

# RASGOS DE PERSONALIDAD

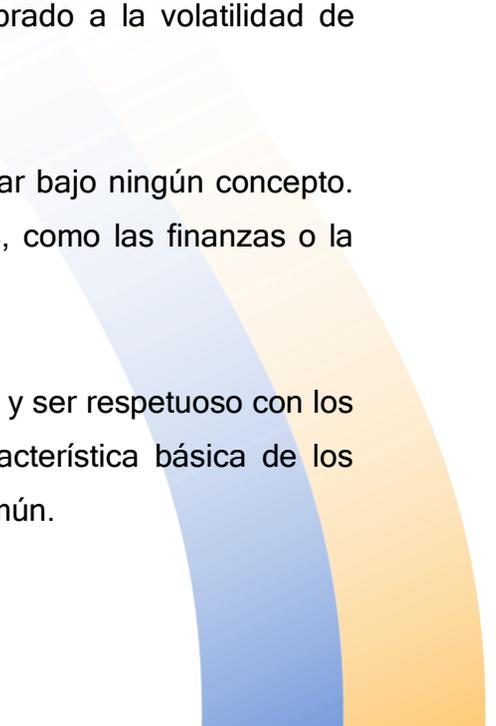
Los rasgos de personalidad son un conjunto de características, emociones, formas de pensar y aspectos del comportamiento de un individuo que sirven para definirlo y valorarlo. Están basados tanto en factores biológicos y culturales como en la ética, la moral y las creencias personales. Cada sujeto tiene distintos rasgos de personalidad y posee diversas actitudes ante las situaciones que surgen a lo largo de la vida.

Enfatizar sobre tus rasgos positivos, así como ser consciente de los negativos, te será de gran utilidad a la hora de establecer tus objetivos profesionales. De este modo, podrás encontrar la respuesta perfecta en una entrevista o podrás ofrecer la solución más eficaz en una reunión.

Existe una larga lista de rasgos de personalidad, algunos negativos y otros positivos. Es de gran utilidad que tengas claro cuáles son tus puntos fuertes y débiles, puedes recurrir a tus amigos o familiares para ayudarte a establecer cuáles son los rasgos de personalidad que mejor te definen.

La siguiente lista contiene catorce rasgos de personalidad positivos, muy valorados en el ambiente laboral:

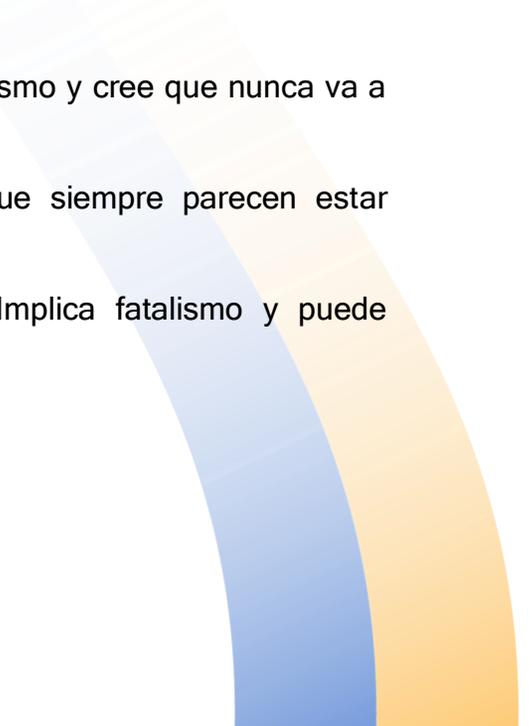
- **Ambición.** Es el deseo de alcanzar el éxito y cumplir metas. Se demuestra cuando se superan retos con constancia y dedicación, o al cumplir determinados objetivos. Por ejemplo, un bróker de bolsa podría enfatizar en este rasgo para optar a un puesto de trabajo en concreto.
- **Creatividad.** Consiste en usar la imaginación. Se puede utilizar el ingenio para resolver un problema, presentar una información de manera novedosa o encontrar métodos de trabajo más eficientes. Es esencial, por ejemplo, en el día a día de un diseñador gráfico.

- **Comprensión.** Sentir y expresar empatía por el resto de las personas. Se puede demostrar cuando se ayuda a alguien a superar una situación delicada o un reto de gran dificultad. Es una cualidad muy valorada para trabajar en puestos de atención al cliente.
  - **Concienciación.** Se aplica a aquellas personas que siempre tratan de hacer lo correcto y cumplen con su deber. También suelen mostrar disciplina en cada tarea y aportan sus mejores habilidades para lograr el objetivo de la empresa. Por ejemplo, los trabajadores de una cadena de montaje han de poseer este rasgo de personalidad.
  - **Valentía.** Cuando una persona no se detiene ante retos o dificultades y lleva a cabo proyectos que otros abandonan por miedo o por dificultad. También están dispuestos a asumir riesgos en el trabajo, lo que puede traducirse en beneficios para la compañía. Por ejemplo, un responsable de equipo de ventas necesitará ser valiente y arriesgado al presentar una nueva campaña.
  - **Flexibilidad.** Se trata de la capacidad para adaptarse rápido a los cambios, como plazos de entrega ajustados o nuevas necesidades de los clientes más importantes. La habilidad para modificar comportamientos, según las condiciones laborales, es fundamental para tener éxito en empresas con un ritmo de trabajo rápido y dinámico. Por ejemplo, un autónomo, acostumbrado a la volatilidad de encargos y plazos, tiene que hacer gala de esta cualidad.
  - **Honestidad.** Cualidad de ser siempre sincero y no engañar bajo ningún concepto. Se valora mucho en industrias reguladas o supervisadas, como las finanzas o la alimentación.
  - **Humildad.** Capacidad para no presumir de logros pasados y ser respetuoso con los demás cuando se adquiere reconocimiento. Es una característica básica de los líderes que creen en sus equipos y trabajan por el bien común.
- 

- Honradez. Persona con una gran habilidad para actuar de acuerdo con sus principios y ética. Siempre piensa en el beneficio de su empresa y lo antepone al personal. Por ejemplo, el trabajador que acumula varias décadas en una misma compañía.
- Lealtad. Actuar a favor de la empresa en cada momento. Las personas con este rasgo transmiten la confianza necesaria para recibir información confidencial por parte de los trabajadores. En la mayoría de los casos desarrollan una relación a largo plazo con la empresa.
- Paciencia. Gran capacidad para soportar retrasos, contratiempos e imprevistos sin enfadarse o ponerse nervioso. Es un rasgo vital para trabajos o proyectos a largo plazo, por ejemplo, en el sector de la publicidad.
- Persistencia. Es la habilidad para trabajar de manera incansable con el fin de conseguir los objetivos propuestos, a pesar de los obstáculos o dificultades que se encuentren en el camino.
- Resiliencia. En el ámbito laboral, son personas que tardan poco en levantarse tras un fracaso y crean un nuevo plan para lograr un objetivo distinto. Por ejemplo, un emprendedor que inicia una nueva aventura tras una bancarrota.
- Disciplina. Habilidad para superar tentaciones, desmotivaciones e inseguridades. No requieren supervisión para cumplir con su tarea. Son un gran recurso para la empresa, ya que siempre llegan puntuales, cumplen con sus horarios de trabajo y nunca dan problemas.

Algunos de estos rasgos psicológicos, llevados al extremo, pueden traer malas consecuencias y no tienen por qué ser sinónimo de éxito. Sin embargo, usados en un término medio, suelen conllevar beneficios a lo largo de una carrera profesional.

También existen rasgos de personalidad negativos, aquí encontrarás las trece características de personalidad negativas más frecuentes:

- Conformismo. Rasgo que identifica a una persona que no tiene ambición de futuro. Si hay algo que está bien, ¿para qué mejorarlo?
  - Falta de imaginación. Habitual en personas que no saben lo que quieren y van sin rumbo fijo.
  - Procrastinación. Típico de las personas que lo dejan todo para el final. Puede crear una influencia negativa dentro de su entorno más próximo.
  - Vagancia. Cualidad negativa de alguien que cree que las cosas se arreglarán solas. No trata de intervenir para solucionar problemas y deja la responsabilidad a los demás.
  - Miedo. Es la sensación de inseguridad a dar el primer paso e iniciar un proyecto.
  - Orgullo. Las personas orgullosas sienten que han nacido para triunfar, pero no demuestran perseverancia, por lo que lo único que aportan es desilusión y frustración.
  - Falta de imaginación. Son aquellos sujetos cuya creatividad es limitada y no son capaces de encontrar soluciones originales y efectivas para la empresa.
  - Falta de acción. Los que piensan en todos los detalles de un proyecto, pero nunca actúan.
  - Desmotivación. Falta de ambición por lograr nuevos retos. Tampoco demuestran tener objetivos o la menor intención de conseguirlos.
  - Incredulidad. Persona negativa que no tiene fe en sí mismo y cree que nunca va a lograr el éxito.
  - Improductividad. Les suele ocurrir a las personas que siempre parecen estar haciendo algo, pero que en realidad no son productivas.
  - Pesimismo. Sensación de negatividad permanente. Implica fatalismo y puede provocar malos resultados en un grupo de trabajo.
- 

- Distracción. Trabajador que siempre se preocupa por enterarse de todo lo que pasa a su alrededor, entra en redes sociales o comprueba los correos, pero nunca trabaja para conseguir sus metas.

Algunos de estos rasgos pueden gestionarse con acierto y conducir a buenos resultados, siempre que no se lleven al extremo. Sin embargo, la mayoría de ellos traen malas consecuencias por su propia naturaleza.

Las teorías de la personalidad en la psicología hablan de cinco grandes factores que determinan los rasgos personales de cada individuo. Vamos a analizar cada uno de ellos:

- **Mente abierta.** Es la capacidad de apreciar ideas atípicas. Es habitual en los que llevan estilos de vida alternativos, que tienen ideas diferentes y creencias poco comunes. Las personas aventureras, imaginativas y curiosas son las que más se ajustan a este factor. Por el contrario, aquellos que reniegan de lo desconocido, que no se abren a los cambios y que prefieren los dogmas generalizados, se situarán en el otro extremo. Un artista podría ser un claro ejemplo de mente abierta, ya que tiene un tipo de vida más alternativo que un funcionario público con una rutina semanal.
- **Responsabilidad.** Marca la predisposición a buscar la solución ante los problemas, a emplear la autodisciplina y a dirigir los movimientos para obtener un objetivo en concreto. Contrasta con aquellas personas que son perezosas o incoherentes. Podría ejemplificarse con un estudiante que se organiza al detalle las horas necesarias para estudiar todos los temas.
- **Sociabilidad.** Se trata de buscar la interacción constante con los demás, realizando actividades en grupo, como deportes en equipo. Son personas extrovertidas y pueden asumir generalmente el papel de líderes. En el lado opuesto, las personas introvertidas no necesitan esa estimulación y prefieren aficiones que no requieran la compañía de otras personas, como leer.

- Cordialidad. Son aquellas personas que buscan la compasión, la empatía o la generosidad. En contraposición, los individuos poco cordiales dan prioridad a sus intereses por delante de los del resto, aunque para conseguirlo tengan que perjudicarlos.
- Estabilidad emocional. Personas que son capaces de adecuar sus sentimientos y reacciones ante cada situación, por el contrario, están las personas con emociones negativas incapaces de afrontar las situaciones adversas.

Los rasgos de personalidad son importantes porque nos hablan de las capacidades del ser humano para adaptarse a las circunstancias. Además, confirman su habilidad para asumir responsabilidades, interactuar socialmente con sus compañeros, generar empatía y cordialidad o controlar la inestabilidad emocional. Aquellos que cuenten con todos los rasgos de personalidad positivos tendrán más posibilidades de alcanzar el éxito, tanto a nivel profesional como personal.

**Referencia:**

Indeed (2020) ¿Qué son los rasgos de personalidad positivos y negativos? Recuperado de:  
<https://es.indeed.com/orientacion-laboral/desarrollo-profesional/rasgos-de-personalidad>