos a ser sociables y dominantes, es decir, no ha celebrar su individualidad, sino a imitar a una clase concreta de individuo (El norte y sur del temperamento, párr. 11). Este fenómeno social lo aborda a lo largo de la primera parte de su texto, donde expone también algunos motivos socioculturales específicos que estigmatizan la introversión como un tipo de personalidad que se lo caliza entre lo decepcionante, lo patológico y bajo la sombra de la extraversión (párr. 12-13).

Granneman (2017) también efectúa una la lectura crítica de la sociedad en la sección de su texto que titula “Introverts Are Rude”. Explica que en múltiples ocasiones a ella como persona le han cuestionado ignorantemente si su objetivo como escritora es enseñar a los introvertidos a no serlo, es decir, a repararlos (párr. 2-4), lo que pone sobre la mesa nuevamente el estigma de la introversión como un déficit o algo indeseable. Más adelante, relata que ha atendido a través de su portal web a muchos sujetos introvertidos que han llegado a confundir su manera de ser con algún trastorno mental, como ansiedad o depresión, por haberlo leído en Internet o escuchado de las personas de su entorno (párr. 4), hechos que obstaculizan el autoconocimiento incluso dentro de la misma comunidad introvertida.

Existe una preocupación aún mayor en Granneman: describe que la presión que recibe un sujeto introvertido para comportarse de manera extravertida le puede desencadenar desde un agotamiento marcado hasta un desorden cardiovascular (párr. 8). Estas afirmaciones las toma de las ideas de los estudios en comunicación de Aron W. Siegman y Theodore M. Dembroski, quienes sentencian que dichos problemas de salud son resultado de actuar de manera falsa durante mucho tiempo, aunque no profundizan al respecto ni especifican si se trata de un problema exclusivo que ocurre a la introversión.

La opinión social juzga la socialización del introvertido como el mayor problema a resolver, como si este careciera de antemano de habilidades sociales y fuera urgente que las desarrollase. A propósito, Löhken (2018) opina que “la capacidad de establecer contactos personales con otros exige una serie de cualidades, como el interés por otras personas, empatía, respeto, simpatía, e incluso la capacidad de reconocer la culpa” (¿Los introvertidos son antisociales?, párr. 2); aclara que estas habilidades comunicativas no tienen nada que ver con algún tipo de personalidad, simplemente se llevan a cabo de diferentes formas entre los individuos. Por su parte, Cain (2012) también opina con firmeza que los introvertidos sí pueden tener bien desarrolladas las habilidades interactivas e incluso saber cómo disfrutar fiestas y reuniones de trabajo (El norte y sur del temperamento, párr. 35), pero que lo harán de una manera distinta a la convencional.

Es interesante observar que diferentes opiniones dentro del contexto de la autoayuda incluyen asumir el estereotipo socialmente construido y después desafiarlo reactivamente. Esta actividad orilla a pensar que, a pesar de que estos textos dicen fomentar una actitud liberadora y crítica, están exponiendo una manera correcta de ser o de enfrentar la cotidianidad.

1.3 Psicología e introversión

Para comprender desde la psicología qué es la introversión, se requiere revisar de antemano cómo se considera el concepto de personalidad en esta ciencia, para reorientar el contexto desde el cual se tratará en adelante. En el *Diccionario de psicología* se define la personalidad como el “conjunto de características psíquicas y modalidades de comportamiento que, en su integración, constituyen el núcleo irreductible de un individuo, que perdura como tal en la multiplicidad y en la diversidad de las situaciones ambientales en las que se manifiesta y actúa” (Galimberti, 2002, p. 810-811). Albert Bandura (1973) desde la psicología cognitivo-conductual, la considera como un constructo

de variables cognitivas, es decir, de pensamientos o etiquetas, que sirven para describirse a sí mismo y a los demás, las cuales derivan de la propia cognición y del aprendizaje social (citado en Cloninger, 2003, p. 354). Desde el psicoanálisis clásico, la personalidad está influida por determinantes inconscientes, sus conflictos con la consciencia y por otros factores psicodinámicos (citado en Cloninger, 2003, p. 29), además de la interacción del ello, yo y superyó, postulados por Sigmund Freud. Gordon Allport (1973) concibe la personalidad como un ente estable que hace a las personas comportarse de una manera consistente y reconocible a lo largo del tiempo, la cual se va estableciendo desde la infancia temprana hasta desembocar en la edad adulta (citado en Cloninger, 2003, p. 200).

Si se conjuntan las aportaciones a penas citadas y la junguiana de los *tipos psicológicos*, puede construirse una definición más extensa de la personalidad introvertida: tipo de personalidad que comienza a construirse desde la infancia por el propio sujeto y por su interacción con el entorno, caracterizada por un comportamiento más o menos estable que se inclina hacia el retraimiento, a la soledad por encima del trato con los otros, al pensamiento antes que a la acción y al silencio en lugar del habla. Esta definición conjunta los factores intrapsíquicos, los interactivos y de aprendizaje social que convergen en el sujeto introvertido; sin embargo, quedan vértices aún por revisar, para diferenciar otras introversiones.

Los psicólogos Jennifer O. Grimes, Jonathan M. Cheek y Julie K. Norem (2011) opinan en *Four Meanings of Introversion: Social, Thinking, Anxious, and Inhibited Introversion* que, si bien el tipo de personalidad introvertida puede acotarse a un puñado de características bien definidas, no debe pensarse que todos los introvertidos se comportan de una manera inamovible o específica (p. 2). Esta conclusión la obtuvieron al finalizar su estudio donde mencionan cuatro grandes dominios que sirven para clasificar la introversión de una manera más generalizada. En la siguiente

lista se reúne y describe lo que conforma cada uno de los cuatro dominios (Granninger, *The Four Types of Introverts*, 2017, párr. 4-7):

1. Social. Preferencia marcada por la soledad o el trato con pocas personas.
2. Pensante. Es introspectivo, rico en pensamientos y reflexivo. No está absorto de la realidad ni es aversivos al trato social, pues su ensimismamiento es por fines imaginativos y creativos.
3. Ansioso. Evade la socialización por la incomodidad que siente ante los demás, no por preferir la soledad como el introvertido social. Su núcleo es la cavilación, de tal manera que su ansiedad no disminuye con estar solo.
4. Inhibido. Es muy calmado y hasta lento. No suele buscar nuevas experiencias o sensaciones. Generalmente piensa mucho antes de actuar.

Más que aportar algo novedoso, el estudio se encarga de clasificar la introversión en grupos para facilitar su discernimiento; curiosamente, ninguna de las categorías sentencia si la introversión, sea cual sea su manifestación, es ventajosa o saludable, pues el objetivo último es fomentar la comprensión lo más objetiva y específicamente posible. Granninger (2017) critica esta teoría porque considera que la individualidad es más complicada que reducir a las personas en limitadas categorías, sin embargo, cree que es un buen paso para expandir la definición de introversión (párr. 8).

En la psicología se ha establecido con firmeza una apreciación global de la introversión en el *Inventario Multifásico de Personalidad de Minnesota-2*. De acuerdo con la versión mexicana del manual, la cual se adaptó al español por la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (1995), el MMPI-2 es “una prueba de amplio espectro diseñada para evaluar un número importante de tipos de personalidad y de trastornos emocionales” (p. 1), y está compuesta por múltiples escalas y subescalas reguladas, conformadas a su vez por ítems

específicos. Por la naturaleza de la prueba psicológica, el término de introversión que utiliza no se refiere al tipo de personalidad que se ha investigado, sino a un indicador que evalúa el grado de timidez social, preferencia a la soledad y carencia de autoafirmación social en diferentes intensidades. Entre mayor sea la introversión menor la participación y ascendencia social, y entre menos puntaje se tenga en la escala de introversión, su sociabilidad será más sobresaliente (p. 41). De una manera más gráfica, el manual proporciona en su página 51 una tabla que detalla las posibilidades interpretativas de la introversión de acuerdo con la puntuación que el sujeto evaluado obtiene:

Tabla 1

Escala Introversión (Is): Implicaciones de las evaluaciones en la escala

Nivel de puntuación <i>T</i>	Posibilidades interpretativas
Muy elevado (76 o más)	Persona aislada, distante y retraída. Sujetos meditativos, inseguros e indecisos.
Elevado (66 a 75)	Individuos introvertidos, tímidos y cautelosos. Persona irritable y malhumorada, con poca confianza en sí misma. El sujeto puede ser sumiso o rígido.
Moderado (56 a 65)	El sujeto puede ser reservado y serio Se autodevalúa y es cauteloso. Control exagerado de impulsos. El individuo puede ser reservado y torpe socialmente.
Medio (41 a 55)	Sujetos enérgicos y activos, con entereza. Persona equilibrada, amistosa y platicadora.
Bajo (40 o menos)	Sujeto social, cálido y dócil. Exhibicionista o manipuladora Con alta confianza en sí mismo y autoafirmativo. Algunos son muy tolerantes con ellos mismos.

Nota: Este cuadro no debe ser tomado textualmente pues presenta sólo inferencias generales acerca del significado de la evaluación de las puntuaciones que deben considerarse en cada caso de acuerdo con la historia y antecedentes del sujeto.

Como se observa en la nota de la tabla, el MMPI-2 recuerda al profesional que se necesita un análisis detallado de cada sujeto para conocerlo a profundidad y no solamente a través de un puntaje. A propósito, el mismo manual solicita desde su parte introductoria que el evaluador debe haber cursado como mínimo un curso especializado en aplicación de pruebas psicológicas y tener conocimientos en psicopatología a nivel posgrado, además de responsabilidad ética y supervisión en algunos casos (p. 15-17).

El MMPI-2 no prejuzga a los individuos que evalúa, sin embargo, es curioso advertir que los rasgos que el test describe sobre la introversión son más o menos equivalentes con la opinión social que la estigmatiza. Una posibilidad por la cual pudo haberse filtrado incorrectamente esta información hacia el colectivo, es que el texto completo del inventario —y de casi cualquier prueba psicológica— es fácilmente localizable en medios virtuales, lo que posibilita que cualquier persona ajena a la psicología pueda extraer su contenido e interpretarlo de manera parcial o errónea, a pesar de que haya restricción de quien pueda tener acceso a las plantillas de calificación de la prueba o al software para su evaluación por computadora (p. 23). Así entonces, se establece un problema para la psicología, pues como se enunciaba en la introducción, pareciera que su contenido no requiere de especialización y que puede aplicarse y opinarse en cualquier contexto desinteresadamente.

Otro estigma muy común de la personalidad introvertida es confundirla con la timidez. Bernardo Carducci (2016) disocia ambas terminologías en el artículo “Born bashful? Learning how to manage shyness”, donde explica que la conducta introvertida y la tímida son muy parecidas a primera vista, pero que entre ambas hay una diferencia muy importante: la manera de interacción social. De acuerdo con Carducci, el sujeto que es tímido ansía la interacción, pero no sabe cómo llevarla a cabo, lo que le genera tanta frustración hasta el punto de abandonar todo intento que involucre el intercambio entre personas; el introvertido, en cambio, es quien se retira o niega a ser

sociable por decisión propia y no como consecuencia del fracaso con su interlocutor. A pesar de que no niega que la introversión y la timidez sí pueden suceder a la vez en el mismo sujeto, manifiesta que la timidez está más vinculada con la extraversión, pues el extravertido tiene el deseo de rodearse de personas como el tímido, mientras que al introvertido no le atrae la interacción social con la misma magnitud como a los anteriores.

Carducci no ahonda en el estudio de la introversión, pues se basa en utilizar este tipo de personalidad para describir qué es y qué no es la timidez y cómo afrontarla.

La psicóloga Laurie Helgoe, a diferencia de Carducci, sí se encarga de examinar otras particularidades de la introversión que se extienden más allá de su modalidad interactiva. Sostiene que el introvertido prioriza la orientación de su vida hacia el interior por sentirse más cómodo y motivado, a pesar de que también es capaz de atender las demandas exteriores y seguir las. Por otro lado, agrega que un motivante importante de preferir lo interno sobre lo externo, es que el sujeto introvertido recupera energía con la reflexión y la gasta en la interrelación (2012, p. 23). Explica que este gasto energético es consecuente a la estructura cerebral del introvertido —más adelante se abordan algunas teorías al respecto—, pero opina que su cansancio podría deberse más a la presión que recibe sobremanera de la sociedad contemporánea para comportarse de una manera extravertida.

Helgoe menciona que hoy en día la personalidad extravertida es muy valorada por la connotación positiva que la envuelve, ya que esta manera de ser se le designa a quienes son atrevidos, locuaces, enérgicos y activos. La introversión, por otra parte, se le atribuye a sujetos reservados, letárgicos, pasivos, dóciles y no audaces con un sentido negativo y desalentador (p. 49). Más adelante, en el mismo sentido que Jung explicaba décadas atrás, Helgoe opina que socialmente se observa erróneamente la introversión desde el exterior e invita a que se enfoque su atención hacia sus características menos evidentes. Por definición la personalidad introvertida está

determinada por sus aspectos intrapsíquicos, como la recepción, el comedimiento, la intimidad, la reflexión y el silencio (p. 49-50).

Líneas atrás se comentó que Helgoe también considera que las características introvertidas tienen un trasfondo basado en la estructura cerebral del sujeto y en diferentes procesos psicobiológicos puntuales. A continuación, se revisarán las aportaciones dimanadas de las bases biológicas de la conducta, en aras de conocer cómo este campo de la psicología comprende y estudia la conformación de la personalidad.

1.3.1 Introversión desde las bases biológicas de la conducta

Así como Helgoe, ya se señaló que Jung especuló la probable existencia de factores biológicos capaces de ser heredados, que pueden incluso cimentar las bases del carácter humano, aunque ciertamente ambos no fueron diligentes en este campo de estudio. Dentro de las bases biológicas de la conducta hay algunas aportaciones al estudio de la personalidad introvertida, no obstante, no hay que pasar por alto que están conformadas desde una óptica especulativa y todavía en investigación.

El psicólogo Hans J. Eysenck (1967), introduce una teoría la personalidad a partir de su desglose en tres dimensiones elementales. La primera es la de *extraversión-introversión*, que es la orientación del individuo hacia el mundo exterior; la segunda es el *neuroticismo*, referente a la estabilidad emocional; y el tercero es el *psicotisismo*, entendido como el control de impulsos (citado en Shultz & Ellen, 2003, p. 281). Para esta investigación, solamente interesa explorar la dimensión de la extraversión-introversión.

Eysenck señala que los extravertidos “se orientan al mundo exterior, prefieren la compañía de otras personas y tienden a ser sociales, impulsivos, audaces, asertivos y dominantes, los segundos [los introvertidos] suelen ser lo opuesto” (p. 282). Con esta definición asume que el

introvertido tiene una descripción contraria a la extraversión; de hecho, muestra que los tests comunes que miden la personalidad sitúan la extraversión con puntuaciones altas en lo observable y expresivo, mientras que la introversión representa el déficit en esos rubros (p. 281). Esta forma de leer el carácter introvertido recuerda a la propia MMPI; sin embargo, esta prueba psicológica considera la introversión como una escala que califica el nivel de interacción del individuo, mientras que Eysenck toma la introversión como una dimensión que se acerca más a la concepción psicológica de personalidad introvertida.

Más allá de detenerse en las características del comportamiento manifiesto, Eysenck se interesó en conocer los factores biológicos y genéticos que determinan el comportamiento individual extravertido e introvertido (p. 282). La hipótesis de Eysenck (1967) señala que la diferencia entre un comportamiento extravertido y uno introvertido tiene que ver con el efecto inhibitorio causado por el sistema de activación reticular ascendente sobre la activación cortical; en palabras simples, un sujeto introvertido tiene una activación cortical mayor que un extravertido (citado en Eysenck, W., 1985, p. 226).

Como complemento al estudio de Eysenck, la psicóloga Marti Olsen (2007) agrega que un cerebro introvertido tiene más riego sanguíneo en los lóbulos frontales que uno extravertido (p. 58), lo que podría explicar por qué el sujeto con personalidad extravertida busca en el exterior una amplia variedad de estímulos, mientras que el introvertido se reserva de ellos por ya contar naturalmente con muchos en su corteza cerebral.

El psiquiatra Allan Hobson (s. f.) comparte las conjeturas anteriores y las complementa partiendo de saber que tanto la acetilcolina como la dopamina son neurotransmisores de alto impacto en estos tipos de personalidad. Explica:

La acetilcolina gobierna las funciones vitales en el cerebro, incluyendo la concentración, la conciencia, los estados de alerta, los cambios entre el sueño y la vigilia, el movimiento

voluntario y el almacenamiento de la memoria. Las vías de la dopamina representan los sistemas de recompensa más poderosos del cerebro. Desactivan determinados tipos de funciones cerebrales complejas y activan los movimientos involuntarios, de modo que impulsan a (...) actuar ahora y pensar luego. (citado en Olsen, 2007, p. 47)

Bajo esta óptica, la personalidad está predispuesta por el neurotransmisor predominante en la activación cerebral con sus respectivas vías. Siguiendo a Hobson, la acetilcolina es el neurotransmisor que domina la introversión, pues su preponderancia influye en el individuo una conducta de concentración y calma (p. 50). La extraversión, en cambio, es manifiesta cuando impera la dopamina, lo que desemboca en conductas impulsivas que se dirigen al placer y la recompensa.

Análoga a la aportación de Hobson, Olsen (2007) enlaza la conducta introvertida y extravertida con el funcionamiento del sistema nervioso autónomo que controla las funciones autorreguladas del cuerpo, específicamente con sus funciones simpática y parasimpática (p. 56). La función simpática corresponde a la extraversión por mover hacia la acción y la resistencia, mientras que la función parasimpática con la introversión, por dirigir al cuerpo hacia la restauración, la calma y obediencia (p. 63). Agrega que ambas reacciones pueden ser contraproducentes, pues el introvertido podría caer en cerrarse y ceder demasiado, ya que tiene mayor tendencia a desarrollar síntomas distímicos (Eysenck, 1985, 227); mientras que el extravertido podría ser dominado por la ira y la rebelión (Olsen, 2007, p. 63).

Otra investigación a cargo de Eysenck sugiere que el introvertido tiene un umbral de dolor más bajo que los extravertidos, así como mayor sensibilidad a los estímulos sensoriales de bajo nivel, a los que reacciona con mayor fuerza (citado en Shultz & Ellen, 2003, p. 282). También ha estudiado que un individuo introvertido puede comportarse de manera extravertida si se le

administra una sustancia deprimente de la actividad cerebral, como el alcohol, puesto que disminuye su nivel de activación cortical (citado en Eysenck, W., 1985, 227).

Eysenck trató de demostrar que los rasgos y las dimensiones de la personalidad, sobre todo la extravertida e introvertida, son estables y constantes desde la infancia hasta la adultez, aunque en el medio puedan presentarse situaciones que exijan una respuesta adaptativa distinta a la constitutiva (citado en Shultz &Ellen, 2003, p. 281). Sin embargo, sus conjeturas acerca de cómo los factores biológicos conforman la personalidad no fueron definitivas en la práctica. Con el paso del tiempo, varias investigaciones han procurado centrarse en el papel que juega la biología en la estructuración de la personalidad. A continuación, se presentan algunos estudios recientes.

En el año 2004, los psicólogos Jerome Kagan y Nancy Snidman, publicaron el texto *The Long Shadow of Temperament*, en el cual prueban la hipótesis de que el temperamento se constituye biológicamente y que éste se conserva con el tiempo más allá de las circunstancias, como Eysenck lo había propuesto años atrás. El estudio se llevó a cabo de la siguiente manera:

Los psicólogos iniciaron su labor detectando bebés con dos temperamentos en particular —el poco reactivo o extravertido y el altamente reactivo o introvertido— y se les dio seguimiento hasta la adolescencia. Tras finalizar este periodo, se observó que los sujetos conservaron los mismos tipos de temperamento iniciales, los cuales se manifestaron en sus actividades cotidianas. Con este hecho confirmaron su hipótesis inicial y concluyeron que esto podría deberse a la configuración biológica y la activación cerebral. (citado en Harvard University Press, 2009)

Más adelante, en el año 2005 se llevó a cabo otra investigación por parte de Michael Cohen y sus colaboradores de la Universidad de Ámsterdam, esta vez para observar las diferencias genéticas de los cerebros de los introvertidos y extravertidos, y comprobar algunas teorías que

otros expertos habían formulado en el pasado. El proceso y los resultados de la investigación la explica Tom Stafford (2013) en el artículo “What makes us extroverts and introverts?”:

Inicialmente, se seleccionaron y dividieron a los participantes en grupos de introvertidos y extravertidos, después de realizar un perfil de personalidad. Posteriormente, se les solicitó una muestra de saliva para someterla a un análisis genético y después se les colocó un escáner cerebral para revisar su actividad cortical durante todo experimento.

A continuación, los sujetos participaron en juegos que brindan recompensas inesperadas y se observó que cuando los extravertidos conseguían algún premio, se activaba con gran intensidad la amígdala —encargada de procesar las emociones—, el núcleo accumbens —pieza clave en el circuito de recompensas del cerebro— y parte del sistema dopaminérgico. Con este resultado, los investigadores concluyeron que los extravertidos procesan las recompensas, sobre todo si son inesperadas, de una manera diferente con respecto a los introvertidos. Adicionalmente, se constató gracias a la muestra de saliva, que los mismos extravertidos del experimento contenían el gen que aumenta la respuesta del sistema de la dopamina, lo que comprueba la influencia directa de la genética sobre la conducta. El estudio también concluyó que, gracias al gen dopaminérgico, los extravertidos disfrutaban más las actividades emocionantes, como deportes extremos y conocer muchas personas.

El estudio se centró en conocer la estructura cortical de los extravertidos, sentenciando que los introvertidos, a diferencia de los anteriores, no poseen el mismo gen que potencia la irrigación de dopamina a nivel cerebral. Sin embargo, el mismo Stafford piensa que más allá de descubrir qué distingue a los introvertidos de los extravertidos con ayuda de la psicobiología, es más importante apreciar las diferencias de los seres humanos.

Las investigaciones dentro de la psicobiología estudian la personalidad de una forma muy diferente a la de otras ramas de la psicología. Hacen hincapié en que hay algo tácito, tangible e irreductible que hace que los comportamientos humanos sean de una determinada manera, pero como se vio en los resultados de las investigaciones compartidas, no llegan a concluir satisfactoriamente sus hipótesis o a salir de la línea de la especulación, que genera más incógnitas sobre la complejidad de la personalidad del ser humano.

1.3.2 Introversión y psicología social

Además de atender la personalidad del sujeto desde los factores anteriormente revisados la psicología considera y valora también los fenómenos sociales. Es relevante hacer lo propio con la introversión debido a que, como se ha indicado desde el inicio, su estudio y comprensión están ligados con la forma en que este tipo de personalidad se expresa ante los demás, así como con la calificación que se le otorga a esta forma de ser.

Allport (1985) define la psicología social como la rama de la psicología encargada de “entender y explicar la influencia que la presencia real, imaginada o implícita de los otros tiene en las ideas, los sentimientos y la conducta de los individuos” (p. 3). Debido a que la cantidad de información que estudia la psicología social es muy vasta, se limitará su revisión a algunos postulados que describan el estigma colectivo hacia la introversión y el aprecio a su contraparte, la extraversión.

La influencia que señala Allport de los otros sobre el individuo, tiene un fuerte impacto por distintas razones. Dos de las más estudiadas son la *conformidad* y la *obediencia*. De acuerdo con Levine & Pavelchak (1986), “existe conformidad cuando el individuo modifica su comportamiento o actitud a fin de armonizarlos con el comportamiento o actitud de un grupo” (p. 43), el cual puede estar determinado por una actitud, juicio o creencia bien establecida. Por otra parte, la obediencia

se da “cuando el individuo modifica su comportamiento a fin de someterse a las órdenes directas de una autoridad legítima” (p. 43), las cuales suelen establecerse de acuerdo con un esquema reconocido de valores y actitudes.

En el texto enciclopédico *Psicología Social*, a cargo de Stephen Worchel, Joel Cooper, George R. Goethals y James M. Olson (2003), se aborda el fenómeno de la *disonancia cognitiva*, acuñado por Leon Festinger en el año 1957, el cual está vinculado directamente con la conformidad y la obediencia antes mencionada. La disonancia cognitiva, conocida popularmente como la teoría del autoengaño, postula que cuando un individuo posee dos premisas, pensamientos o cogniciones incompatibles entre sí, tiende a tornarlas compatibles para reducir la disonancia, aunque tenga que modificar sus ideas o actitudes iniciales para conseguirlo (p. 159); en otras palabras, como tener dos cogniciones incompatibles genera displacer en el individuo, este lo resuelve tergiversando su contenido cognitivo. Por ejemplo, que un individuo sea fumador y al mismo tiempo sepa que fumar causa cáncer son dos hechos contradictorios, por tanto, el sujeto manipulará una de las dos cogniciones, dando como resultado, entre otras posibilidades, que ignore su saber sobre el cáncer producido por el tabaco y pueda seguir consumiéndolo sin experimentar displacer.

Una variante de la disonancia cognitiva que expone Festinger es la *adhesión forzada*, comprendida como una modificación cognitiva inducida por la presión pública y colectiva para asumir una determinada creencia o valor, reforzada además por el castigo que podría recibirse de no acoplarse cabalmente (citado en Salazar, J., Montero, M., Muñoz, C., Sánchez, E., Santoro, E. Villegas, J., 2012, p. 176-177).

La conformidad y obediencia poseen una destacable ración de distorsión cognitiva que prioriza las demandas externas por encima de las ideas o valores propios, pues las primeras son más difíciles de modificar que las individuales. Por otra parte, se juega también el miedo al castigo de exclusión por ser o pensar diferente a lo exigido. Es importante señalar que la conformidad y

obediencia se llevan a cabo desde la sumisión pública, pues no exigen la aceptación privada (Ovejero, 1998, p. 167-168); dicho de otro modo, la distorsión cognitiva puede llevarse a cabo únicamente cuando alguien más observa, pues cada quien puede pensar lo que quiera o tener secretos contracorriente mientras éstos no se hagan manifiestos.

La teoría de Festinger explica la plasticidad de las cogniciones y la relativa facilidad con la cual un individuo puede cambiar sus creencias y sistema de valores por la presión social, sin embargo, no ahonda en otros aspectos que se pueden involucrar en el proceso. Estas formulaciones ayudan a mostrar cómo la estructura social ejerce un poder de influencia sobre sus integrantes para que se conformen con sus demandas públicas y las repliquen sin importar que sean perjudiciales. Así entonces, puede colegirse que el señalamiento colectivo positivo hacia la extraversión y el negativo de la introversión está basado en premisas irracionales y sesgos cognitivos.

Las cogniciones que influyen en la comunicación social suelen formarse con base en sesgos y prejuicios. Worchel *et. al.* (2003) consideran que las personas crean juicios e inferencias irracionales y pobres por prestar mucha importancia al sentido común y a los atajos que, si bien pueden ser útiles y funcionales, pueden ser inapropiados o provocar consecuencias graves (p. 53). Esta es la antesala de los prejuicios negativos o estigmas, los cuales se definen como una actitud desfavorable hacia los miembros de un grupo, por ejemplo, y se basan únicamente en pocas o una sola característica en particular, sin detenerse a examinar nada más. Estos prejuicios, cabe agregar, suelen tornarse en actos de discriminación debido a la carga emocional que los componen (p. 194).

Así entonces, el estigma que acompaña a la personalidad introvertida se consolida por que el sujeto que se comporta de esta manera se aleja del comportamiento social deseable y, al mismo tiempo, desmiente la existencia de otras características ajenas al ámbito de la interacción, que podrían ayudar a entender la introversión más ampliamente, como Jung y Helgoe —incluso la literatura de autoayuda— opinan. Esta discordancia entre la forma de ser del sujeto introvertido y

su acoplamiento al medio social podría llegar a considerarse como un fenómeno de inadaptación por no desempeñar oportunamente las demandas del medio; sin embargo, cuando se recurre a la conclusión de que el sujeto no consigue adaptarse simplemente por tener una personalidad introvertida, se está recurriendo a la estigmatización, porque se reduce toda el ser de la persona a su conductual explícita. En otras palabras, esta acción discriminativa, caracterizada por ser muchas veces imperceptible, al mismo tiempo que juzga desmiente la existencia de otros factores, características o sucesos que podrían tener que ver con la inadaptación antes que la personalidad. Esto último no equivale a decir que un sujeto introvertido no pueda llegar a padecer de inadaptabilidad en su entorno a causa de su retraimiento, ni tampoco que este mismo sujeto esté bajo una crítica permanente en todos los contextos de su vida.

Quizá la explicación anterior puede comprenderse con mayor precisión gracias a los conceptos *estado de autonomía* y *estado de agente* del psicólogo Stanley Milgram (1974). Describe estas operaciones mentales de la siguiente manera:

Cuando una persona se halla en estado de autonomía se considera como individuo, se siente personalmente responsable de sus actos, utiliza su propia conciencia como guía de comportamiento correcto, pero cuando se encuentra en estado de agente considera que forma parte de una estructura jerárquica, siente que las personas situadas por encima de ella en la jerarquía (las autoridades) son responsables de sus actos y utiliza las órdenes de tales autoridades como guía de acción correcta (...) Una vez que un sujeto llega al estado de agente adquiere sensibilidad respecto a los deseos de la autoridad, acepta la definición de la situación dada por la autoridad y siente una responsabilidad menor hacia sus propios actos. (citado en Ovejero, 1988, p. 171)

La autoridad que obedece, y con la cual se conforma el sujeto en estado de agente, se puede ejemplificar con los cánones sociales esparcidos por sus integrantes, sin importar que estos sean

favorables o no. Además, como Milgram concluye, cuando los sujetos sociales se comportan de una manera negativa o distinta a la instada por su entorno, éstos se convierten en receptáculos de culpa tras la racionalización o distorsión de los acontecimientos, lo que orilla a dichos individuos, aparentemente inadaptados, a aceptar que efectivamente no siguieron la norma (p. 172).

La comprobación de Milgram, acerca de cómo un sujeto llega a renunciar a su autonomía para fundirse en un estado de agente a través de la distorsión cognitiva, son muy cercanas al pensamiento teorizado por Michel Foucault (2003) en su obra *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión*, donde explica que hay un sistema de vigilancia disciplinario que rige el comportamiento social para poder detectar, castigar y corregir toda desviación o anormalidad que no se ajuste o se aleje de la regla exigida (p. 184).

No se puede negar que el bienestar psicológico se ve afligido en la medida que determinado sujeto reciba continuamente juicios negativos, presión y castigos por parte del grupo que lo conforma. Worchel *et. al.* (2003) explican que además del influjo social, hay otros tres factores que forman parte del bienestar subjetivo del sujeto, los cuales son los acontecimientos cotidianos, conocer su identidad y sus relaciones con los demás (p. 89). Por tanto, los mismos autores proponen la *complejidad autopercebida* como una alternativa para sobrellevar el ruido social. Explican que un sujeto con baja complejidad autopercebida posee un conocimiento pobre de sí mismo, basado en características limitadas que, al serle criticadas, puede desarrollar desde ansiedad hasta depresión por no tener más medios internos para sujetarse, a diferencia de un sujeto con alta complejidad autopercebida, que puede acudir a múltiples cualidades personales cuando algunas le son denegadas (p. 88).

Por lo anterior, un sujeto introvertido que finiquite su identidad sólo a la introversión, podría ser susceptible a perderse en su medio social cada vez que reciba cualquier crítica a su persona porque desconoce hasta donde llegan sus propias virtudes; en este caso particular, sí

podríamos hablar de una inadaptación vinculada al tipo de personalidad. Por otra parte, aquel sujeto introvertido que tenga un conocimiento amplio de sí mismo —desde lo que piensa y siente, hasta su manera de reaccionar, entre otras cosas—, podrá recibir y saber manejar cualquier crítica o exigencia porque conoce y se vale de sus propios recursos personales, sin comprometer su estabilidad psicológica. Esto último no equivale a declarar que afrontar la crítica externa de manera eficiente sea indoloro o insufrible.

Con la psicología social se abordó la constitución de algunos estigmas que recibe la personalidad de tipo introvertida, lo que permitió responder la pregunta ¿cómo se le trata colectivamente a esta personalidad? En el segundo capítulo se retomará el contenido de esta sección, pero ahora encaminado a contestar ¿por qué se estigmatiza la introversión? tras investigar la estructura social desde la sociología. Antes de finalizar el primer capítulo, es crucial examinar la introversión a través la psicopatología, para distinguir cuándo se usa el término como tipo de personalidad y en qué ocasiones como criterio diagnóstico.

1.3.3 Psicopatología e introversión

La introversión suele considerarse implícita y explícitamente como un criterio relevante en algunas psicopatologías que se describen en los manuales diagnósticos, como en la quinta edición del *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*, publicado en el año 2013. En este contexto, la introversión no figura como un tipo de personalidad, sino como un indicador o rasgo patológico de retraimiento y restricción de la interacción social, por lo que es importante trazar una línea entre ambas concepciones de la introversión para evitar confusiones y no estigmatizar la introversión directamente como una afección mental. Para comenzar, se abordarán algunas psicopatologías que tienen un comportamiento introvertido y por qué este no corresponde con la personalidad introvertida.

La guía de consulta del DSM-V menciona implícitamente una conducta introvertida en el trastorno del espectro del autismo, sin embargo, muchos otros criterios diagnósticos caracterizan mejor este trastorno, como la desintegración del lenguaje verbal y corporal, presencia de estereotipias, intereses anormales, respuestas híper o hipoactivas frente a los estímulos sensoriales y el desinterés por otras personas (p. 28-29). El trastorno del espectro del autismo tiene un déficit en la interacción social, pero es producto de los criterios antes mencionados, mismos que la obstaculizan hasta imposibilitar el intercambio social totalmente; en la introversión, en cambio, la limitación interactiva es producto de una decisión no patológica.

Un par de trastornos que pueden confundirse con el tipo de personalidad introvertida son los trastornos de la personalidad esquizoide y esquizotípica, cuyos criterios diagnósticos principales se basan en la calidad de la comunicación con el medio. En el DSM-V, el primero se caracteriza por un “patrón dominante de desapego en las relaciones sociales y poca variedad de expresión de las emociones en contextos impersonales, que comienza en las primeras etapas de la edad adulta y está presente en diversos contextos” (p. 361). El manual agrega que el esquizoide no disfruta la intimidad ni la pertenencia en un grupo social, que se presenta con anhedonia ante cualquier actividad, que se mantiene indiferente a la crítica social y que carece de afectividad y apego, mostrándose con frialdad emocional (p. 361). En el trastorno de personalidad esquizotípico, por otra parte, se describen distorsiones cognitivas y perceptivas, tales como creencias, ideas y comportamientos extraños, experiencias corporales ilusorias, ansiedad social excesiva, entre otros criterios cercanos a la esquizofrenia (p. 362). De manera similar al trastorno del espectro del autismo, éstos poseen un déficit importante en la expresión y comunicación con el medio, producidos por los demás criterios, pero alejados de un tipo de personalidad introvertida.

También es importante distinguir la introversión con el trastorno de la personalidad evasiva, definido por el mismo DSM-V como un “patrón dominante de inhibición social,

sentimientos de incompetencia e hipersensibilidad a la evaluación” (p. 366). Algunos de los criterios más específicos son: evitación de contactos interpersonales por miedo a la crítica y al rechazo, poca disposición a la relación a menos de saberse apreciado, inhibición y retracción en nuevas situaciones interpersonales por tener un sentimiento de ineptitud e inferioridad y rigidez a implicarse en nuevas actividades que podrían resultar embarazosas (p. 366-367). El malestar que da lugar en este trastorno de la personalidad es tan elevado que orilla a evitar el intercambio interpersonal a toda costa. El introvertido, en contraste con el evasivo, si bien no es inmune a la ansiedad que representa la convivencia social, su evitación no es consecuencia de un pobre manejo de la misma ni tampoco de una opinión altamente desvalorizada de sí mismo.

Por otra parte, con el trastorno de la fobia social puede ocurrir que se le confunda con la introversión si se observan únicamente desde la primera impresión, la de relegar la interacción social, algo similar a lo que Carducci explicó que generalmente ocurre con la timidez al pensarla como un sinónimo de introversión. Lo que caracteriza al fóbico social es el miedo o ansiedad intensa en una o más situaciones sociales en las que el individuo está expuesto a ser observado y evaluado por los demás, lo que lo orilla a renunciar a la interacción o presentarse delante de otras personas (p. 132), comportamiento similar al del trastorno de la personalidad evasiva. La conducta manifiesta del fóbico social es la evitación de estos contextos debido al miedo y ansiedad excesivos. A diferencia del tímido descrito por Carducci, quien ansía la interacción con los demás y se recrimina no saber hacerlo, el fóbico no tiene siquiera un deseo latente de vincularse. Finalmente, en contraste con el introvertido, quien se aísla por no desear la convivencia en un determinado momento, el fóbico social se aleja por el elevado malestar que le produce la interacción.

Como se pudo observar, la palabra introversión puede emplearse tanto en el campo de la psicopatología como en el de la personalidad, ya que en ambos coinciden ciertas características

similares y superficiales, no obstante, en la psicopatología se tiene que considerar el malestar clínicamente significativo extendido en las diferentes esferas del sujeto y serle restrictivo en la cotidianidad, como se hizo patente en los trastornos mencionados del DSM-V. En otras palabras, la introversión no es patológica por sí misma, pues es imperativo observar otra serie de criterios para dirigirla hacia la línea de la enfermedad.

Pero pese a los esfuerzos de procurar un nuevo y más preciso entendimiento del término introversión, la psicóloga Olsen (2007) declara que generalmente suele confundirse este tipo de personalidad con diversas psicopatologías, como las señaladas, hasta fundirse en sinónimos (p. 34). A propósito, Helgoe (2012) narra que en el borrador la tercera edición del DSM —hacia los años setentas—, estuvo considerado el diagnóstico de trastorno de personalidad introvertida. Incluso en el año 2010, la Asociación Americana de Psiquiatría explicaba la introversión como un rasgo de personalidad patológico de retraimiento de las demás personas y del mundo en general, caracterizado por una limitada expresión afectiva, experiencia y capacidad hedónica (p. 50-51). Cabe agregar que en la novena edición de la *Clasificación Internacional de Enfermedades* se hace patente el diagnóstico de personalidad introvertida, como un subtipo del trastorno de personalidad esquizoide (2014, p. 689-690).

El estigma que está socialmente constituido sobre el tipo de personalidad introvertida —ahondado en la sección anterior— parece ser producto de una entremezcla de los saberes de la psicopatología con los constructos sociales. Este enlace lo elabora y explica Foucault en *El poder psiquiátrico*, donde sentencia, en primer lugar, que la institución psiquiátrica es un elemento que sirve al dispositivo de disciplina social para organizar su realidad en torno a la locura (2014, p. 265), es decir, la institución de salud mental se conforma con el régimen social para procurar un orden colectivo que gira en torno a la supuesta normalidad o salud mental.

En segundo lugar, aclara Foucault, para declarar un comportamiento como normal o anormal tienen que construirse diagnósticos tajantes, que no guarden puntos intermedios entre la salud y la enfermedad; en sus propias palabras:

En cierto nivel, desde luego, la práctica, el diagnóstico psiquiátrico, se desarrolla al parecer como diagnóstico diferencial. Pero, a decir verdad, todo esto, creo, no es más que una actividad superficial y secundaria en comparación con la verdadera cuestión planteada en cualquier diagnóstico de locura; y esa verdadera cuestión no es saber si se trata de tal o cual forma de locura, sino si es o no locura. (p. 304)

Foucault señala que todo rasgo patológico o anormal, por más mínimo que sea, se busca y condena por ser una desviación de lo preestablecido por la comunidad, sin importar que pueda ser intrascendente para el portador o que carezca de peligrosidad latente para los demás. Esto podría ayudar a pensar que la introversión tiende a verse negativamente por el solo hecho de existir, aunque se le diferencie de psicopatologías documentadas pues, finalmente, su manera de ser es disímil a la normativa.

Ligado con lo anterior, y concordante con los postulados de Foucault, el psiquiatra Tomas Szasz (2000) sostiene en *Ideología y enfermedad mental* que la pesquisa de lo normal no es una cuestión de interés médico, sino un problema moral y social (p. 92), que responde a las ideologías y estrategias contemporáneas. Su finalidad, concluye, es caracterizar a la enfermedad mental como una conducta que corrompe las normas psicosociales, éticas o jurídicas vigentes (p. 27).

Gracias a los estudios de Foucault y Szasz no es muy desatinado ni imprudente considerar que la institución de salud mental es susceptible a alterar sus cogniciones a favor de las exigencias sociales, las cuales pueden llegar a pasar inadvertidas en forma de principios, valores y actitudes aparentemente inofensivos, pero que, como se ha advertido, se basan en una serie de ideales inciertos, orientados por prejuicios y estigmas.

Capítulo 2

La estructura social contemporánea y su vinculación con la introversión

*No se trata de enternecerse frente a una
herida que siempre vuelve a abrirse.
Quienes la sufren no la sienten.
Es más bien a la especie humana y no al
individuo a quien se hiere aquí, a quien se
perjudica.*

Saint-Exupéry, *Tierra de hombres*

En el capítulo precedente se efectuó una revisión teórica del concepto de introversión como un tipo de personalidad con la finalidad de integrar y contrastar diferentes teorías que la estudian; específicamente, el abordaje se realizó desde la literatura de autoayuda, la psicología analítica y la psicología y sus ramas social, biológica y psicopatológica. Este recorrido teórico se ordenó de esta forma para seguir el primer objetivo de la tesina, el cual se dividió a su vez en tres tareas primordiales. La primera de ellas fue acercarse a saber qué se entiende como personalidad introvertida, a partir de la descripción de sus características intrapsíquicas e interactivas y cómo se le distingue de otras personalidades, como la extravertida. Como segunda labor, se diferenciaron los usos más frecuentes que se le dan dentro de la psicología a la palabra introversión: como un tipo de personalidad, como un rasgo de ésta y como un criterio diagnóstico de algunas psicopatologías. Finalmente, se procuró comprender cómo se han erigido los estigmas que describen a la introversión como algo indeseable y con tintes patológicos, así como los fenómenos que podrían explicar por qué el introvertido suele aceptar estos estereotipos inadvertidamente hasta el punto de sentirse francamente como una persona carente de habilidades sociales, como un ser inadaptado o como alguien que merece la exclusión por no adecuarse a las normas de su entorno.

El capítulo anterior se cerró con la tesis de Foucault y Szasz, quienes reflexionan acerca del poder que puede llegar a tener la estructura social sobre diferentes campos de conocimiento, como la psicología en este caso. Con base en esta reflexión parte este segundo capítulo, pero con el objetivo de localizar y explicar, con algunas teorías sociológicas, qué factores, elementos y motivos colectivos relucen cotidianamente en la sociedad contemporánea y cómo estos propician la generación, propagación y estandarización de los estigmas hacia la introversión.

2.1 El arquetipo junguiano

En la primera parte de la tesina se partió con la teoría de Jung sobre los tipos psicológicos, para tener una base sólida y común del concepto de introversión como un tipo de personalidad, que sirviera de apoyo para avanzar en los apartados subsecuentes de la tesina. Con este aporte, también se comenzaron a diferenciar los distintos usos que suele tener la palabra introversión ajenos al del campo de la personalidad, como el que usa la psicopatología, por ejemplo.

En esta ocasión, es útil recurrir nuevamente al pensamiento junguiano para cimentar algunas bases que orienten el contenido de este capítulo, desde un punto de vista más cercano a lo social. Los conceptos seleccionados para esta labor son el de arquetipo e inconsciente colectivo.

En la obra *Arquetipos e inconsciente colectivo*, Jung concibe los arquetipos como “contenidos psíquicos no sometidos aún a elaboración consciente alguna, y representa entonces un dato psíquico todavía inmediato” (1970, p. 11). Afirma que la no elaboración de estos sucesos psíquicos sucede porque no es posible conocer su naturaleza última: “cada experiencia contiene un número ilimitado de factores desconocidos, por no mencionar el hecho de que cada objeto concreto es siempre desconocido en ciertos aspectos, porque no podemos conocer a naturaleza última de la propia materia” (1955, p. 23). Establece que frente a la limitación humana de conocer

en sí mismos los sucesos psíquicos o arquetipos, el humano crea símbolos conscientes para darles sentido.

Jung también denomina a los arquetipos con los nombres imagen colectiva, remanente arcaico e imagen primordial, pues destaca el carácter colectivo e histórico de estos patrones universales. Declara que es común que, entre las personas, indistintamente de su lugar geográfico y momento histórico, haya alguna vez existido “la vaga sospecha de que algo está a punto de romperse en la consciencia, de que «algo está en el aire» o de que «nos olemos algo»” (1955, p. 37), pero sin tener éxito en identificarlo. Puntualiza que los arquetipos, debido a su naturaleza descrita, son los elementos básicos del inconsciente colectivo que él mismo teoriza.

Jung (1970) diferencia la existencia de dos inconscientes que confluyen en el sujeto: el personal y el colectivo. El primero lo caracteriza por la propia experiencia del sujeto y su construcción individual; el colectivo, como un estrato arcaico más profundo, innato y de naturaleza universal. En contraparte con el individual, el inconsciente colectivo posee contenidos y modos de comportamiento —arquetipos— que son idénticos en todos los individuos; en otras palabras, es un fundamento anímico de naturaleza suprapersonal existente en todo hombre (p. 10), cuya heredabilidad no tiene que ver con la “transmisión por descendencia directa o «fertilización cruzada» mediante inmigración” (1955, p. 69); sencillamente se da. Por otra parte, justifica que el contenido del inconsciente colectivo es vigente y arcaico al mismo tiempo, pues explica que a pesar de que haya variado con el paso de los siglos la forma de describir y significar simbólicamente sus arquetipos, el núcleo o modelo básico de cada uno permanece intacto (p. 67).

A lo largo del texto *El hombre y sus símbolos* de 1964, Jung hace un recorrido teórico extenso donde explica cómo se han conformado y repetido, desde los inicios de la historia de la humanidad, diferentes símbolos para explicar motivos abstractos e incognoscibles en sí mismos, como el mito del héroe, la vida, la muerte, el peligro, lo místico, etc. Justifica que, en torno a estos

arquetipos, se han creado mitos, religiones y filosofías que tratan de entenderlos, llegando incluso a orientar a naciones enteras y a toda una época histórica. En el mismo texto también da un significado relevante a los símbolos oníricos y su conexión con el inconsciente colectivo; sin embargo, en las siguientes líneas no se abordará más este contenido teórico, pues únicamente interesa para los fines de la tesina finiquitar esta sección con algunas características más de los arquetipos.

Hay unas cualidades adicionales de los arquetipos junguianos que podrían explicar con claridad el devenir de la sociedad contemporánea: su impulsividad, su origen desconocido y que causa asombro cuando se está frente a uno.

Jung piensa que los arquetipos fomentan en el sujeto conductas que tienden a buscar explicaciones sobre lo desconocido; actividades que son muy marcadas y equiparables al impulso con el que las aves construyen sus nidos (p. 69); esclarece que no hay que confundir esta tendencia con lo instintivo. Un instinto es simplemente una necesidad fisiológica que se percibe por los sentidos, mientras que la tendencia a entender los arquetipos no se relaciona con la fisiología, sino que construye fantasías e imágenes simbólicas para tratar de explicar el contenido de lo incognoscible (p. 69). Lo que se rescata con esta fehaciente tendencia humana, es que el sujeto busca desde lo colectivo una respuesta que anule su desconocimiento frente a un arquetipo; esta búsqueda no es azarosa, ya que, de acuerdo con Jung, responde a un sistema arcaico que ya ha abordado en el pasado el mismo arquetipo, pero de diferentes maneras. El sujeto en busca de saber utilizará en su presente —y la raza humana en el futuro— un conjunto de conductas, símbolos y fantasías que se adecúen a su momento histórico para tratar de comprender lo desconocido en el mundo.

Finalmente, y de una manera concreta, Jung sentencia que los arquetipos tienen un origen desconocido y que son inconscientes casi en su totalidad, esto debido a que, si fueran cognoscibles

y se supiera la fuente donde se crearon, se entenderían totalmente y no causaría asombro o desconcierto cuando alguno se acerca a la consciencia (p. 69).

Esta revisión más o menos somera de la teoría junguiana sobre inconsciente colectivo y sus arquetipos, será retomada en algunos puntos subsecuentes de este capítulo, para tratar de ubicar qué arquetipos se presentan en la colectividad cuando se habla de personalidad e introversión, sobre todo cuando su lectura atraviesa la evaluación estigmatizante.

2.2 El ideal extravertido de Susan Cain

Cain no se detiene en comprender y describir cualitativamente qué se entiende por personalidad de tipo introvertida, también atraviesa su obra con diversas observaciones socioculturales e históricas que datan de inicios del siglo XX hasta la actualidad, que involucran directamente esta personalidad. Su reflexión la guía para responder por qué la sociedad trata negativamente a la introversión y la evalúa bajo la sombra de la extraversión, como si esta otra personalidad fuera el modelo ideal a alcanzar.

Cain (2012) explica que entre el ocaso del siglo XIX e inicios del siglo XX regía en la cultura un modelo de personalidad caracterizada por la seriedad, la disciplina y el respeto (“El nacimiento del”, párr. 8), dentro de la cual se esperaban conductas reservadas y formales por parte de sus integrantes. Esto se fue modificando conforme el siglo XX avanzaba hasta tornarse en la cultura actual, que solicita a sus integrantes hacer uso excesivo de su imagen personal para causar una buena impresión, especialmente frente a desconocidos (“El nacimiento del”, párr. 8-11).

Cain se basa en el texto de 1913 *Cómo hablar bien en público e influir en los hombres de negocios* de Dale Carnige, para explicar que los ciudadanos deben conocer y dominar la oratoria como una habilidad trascendente para poder acoplarse a la cultura, pues esta capacidad comunicativa ya no es exclusiva del ámbito laboral. Cain cita a Carnige:

Si en los tiempos en que los pianos y los cuartos de baño eran artículos de lujo (...) los hombres consideraban que el de hablar bien en público era un don peculiar que solo necesitaban los abogados, los clérigos o los hombres de Estado, hoy nos damos cuenta de que constituye un arma indispensable para quienes avanzan con pasos de gigante en la intensa competición de los negocios. (párr. 6)

Esta nueva *cultura de la personalidad*, como Cain la llama, comenzó preocupar a la sociedad, lo que ocasionó la fusión de los intereses personales con los laborales. Según ella, a partir de esto una gran cantidad de libros de superación personal comenzaron a publicarse desde los tiempos de Carnige hasta la fecha, con la premisa de que es indispensable capacitar a las personas a que desarrollen un nuevo potencial interpersonal y profesional en poco tiempo para que no se queden rezagadas en toda forma de vida social.

Más adelante, Cain relata que en la cultura de la personalidad se potenciaron las ventas de artículos de aseo personal y demás productos similares, bajo la promesa de que con estos se mantendría impecable la imagen individual para conseguir impresionar al interlocutor; publicitaban que la primera impresión es la que más cuenta, por lo que es indispensable reflejar confianza y seguridad frente al ojo crítico que siempre está al asecho (párr. 20). Podría pensarse que el mercado se aprovechó del temor colectivo al rechazo, que además potenció con su publicidad, para poder lucrar con sus productos. En otras palabras, parece que a través de la publicidad se fomenta la necesidad de prestar atención a síntomas específicos, al mismo tiempo que se vende la solución efectiva para solucionarlos; como si el individuo fuera no fuera más que un vehículo mercantil. Más adelante se ahonda esta cuestión de orden consumista.

A pesar de sostener que la cultura de la personalidad influye al colectivo a través del mercado, Cain también afirma que estas pautas sociales ligadas al éxito personal y profesional también alcanzaron a la psicología, pues existían descripciones negativas para quienes no

manifestaran conductas y actitudes expansivas (párr. 26). Relata que conforme el siglo XX seguía en marcha, el concepto *complejo de inferioridad* acuñado por Alfred Adler (1926), sirvió como una explicación teórica lo suficientemente convincente para justificar la detección y corrección de comportamientos distintos a los estandarizados en la sociedad. La definición que Adler realiza del complejo de inferioridad se localiza en su texto *Conocimiento del hombre*:

Todos los niños se sienten inferiores por vivir en un mundo de adultos y hermanos mayores, y durante el proceso normal de crecimiento aprenden a orientar estos sentimientos hacia la consecución de sus objetivos. Sin embargo, si las cosas se tuercen durante el proceso de maduración, puede ser que se ven obligados a cargar con este temido trastorno, propensión que reviste no poca seriedad en una sociedad cada vez más competitiva. (Citado en Cain, 2012, párr. 27)

Cain sostiene que este fenómeno estigmatizante también alcanzó a diversos profesionales de la psicología —aún en joven desarrollo—, pues llegaron a servirse de la teoría del complejo de inferioridad en toda situación donde las personas pudieran detectar problemas o déficits en su relación con los demás, sin importar el contexto o la edad (párr. 27). Cabe agregar que, curiosamente, no se recurría a más obras adlerianas para entender el trasfondo de su constructo teórico; da la impresión que únicamente se tomaba en cuenta su sentido negativo sin dar lugar a la reflexión.

Justifica Cain:

Desde aquel momento, psicólogos, trabajadores sociales y médicos se centraron en sujetos normales con «desajustes de personalidad», y en particular en criaturas tímidas, pues tal condición —advertían— podría acarrear resultados terribles, desde alcoholismo hasta suicidio, en tanto que el temperamento expansivo estaba llamado a propiciar el buen éxito social y financiero. (párr. 29)

A partir de ese momento, los niños han sido educados para que se adapten a las nuevas exigencias del medio y no tengan conductas ni aficiones solitarias, por el miedo de que pudieran ser perjudiciales con el paso del tiempo. Relata Cain que de estos planteamientos derivan del interés por preparar a los niños, desde cada vez menor edad, a enfrentar el mundo *real* a través del establecimiento de lazos con la colectividad y habilidades comunicativas (párr. 30), pues con estos métodos se esperaba que los retoños consiguieran el éxito o, quizá más preciso, evitaran el fracaso. Incluso se podría pensar en la construcción de nuevos desafíos colectivos para procurar la adaptación, pero no hay que perder de vista que las instrucciones comportamentales, si se sigue la lectura de la autora, giran en torno de prejuicios.

Cain advirtió en su investigación que el proceso de adaptación, basado en la conformidad social, la obediencia y el prejuicio, era un promotor de tensión y ansiedad colectiva muy elevados, con las cuales se veía beneficiado el mercado farmacológico. En el año 1955 salió a la venta un ansiolítico de nombre Miltown, ideado para sobrellevar el angustioso y competitivo día a día; posteriormente, hacia 1960, se vendió un medicamento similar llamado Equanil, el cual era vendido a razón de un tercio respecto a todos los medicamentos existentes en el momento (párr. 37). Uno de los objetivos de los fármacos era ayudar a que el consumidor consiguiera alcanzar el éxito personal a través del difícil entorno social; la otra cara de la moneda, quizás más importante, procuraba alejar la presencia de características propias de la introversión en los sujetos sociales.

La narración que comparte Cain parece ser una escenificación clara de la tendencia humana que describía Jung, para explicar algo que sucede en la vida colectiva, pero que no se alcanza a entender qué es. En este contexto, parece que vislumbra la presencia de un arquetipo, como podría ser el que recuerda la fragilidad humana de no poseer en sí la perfección —éxito— de su ser. Jung podría explicar que en lugar de que el sujeto social oriente el pensamiento hacia la asunción de que los seres humanos son endebles por su propia naturaleza, la presencia de este arquetipo le

motivará a generar fantasías impulsivas que expliquen la existencia de una entidad externa responsable de las flaquezas personales, así como la necesidad de expulsarla de la vida colectiva a favor del bien común.

En sus observaciones finales, Cain relata que el afán de identificar patologías en la vida cotidiana sigue latente y constante; sostiene y critica que no hay suficiente cuidado al abordar la enfermedad mental, ya que su terminología se extiende con indiferencia hacia la plática social, lo que propicia la generación y extensión de estigmas y estereotipos (párr. 45). La autora procura comprobar con su abordaje la manera en que la introversión se ha visto desdeñada desde hace un siglo, sin embargo, parece que la sociedad segrega a cualquier sujeto que no siga el curso que trazan sus cánones, independientemente de su tipo de personalidad.

2.3 La sociedad transparente y positiva.

La investigación de Cain expone directamente la teoría de que existe una sociedad que se ha edificado desde la extraversión o cultura de la personalidad durante el último siglo, y cómo al mismo se desapueba la introversión por recordar comportamientos opuestos a los estandarizados para el éxito. De aquí en adelante, los planteamientos sociológicos no nombran explícitamente la personalidad introvertida, ya que los autores seleccionados no priorizan los factores psicológicos en su análisis de la estructura social; no obstante, se procuran vincular tales postulados con la personalidad introvertida para integrar un conocimiento transdisciplinario entre psicología y sociología, con el objetivo de comprender por qué los estigmas socioculturales ya reconocidos en la introversión son aceptados y extendidos colectivamente.

Byung-Chul Han (2013) es un analítico y crítico de los fenómenos socioculturales de occidente, quien suele retomar las ideas formuladas por filósofos y sociólogos clásicos para proponer una mirada cultural correspondiente al acaecer del siglo XXI. En *La sociedad de la*

transparencia, explica que la estructura social se encuentra bajo las exigencias de transparencia y positividad, las cuales fungen como cánones sociales primarios. En primer lugar, explica que la transparencia se valora porque elimina lo otro, lo extraño, y permite estabilizar y acelerar el sistema social (p. 13); sirve como una medida de protección frente a todo riesgo potencial —incluso latente o imperceptible—, ya que impide la existencia de malas intenciones y motiva a la sociedad a continuar con sus actividades productivas sin tener que preocuparse de que algo amenazante vaya a filtrarse; promete de antemano que *todo* será puesto en evidencia. En pocas palabras, la transparencia está al servicio de la seguridad y funge como un representante simbólico que combate el arquetipo del peligro, bajo la explicación de que algo incognoscible asecha y conviene hacerle frente antes de que sea tangible.

Es preciso detenerse en el tópico de la seguridad ya que, a primera instancia, podría considerarse la transparencia como un camino eficiente e ideal para procurar una vida lo más alejada posible del peligro. El sociólogo Zygmunt Bauman (2013) cuestiona la supuesta seguridad en *Vida líquida* dividiéndola en dos vertientes. En la primera, afirma que propender hacia la seguridad es una condición humana común, pues generalmente la compañía de extraños resulta inquietante, debido a que exactamente en el desconocimiento de las intenciones y la forma de pensar de los desconocidos se entraña un riesgo, principalmente por no poder calcular las posibles conductas que pudieran presentarse (p. 104). Pero, en segundo lugar, señala que la inseguridad no es tan fácil de sobrellevar en la era contemporánea, pues explica que su noción ya se ha extendido en los círculos cercanos, porque incluso quienes alguna vez fueron conocidos ya se han entremezclado en las calles de la ciudad con otros ni siquiera vistos alguna vez: los enemigos y los extraños, por ejemplo (p. 99). Esta novedosa manera de interacción exacerba la noción de inseguridad en lo otrora confiable y, de acuerdo con Bauman, diversas fuerzas de orden jerárquico,

político y comercial fomentan este fenómeno, a tal grado sea imposible excluirse de este devenir sociocultural.

Esta primera elucidación da una idea sencilla de por qué la introversión, orientada al secreto y la intimidad, podría ser mal vista, pues concretamente no es posible saber qué se podría estar confabulando con su silencio; puede que no haya alguna mala intención de por medio, pero la incertidumbre motiva a que se exija la expresión. Pero la transparencia no se limita a exponer lo que se calla.

Han denota que la transparencia se piensa como un vehículo que asegura relaciones sociales más reales, cabales, creíbles y auténticas, como si combatiese toda forma de máscara y apariencia (2012, p.68-69). La transparencia, prosigue, solía ser exclusiva del ámbito económico o político (p. 11), pero se ha extendido a cada rincón de la vida común, tornándose una necesidad altaiva.

Así entonces, con la transparencia cada integrante de la sociedad pierde su individualidad hasta convertirse en un elemento funcional del sistema colectivo, como si fuera un ente uniformado; la transparencia puede llegar a ser eficiente en tanto sea violenta (p.13-14). Pero no solo se exige una expresión total, sino que además el contenido manifiesto tiene que ser inofensivo; en otras palabras, la transparencia también demanda positividad porque, de acuerdo con Han, la actitud positiva ayuda a que la negatividad —su antónimo—, no perturbe la lisa comunicación de lo igual (p. 13) y tampoco permite que el dolor y desconocimiento de lo invisible se haga manifiesto o se le dé forma (p. 18).

La transparencia y la positividad de la manera en que las describe Han, son exigencias que estructuran el pensamiento, los juicios y comportamientos sociales bajo la promesa de alcanzar la emancipación de la inseguridad, el dolor y el sufrimiento, sin embargo, si se les revisa con cuidado, no es desatinado creer que es imposible materializar sus juramentos. Esto se explica porque el *modus operandi* de la positividad consiste en que un individuo únicamente puede manifestar

aquello carente de algún matiz sufriente; en consecuencia, la transparencia, al verse limitada por dicha instrucción, no le queda otra opción que tergiversar todo contenido negativo y convertirlo en algo agraciado. Y por si no fuera suficiente, Byung-Chul Han (2013), sirviéndose de una reflexión freudiana, concluye que ni siquiera uno mismo puede serse transparente:

El yo niega precisamente lo que el inconsciente afirma y apetece sin límites. El ello permanece en gran medida oculto al yo. Por tanto, un desgarró atraviesa el alma humana, que no permite al yo estar de acuerdo consigo mismo. Este desgarró fundamental hace imposible la propia transparencia. (p. 15)

Eva Illouz (2007), socióloga francesa especializada en el análisis de los vínculos humanos contemporáneos, ejemplifica cómo la apariencia y la falsedad que Han aborda ha repercutido en la percepción social de estos tiempos y que el Internet ha sido el medio y vehículo por excelencia para que esto ocurra. Comenta que, en las redes sociales virtuales, por ejemplo, primero se emite un juicio sobre las personas que se conocen con base en atributos o características superficiales y sólo después se aprehende la presencia corporal del otro (p. 170-171). Esclarece la contradicción que se juega con la transparencia y la positividad con base en la falsa apariencia: por un lado “la tecnología de Internet hace que efectuemos una profunda introspección, es decir que exige una concentración sobre sí a los efectos de plasmar y comunicar su esencia única, en forma de gustos, opiniones, fantasías y compatibilidad emocional” (p. 171). Este modelo interactivo pide al sujeto que se conozca y sea transparente al expresar quién es, qué le gusta, qué piensa, etc., para simpatizar y convivir en armonía. Pero más adelante, prosigue Illouz, se nota que la competitividad dentro y fuera de la red para sobresalir es tal que, si el individuo quiere ser aceptado, debe conformar un yo lúdico, auto creativo y engañoso para manipular eficazmente su identidad; además, debe ser sensible a los diferentes contextos sociales y adaptarse a las exigencias de los

mismos (p. 172-173). Dicho en pocas palabras, este individuo digital necesita explotar un conjunto de cualidades positivas preestablecidas, las posea o no.

El análisis de Illouz permite visualizar una vez más que el modelo sociocultural valida la hipocresía. Por un lado, solicita a sus integrantes a mostrarse ante los ojos de los demás, y por otro, no se le permite manifestar una imagen negativa o desviada de la norma. Esto se traduce que para que el sujeto no sea excluido, debe utilizar la falsedad y manipular su yo como medidas adaptativas válidas.

El modelo social que analiza y presenta Han se puede pensar como un sistema ambiguo que fomenta y exige la falsa apariencia a sus ciudadanos —mientras sea positiva— y contradice el objetivo principal de combatir todo tipo de engaño. Aun así, la transparencia es aceptada y hasta explotada, pues como se revisó con Cain, la impresión superficial parece que es la que más importa.

Por lo anterior, cualquier sujeto, sin importar quién sea o cuál sea su personalidad, puede ser aceptado en la sociedad siempre y cuando su comportamiento se adapte coherentemente con las exigencias que ésta demanda. El sujeto introvertido, por ejemplo, ya que se caracteriza con la intimidad, el silencio y el recato, será periódicamente sojuzgado por ser así; entonces, lo único que debe hacer para escapar de este destino es fingir permanentemente ser lo opuesto; aceptar su estigma y acondicionar su personalidad. Es preciso recordar que se puede llegar a justificar que aquél que no converja con las pautas trazadas por la colectividad pudiera manifestar francamente dificultades adaptativas para integrarse en su entorno; justo por esto, también vale la pena tener en cuenta los aportes de Han e Illouz para pensar y diferenciar si se está frente a un conflicto relacional o se está replicando el fenómeno de la estigmatización.

La revisión del modelo social de Byung-Chul Han —el cual es una fracción de lo que se puede decir de la sociedad—, insta a la reflexión de que hay un sistema sociocultural complejo y

abstracto que influye en el día a día y que impacta la forma de ser de las personas por reducir las a caracteres estandarizados. Con esta revisión, se puede concluir que los influjos de positividad y transparencia influyen sobre la personalidad introvertida por su manera de ser reservada y silenciosa; sin embargo, se observa que el impacto se da por igual a todo miembro de la sociedad, independientemente de su personalidad.

A continuación, se revisarán otras lecturas de la estructura social contemporánea y se procurará establecer un nuevo vínculo con la personalidad introvertida, siguiendo la línea de identificar desde otro punto de vista la desaprobación de las características introvertidas.

2.4 La modernidad líquida de Zygmunt Bauman

La teoría social que desarrolla Bauman (2013) describe otro punto de vista de la manera de operación de la estructura social contemporánea. Este sociólogo aportó a las ciencias sociales su característico término *líquido*, el cual sirve como un adjetivo que designa el tipo de vida distintivo de la época actual, que denomina *modernidad líquida*.

De acuerdo con Bauman, en este estilo de vida distintivo del siglo XXI rigen condiciones sociales que demandan cambios constantes y rápidos en los sujetos que conforman la colectividad, lo que impide que las acciones diarias se consoliden en rutinas y hábitos sólidos que perduren con el tiempo (p. 9). El adjetivo líquido explica que este devenir social fluye con rapidez e inestabilidad como el agua, la cual carece de forma y quietud hasta que se acopla a un sólido que la contiene y la estructura. Así como la metáfora del vital líquido, comenta Bauman, la vida contemporánea es precaria y vivida con incertidumbre constante (p. 10).

Más adelante, el autor explica por qué el sujeto líquido necesita estar en constante movimiento:

Las más acuciantes y persistentes preocupaciones que perturban esa vida son las que resultan del temor a que nos tomen desprevenidos, a que no podamos seguir el ritmo de unos acontecimientos que se mueven con gran rapidez, a que nos quedemos rezagados, a no percatarnos de las fechas «de caducidad», a que tengamos que cargar con bienes que ya no nos resultan deseables, a que pasemos por alto cuándo es necesario que cambiemos de enfoque si no queremos sobrepasar un punto sin retorno. (p. 10)

A partir de la idea anterior, es factible pensar que las demandas líquidas instan al sujeto a ser muy flexible para conformarse y renovarse contantemente a nuevos comienzos. Bauman señala que esta exhaustiva exigencia logra aislar el sufrimiento y dolor que suele acompañarse con cada renovación, porque de no ser así sería imposible concebir nuevos comienzos (p. 10). Esta esquiva de lo doloroso recuerda al objetivo de la positividad enunciada previamente por Han, que posiblemente responde al influjo del arquetipo de lo peligroso, motivando al sujeto a buscar impulsivamente alguna solución que le de seguridad.

Bauman piensa que el aislamiento emocional de lo negativo está íntimamente vinculado con el consumismo, pues en el mundo contemporáneo todo se trata como objeto confortable que se utiliza y desecha rápidamente, es decir, a manera de artefactos que dejan de ser útiles al mismo tiempo en que son utilizados (p. 18). Con el más mínimo uso, opina Bauman, tales objetos pierden su lustre, atracción, potencial seductivo y valor; y cabe agregar que hoy en día todo puede caber en la categoría de ser desechable —desde un bien material o un servicio, hasta un sentimiento y una persona—. Bauman sugiere que la evasión del temor dirige esta nueva noción:

En el mundo líquido, la solidez de las cosas, a semejanza de la solidez de los vínculos humanos, tiende a percibirse como una amenaza: al fin y al cabo, cualquier promesa de lealtad, todo compromiso a largo plazo, augura un futuro cargado de obligaciones que limitan la libertad de movimiento y reducen la capacidad de aprovechar otras

oportunidades. La perspectiva de soportar una cosa o un vínculo indisoluble durante el resto de la vida resulta repulsiva y aterradora. (2011, p. 106)

En la modernidad líquida se evita tener responsabilidades porque se interpretan como puertas de acceso a afectos complicados. El reemplazo de los objetos, sentimientos o personas después de su aprovechamiento se establece como una operación predilecta en estos tiempos, porque da placer instantáneo y anula la negatividad. No obstante, para que la ida líquida consiga ser exitosa, el sujeto tiene que adquirir un nuevo bien inmediatamente después de desechado el anterior, para que no sucumba ante él y pueda entonces eludir contento el pesar de la pérdida.

En resumen, la vida líquida que estudió Bauman exige velocidad y actualización constante, porque la novedad está a la orden del día y es peligroso no estar a su altura. A diferencia del análisis social de Cain y Han anteriormente abordados, en el de Bauman se puede observar que el castigo que se recibe por no adecuarse al contexto, no lo impone el conglomerado social, ya que el sentimiento de impotencia por no poder estar a la altura de la vida líquida se percibe como si fuera responsabilidad de uno mismo; el sujeto asume ser inadaptado sin siquiera pensar en contradecirlo. De esta manera, el otro que presiona reside dentro del mismo sujeto, dejándolo sin escapatoria y exigiéndole una permanente autoobservación y autocrítica que fácilmente hace que se desinterese de los demás. Sin ir más lejos, parece ser esta la forma más eficaz de autoritarismo porque, de acuerdo con Bauman, sí hay quienes regulan y fomentan que todo lo antes planteado suceda.

Bauman no vincula la introversión con su modelo social, aunque no por eso son incompatibles. En espera de no realizar una extrapolación forzada de la modernidad líquida con la personalidad introvertida, lo que se concluye en esta sección es que parecen ser opuestos los elementos principales que describen esta personalidad —sobre todo los que la caracterizan desde la parsimonia y calma— y los que se exhortan en la cultura líquida: velocidad, movimiento incesante y actuar sin pensar, principalmente. Si bien, la quietud e inclinación hacia la tranquilidad

son pocos elementos con respecto a los que abarca la personalidad introvertida, no hay que pasar por alto que la modernidad líquida sí puede llegar a influir sobremanera en algunas dimensiones de la introversión, como la de tipo ansiosa e inhibida que señalan Grimes y sus colaboradores. No obstante, es necesario enfatizar que la liquidez puede influir negativamente tanto a una persona con introvertida como a cualquier otra sin importar su personalidad.

En el siguiente y último apartado, se ahondará un poco más en los fenómenos sociales actuales para comprender hasta qué punto la introversión es vigilada por sus características particulares o si se trata de un fenómeno que acaece a todos por igual.

2.5 Posmodernidad. Un recorrido hacia la restricción del pensamiento

La estructura sociocultural actual tiene un fuerte impacto de lo acontecido en la era de la modernidad, época histórica que Jürgen Habermas (1988) estudia en *La modernidad, un proyecto incompleto*. En este texto, explica que el término *moderno* se refiere al resultado de la transición de lo antiguo a lo nuevo, pero aclara que toda renovación siempre será superada por el tiempo y quedará pronto rezagada, estableciéndose como una conciencia relacionada con el pasado (p. 20-21).

Otra condición moderna la explica el sociólogo Gilles Lipovetsky (2002), quien enuncia que, al principio, la modernidad se expresó como una rebelión contra las normativas de la burguesía:

Lejos de reproducir los valores de la clase económicamente dominante, los innovadores artísticos de la segunda mitad del siglo XIX y del XX preconizarán, inspirándose en el romanticismo, valores fundados en la exaltación del yo, en la autenticidad y el placer, valores directamente hostiles a las costumbres de la burguesía centradas en el trabajo, el ahorro, la moderación, el puritanismo (...) Vivir con la máxima intensidad, «desenfreno de

todos los sentidos», seguir los propios impulsos e imaginación, abrir el campo de experiencias, «la cultura modernista es por excelencia una cultura de la personalidad. Tiene por centro el “yo”. (p. 83)

Lipovetsky observa que la rebelión contra la clase dominante se visibilizó con la realización de actividades placenteras que fueran al mismo tiempo chocantes con las preestablecidas, como una forma de emancipación del permiso de la autoridad. Con todo, Lipovetsky afirma que esta desobediencia que intenta derrocar a la burguesía no es un acto modernista que verdaderamente las viejas costumbres. Sostiene que, “si se mira la cultura bajo la óptica del modo de vida, será el propio capitalismo y no el modernismo (...) el artesano principal de la cultura hedonista” (p. 84). Lo importante del argumento de Lipovetsky es que el orgullo de trascendencia individualista fue el motor que agilizó el movimiento moderno a concretar su objetivo rebelde, aunque el verdadero beneficiado haya sido el capitalismo, quien da acceso a la nueva cultura del placer. En las siguientes líneas se puntualiza cómo el capitalismo consigue crear la ilusión de emancipación hacia la libertad de elección.

De la modernidad sucede la *posmodernidad* como un nuevo momento histórico. El sociólogo Daniel Bell (1982) explica que en esta época sobresale la lógica del modernismo, pero extendido a sus últimas consecuencias, es decir, no se trata de un fragmento de realidad diferente, sino de la misma modernidad que ha exacerbado el placer y el goce hasta hacer de ellos las metas más importantes. Todo aquello que se aleje de estos objetivos, sentencia Bell, es sinónimo de muerte y neurosis (p. 61). Para fines prácticos, en la tesina se empleará el término de posmodernidad con base en la definición de Bell, a pesar de que diversos autores sigan concibiendo la actualidad como una era moderna.

Lipovetsky (2002) enuncia quizá la cualidad nuclear e irreducible de la era posmoderna en el texto *La era del vacío: la seducción*. Explica que “lejos de circunscribirse a las relaciones

interpersonales, la seducción se ha convertido en el proceso general que tiende a regular el consumo, las organizaciones, la información, la educación, las costumbres” (p. 17), etc. Para comprender la seducción que plantea Lipovetsky, ésta debe considerarse dentro del régimen del proceso de personalización que apunta al sujeto a atender su individualidad, bienestar, libertad e interés propio (p. 19). Lo seductivo es, por tanto, todo aquello que satisface con facilidad las necesidades individuales, que es asequible con poco esfuerzo y que es atractivo para los demás; acarrea muchos beneficios, pero lo seductivo no es gratuito.

La dinámica de la seducción en la posmodernidad se liga inmediatamente con el modelo capitalista —que, como se vio, ha tenido su auge desde la modernidad—, da lugar al ubicuo fenómeno del consumismo. De acuerdo con Lipovetsky, el consumismo sucede gracias al "*proceso sistemático de personalización* que consiste esencialmente en multiplicar y diversificar la oferta, en proponer más para que uno decida más, en subsistir la sujeción uniforme por la libre elección, la homogeneidad por la pluralidad, la austeridad por la realización de los deseos" (p. 19). Dicho en palabras sencillas, permite al individuo reconocer su deseo y le da los medios para que él mismo consiga satisfacerlo. Cercano al pensamiento de Lipovetsky, Bauman (2013b) opina que la lógica del modelo consumista se caracteriza por satisfacer las necesidades de todos aquellos que se esfuerzan por construir, preservar y renovar su individualidad (p. 37). Parece ser que el objetivo global del consumismo es ser parte intrínseca del sujeto, hasta que se funda con su propia identidad.

La base de la modernidad, que establece que el individuo es lo más importante para el sistema, se ha potenciado en la actualidad posmoderna. El mismo Bauman lo confirma con osadía al sentenciar que la sociedad compele a todos sus miembros, sin excepción, a ser únicos, como una nueva regla pragmática que, si se obedece, podrá satisfacerse el anhelo por la individualidad (p. 37). Pero como se ha observado, para que sea plena su consumación, el sujeto debe sumergirse en el capitalismo, ya que la satisfacción del deseo se localiza sólo después de la compra de algún bien

o servicio. Bauman no está de acuerdo en que la estructura consumista tenga interés en satisfacer los deseos de los individuos sociales y opina que su meta es incitarlos cada vez que tenga oportunidad: si los resolviese devendría una catástrofe inminente para el modelo (p. 124). Dicho de otro modo, la adquisición de un bien —material o humano— sí consigue aplacar el deseo de satisfacción de alguna necesidad, pero solo por un instante, pues enseguida la satisfacción se interrumpe y solicita al sujeto una nueva vía de goce que la actualice. Se establece así un modelo *líquido* que fomenta el desecho y la renovación, conformado como un círculo vicioso con el cual los últimos beneficiados son el capitalismo y sus rectores.

Lipotetsky (2002) aborda con mayor detalle la condición posmoderna que es apremiada por la constante búsqueda de la satisfacción los deseos del yo, la cual denomina *neonarcisismo*. En sus propias palabras, el término lo concibe como un

Proceso de indiferencia pura en el que todos los gustos y todos los comportamientos pueden cohabitar sin excluirse y escogerse a placer, pues rige un tiempo desvitalizado sin coordenadas o referencias estables. Por lo tanto, coexiste lo más operativo como lo más esotérico, lo viejo con lo nuevo, la vida simple-ecologista como la vida hipersofisticada, etcétera. (p. 41)

El sujeto neonarcisista también reclama que todo lo que tiene alguna connotación de inferioridad, deformidad, pasividad, incluso agresividad, debe desaparecer para que sea posible comunicar todo con fluidez y sin resistencias o delegaciones (p. 22). Esta ideología no es muy lejana al sentido del *complejo de inferioridad* de Adler o a la *sociedad positiva* de Han, pues su conjunto parece lidiar con el arquetipo de aquello que impide el éxito. Y, por si fuera poco, el sujeto posmoderno también exige que haya en el mercado múltiples opciones a su medida y que éstas sean accesibles en el momento en que se van actualizando, pues su deseo no puede esperar (p. 18).

Lipovetsky explica más adelante que la comunicación de las necesidades individuales y los productos para satisfacerlas, se posibilitan y propagan gracias a la *mass media*. Para este autor, la mass media se trata del conjunto de fuentes de acceso a la información destacadas por su carácter videomático a través de redes por cable, sistemas interactivos, el cine, la computadora (p. 20), la televisión, las redes sociales, etcétera. La distribución masiva de la información toma el dominio público en la posmodernidad, convirtiéndose en el conducto y almacén de información producida en el día a día y al alcance de todos.

Poseer un cúmulo de información a la mano y al instante puede ser algo tan atractivo y práctico que orille a reconocer la mass media como una prodigiosa y pródiga invención del nuevo siglo, pero como es de suponer, esto no figura ser así del todo. El creador de contenido y crítico de diversos tópicos sociales dentro de la plataforma YouTube, César Hernández (2017), determina que el material implicado en los medios masivos de información se tergiversa hasta fundirse con el entretenimiento. En su breve documental *La Infantilización de la sociedad*, opina:

La cultura ya no es (...) algo que se cultiva y a lo que se aspira, es un producto más que se produce y se consume en masa. La vida social también se ve devorada por la espectacularidad, donde todo acto es parte de un combate (...) inspirado por la omnipresencia del espectáculo. Como ahora prima la apariencia, y no el contenido, todo es efímero y nada es estable, pues nada importa tanto.

El acceso a la mass media es fácil y libre, pero para que el contenido sea bien recibido, este debe ser simple, satisfactorio y entretenido para los espectadores; además, como explica el mismo Hernández (2017), domina el contenido joven, hedonista, fantasioso e irresponsable. En resumidas cuentas, la información que adviene de la mass media sólo es válida mientras sea entretenida, de fácil consumo y actualizable.

Hasta este momento, la vida posmoderna y su actitud neonarcisista se han descrito a partir de algunas características identificadas: vivir en constante movimiento y aceleración, la exigencia de soltar el pasado para recibir interrumpibles novedades, la seguridad de siempre ser tomado en cuenta mientras tenga algo interesante que decir y la promesa de tener una inacabable satisfacción de deseos y necesidades. Pero todo lo anterior solo puede ser tangible si el sujeto de la nueva era invierte su capital en el objeto más valioso: uno mismo.

Lipovetsky (2002) sugiere que detrás de la conformación del neonarcisismo se localiza el aburrimiento y la monotonía (p. 41), de tal forma que podría ser justificable pensar dicho narcisismo posmoderno como un parche que obnubila el temor y la incertidumbre de la vida. Han (2012) profundiza en el fenómeno del aburrimiento posmoderno en *La sociedad del cansancio*, donde asegura que hoy día rige una atención exacerbada en la sociedad; una atención que cambia de foco a gran velocidad entre diferentes tareas, fuentes de información y procesos, pero sin comprenderlas, pues su objetivo es escapar del hastío de no tener algo que hacer (p. 35) o, más preciso, evitar tener que pensar.

La incesante actividad que describe Han, convierte al ser humano en una máquina de rendimiento, cuyo objetivo consiste en un funcionamiento inalterable y sin descanso, para asegurar la máxima eficiencia (p. 72). Inmediatamente después, asevera que una sociedad preocupada por el rendimiento y la actividad es una sociedad con un agotamiento excesivo, un cansancio a solas que aísla y divide (p. 72-73), pues hay que recordar que el foco de atención más importante está direccionado en la satisfacción del yo narcisista.

Han, al igual que Lipovetsky, considera que el quehacer hiperactivo del sujeto posmoderno es una maniobra atractiva para no aburrirse y anular la frustración del acaecer cotidiano, porque tanta agitación no genera nada nuevo ni deja espacio a sentimientos incómodos, únicamente reproduce y acelera lo que ya existe (p. 35-36). Este estilo de vida actual encubre el aburrimiento

con cualquier actividad para evitar explorar lo que hay detrás, como si el contenido encubierto —vale decir, algún arquetipo latente— fuera más intolerable que soportar el cansancio y el agotamiento del trabajo impulsivo, pero vacío.

A continuación, se presenta otra tesis que podría explicar por qué la reproducción de esta esquiva de la realidad se ha estandarizado.

Hanna Arendt (2016) en *La condición humana* realiza un recorrido trascendente sobre la evolución del trabajo en la actualidad y explica cómo la antaño valorada *vita activa* se ha encaminado hasta culminar en el quehacer incesante de la actualidad, que ella denomina *animal laborans*. La *vita activa*, señala, “corresponde a la condición humana de la pluralidad, al hecho de que los hombres, no el Hombre, vivan en la Tierra y habiten en el mundo” (p. 22). La *vita activa* antepone el valor de la igualdad frente al del egoísmo y también “concede una medida de permanencia y durabilidad a la futilidad de la vida mortal y al efímero carácter del tiempo humano” (p. 22). El término explica el empeño de preservar la vida colectiva a través de los medios necesarios y objetivos para conseguirlo, constatando que los movimientos y actividades tengan un fin claramente establecido. Así es como la actividad instrumental se circunscribe, según Arendt, en el *homo faber*.

La misma autora vincula la *vita activa* con la *vita contemplativa*. Piensa la última como la fuente de saber por excelencia de aquella, porque le da acceso a la verdad que se construye gracias a atender los requerimientos humanos a través del reposo y el perfecto descanso (p. 28). Vale decir que la *vita contemplativa* es una introversión indispensable, porque “sin un principio comprensivo no podría establecerse orden alguno” (p. 30). Pero como la simple contemplación no produce cambios por sí misma, y a veces se detiene en tópicos no pragmáticos —pues pensar en la muerte no hará que ésta desaparezca—, con el paso el tiempo se ha fomentado la acción sin tanto pensamiento, hasta aterrizar en el *animal laborans*. A grandes rasgos, se trata de una condición en

que el humano se halla sujeto y ocupado en servir como si fuera una máquina o un simple instrumento que se adapta a las necesidades y exigencias humanas sin pensarlo (p. 164-165).

Si las propuestas teóricas anteriores se resumen e integran en un punto de vista coincidente, se tiene que el líquido devenir que especifica Bauman puede tornar al sujeto en la posmodernidad en el neonarcisista de Lipovetsky, encaminado siempre en el cumplimiento incesante del deseo. Este sujeto, que se concentra en llevar a cabo el más alto rendimiento hasta el agotamiento, repara en el animal laborans, sometido a la acción sin pensamiento. Y finalmente, desviar el foco de atención del pensamiento profundo cancela también los sentimientos de dolor y frustración inherentes a la vida cotidiana.

Es justificable inferir que la anulación del pensamiento en la posmodernidad es consecuente de la incapacidad del manejo de emociones y sentimientos sufrientes, los cuales suelen ser excluidos del escenario social a favor de un exceso de positividad. El enunciado anterior se puede respaldar gracias a la aportación que realiza el psicoanalista Wilfred Bion (1996) en *Volviendo a pensar*, donde explica que “la incapacidad para tolerar frustración puede obturar el desarrollo de pensamientos y de una capacidad de pensar” (p. 156). Bion sostiene que quien tiene al alcance la satisfacción de sus necesidades no experimentará frustración, motivo por el cual no tendrá motivos para pensar y, en consecuencia, no sabrá lidiar con el sentimiento incómodo, pues este sujeto se ha limitado a cancelarlo. El modelo consumista se encarga de esto porque, si en un momento dado se asoma la frustración del deseo, el sujeto encontrará en el acto de consumir, por ejemplo, la solución. Y al estar carente de pensamiento, es más certero denominarlo como acto vacío, pues con este se permite evacuar la frustración antes que sentirla.

Una posible explicación para comprender la actividad carente de pensamiento, deviene nuevamente del psicoanálisis, esta vez del planteamiento que efectúa André Green (1944) en su texto *De locuras privadas*. Designa que el pasaje al acto es una operación psíquica resultante de

la incapacidad de representación simbólica o pensamiento, que exonera lo no pensado en una actividad carente de significado a manera de descarga defensiva frente a la realidad psíquica angustiante (p. 111). Este acto vacío, propio del sujeto posmoderno que refirió Lipovetsky, bloquea la frustración y el dolor mental, pero no los elimina. Es por ello que el sujeto cae en el vicio de repetir esta medida defensiva indeterminadamente y cada vez invirtiendo más energía hasta terminar agotado y carente de ganas para pensar.

Si se utiliza otro tecnicismo del psicoanálisis para sintetizar el ocurrir posmoderno, el término *personalidad como-si*, acuñado hacia 1965 por Helene Deutsch, viene como anillo al dedo. Esta profesional entiende esta variante de la personalidad de la siguiente manera:

La persona parece normal y nada en ella sugiere un trastorno, dado que la conducta no es insólita, la capacidad intelectual parece intacta y las expresiones emocionales son adecuadas y bien ordenadas (...) pero cuando siguen sus frecuentes impulsos a realizar una labor creadora construyen algo valioso en cuanto a la forma, pero que constituye siempre una repetición espasmódica, aunque eficaz, de un prototipo, sin la menor huella de originalidad (...) todas las expresiones de emoción son formales y (...) la experiencia interna está excluida. Es algo así como la representación de un actor cuya técnica es perfecta pero que carece de la chispa necesaria como para que sus personajes tengan verdadera vida. (p. 414-415)

El sujeto posmoderno parece ser un actor que representa el difuso guion de la obra llamada posmodernidad. El caminar sin rumbo, sin pensamiento e incluso sin interés psíquico, podría encontrar otra dirección si se reconoce el interesante planteamiento que sugiere Bion (1996): “una capacidad de pensar disminuiría la sensación de frustración inherente a la apreciación de la distancia entre un deseo y su satisfacción” (p. 156). Al inicio podría resultarle al sujeto sumamente

difícil y doloroso centrar la atención en lo sufrible y displacentero, pero poco a poco irá disminuyendo la sensación negativa hasta conseguir tolerarla y transformarla.

El filósofo y sociólogo esloveno Slavoj Žižek (2012) sugiere algo similar a lo propuesto por Bion en su época, pero centrado exclusivamente en el ámbito sociocultural. En *Don't act. Just think*, Žižek reconoce que en el último siglo la sociedad ha tratado de enfrentar el mundo muy deprisa, pero sin éxito evidente; sugiere cesar la extenuante actividad perpetua y pseudoactiva y que se atienda lo verdaderamente importante sin promover salidas imposibles y fantasiosas. Insta a ver el pensamiento como una herramienta que replantee el momento histórico actual de la cultura y que la oriente hacia una transformación benéfica, tratando de dejar de lado el temor infundado de que el pensamiento profundo derrumbará lo hoy por hoy instituido colectivamente. En palabras junguianas, podría traducirse en que se recurra a abordar lo temible y desconocido de una forma reflexiva y menos impulsiva, para hallar a los problemas ancestrales soluciones modernas y benéficas para la sociedad.

Todo el desarrollo teórico de la posmodernidad parece que se alejó del tema de la introversión y de explicar las motivaciones sociales orientadas a reprobarla; empero, el recorrido sociológico permitió localizar que el desdén colectivo hacia esta personalidad podría estar íntimamente ligado con el pensamiento, una de las características más relevantes de la introversión, especialmente si se considera su dimensión pensante propuesta por Grimes y sus colaboradores. Pero antes de debatir alguna inconsistencia, es necesario aclarar que en este momento dan lugar dos tipos de pensamiento: el bioniano, que rompe el acto vacío y permite lidiar con la frustración, y el común, el que cualquier diccionario define como la interacción que el sujeto realiza consigo mismo para ligar cogniciones. Esta última actividad es la característica referida de la introversión.

Entonces, ¿por qué suponer que el pensamiento es lo reprobable en la introversión? A pesar de tener un fin diferente, los dos tipos de pensamiento parten con el silencio y la intimidad, que

podría ser amenazante para quien crea que la intimidad, el secreto y el silencio son potencialmente peligroso por el simple hecho de ir en una dirección distinta a la propuesta por los ideales posmodernos. Pero hay que ir a un paso más adelante. El pensamiento simple del introvertido se puede confundir fácilmente con el creativo —el bioniano— cuando se les evalúa desde la superficie o el estereotipo, como hace la sociedad actual. En consecuencia, se adjudica a cualquier actividad pensante el sentimiento de amenaza que podría ir contracorriente y contagiar a otros sujetos a cuestionar el sistema social y suscitar un cambio, exactamente lo que Žižek propone. Mientras los sujetos posmodernos se conformen con el sistema y lo obedezcan, cualquier cosa que dé la más mínima señal de ponerlo en duda será excluida *ipso facto*.

La explicación anterior, que nuevamente destaca por su carácter más o menos especulativo, no pretender ser absoluta ni mucho menos la única para intentar converger la psicología con la sociología, por lo que debe considerarse como una inferencia que tiene por finalidad propiciar la reflexión y dar cuenta al lector cómo muchas veces el influjo de lo social es tan próximo que es difícil apreciar con claridad sus efectos —estigmatización, comunicación de estereotipos y prejuicios, etc. — en las distintas esferas de la vida cotidiana.

Se invita al interesado a profundizar en temáticas como la aquí expuesta, para conocer el mundo humano desde múltiples perspectivas y, por qué no, a marchar activamente hacia un nuevo y desconocido devenir con la valentía de sentir y reformar la dureza de la vida.

Discusión y conclusiones

La introversión es un tópico común de la psicología, cuya comunicación se ha extendido incluso fuera de la ciencia hacia el entramado social. Debido a la variedad de usos que suele dársele a la palabra, puede ser complicado comprender el concepto de acuerdo con el contexto donde se le emplee. Pese lo anterior, es habitual escuchar que independientemente del lugar donde se utilice el término introversión, se haga para describir a una persona con un comportamiento manifiesto reservado, ensimismado, pensante y que le disgusta el trato social; también es común percatarse que el comportamiento introverso se significa con características negativas: tímido, inhábil social, recluso y hasta con la sospecha de que su silencio trae detrás malas intenciones, como si se maquinara algo en secreto que es preferible censurar como una medida de precaución.

La elaboración de la tesis partió de visualizar que la introversión posee estigmas con los que se le evalúa desde la esfera social, los cuales reducen al sujeto introverso a un puñado de características desfavorables, que dificultan su interacción con la colectividad por el impreciso discernimiento que frecuentemente acompaña el señalamiento de lo introverso. Empero, antes de detallar cómo se comprende socialmente la personalidad introversa y qué motivos son los que fomentan la creación y extensión de estereotipos y estigmas en torno a ella, es crucial distinguirla como un rasgo de personalidad, como un tipo de personalidad, como un estilo de comunicación y como un indicador psicopatológico. Esta distinción se realizó a lo largo del primer capítulo a partir de la revisión bibliográfica de Jung como eje central, de la literatura de autoayuda como medio de contraste y con otros postulados de la psicología y sus ramas biológica, social y patológica. Solo después de integrar el concepto de introversión desde el punto de vista de la personalidad, y de distinguirlo de sus otros usos, es que se recurrió a usarlo como objeto de estudio dentro de lo social, labor realizada en el segundo apartado de la tesis.

La primera parte del capítulo uno se destinó a entender la introversión como un tipo de personalidad. Jung sostiene que la personalidad humana tiene como base la manera en que el sujeto se relaciona con el objeto externo. Si el sujeto valora el objeto y lo antepone a sí mismo, se estaría frente a la extraversión; por otro lado, si lo menosprecia y considera más valiosas y determinantes sus motivaciones intrínsecas, sería patente la introversión. Cuando una de estas dos vertientes es más evidente que la otra y estable con el paso del tiempo, indistintamente del contexto, se puede hablar de personalidad de tipo extravertida o introvertida. Si no es el caso, estamos únicamente frente a rasgos de conducta. En la investigación se priorizó la descripción la introversión para los fines de la tesina.

Además de la relación con el objeto, Jung describe que la personalidad introvertida se observa externamente con profundo reposo, pero que en su interior se despliega mucha movilidad de pensamiento y sentimiento. Afirma que la introversión debe explorarse desde su interior y no desde lo manifiesto, como sí a la extraversión. Concluye que la colectividad prioriza las características visibles de sus integrantes porque les son útiles para sus fines sociales.

Curiosamente, también la literatura de autoayuda se sirve de la teoría junguiana para describir la personalidad introvertida, aunque lo hace con la intención de otorgar a sus lectores introvertido consejos y técnicas sociales para ir contracorriente de lo establecido. Antes de realizar alguna crítica a este tipo de contenido comercial, se decide presentar cómo ve la introversión.

Dentro del folclore de la autoayuda, destacan 3 autoras que, además de tener cada una un texto impreso donde hablan de la personalidad introvertida, han realizado pláticas a grandes audiencias y escrito diversos artículos en medios digitales para hacer eco a sus ideas. Estas figuras públicas con Susan Cain, Sylvia Löhken y Jenn Granneman.

No solamente recurren a Jung para sustentar sus opiniones sobre la introversión, sino que exponen algunas teorías psicobiológicas para, según informan, introducir datos científicos;

también confluyen la teoría bibliográfica con sus propias experiencias personales —pues las tres se autodenominan como introvertidas—, las cuales utilizan en demasía con respecto a la bibliografía que disponen al principio. Finalmente, describen que un sujeto con personalidad introvertida es caracterizado por su calma, gusto por la soledad, reflexión, intimidad y, al mismo tiempo, por su apartamiento del trato social y sus convencionalismos. Löhken, en particular, designa la introversión como una zona de confort dentro de un continuo que sitúa la extraversión en el otro extremo y enfatiza que cualquiera sea el sujeto que se establezca fuera de esta zona durante mucho tiempo, estará comprometiendo su salud. Finalmente, con unanimidad concuerdan en que prevalece en la cultura un aprecio exacerbado de la extraversión, porque su forma de ser es más conveniente que la introvertida dentro de la estructura social contemporánea.

La literatura de autoayuda es muchas veces un medio de información de primera mano que promete dar respuesta a los problemas cotidianos con facilidad y a un bajo precio, a diferencia de, por ejemplo, recurrir a un tratamiento psicológico. La publicidad de la autoayuda, que se observa en librerías o en medio virtuales, suele dirigirse a públicos específicos, muchas veces con problemáticas equiparables y un perfil socioeconómico bien estudiado a través de estudios de mercado. La autoayuda no es un producto de interés para toda la población en general, pero esto no hace que siga siendo un consumible recurrente para algunas personas o un medio eventual para otras. Algo que caracteriza estas publicaciones es que tratan de persuadir al lector para que dirija su comportamiento hacia un fin determinado —el que el autor decide de antemano—, pero que antes debe asumir en sí mismo el estereotipo ya existente. A continuación, se ejemplifica con los textos de autoayuda citados.

Antes de brindar algún tipo de consejo o herramienta, las autoras mencionadas utilizan la bibliografía junguiana y biológica no solo para sustentar sus opiniones, sino para comunicar al lector que si quiere llegar al apartado de las recomendaciones, debe reconocer en sí mismo las

características de la introversión, pero no desde el punto de vista cualitativo que Jung realiza, sino desde la óptica del estereotipo; es decir, tiene que reconocer que su forma de ser es problemática para su entorno y que debe hacer algo al respecto para desafiarlo. Una vez que el sujeto introvertido se situó como el sujeto perjudicado en el sistema social, la autoayuda propone que exacerbe su introversión y la reluzca en cualquier contexto, denotando indirectamente ser una acción desafiante antes que ser una habilidad social. Si se observa con cuidado, estas recomendaciones son sutilmente autoritarias *so pretexto* del bienestar individual. No se aleja demasiado de la definición que propone Braunstein a cerca de la estigmatización, quien declara que su construcción se justifica por querer ser benéfica para el individuo y su entorno.

La crítica a la autoayuda no debe confundirse con negar la existencia de factores sociales que repercuten a los individuos con personalidad introvertida. Desde la introducción se ha enfatizado con ejemplos en que la estigmatización es una problemática recurrente que recae en esta personalidad y que la tesina tiene por objetivo cuestionar estos hechos a través de la investigación de los motivos que dan lugar a este fenómeno de la etiquetación; en otras palabras, poner sobre la mesa este asunto lo más detalladamente posible y cuestionar que hay detrás de las acciones perjudiciales. Más adelante se ahonda este asunto.

La psicobiología también tiene algunas teorías para estudiar la personalidad y cómo se estructura la introvertida a partir de su fisionomía cerebral. Hans Eysenk fue el pionero en esta área, quien establece la introversión como una manifestación de comportamientos caracterizados por la quietud y retracción, consecuentes de una elevada actividad cortical, específicamente en los lóbulos frontales, lo que provoca que el sujeto introvertido no desee más estímulos del exterior y se aleje decididamente de ellos para mantener el *statu quo*. Otras investigaciones sugieren que la introversión es producto de la preponderancia de acetilcolina a nivel cortical en contraste con la dopamina, cuyo predominio es propio de la extraversión. También se ha tratado demostrar que hay

algún gen responsable de la inclinación hacia la introversión o la extraversión, el cual podría motivar en el sujeto a buscar experiencias y recompensar en el exterior o a privarse de ellas por tener suficiente con su actividad cerebral interior.

La postura biológica de la psicología procura mostrar que existe un factor genético innegable y básico que establece la manera de ser de cada sujeto; sin embargo, no se ha establecido alguna conclusión o ley que compruebe que esta especulación es verdadera. Algunas diferentes investigaciones y marcos teóricos que abordan la personalidad en esta área, específicamente la referente a la introversión, no se preocupan en verificar sus hipótesis con diseños experimentales o alguna otra herramienta que permita ir más allá de la formulación teórica. Por otra parte, las investigaciones que tratan de localizar la causa genética de la conducta, si bien no limitan su quehacer solo en la formulación de hipótesis, siguen en proceso de investigación sin parecer acercarse aún a su desenlace.

Jung ya especulaba en su tiempo que la forma de ser humana podría tener un elemento biológico que influyera sobre los comportamientos introvertidos y extravertidos, pero no fue hasta los tiempos de Eysenck en adelante que diversos estudiosos, inspirados en las ideas junguianas, decidieran revisar la personalidad desde su vínculo con la biología. Los datos de corte científico y los resultados —al menos los expuestos en la tesina— hacen evidente que hay un marcado interés en estudiar al ser humano desde muchos puntos de vista y a partir de la conjunción de complejos factores que en otros tiempos no se imaginaban, como la genética de la conducta. Aunque quede un largo camino por recorrer, parece que la investigación está más orientada a la acción que nunca.

La construcción del concepto de introversión atraviesa la rama de la psicopatología como un elemento de diferenciación muy importante. De manera superficial, la descripción de este término dentro del campo de la personalidad y del patológico es más o menos equivalente con respecto al comportamiento manifiesto: se observa reposo, ensimismamiento y alejamiento con

respecto de lo social, principalmente; sin embargo, el trasfondo de estas conductas es lo que determina si se está frente a un rasgo o tipo de personalidad, o se trata de un indicar patológico legítimo. Para discriminar el tipo de introversión correctamente, es necesario detectar si también están presentes otros signos y síntomas característicos de algunos trastornos mentales formales, como la esquizofrenia, la fobia social, el trastorno de personalidad esquizoide, etc. Si no es patente un trastorno mental, se estaría observando un rasgo de personalidad introvertido; y si con el paso del tiempo hay en el sujeto una prevalencia marcada de estos rasgos ante cualquier contexto, como explica Jung, lo más acertado es nombrarla como personalidad introvertida.

La diferenciación de los términos es relativamente clara para el estudioso de la psicología, pero puede que no sea así para todo integrante de la sociedad. Con la extensión de la Internet y demás medios masivos de información, en esta época histórica toda persona de cualquier contexto tiene la posibilidad de conocer lo que se ha elaborado en la psicología con el paso de los años; sin embargo, si no se cuenta con la debida especialización dentro de esta ciencia —e incluso teniéndola—, pueden suscitarse malos entendidos o interpretaciones erróneas de la información.

Con respecto a lo anterior, la psicóloga Laurie Helgoe opina que la filtración del concepto de introversión en la vida cotidiana produjo la generación de estigmas hacia los sujetos que se denominaran introvertidos, porque no existe una intelección acertada de la palabra; en el mismo término se funde la noción de personalidad con la de psicopatología. Podría ser justificable responsabilizar a los psicólogos, psiquiatras o profesionistas afines a la salud mental, de que haya llegado a la vida colectiva la palabra introversión, como muchos otros conceptos que se usan cotidianamente, sin que exista una intelección de los mismos, como también sucede con los términos bipolaridad, autismo e inconsciente, por mencionar algunos. Es imposible inmovilizar a la *mass media* para que deje de enviar tecnicismos al ciudadano común; incluso podría llegar a ser antiético procurarlos. Quizá la responsabilidad que sí podría tomar el profesional de la salud mental

es fomentar la reflexión social sobre los términos psicológicos que se utilizan desinteresadamente, para reducir la generación de estigmas.

Hasta este punto, se logró el objetivo de construir un concepto de introversión más enriquecido desde el punto de vista de la personalidad, diferenciado de los usos ya mencionados que también se le da a la palabra en la psicología. La definición de personalidad introvertida, que sirvió como punto de referencia para orientar la investigación desde la segunda mitad del primer capítulo hasta su finalización, es la siguiente: tipo de personalidad que comienza a construirse desde la infancia por el propio sujeto y por su interacción con el entorno, caracterizada por un comportamiento más o menos estable que se inclina hacia el retraimiento, a la soledad por encima del trato con los otros, al pensamiento antes que a la acción y al silencio en lugar del habla. Psicológicamente, el sujeto introvertido atiende al objeto externo, ya que nunca se enajena de la realidad, pero toma como decisivas las determinantes subjetivas.

En adelante, comenzó la lectura de la realidad social partiendo con el abordaje de la psicología social, con el objetivo de retomar la calificación colectiva negativa de la introversión y comprender teóricamente los posibles aspectos psicológicos que están detrás de la generación de prejuicios y estigmas. En otras palabras, en este apartado se trata de responder a la pregunta ¿cómo se le trata a la introversión desde lo social?

En primera instancia, se observó que la conducta social estigmatizante posee en su núcleo la satisfacción de la conformidad y la obediencia, lo que ocasiona que los sujetos adopten las actitudes, valores y creencias colectivas por el hecho de pertenecer a algún grupo social, así como a estar expuestos a alguna autoridad. La cognición individual, entonces, sufre una suerte de autoengaño debido a que, al momento de adoptar los agentes externos, se niegan los individuales. El último fenómeno se exagera porque si el sujeto no se sujeta a la demanda colectiva será rezagado del grupo. Por lo tanto, puede inferirse que el introvertido es afectado negativamente por

la sociedad ya que, en resumidas cuentas, se le excluye por no ser lo que exige. Es importante esclarecer que la introversión no es la única afectada por la configuración social, pues este trato discriminatorio puede recibirlo por igual otras poblaciones.

La lectura psicosocial se cerró con un breve aporte de Michael Foucault y Tomas Szasz, quienes opinan que en la sociedad puede detectarse un sistema disciplinario que da reglas y castiga a quienes no las desempeñen y, por otra parte, que la institución psiquiátrica históricamente se ha envuelto en el establecimiento de los cánones sociales, para advertir cuándo se actúa con normalidad, en términos de salud mental. Opinan que la unión de lo psiquiátrico en función de la sociedad responde a intereses ideológicos, jurídicos y éticos.

Este último rubro puede ser debatible e incluso percibido como desactualizado porque la lectura social de Foucault dio lugar varias décadas atrás. En aras de combatir esto último, a continuación, se realizó una investigación sociológica contemporánea, con la finalidad inicial de validar si hoy en día se puede seguir hablando de *Vigilar y castigar*, al mismo tiempo que se trata de aperturar la transdisciplinariedad de la sociología con el estudio de la personalidad introvertida ya estructurado. El fin último del segundo capítulo fue responder a la pregunta ¿por qué se estigmatiza la introversión? o, dicho de otra forma, elucidar con teoría sociológica la estructura social para comprender qué elementos estandarizan la creación de estigmas, a propósito de la introversión como objeto de estudio. Después de comentar los puntos principales de esta sección, se dará respuesta a la pregunta anterior.

En los primeros borradores de la tesina, se comenzó la investigación y redacción del segundo capítulo con la explicación directa de cómo ha sido la dinámica sociocultural del último siglo, así como su influencia directa sobre la personalidad introvertida. Para la última versión se decidió recurrir nuevamente a la teoría junguiana, con el fin de tener un elemento psíquico que apoye la revisión sociológica; el concepto de arquetipo fue el aquí utilizado. Este concepto suele

ser descrito como místico, anticientífico e incluso mágico; el mismo Jung así lo señala a lo largo de su obra y justifica que este prejuicio tiene que ver con el mal entendimiento de su punto de vista. Ya que no se desea despertar la polémica con el empleo de este término junguiano, se tomó únicamente el sentido general que da de los arquetipos: aquello que no es cognoscible conscientemente por el sujeto, pero que «se sabe sin saber» que está presente en un momento dado. Jung explica que, a lo largo de la historia, el ser humano en conjunto con su colectividad, ha sido motivo impulsivamente a construir símbolos, mitos y fantasías para dar sentido a lo desconocido, como a la vida, a la muerte, a la guerra, a su propia fragilidad, etc. Curiosamente, algunos de estos arquetipos pueden ser leídos hoy por hoy dentro de la colectividad. En las siguientes líneas se detalla esta compaginación.

Tras conocer la teoría junguiana que describe parte de la conducta humana como producto de una motivación inconsciente que orilla al sujeto a dar sentido a lo desconocido de la vida, continúa este ensayo con la revisión de la teoría social de Susan Cain, para dar sentido a la dinámica introversión-extraversión que sucede en la sociedad. Explica que desde inicios del siglo XX impera *la cultura de la personalidad*, la cual alude el éxito personal y profesional como el resultado que consiguen aquellos que dominan la socialización y la extraversión; quien sea introvertido, en contraposición, es visto como su opuesto, como si la introversión fungiera como un representante simbólico del arquetipo que recuerda la fragilidad humana, mismo que hubiera que combatir para frenar su proliferación. Podrían encontrarse diversas explicaciones al pensamiento de Cain sobre la introversión, pero parece que simplemente se interesa en simplificar la lectura social a que el introvertido es desdeñado por el hecho de que no es extravertido. Se reconoce la concreción con la que expone sus conclusiones, pero no parece que la explicación sea tan sencilla.

Para profundizar el estudio de la sociedad actual y responder si hay algo más que pueda explicar la displicencia que recae sobre la introversión, se recurrió al planteamiento de Byung-

Chul Han. La respuesta fue afirmativa pero indirecta, pues Han no aborda siquiera la personalidad en su obra. De acuerdo con él, en la sociedad rigen conjuntamente la *transparencia* y la *positividad* como medidas que prometen erradicar el peligro, la ambivalencia y la negatividad; así mismo, queda sojuzgada la intimidad, la privacidad y todo aquello que augure inseguridad con sus secretos. Parece que se replica el arquetipo de lo peligroso y se utiliza la transparencia y lo positivo como símbolos, cual si fueran escapes inequívocos de la presencia de lo indómito. Así entonces, la manera de ser introvertida caracterizada por su intimidad y recato, se desestima y trata de corregirse por ser contracorriente con respecto al ideal de transparencia de Han, que se extiende en la vida colectiva.

En la explicación precedente, que empalma la personalidad con la sociología de Han, podría percibirse como un intento de encajar ambas teorías retóricamente. La intención no fue forzar la inclusión de la sociología dentro de la psicología, ni viceversa, sino hallar algunos puntos en común para interconectar ambas ciencias. En adelante, con los demás teóricos sociales se llevó a cabo un cometido similar. En la parte final, se reflexionará y concluirá si el objetivo de la segunda mitad de la tesina se cumplió oportunamente, a partir de la forma en que se procuró la transdisciplinariedad.

Para complementar la teoría social de Han, se recurrió a los estudios de Zygmunt Bauman, quien explica que rige la *modernidad líquida* en estos tiempos, caracterizada en que sus integrantes están bajo el yugo de ejecutar múltiples y veloces actividades, caracterizadas en la mecánica del uso, desecho y reemplazo, tanto de productos como de relaciones humanas. Esta vida líquida lo que augura es neutralizar la responsabilidad y las emociones negativas e incómodas, ya que el modelo testifica que estos son obstáculos que impiden la productividad y el éxito personal. Bauman señala que las exigencias sociales logran inmiscuirse en el interior de cada sujeto —el arquetipo de lo peligroso no se vive como un ente externo, sino como una parte del yo—, lo que

ocasiona que cada uno se sienta responsable de su éxito o fracaso, en la medida que se adecue a la vida líquida.

Ya que Bauman no vincula su tesis con la personalidad introvertida, se pensó que probablemente la introversión pueda ser desestimada desde la vida líquida generalmente manifestar comportamientos quietos y calmados, opuesto a los líquidos: acelerados y perpetuos. Esto no quiere decir que un sujeto con personalidad introvertida no pueda llevar un estilo de vida líquido, sino que la introversión en sí misma puede percibirse como una desviación de la norma que obstaculiza el éxito y la productividad. En otras palabras, quizá el sujeto líquido no piense siquiera en la introversión, pero de atenderla probablemente diría lo que se dice en el modelo social de Cain: si quiero ser exitoso en esta sociedad, no debo ser introvertido.

Las tres lecturas sociales previas son copartícipes dentro de la posmodernidad, denominación que se emplea para acotar la era histórica más reciente y caracterizada por su espíritu pasional e irracional. De acuerdo con Lipovetsky, el devenir posmoderno está sujeto al consumismo, que identifica cada necesidad individual y ofrece de inmediato su satisfacción, al mismo tiempo que anula la posibilidad de experimentar la frustración del deseo irresoluto. El mismo autor expone que la satisfacción es hiperindividualizada, motivo por el cual denomina al sujeto posmoderno *neonarcisista*.

Lo que más caracteriza la posmodernidad es su estilo de vida tan acelerado, desgastante y centrado en la satisfacción del deseo que no deja espacio para el pensamiento o la reflexión, pues éstos son como imanes que atraen la duda y el cuestionamiento que propician sentimientos negativos, como el de fracaso y frustración. En otros términos, cada vez que se presenta una falta o una emoción negativa, el sujeto remedia el dolor con una actividad o con la compra de un producto para anular que prolifere y lo domine. Esta operación, que puede ser efectiva por un momento, no es una acción premeditada, sino un acto vacío cuyo único fin es anular lo negativo

que asecha: no se piensa. ¡Y para qué pensar en un mundo que satisface la frustración al instante! Este parece ser el punto clave de la posmodernidad, tener *todo* al alcance pagando el precio de anular el pensamiento; derrotar el arquetipo de la imperfección con la consecuencia de despojar de sí una operación metal. Todo lo anterior apunta a que el sujeto posmoderno recae sin subterfugio en el patológico *como-sí* de Helene Deutch: una representación de un prototipo de conducta cuya finalidad es repetir en lugar de crear una forma individual de ser, pues el sujeto no tiene la capacidad de hacerlo.

El punto álgido de la sociedad contemporánea, se nombre transparente, líquida o posmoderna, es la anulación del pensamiento. Teóricamente, pensar figura ser la vía regia al sufrimiento, porque detiene la actividad líquida que parcha la realidad y propicia que se presente frente al sujeto todo el contenido psíquico que ha decidido mantener incognoscible hasta entonces. Por otra parte, también coincide que pensar es una característica de la introversión, posible explicación de por qué la introversión se desestima.

Con lo último no se pretende idealizar la introversión y mucho menos considerar que otro tipo de personalidad sea incapaz de pensar de la forma que lo hace el introvertido; de hecho, en la posmodernidad no importa siquiera si el sujeto —sea cual sea su personalidad— piensa creativamente, con la intención desafiante de fracturar el acto vacío del modelo preestablecido, o si ejecuta simplemente la operación mental de hablar para sí mismo. Con base en la teoría del segundo capítulo se concluye, e hipotetiza al mismo tiempo, que, si consideramos que la sociedad actual establece juicios y propone actividades impulsivas y superficiales para llevar a cabo en el día a día, no se interesará en discriminar el tipo de pensamiento que haga el sujeto, simplemente lo va a señalar porque está concentrado en su soliloquio.

Como se había comentado previamente, la vinculación realizada de los modelos sociales con la personalidad introvertida ha sido una actividad aventurada e imprecisa en diversos vértices,

ya que las extrapolaciones podrían hacerse de igual manera con otros tipos de personalidad. Por lo anterior, no se puede concluir que se haya cumplido idóneamente el objetivo de responder la pregunta ¿por qué los estigmas hacia la personalidad introvertida suelen ser los principales adjetivos para describirla dentro de la sociedad contemporánea? La elaboración del segundo segmento de la tesina fungió como un intento de vincular la psicología con la sociología, pero posiblemente esta transdisciplina requiere que se hagan estudios estadísticos o diseños experimentales *in situ* para respaldar el marco teórico y no dejarlo en el dominio de la especulación.

La presente tesina partió del interés ser un trabajo que respondiera con precisión y claridad qué es la introversión y los motivantes sociales que se esfuerzan en desdeñarla, concluyendo de antemano que la personalidad introvertida es agredida y que debe ser defendida y respetada. Este objetivo, con tintes idealizados, se vio mermado y cuestionado en reiteradas ocasiones, porque la teoría revisada vislumbró que reducir un atributo de la personalidad en términos simples y sin complicaciones, conlleva a sesgar el recorrido de la investigación. Esta es una importante lección para el profesional en psicología, ya que sus propias expectativas y deseos pueden llegar a ser lo suficientemente cegadores como para poner en tela de juicio su actitud profesional y ética. Con esto no se pretende sentenciar que el psicólogo en formación estará exento de encontrarse en su práctica con obstáculos que cuestione su propio quehacer; antes se es humano. No obstante, no se tiene que pasar por alto el compromiso profesional de todos los días.

Para dar cierre a este documento, se desea aclarar —con temor de caer en la redundancia— que la presente espera ser tratada más como un puente o base para quien se interese en explorar y analizar la personalidad introvertida o la sociedad contemporánea en el futuro. Finalmente, se invita al lector a tener curiosidad en estudiar temas psicológicos que se vinculen con otras profesiones, en aras de construir conocimientos formales que exploren nuevos terrenos.

Referencias

- Allport, G. (1985). The historical background of social psychology. In G. Lindzey & E. Aronson (Eds.), *Handbook of social psychology* (3rd ed., Vol 1 pp. 1-44). New York: Random House.
- Arendt, H. (2016). *La condición humana*. México: Paidós. (Original publicado en 1958).
- Asmal, J. (2010). *La introversión y su relación con la socialización dentro del aula de clase* (Tesis de licenciatura). Universidad de Cuenca, Ecuador.
- Asociación Americana de Psiquiatría (2013). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Bauman, Z. (2011). *44 cartas desde el mundo líquido*. México: Paidós.
- (2013a). *Miedo líquido*. México: Paidós.
- (2013b). *Vida líquida*. México: Paidós.
- Bion, W. (1996). *Volviendo a pensar*. Argentina: Grupo Editorial Lumen.
- Butcher, J.N., Graham, J.R, Ben-Porath, Y.S., Tellegen, A., Dahlstrom, W.G. y Kaemmer, B. (2019). *MMPI-2. Inventario Multifásico de Personalidad de Minnesota-2* (4ª Ed.) (A. Ávila-Espada y F. Jiménez-Gómez, adaptadores). Madrid: TEA Ediciones
- Cain, S. (2012). *El poder de los introvertidos* [versión e-book]. Recuperado de <https://www.epublibre.org/libro/detalle/19192>
- Carducci, B. (2016). *Speaking of Psychology: Born bashful? Learning how to manage shyness*. Recuperado de <https://www.apa.org/research/action/speaking-of-psychology/managing-shyness>
- Cloninger, S. (2003). *Teorías de la personalidad*. México: Pearson Educación.
- Dell'Antonia, K. (2016). *La introversión de tu hijo no es un problema, es solo su forma de ser*. Recuperado de <https://www.nytimes.com/es/2016/05/30/la-introversion-de-tu-hijo-no-es-un-problema-es-solo-su-forma-de-ser/>
- Deutsch, H. (n. d). *Algunas formas de trastorno emocional y su relación con la esquizofrenia*. Recuperado de <http://studylib.es/doc/7610712/algunas-formas-de-trastorno-emocional-y-su-relación-con-la>
- Díaz, M. (2013). *Habilidades sociales de los niños de 4 a 5 años con personalidad introvertida Diseño y ejecución de seminario – taller para docentes y representantes legales* (Tesis de licenciatura). Facultad de filosofía, letras y ciencias de la educación, Guayaquil.

- Eysenk, W. (1985). *Atención y activación*. Barcelona: Herder.
- Foucault, M. (2003). *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores. (Original publicado en 1975).
- (2014). *El poder psiquiátrico*. Buenos Aires: FCE. (Original publicado en 2003).
- Galimberti, U. (2002). *Diccionario de psicología*. México: Siglo XXI Editores.
- Granneman, J. (2017). *The Secret Lives of Introverts: Inside Our Hidden World*. Recuperado de <https://es.scribd.com/read/396765668/The-Secret-Lives-of-Introverts-Inside-Our-Hidden-World>
- Green, A. (1994). *De locuras privadas*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Grimes, J., Cheek, J. & Norem, J. (2011). *Four Meanings of Introversion: Social, Thinking, Anxious and Inhibited Introversion* [archivo PDF]. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/263279416_Four_Meanings_of_Introversion_Social_Thinking_Anxious_and_Inhibited_Introversion
- Han, B. (2012). *La sociedad del cansancio*. Barcelona: Herder.
- (2013). *La sociedad de la transparencia*. Barcelona: Herder.
- Harvard University Press (2009). *The Long Shadow of Temperament*. Recuperado de <http://www.hup.harvard.edu/catalog.php?isbn=9780674032330>
- Hathaway, S & McKinley, J. (1995). *Inventario Multifásico de la Personalidad Minnesota-2*. México: Manual Moderno.
- Helgoe, L. (2012). *El poder de la introversión. Tu vida interna es tu fuerza oculta*. Madrid: Neo Person.
- Hernández, C. [Esquizofrenia Natural]. (2017, Abril 4). La Infantilización de la sociedad - Minidocumental. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=NmIRrCRtqeU>
- Illouz, E. (2007). *Intimidades congeladas. Las emociones en el capitalismo*. Buenos Aires: Katz Editores.
- Jung, C. (1985a). *Tipos psicológicos*. (TomoI) (11ª ed.). Buenos Aires: Sudamericana. (Original publicado en 1921).
- (1985b). *Tipos psicológicos*. (TomoII) (11ª ed.). Buenos Aires: Sudamericana. (Original publicado en 1921).
- (1995). *El hombre y sus símbolos*. (1ª ed.). Barcelona: Paidós. (Original publicado en 1964).

- (1970). *Arquetipos e inconsciente colectivo*. (1ª ed.). Barcelona: Paidós. (Original publicado en 1959).
- Levine, J. & Pavelchak, M. (1986). *Conformidad y obediencia en Psicología Social*, vol. 1. Barcelona: Paidós.
- Linares, R. (2016). *Diez ventajas de ser introvertido y una gran desventaja*. Recuperado de <https://www.elpradopsicologos.es/blog/diez-ventajas-introvertido-una-gran-desventaja/>
- Lipovetsky, G. (2002). *La era del vacío*. Barcelona: Anagrama.
- Löhken, S. (2018). *El éxito de los introvertidos*. Recuperado de <https://itunes.apple.com/gt/book/el-éxito-de-los-introvertidos/id1371050733?mt=11>
- Ministerios de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2014). *Clasificación Internacional de Enfermedades (9ª Ed.) (Revisión Modificación Clínica)*. España: Estilo Estugraf Impresores.
- Nietzsche, F. (1972). *Más allá del bien y el mal*. México: Editores unidos mexicanos.
- Olsen, M. (2007). *Cómo ayudar a tu hijo a relacionarse con el mundo*. Barcelona: Oniro.
- Ovejero, A. (1998). *Las relaciones humanas. Psicología social y aplicada*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Psychology Today (2019). *Jenn Granneman*. Recuperado de <https://www.psychologytoday.com/intl/experts/jenn-granneman>
- Quintana, J. (2008). *Las personas introvertidas. Autoconocimiento. Autoestima. Autoayuda*. Madrid: CSS.
- Robertson, R. (2006). *Introducción a la psicología junguiana*. Barcelona: Obelisco.
- Rodríguez, J. (2015). *La introversión no es una enfermedad*. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/la-introversion-no-es-una-enfermedad>
- Russell, B. (1975). *Principios de reconstrucción social*. Madrid: S.L.U. Espasa Libros.
- Saint-Exupéry, A (2015). *Tierra de hombres*. México: Editores Mexicanos Unidos, S. A.
- Salazar, J., Montero, M., Muñoz, C., Sánchez, E., Santoro, E. Villegas, J. (2012). *Psicología Social*. México: Trillas.
- Sanguino, J. (18 de agosto de 2015). *10 cosas que sólo los introvertidos entienden*. Recuperado de <https://culturacolectiva.com/estilo-de-vida/10-cosas-que-solo-los-introvertidos-entienden/>

Schultz, D. & Ellen, S. (2002). *Teorías de la personalidad*. Madrid: THOMSON.

Stafford, T. (2013). *What makes us extroverts and introverts?* Recuperado de <http://www.bbc.com/future/story/20130717-what-makes-someone-an-extrovert>

Szasz, T. (2000). *Ideología y enfermedad mental*. Buenos Aires: Amorrortu.

Worchel, S., Cooper, J., Goethals, G., Olson, J. (2003). *Psicología Social*. Madrid: Thomson.

Žižek, S. [Big Think]. (2012, Junio 25). Slavoj Žižek: Don't Act. Just Think. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=IgR6uaVqWsQ>