

AUTOCONCIENCIA, PERSONALIDAD SANA Y SISTEMA AUTORREFERENTE

José Antonio Jiménez
Universidad de Málaga
E-Mail: jajimenez@uma.es

Anales de Psicología, 1999

Resumen

El presente trabajo se sitúa en un tema central de la psicología, en general, y de la psicología de la personalidad en particular, como es la autoatención. Tema éste que constituye la base de las diferentes teorías de la autoconciencia objetiva (v.gr., Carver y Scheier, 1981; Duval y Wicklund, 1972...), y que es uno de los fenómenos integrantes del sistema de "self" o sí mismo (Fierro, 1996).

En el marco de estas teorías se ha estudiado la relación de la autoconciencia con variables como depresión (Pyszczynski y Greenberg, 1985), ansiedad (Dickstein y otros, 1981), neuroticismo (Wells y Matthews, 1994), diversos síntomas somáticos (Wells, 1991), etc., estableciéndose con todas ellas un patrón de relaciones definido. Pero no abundan los estudios que directa y explícitamente se pronuncien sobre la relación que se produce entre la autoatención y variables más cercanas al polo "sano" de la dimensión "sano-psicopatológico".

Pues bien, el presente trabajo pretende arrojar alguna luz sobre la relación que guarda la autoconciencia con algunos indicadores de la personalidad sana, informando de los resultados encontrados (en dos estudios de naturaleza correlacional) entre autofocalización, bienestar personal, adaptación social (indicadores directos de personalidad sana), automonitorización, autoestima implícita y autoactualización.

Palabras clave: autoconciencia, bienestar personal, adaptación social, sistema autorreferente

SELF-CONSCIOUSNESS, HEALTHY PERSONALITY AND SELF-SYSTEM

Summary

This paper is intended to be about the main subject of psychology and specifically about the psychology of personality in relation to the issue of self-attention. This theme constitutes basically the starting point of the different theories of objective self-awareness (e.g., Carver & Scheier, 1981; Duval & Wicklund, 1972...), and that it is one of the integral phenomena of the "self" system (Fierro, 1996).

Within the pattern of these theories it has been studied the relationship of self-consciousness with variables such as depression (Pyszczynski & Greenberg, 1985), anxiety (Dickstein et al. 1981), neuroticism (Wells & Matthews, 1994), diverse somatic symptoms (Wells, 1991), etc., forming with all them a defined pattern of

relationships. In this field the studies about this subject are not very rich, especially those which are direct and explicit on the relationship taken place between self-attention and those variables nearer to the healthy pole of the dimension healthy-psychopathological.

The present work seeks to throw some light on the relationship that keeps self-consciousness with some indicators of healthy personality informing of the found results (in two correlational studies) among self-focus, personal well-being, social adaptation (direct indicators of healthy personality), self-monitoring, implicit self-esteem and self-actualization.

Key words: self-consciousness, personal well-being, social adaptation, self-system

Introducción

Desde hace considerable tiempo, el "self" (o sistema de autorreferencia) ha sido objeto de reflexión y estudio de la filosofía (Platón, Descartes), antropología (Becker, 1962; Mead, 1934) y psicología (James, 1890, Rogers, 1951); disciplina ésta en la que ha tenido un tratamiento generoso en distintas materias, pero sobre todo en psicología de la personalidad.

Las conductas autorreferidas ocupan un especial lugar dentro del sistema de personalidad; y a su vez, la autoconciencia ocupa una posición central dentro del autoconocimiento y del sistema auto, como evidencia la propuesta de Fierro (1996). Este autor propone ordenar a los fenómenos de personalidad en atributos o propiedades de toda conducta (diferencias individuales, estabilidad comportamental, unidad, identidad y (pro)actividad del sujeto), y clases comportamentales (autoprotección y afrontamiento, comportamientos heterorreferidos y comportamientos autorreferidos públicos y privados). Los procesos comportamentales autorreferidos privados son los que incluye este autor en el sistema de sí mismo o "self". En este sistema es donde, junto a autoevaluación, autopercepción, memoria autobiográfica, autoconcepto, autocontrol, autodeterminación, incluye Fierro a la autoconciencia entendida como autoatención. Por tanto, la autoatención es un fenómeno de personalidad que se estudia como fenómeno autorreferido privado, perteneciente al "self" o sistema de autoconocimiento.

Tanto en los acercamientos filosóficos, como en los antropológicos y psicológicos, se pone de manifiesto la importancia de esta propiedad del "self", la reflexividad, la capacidad de tomarse a sí mismo como objeto de atención. Esta idea ha tenido un desarrollo considerablemente amplio en la teoría de la autoconciencia objetiva elaborada por Duval y Wicklund (1972) y complementada en distintos aspectos por otras aportaciones teóricas (v.gr., Carver y Scheier, 1981; Hull y Levy, 1979; Greenberg, Pyszczynski, y Solomon, 1986). En esta teoría se postula que la autoconciencia se produce cuando el sujeto se toma a sí mismo como objeto de atención. Por ello, Wicklund (1975) considera que el término que da nombre a la teoría puede sustituirse por el de "atención autofocalizada", y los diferentes autores toman como sinónimos autoatención, autofocalización, autoconciencia. Se plantea una dicotomía en los objetos de la atención consciente, de modo que la atención de la persona en cualquier momento que se considera está dirigida completamente o bien hacia el "self" o bien por entero sobre eventos externos al sujeto, no considerando la posibilidad de una atención enfocada al mismo tiempo hacia el "self" y el no "self". Cuando la atención consciente está focalizada sobre el "self", se habla de que el sujeto está en un estado de autoconciencia objetiva; es decir, el "self" es el objeto de su atención consciente.

Desde el desarrollo de la escala de autoconciencia de Fenigstein, Scheier, y Buss (1975), y desde la formulación del modelo de Carver y Scheier (1981) se considera a la autoconciencia, además de un estado transitorio

inducido por estímulos concretos –espejos, propia voz, vídeo...–, como un rasgo o disposición que denota la tendencia mayor o menor de las personas a estar autoenfocadas, y que permite establecer diferencias individuales en el grado de autoconciencia. Esta autoconciencia puede ser privada (atención sobre aspectos internos de la persona, como pensamientos, sentimientos, planes) o pública (atención sobre aspectos físicos, apariencia externa, impresión en los demás).

Son ya numerosas las investigaciones que se centran en el estudio de las relaciones entre autoconciencia (privada) y diversas variables de personalidad. Así, se relaciona negativamente con autoestima (p.ej., Conway y Giannopoulos, 1993), y positivamente con depresión (Greenberg y Pyszczynski, 1986), Neuroticismo (Wells y Matthews, 1994), ansiedad estado y diversos síntomas somáticos asociados al estrés (Wells, 1991), ansiedad social y generalizada y afectos negativos (Ingram, 1990), etc. Variables que pueden ser consideradas como representativas del polo psicopatológico de la dimensión sano/psicopatológico. Sin embargo, no se ha estudiado del mismo modo la relación de la autoconciencia con variables más cercanas al polo sano de dicha dimensión, ignorándose las relaciones que puedan establecerse. Pues bien, aquí radica parte del interés de la presente investigación, en dilucidar si existen vínculos (como suponemos) entre la personalidad sana y la autoconciencia, tanto privada como pública. La personalidad sana puede entenderse de diferente forma, según el criterio de normalidad que se adopte (Fierro, 1984). Aquí se va a tomar el criterio de experiencia o vivencia de la persona en el doble eje de lo personal o íntimo y de lo social; por tanto se toma a la personalidad sana como la experiencia o vivencia de satisfacción o bienestar personal, y como la experiencia o vivencia de ajuste o adaptación social (Fierro y Cardenal, 1996; Fierro y otros, 1998; Rivas y otros, 1998). Adicionalmente también se pretende estudiar la relación entre autoconciencia y otras dimensiones relevantes del "self" –que pueden ser consideradas indicadores indirectas de la personalidad sana–, como automonitorización (cuyas relaciones no están sólidamente establecidas), autoestima implícita y autoactualización (cuyas relaciones no están estudiadas).

Se han elegido estas variables para estudiar su relación con la autoconciencia, además de por las razones indicadas, por las siguientes. Los indicadores de personalidad sana implican una vivencia de bienestar personal en un caso y de adaptación social en otro, que no parece lógico esperar en personas con alta autoconciencia privada, dadas las relaciones típicas de autoconciencia con variables "psicopatológicas". Automonitorización señala una disposición elevada a comportarse conforme a claves situacionales de adecuación o pertinencia (Snyder, 1974, 1987), que no parece caracterizar a las personas altamente autofocalizadas. La autoconciencia no ha sido relacionada con la autoestima implícita, salvo en un estudio (Jiménez, 1997), pero sí con otros indicadores del autoconcepto, con los que tiene una relación inversa. Por ello, se ha incluido a la mencionada autoestima para indagar en su relación con la autoatención. Por último, se ha incluido también a autoactualización. Esta variable parece implicar el descubrimiento del "self"-real, su expresión y desarrollo, la satisfacción de necesidades básicas, la carencia de enfermedades o trastornos, estar en proceso de maximizar el potencial,... (Jones y Crandall, 1986; McAdams, 1994). Por todo ello, se espera que las personas con mucha tendencia a la autofocalización no estén muy autoactualizadas.

Concretando las relaciones esbozadas, se predice que la autoconciencia privada se asociará negativamente tanto con bienestar personal como con adaptación social, con automonitorización, con autoestima implícita y con autoactualización. Por su parte, se espera que los dos indicadores de la personalidad sana se relacionen positivamente con la autoactualización y con la autoestima implícita, y negativamente con la automonitorización. Estas relaciones se van a abordar en dos estudios de naturaleza correlacional o dimensional. En el primero se dilucidarán las asociaciones entre autoconciencia privada y pública, bienestar personal, adaptación social y automonitorización. En el segundo, se replica el estudio de las asociaciones entre las mismas variables, en una muestra diferente en edad, agregando autoestima implícita y autoactualización.

Estudio 1

Se estudia la relación entre autoconciencia privada y pública, bienestar personal, adaptación social y automonitorización.

Método

Participantes

El grupo en el que se realiza este estudio está constituido por 348 sujetos, entre mujeres (270) y hombres (78). Todos son estudiantes del primer curso de Psicología de la Universidad de Málaga, y participan voluntariamente.

Procedimiento

Los sujetos han respondido a las pruebas en el aula en una sola sesión y en el siguiente orden: autoconciencia (privada y pública), adaptación social, automonitorización y bienestar personal. Antes de aplicar las pruebas, se les dan las instrucciones precisas para cumplimentarlas, se les pide que no escriban los datos personales, sino una clave, como modo de asegurar el anonimato, y se les garantiza la confidencialidad de los resultados.

Variables e instrumentos

La autoconciencia (privada y pública) como rasgo o disposición, ha sido evaluada mediante la versión revisada por Scheier y Carver (1985) de la Escala de autoconciencia (Self-Consciousness Scale) de Fenigstein, Scheier y Buss (1975) que consta de 22 ítems y con un formato de respuesta de cuatro opciones, que van desde "completamente de acuerdo" en un extremo hasta "completamente en desacuerdo", en el otro. La automonitorización se evaluó mediante la Escala de automonitorización (Self-Monitoring Scale) de Snyder (1974), que consta de 25 ítems con formato de respuesta "sí" y "no". El bienestar personal y la adaptación social se han evaluado con sendos cuestionarios de Fierro y otros (Fierro y Cardenal, 1996; Fierro y otros, 1998), de 33 y 34 reactivos respectivamente, con opciones de respuesta de "sí" y "no" en ambos casos.

Resultados

Aunque el principal foco de interés reside en los vínculos de autoconciencia privada con personalidad sana, se van a presentar y comentar las relaciones de cada variable con todas las demás.

Tabla 1. Coeficientes de correlación entre las variables del estudio (N= 348)

	APR	APB	BP	AS
APB	,2053***			
BP	-,2823***	-,0552		
AS	-,1623**	-,0697	,5978***	
AM	-,0197	,2217***	-,1450**	-,1102*

*: $p < ,05$; **: $p < ,01$; ***: $p < ,001$; significación de dos colas; APR: autoconciencia privada; APB: autoconciencia pública; AM: automonitorización; BP: bienestar personal; AS: adaptación social

Puede apreciarse en la Tabla 1 que la correlación que une a la autoconciencia privada (APR) con la personalidad sana, entendida como bienestar personal (BP) ($r = -.28, p < .001$) y como adaptación social (AS) ($r = -.16, p < .01$) es estadísticamente significativa y negativa en ambos casos, si bien en el último la asociación resulta más débil; sin embargo, la relación entre autoconciencia privada y automonitorización (AM) no alcanza la significación estadística. Por su parte, la autoconciencia pública (APB) no se relaciona con la personalidad sana entendida como bienestar personal ni como adaptación social (pues las correlaciones en ambos casos no son significativas), mientras que sí se asocia significativa y positivamente con la automonitorización (AM) ($r = .22, p < .001$).

Por otra parte, la correlación entre autoconciencia privada y pública resulta estadísticamente significativa y positiva ($r = .20, p < .001$), como también resulta significativa y positiva la asociación entre ambos parámetros de la personalidad sana ($r = .59, p < .001$). Indicadores de la personalidad sana que se asocian con la automonitorización (AM) de modo inverso, tanto bienestar personal (BP) ($r = -.14, p < .01$) como adaptación social (AS) ($r = -.11, p < .05$).

Discusión

En este estudio se han confirmado algunas de las relaciones esperadas y otras no lo han hecho. Se han producido asociaciones negativas entre autoconciencia privada y bienestar personal y adaptación social. Esto apunta a que las personas que tienden más a centrar la atención sobre aspectos internos de sí mismas (pensamientos, sentimientos), que de acuerdo con la teoría son más conscientes de sus limitaciones, experimentan menos satisfacción personal y peor adaptación social, es decir, tienen una percepción menos satisfactoria de sí, menos ajustada socialmente. Estas relaciones no se habían estudiado hasta ahora, sin embargo eran de esperar pues, como se decía antes, la autoconciencia privada suele relacionarse positivamente en diferentes estudios con variables como la ansiedad (Wells, 1991), depresión (Greenberg y Pyszczynski, 1986)..., y la personalidad sana (BP y AS) se asocia negativamente con dichas variables y otras cercanas al polo psicopatológico (Fierro y Cardenal, 1993, 1996; Fierro, Jiménez y Berrocal, 1998). Por ello era predecible la relación encontrada entre autoconciencia privada y los indicadores de personalidad sana, aunque no hubiera estudios previos desde los que fundamentarla.

Sin embargo, tener la tendencia a focalizar sobre los aspectos públicos, superficiales de uno (su presencia, apariencia, impresión causada en los demás...) resulta indiferente para la vivencia de bienestar y ajuste; no ocurre así respecto a la automonitorización o tendencia a comportarse de acuerdo con las claves situacionales de adecuación, ya que esta tendencia se da en personas que suelen focalizar la atención sobre los aspectos públicos de sí mismas (dada la asociación positiva entre ambas variables). Estas relaciones están en consonancia con los resultados encontrados por otros autores (v.gr., Lamphere y Leary, 1990)

Por su parte, y dadas las correlaciones negativas que se dan entre automonitorización y bienestar personal y adaptación social, parece que las personas que tienen mayor vivencia de satisfacción personal y de ajuste social se comportan menos de acuerdo con claves situacionales de adecuación comportamental y más en coherencia con criterios propios. No hay planteamientos teóricos que se pronuncien sobre la vinculación entre estos conceptos, y a nivel empírico existe sólo una investigación en la que se relacionan (Fierro y otros, 1998), y con cuyos resultados son coherentes los aquí presentados.

Estudio 2

Se estudian las mismas variables, para averiguar si se da un patrón de relaciones semejante, y se incluyen otros indicadores (indirectos) de la personalidad sana. Así pues, se estudia la relación entre autoconciencia privada y pública, bienestar personal, adaptación social, automonitorización, autoestima implícita y autoactualización.

Método

Participantes

El grupo en el que se realiza este estudio está compuesto por 123 personas, entre mujeres (73) y hombres (50), con una edad media de 31,1 años, y participan de modo voluntario.

Procedimiento

Los cuestionarios han sido aplicados por los alumnos colaboradores de psicopedagogía de la Universidad de Málaga, que habían sido con anterioridad adecuadamente aleccionados al efecto. Las pruebas eran cumplimentadas por los sujetos de manera individual en dos sesiones, separadas por dos días cada una, para no agotarles en exceso. El primer día se aplicaron, en este orden: autoconciencia (privada y pública), automonitorización, autoconcepto ideal y bienestar personal. En la segunda sesión se aplicaron, en esta secuencia: autoactualización, adaptación social y autoconcepto real (autoconcepto ideal y real se evalúan para generar la autoestima implícita, como se describirá a continuación). Los colaboradores aclaraban, en caso necesario, el contenido de los ítems.

Variables e instrumentos

Autoconciencia, automonitorización, bienestar personal y adaptación social fueron evaluadas con los instrumentos señalados en el estudio 1. Autoactualización se evalúa mediante el Índice breve de autoactualización (Short Index of Self-Actualization) de Jones y Crandall (1986), que consta de 15 ítems con cuatro opciones de respuesta graduadas de mayor a menor acuerdo con su contenido. La autoestima implícita se manifiesta en un procedimiento que evalúa la discrepancia que se produce entre el modo en que las personas se describen a sí mismas (su autoconcepto real) y un punto de referencia, constituido por los rasgos deseables de una persona valiosa (autoconcepto ideal) (Fierro, 1986). La puntuación de dicha autoestima se obtiene de dividir el autoconcepto real por el ideal. En este proceso, la descripción de autoconcepto ideal y real la realizan los participantes en momentos diferentes del tiempo (dos días de separación, en este caso) para que en la segunda ocasión no puedan recordar con memoria inmediata las respuestas dadas en la primera. Se ha utilizado la Escala de autoconcepto de Bledsoe (1964, 1967; cf., Burns, 1990) para evaluar autoconcepto ideal y real; escala que consta de 30 adjetivos con 5 opciones de respuesta.

Resultados

Se van a comentar las asociaciones encontradas entre todas las variables, aunque el interés central, como en el Estudio 1, reside en la relaciones de autoconciencia con personalidad sana y con el resto de variables.

Tabla 2. Coeficientes de correlación entre las variables del estudio (N= 123)

	APR	APB	BP	AS	AI	AA
APB	,3727**					
BP	-,1948*	,0074				
AS	,0262	,0281	,6005**			
AI	-,2145*	,0705	,4022**	,4288**		
AA	-,4549**	-,1992*	,3307**	,3211**	,2304*	
AM	,3021**	,2103*	-,3575**	-,1195	-,0996	-,1935*

*: $p < 0,05$; **: $p < 0,01$; ***: $p < 0,001$; significación de dos colas; APR: autoconciencia privada; APB: autoconciencia pública; BP: bienestar personal; AS: adaptación social; AI: autoestima implícita; AA: autoactualización; AM: automonitorización.

Puede observarse en la Tabla 2 que la autoconciencia privada (APR) se asocia a nivel estadísticamente significativo con bienestar personal (BP) ($r = -.19, p < .05$), mientras que no lo hace con adaptación social (AS). Por su parte, la autoconciencia pública (APB) no se relaciona significativamente con los indicadores de personalidad sana (BP y AS).

Asimismo se pueden apreciar correlaciones estadísticamente significativas y negativas de autoconciencia privada (APR) con autoestima implícita (AI) ($r = -.21, p < .05$) y con autoactualización (AA) ($r = -.45, p < .01$). También se aprecia que es significativa y positiva la asociación de autoconciencia privada (APR) con la pública (APB) ($r = .37, p < .01$) y con automonitorización (AM) ($r = .30, p < .01$). Por su parte, sólo resultan estadísticamente significativas las asociaciones de autoconciencia pública (APB) con autoactualización (AA) ($r = -.19, p < .05$) y con automonitorización (AM) ($r = .21, p < .05$), siendo ésta negativa en el primer caso y positiva en el segundo.

La personalidad sana, por su parte, se relaciona con el sistema auto, pues el bienestar personal (BP) presenta una asociación estadísticamente significativa y positiva con autoestima implícita (AI) ($r = .40, p < .01$) y con autoactualización (AA) ($r = .33, p < .01$); y adaptación social (AS) también se asocia en el mismo sentido con autoestima implícita (AI) ($r = .42, p < .01$) y con autoactualización (AA) ($r = .32$). Ambos indicadores de la personalidad sana se relacionan negativamente con automonitorización (AM) pero sólo el bienestar personal (BP) alcanza significación estadística en dicha asociación ($r = -.35, p < .01$).

Las relaciones entre autoestima implícita (AI) y autoactualización (AA) son estadísticamente significativas y positivas ($r = .23, p < .05$), mientras que resulta negativa la asociación encontrada entre autoactualización (AA) y automonitorización (AM) ($r = -.19, p < .05$)

Discusión

Como se desprende de los resultados expuestos, se han replicado algunos de los resultados del Estudio anterior y otros no. La autoconciencia privada se relaciona con bienestar personal y no con adaptación social, por lo que puede considerarse que la tendencia a reflexionar sobre los aspectos privados de sí mismo se da en personas con una menor vivencia de satisfacción personal, y resulta indiferente para la percepción de las personas de adaptación social. Estos resultados son duales ya que permiten establecer capacidad predictiva de la autoconciencia privada sobre el bienestar personal (y así enriquece el cuerpo teórico de la autoconciencia objetiva), pero cuestiona la relación (encontrada en el Estudio 1 de esta investigación) entre dicha autoconciencia y la adaptación social.

Así mismo, la alta tendencia a la autoconciencia privada se relaciona inversamente con algunos indicadores

del sistema auto (AI y AA), por lo que se puede afirmar que las personas con alta disposición a focalizar la atención sobre aspectos internos de sí (pensamientos, sentimientos, metas...) tienen menor autoestima implícita (i.e., una mayor diferencia tácita entre su autoconcepto ideal y real) y menor autoactualización (es decir, menos satisfechas sus necesidades, menos actualizadas sus potencialidades...); menor autoactualización que se da también en personas que tienden a reflexionar sobre los aspectos públicos de sí mismas. Con anterioridad no se había estudiado la relación de autoconciencia (pública o privada) con autoestima implícita ni con autoactualización, por lo que el resultado es novedoso. No obstante, sí que se había estudiado la relación de la autoconciencia privada con la autoestima global. Pues bien, los resultados aquí presentados son coherentes con los hallados por autores como Brockner (1979, 1983) o Conway y Giannopoulos (1993) entre otros, quienes encuentran que las personas con más autoconciencia privada tienen menos autoestima global.

También apreciamos que la autoconciencia pública y la privada se asocian positivamente con automonitorización, por lo que cabe considerar que la alta tendencia a reflexionar sobre sí mismo (sea sobre aspectos privados o públicos) se da en personas que tienden a comportarse de acuerdo con lo que parece más pertinente en cada situación, que manejan más las impresiones que causan en los demás. Estas relaciones no estaban establecidas teóricamente, y a nivel empírico han sido abordadas en pocos estudios, con resultados desiguales. Así, la relación positiva encontrada de autoconciencia privada con automonitorización es consistente con los datos aportados por McGrae (1993), y contradice a los presentados por Lamphere y Leary (1990), ya que estos últimos no encuentran relación significativa entre ambos conceptos. Por su parte, la asociación positiva de autoconciencia pública y automonitorización que aquí se encuentra coincide con los datos del Estudio 1 y con los aportados por Lamphere y Leary (1990), y por Santee y Maslach (1982).

Por otra parte, dadas las relaciones positivas de personalidad sana (BP y AS) con autoestima implícita y autoactualización, se puede considerar que las personas con una alta experiencia de bienestar personal y de ajuste social tienen una mayor autoestima implícita (i.e., menor diferencia entre el autoconcepto real e ideal) y un mayor desarrollo de sus potencialidades y satisfacción de sus necesidades. Resultados éstos que son novedosos y que enriquecen la capacidad predictiva de la personalidad sana sobre los mencionados parámetros del sistema auto. A su vez, el bienestar personal se asocia negativamente con la automonitorización, por lo que se puede pensar que las personas con una experiencia mayor de satisfacción personal se comportan más de acuerdo con criterios personales que situacionales de adecuación comportamental. Este resultado replica el obtenido en el Estudio 1, y los aportados por Fierro y otros (1998).

Vemos también que, dadas las relaciones positivas de autoestima implícita con autoactualización, las personas con más autoestima implícita (es decir, con menor diferencia entre autoconcepto ideal y real) están más autoactualizadas, tienen más satisfechas sus necesidades, más desarrolladas sus capacidades. Esta relación no estaba estudiada previamente, pero sí que la autoestima general se había asociado positivamente con la autoactualización en una investigación anterior (Richard y Jex, 1991); por ello los datos aportados en este Estudio, al utilizar un parámetro de la autoestima diferente al de estos autores, no replica sus resultados, aunque apuntan en el mismo sentido.

En fin, también podemos apreciar (dada su correlación negativa) que las personas muy actualizadas "automonitorizan" poco, se comportan más de acuerdo con criterios personales que situacionales de conducta. Resultado éste que es novedoso, ya que con anterioridad no habían sido relacionados ambos conceptos.

Conclusiones

A partir de los resultados de los dos Estudios que se vienen exponiendo y comentando, se puede concluir respondiendo a algunas de las incógnitas que motivan esta investigación. Así, se han producido asociaciones negativas de autoconciencia privada con bienestar personal (en Estudio 1 y 2), adaptación social (Estudio 1), autoestima implícita y automonitorización (Estudio 2). Resultados éstos que delimitan un perfil de las personas que tienden a focalizar la atención sobre los aspectos privados de sí mismas (pensamientos, sentimientos, planes...) con menor experiencia de bienestar personal y de adaptación social, una valoración más pobre de ellas (menos autoestima implícita: mayor diferencia entre su autoconcepto real e ideal), tienen menos actualizadas sus potencialidades, menos satisfechas sus necesidades, y tienden a comportarse más de acuerdo con criterios situacionales o a manejar más las impresiones que causan en los demás. Por su parte, la autoconciencia pública tiene un patrón de relaciones menos definido, ya que sus asociaciones sólo son significativas con autoactualización (relación inversa) y automonitorización (relación directa), de modo que las personas que tienden a focalizar la atención en los aspectos públicos de sí mismas (impresión en los demás, apariencia...) están menos autoactualizadas y tienden a comportarse más de acuerdo con claves situacionales que personales de conducta.

Por otra parte, observamos que las personas que tienen una personalidad más sana (vivencia elevada de bienestar personal y de adaptación social) presentan una valoración más positiva de sí mismas o más autoestima implícita (esto es, menor diferencia entre su autoconcepto real e ideal), están más autoactualizadas, y tienden a comportarse más de acuerdo criterios personales que situacionales de adecuación comportamental.

Así mismo, ha resultado que las personas con mayor autoestima implícita están más autoactualizadas, es decir que en aquellas personas que hay menos diferencias entre autoconcepto ideal y real se encuentran más satisfechas sus necesidades y más desarrolladas sus potencialidades.

Por todo ello, podemos considerar que el campo teórico de la autoconciencia objetiva (Duval y Wicklund, 1972; Wicklund, 1975; Carver y Scheier, 1981, 1996; Greenberg, Pyszczynski, y Solomon, 1986) queda parcialmente relacionado con la personalidad sana (que previamente no se había abordado de modo directo), fortalece y amplía sus vinculaciones con variables del sistema auto no estudiadas con anterioridad (tomadas en cierto sentido como indicadores indirectos de la personalidad sana). Al mismo tiempo, también han quedado establecidas las relaciones de la personalidad sana con el sistema auto.

En el futuro habría que estudiar nuevamente las relaciones entre autoconciencia privada y la adaptación social, ya que en el primer Estudio se asocian dichas variables, pero no lo hacen en el segundo. Por la misma razón la relación entre autoconciencia privada y automonitorización tendría que ser nuevamente abordada, ya que no se asocian en el primer Estudio pero sí en el segundo. También habría que volver a estudiar la relación de autoconciencia privada con autoestima implícita y con automonitorización, pues aunque dilucidar sus relaciones no era un objetivo básico de esta investigación, este es el primer trabajo donde son asociadas dichas variables.

Referencias bibliográficas

- Becker, E. (1962). The Birth and Death of Meaning. New York: Free Press.
- Bledsoe, J. (1967). Self Concept of Children and their Intelligence, Avhievement, Interests and Anxiety. Child. Educ., 43, 463-468.

- Bledsoe, J. C. (1964). Self Concepts of Children and their Intelligence, Achievement Interests and Anxiety. J. *Indiv. Psychology*, 20, 55-58.
- Brockner, J. (1983). Low Self-Esteem and Behavioral Plasticity: Some Implications. En L. Wheeler y P.R. Shaver (Eds.), Review of Personality and Social Psychology (Vol. 4). Beverly Hills, California: Sage.
- Brockner, J. (1979). Self-Esteem, Self-Consciousness, and Task Performance: Replications, Extensions, and Possible Explanations. Journal of Personality and Social Psychology, 37(3), 447-461.
- Burns, R. B. (1990). El Autoconcepto. Bilbao: Ediciones EGA.
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1981). Attention and Self-Regulation: A Control Theory Approach to Human Behavior. New York and Berling: Springer-Berlag.
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1996). Self-Regulation. En C.S. Carver y M.F. Scheier (Eds), Perspectives on Personality (3ª ed.,). Needham Heights, Mass: Allyn y Bacon.
- Conway, M., y Giannopoulos, C. (1993). Self-Esteem and Specificity in Self-Focused Attention. The Journal of Social Psychology, 133(1), 121-123.
- Dickstein, L.S., Wang, N., y Whitaker, A. (1981). Private Self-Consciousness and Trait-Anxiety. Psychological Reports, 48, 518
- Duval, S., y Wicklund, R. A. (1972). A Theory of Objective Self-Awareness. New York: Academic Press.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., y Buss, A. H. (1975). Public and Private Self-Consciousness: Assessment and Theory. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 43, 522-527.
- Fierro, A. (1986). Autoestima implícita: su medición y sus Correlatos. Evaluación Psicológica/Psychological Assessment, 2(4), 73-98.
- Fierro, A. (1984). Dimensiones de la personalidad sana. Revista de Psiquiatría y Psicología Médica, 6, 73-391.
- Fierro, A. (1996). Manual de psicología de la personalidad. Barcelona: Paidós.
- Fierro, A., y Cardenal, V. (1993). Estudio Dimensional de la Personalidad Madura. Rev. De Psicol. Gral. y Aplic., 46(4), 411-419.
- Fierro, A., y Cardenal, V. (1996). Dimensiones de Personalidad y Satisfacción Personal. Revista De Psicología General y Aplicada, 49(1), 65-81.
- Fierro, A., Jiménez, J.A., y Berrocal, C. (1998). Bienestar personal y adaptación social en la estructura de la personalidad. Ponencia presentada al V Congreso de Evaluación Psicológica, Benalmádena.
- Greenberg, J., Y Pyszczynski, T. (1986). Persistent High Self-Focus After Failure and Low Self-Focus After Success: The Depressive Self-Focusing Style. Journal of Personality and Social Psychology, 50(5), 1039-1044.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., y Solomon, S. (1986). The Causes and Consequences of the Need for Self-Esteem: A terror Management Theory. En R. F. Baumeister (Ed), Public and private self (pp. 198-212). New York: Springer-Verlag.
- Hull, J. G., Y Levy, A. S. (1979). The Organizational Functions of the Self: An Alternative to the Duval and Wicklund Model of Self-Awareness. Journal of Personality and Social Psychology, 37(5), 756-768.
- Ingram, R. E. (1990). Self-Focused Attention in Clinical Disorders: Review and a Conceptual Model. Psychological Bulletin, 107 (2), 156-176.
- James, W. (1890). The Principles of Psychology . New York: Holt.
- Jiménez, J.A. (1997). Autoconciencia y autoconcepto: estructura de la personalidad e inducción experimental. Malaga: SPUMA.
- Jones, A., y Crandall, R. (1986). Validation of a Short Index of Self-Actualization. Personality and Social Psychology Bulletin, 12(1), 63-73.
- Lamphere, R. A., y Leary, M. R. (1990). Private and Public Self-Processes: A Return to James's Constituents of the Self. Personality and Social Psychology Bulletin, 16(4), 717-725.
- McAdams, D.P. (1994). The Person. An Introduction to Personality Psychology. Florida: Harcourt Brace & Company
- McCrae, R. R. (1993). Moderate Analyses of Longitudinal Personality Stability. Journal of Personality and Social Psychology, 65(3), 577-585.

- Mead, G. H. (1934). Mind, Self, and Society. Chicago: University of Chicago Press.
- Pyszczynski, T., y Greenberg, J. (1985). Depresión and Preference for Self-Focusing Stimuli After Success and Failure. Journal of Personality and Social Psychology, 49(4), 1066-1075.
- Richard, R.L., y Jex, S.M. (1991). Further Evidence for the Validity of the Short Index of Self-Actualization. Special Issue: Handbook of Self-Actualization. Journal of Social Behavior and Personality, 6(5), 331-338.
- Rivas, T., Fierro, A., Jiménez, J.A., y Berrocal, C. (1998). Estudio de la estructura unidimensional de las escalas de bienestar personal y adaptación social. Ponencia presentada al V Congreso de Evaluación Psicológica, Benalmádena.
- Rogers, C. R. (1951). Client Centred Therapy. Boston: Houghton Mifflin.
- Santee, R. T., y Maslach, C. (1982). To Agree or Not to Agree: Personal Dissent Amid Social Pressure to Conform. Journal of Personality and Social Psychology, 42(4), 690-700.
- Scheier, M. F., y Carver, C. S. (1985). The Self-Consciousness Scale: A Revised Version for Use with General Populations. Journal of Applied Social Psychology, 15(8), 687-699.
- Snyder, M. (1987). Public Appearances/Private Realities. New York: W.H. Freeman.
- Snyder, M. (1974). Self-Monitoring of Expressive Behavior. Journal of Personality and Social Psychology, 30(4), 526-537.
- Wells, A. (1991). Effects of Dispositional Self-Focus, Appraisal and Attention Instructions on Responses to a Threatening Stimulus. Anxiety Research, 3, 291-301.
- Wells, A., y Mattew, G. (1994). Self-Consciousness and Cognitive Failures as Predictors of Coping in Stressful Episodes. Cognition and Emotion, 8(3), 279-285.
- Wicklund, R. A. (1975). Objective Self-Awareness. Advances in Experimental Social Psychology, 8, 233-275.