

METODOLOGÍA Q Y AUTOCONCEPTO

Los dos miembros del título pueden andar desparejados: el concepto de sí mismo se deja investigar mediante otras estrategias y mediante pruebas convencionales de personalidad, mientras, por su lado, el método de clasificación Q, creado por Stephenson (1953), puede extenderse a la evaluación de facetas de personalidad que no son el autoconcepto, y, en la intención de su creador, podría auxiliar incluso -aunque esto se halla ahora más bien abandonado- para la validación de teorías psicológicas generales. Entre el contenido (concepto de sí mismo) y el método (clasificación Q) hay, de todos modos, muy buena correspondencia, y ajustan el uno al otro como el guante a su mano.

1 LA TÉCNICA DE CLASIFICACIÓN Q

La metodología Q, inicialmente ideada por Stephenson, constituye una estrategia de acercamiento estadístico a la tipología, universo o población de los rasgos de personalidad. En los años en que fue propuesta, los psicólogos de la personalidad estaban ocupados en la tarea de identificar y describir el número de rasgos de personalidad necesarios y suficientes para dar cuenta de las características diferenciales entre las personas. Escudriñando el diccionario (el Webster inglés), Allport y Odbert (1936) habían encontrado cerca de 4.500 términos significativos de disposiciones conductuales duraderas. ¿Todas ellas eran necesarias para una descripción científica de la personalidad? La variedad R del análisis factorial o factorización a partir de una matriz de correlaciones entre un conjunto de variables en una determinada muestra de sujetos, sirvió a Cattell (1965 / 1972) y a otros para reducir ese volumen de rasgos superficiales, de lenguaje ordinario, a unos pocos facto-

res subyacentes de personalidad. Variedad de análisis factorial es asimismo la metodología Q, cuyo punto de partida es una matriz de correlaciones entre personas a lo largo de un conjunto de pruebas.

La obtención de los datos pertinentes en la investigación Q se efectúa en dos fases. La primera consiste en la extracción aleatoria de una muestra de rasgos, o de enunciados relativos a ellos, a partir del universo o población total de rasgos que se desea estudiar. Este universo puede estar constituido por los 4.500 términos inventariados por Allport y Odbert, por los enunciados todos relativos a personalidad (o a algún aspecto suyo concreto, v.gr., ansiedad, o fuerza del yo, o estima de sí mismo) que figuren en tal o cual tratado, o en una transcripción de protocolos de pacientes, o por cualquier conjunto que se supone formar la población del fenómeno bajo estudio. Stephenson, en particular, estuvo inicialmente interesado en el universo de los rasgos atribuidos por Jung a los psicotipos de introvertido / extrvertido. De los aproximadamente 2000 rasgos que lo largo de la obra de Jung contribuyen a caracterizar a estos psicotipos, extrajo al azar una muestra de 121 rasgos, para someterla luego a la segunda fase de procedimiento. Análoga extracción aleatoria debería efectuarse en el universo o población de los posibles enunciados relativos al concepto de sí mismo, si uno quiere proceder en todo de acuerdo con la estrategia preconizada por Stephenson. De hecho, sin embargo, para el paso a las operaciones restantes -que han venido, además, a ser las típicas- de la metodología Q, los ítems no siempre son escogidos por parte del investigador mediante su extracción al azar; es frecuente tomarlos de algún repertorio preexistente, o redactarlos con la asistencia de un grupo de jueces que cooperan en la definición y redacción de una muestra de ítems supuestamente representativos del

universo que se desea explorar. En uno y otro caso, al azar o construida, a la prueba resultante se la presume con validez de contenido: sus ítems son muestras singulares de la población total de ítems semejantes de los que se reputa estar formado el rasgo bajo estudio.

En la segunda etapa de la metodología Q se pide a unos sujetos que ordenen el conjunto-muestra de ítems, representativos del universo de rasgos, colocándolos en un continuo que va desde los máximamente característicos hasta los mínimamente característicos de su personalidad. La ordenación ha de realizarse en una distribución forzada que, por otro lado, toma aproximadamente la forma de una distribución estadística normal: igual número de ítems característicos y no característicos (distribución simétrica), escaso número de ítems máxima o mínimamente característicos, mayor número en los valores medios (coincidencia de la media y de la moda de la distribución). La elección Q suele hacerla cada sujeto apilando y ordenando en grupos, de mayor a menor representatividad, sendas tarjetas que contienen cada uno de los enunciados o ítems por clasificar. El cuadro 1 presenta algunas posibles distribuciones de N ítems en K grupos. El N ideal para una elección Q se estima oscilar entre 60 y 130 reactivos, para agrupar en siete, nueve, u once categorías.

CUADRO 1

EJEMPLOS DE DISTRIBUCIONES Q PARA N ÍTEMS Y K CATEGORÍAS

N = 80, K = 9:

4 6 10 12 16 12 10 6 4

N = 80, K = 11:

2 4 6 9 12 14 12 9 6 4 2

N = 100, K = 9:

4 7 13 16 20 16 13 7 4

N = 100, K = 11:

2 5 8 11 15 18 15 11 8 5 2

No es lugar éste para discutir las ventajas e inconvenientes de la metodología Q, y, en particular, los del procedimiento de elección forzosa que impone. Baste con destacar que su reconocida utilidad heurística como estrategia exploratoria hace muy aconsejable su empleo en un programa o en un momento de iniciación a la investigación psicológica. Tampoco es posible detenerse

en la presentación de las fórmulas y modelos matemáticos que permiten el análisis factorial y otros análisis de los datos engendrados por este procedimiento. Para una primera información en castellano, cabe remitir a Kerlinger (1973).

2 CONCEPTOS SOBRE "SÍ MISMO"

En su experiencia clínica de psicoterapia, encontró Rogers (1961 / 1979) que el concepto que las personas tienen acerca de ellas mismas constituía un elemento importante en su experiencia, un elemento, además, determinante en alto grado de su comportamiento, de su ajuste a las demandas del entorno y de su propio bienestar psíquico. Encontró también que el objetivo del cliente en la psicoterapia era llegar a ser él mismo en verdad, convertirse en su genuino "sí mismo". Aún sin entrar en otros detalles de la teoría fenomenológica que Rogers desarrolló sobre la personalidad a partir de su práctica de psicoterapeuta, con ello tenemos ya algunos constructos básicos susceptibles de investigación: el concepto que la persona tiene de sí misma en cuanto individuo real; el concepto, idea o ideal que se ha formado como aquello que le gustaría, querría o acaso debería ser, ideal que puede relacionarse con el nivel de aspiración, cuando, como ocurre en la escuela de Lewin, se trata de un nivel generalizado en las aspiraciones de una persona, y no meramente de alguna cota de ejecución a lo largo de una serie de tareas bien determinadas; la discrepancia entre el concepto de sí mismo real y el de un sí mismo ideal o nivel de aspiración, discrepancia que puede también construirse en términos de autoestima. Todos estos constructos se relacionan entre sí en la hipótesis de que, a medida que progresa el proceso psicoterapéutico, el sí mismo real se acerca más y más al sí mismo ideal, la discrepancia se reduce, incrementándose, en consecuencia, la estima de sí mismo, una autoestima, además, realísticamente fundamentada.

En su formulación originaria por Rogers, los constructos del concepto real de uno mismo, del ideal y de la autoestima son sustancialmente fenomenológicos, relativos a la experiencia subjetiva de la persona. Puede discutirse indefinidamente y, por consiguiente, estérilmente, si el contenido fenomenológico de esos términos en el campo perceptual y vivencial del sujeto es el mismo contenido alcanzado por el psicoterapeuta o psicólogo clínico, mediante la empatía y la interpretación, y si con uno y otro tiene o puede tener algo que ver la operacionalización de tales términos en cuestionarios o repertorios que traten de objetivarlos y definirlos por su rela-

ción a unos referentes empíricos, a unos comportamientos o respuestas observables. Como nadie puede ponerse dentro de la piel de otro para vivir las propias experiencias de éste, y como las interpretaciones de la psicología clínica, si quieren alcanzar generalidad de ciencia, necesitan ser objetivadas en inferencias efectuadas a partir de antecedentes y de consecuencias empíricas y, por ello, compartibles por la entera comunidad científica, no parece haber otra salida que la de asumir que estas inferencias pueden llegar a referirse a la experiencia misma fenomenológica y, desde luego, cualquiera que sea su margen de error, constituyen la única vía posible de aproximación científica al campo fenoménico.

De hecho, algunos discípulos de Rogers se han esforzado por objetivar operacionalmente la fenoménica percepción de uno mismo y la autoestima en pruebas de personalidad destinadas a evaluar y medir estos constructos. Es en la empresa de operacionalización de unos conceptos originariamente fenomenológicos donde se produce la confluencia entre la teoría rogeriana del proceso de convertirse en uno mismo y la metodología Q de Stephenson. Discípulos de Rogers han juzgado a esta metodología como particularmente apta para objetivar el campo fenoménico del individuo, y han recurrido a ella para evaluar el autoconcepto de las personas, así como los cambios que en este autoconcepto se producen como efecto de la psicoterapia. Por lo demás, los constructos relativos a la percepción y concepto de uno mismo en la actualidad no son ya patrimonio exclusivo de la escuela de Rogers o de la orientación fenomenológica, y pueden considerarse ampliamente incorporados al cuerpo principal de la psicología, a menudo en texturas teóricas bien ajenas a la fenomenología. Es el caso de la teoría de la autopercepción de Bem (1972), expresamente formulada, sobre todo en su versión primitiva, como análisis conductista del proceso y modo en que las personas se perciben a sí mismas. Este análisis establece que, pese a las apariencias en contra, que parecen alentar la idea de alguna inmediatez en nuestra autopercepción, esta última requiere de -y opera con- claves semejantes a las de nuestra percepción de otras personas. En cuyo caso, cabe añadir, podemos aproximar la teoría de Rogers del sí mismo a la teoría de Kelly sobre los constructos personales, así como la metodología Q a la técnica REP.

3 UNA PRUEBA DE EVALUACIÓN Q DEL AUTOCONCEPTO

Se presenta a continuación un conjunto de ítems manifestativos del concepto de sí mismo y su arreglo

para una prueba de elección Q. La metodología de Stephenson exige que ese conjunto haya sido extraído al azar de la población total de ítems en los que puede manifestarse o formularse el autoconcepto. Así lo hicieron Butler y Haig (1954), tomando aleatoriamente una muestra de frases sacadas de protocolos de sesiones psicoterapéuticas. De esa muestra proceden los 68 enunciados de la prueba que bajo el título *Cómo soy, cómo no soy*, se recoge a continuación con vistas a su aplicación de acuerdo con las instrucciones de Stephenson.

Los 68 ítems de la prueba pretenden -con supuesta validez de contenido, en tanto que muestra aleatoria representativa- explorar, en general, el concepto de sí mismo. De manera más concreta, sirven para medir la autoestima del sujeto. A este propósito, conviene citar que Dymon (1954) obtuvo juicios de psicólogos clínicos acerca de qué enunciados de ese conjunto eran indicativos de autoestima positiva, junto con un buen ajuste, y cuáles otros, por el contrario, indicativos de desestima de sí mismo y de desajuste. De acuerdo con el criterio de esos jueces, el cuadro 2 especifica qué ítems de la prueba son positivos y qué otros negativos.

La práctica ordinaria de la clasificación Q requiere una aplicación individual, presentando al sujeto la pila completa de tarjetas, cada una con un ítem, y debiendo el sujeto agruparlas en montoncitos de acuerdo con la distribución forzosa que se le prescribe. En la propuesta a continuación se diseña un artificio para su adaptación a grupos. El artificio ideado para ese objeto es la gráfica, con trazos de polígono de frecuencias, que figura al final de *Cómo soy, cómo no soy*, y que los individuos del grupo estudiado han de rellenar. En ella hay 68 celdas, correspondientes a otros tantos ítems. En cada celda el sujeto ha de escribir el número de un ítem y solo de uno, sin repetir, por otra parte, dos veces el mismo número. Gráficas semejantes permiten la aplicación colectiva de cualquier prueba según el método de elección forzada Q. Si los sujetos rellenan la gráfica con lápiz, pudiendo borrar y corregir cuantas veces quieran, el procedimiento es parecido al de los montoncitos de tarjetas y ciertamente significa en todo caso un considerable ahorro de tiempo para el investigador, que puede trabajar con muchos individuos a la vez y que, además en la correspondiente hoja rellena se encuentra directamente ya con los datos para analizar.

Parecida gráfica y análoga distribución (cf. cuadro 1) puede hacerse con cualquier número (entre 60 y 130, preferiblemente) de enunciados de muchas otras pruebas, relativas ya al concepto de sí mismo, ya a diferentes dimensiones de personalidad. La clasificación Q permite formatos y arreglos prácticamente ilimitados, y el tra-

CUADRO 2

ÍTEMS POSITIVOS Y NEGATIVOS EN LA PRUEBA 1, SEGÚN DYMON (1954). LOS ÍTEMS MARCADOS COMO POSITIVOS FUERON CONSIDERADOS POR PSICÓLOGOS CLÍNICOS COMO MANIFESTATIVOS DE BUEN AJUSTE Y DE BUEN CONCEPTO DE SÍ MISMO. LOS ÍTEMS NEGATIVOS, COMO MANIFESTATIVOS DE UN AJUSTE POBRE Y DE DESESTIMA DE SÍ MISMO.

INSTRUMENTOS

94

Ítems positivos		Ítems negativos	
1	32	2	40
3	33	4	41
5	34	6	43
8	37	7	44
9	38	10	45
12	42	11	46
13	48	15	47
14	53	19	49
16	54	22	50
17	56	24	51
18	57	25	52
20	60	26	55
21	61	27	58
23	62	28	59
29	65	35	63
30	66	36	64
31	67	39	68

tamiento de los datos con ella obtenidos tampoco tiene por qué ajustarse a los análisis matemáticos ya consagrados. La gráfica / polígono de frecuencias de la prueba, que se presenta a continuación, en un formato entre

otros posibles, ilustra visualmente un desafío a la imaginación para concebir alternativos -y no por fuerza complicados- modos de tratar los datos que llenan sus celdas.

REFERENCIAS

- Allport, G. W. y Odbert, H. S. (1936). Trait-names: a psycho-lexical study. *Psychological Monographs*, 47(1).
- Bem, D.J. (1972), Self-perception theory. En: L. Berkowitz (ed), *Advances in experimental social Psychology*, vol. 6. Nueva York: Academic Press.
- Butler, J. M. y Haig, G. V. (1954). Changes in the relation between self-concepts and ideal concepts consequent upon client-centered counseling. En: C.R. Rogers y R.F. Dymond (eds.) *Psychotherapy and personality change*. Chicago: University of Chicago Press.
- Cattell, R. B. (1965 /1972). *The scientific analysis of personality / El análisis científico de la personalidad*. Harmondsworth, Middlesex / Barcelona: Penguin Books / Fontanella.
- Dymond, R.F. (1954). Adjustment changes over therapy from self-sorts. En: C.R. Rogers y R.F. Dymond (eds.) *Psychotherapy and personality change*. Chicago: University of Chicago Press.
- Kerlinger, F. N. (1973 / 1979). *Foundations of behavioral research / Investigación del comportamiento*. Nueva York / Méjico: Holt / Interamericana.
- Rogers, C. R. (1961 / 1979). *On becoming a person / El proceso de convertirse en persona*. Boston / Buenos Aires: Houghton Mifflin / Paidós.
- Stephenson, W. (1953). *The study of behavior, Q technique and its methodology*. Chicago: University of Chicago Press.

CÓMO SOY / CÓMO NO SOY

INSTRUCCIONES

Lea atentamente todos los siguientes enunciados y examine en qué medida le son, o no, aplicables a usted mismo. A diferencia de otros ejercicios en los que puede puntuarse, por ejemplo, de 0 a 10 el grado de coincidencia o discrepancia con un enunciado, pero cabría, absolutamente hablando, que un sujeto pusiera puntuación, sea 10, ó 1, ó 3, en todos los ítems, aquí es forzoso distribuir las puntuaciones de acuerdo con el cuadro final. Utilice una hoja aparte, si le hace falta para conseguir ajustar los 68 ítems a la distribución del cuadro de resultados.

Frases por colocar en el cuadro final

1. A menudo me fijo exigencias muy fuertes.
2. Soy disimulado.
3. Con frecuencia me reprocho cosas que he hecho.
4. Me siento a veces humillado.
5. Tengo relaciones cordiales con los demás.
6. Dudo acerca de mi capacidad sexual.
7. Tengo sentimientos de desesperanza.
8. Me siento responsable por mis fracasos.
9. Acepto la mayoría de los valores y pautas sociales.
10. Me resulta difícil controlar mi agresión.
11. Desearía no tener que ocuparme de hacer frente a la realidad.
12. Controlarme a mí mismo no me supone problema.
13. De ordinario me gustan las personas.
14. Puedo expresar libremente mis emociones.
15. Propendo a ponerme en guardia cuando alguien me trata más amistosamente de lo que espero.
16. Mis batallas más duras son conmigo mismo.
17. Soy optimista.
18. La mayor parte de la gente que me conoce me quiere bien.
19. Me considero esclavizado.
20. Soy atractivo sexualmente.
21. Generalmente sé decidirme y obrar en consecuencia.
22. Me siento desvalido.
23. Vivo contento.
24. Soy impulsivo.
25. Soy hostil y agresivo con los demás.
26. Mis decisiones no salen de mí mismo.
27. Llevo una vida desorganizada.
28. Me siento apático, sin ganas de hacer nada.
29. Soy una persona equilibrada.
30. Soy tolerante.
31. Tengo iniciativa.
32. Soy ambicioso.
33. Soy razonable.
34. Tengo una personalidad interesante y atractiva.
35. No me fío de mis emociones.
36. Me resulta duro ser quien soy.
37. Tengo un temperamento aseverativo, afirmador.
38. Guardo para conmigo mismo actitudes positivas.
39. Soy tímido.
40. Trato de no pensar en mis problemas.
41. Soy un don Nadie.
42. Estoy satisfecho conmigo mismo.
43. Procuero eludir el hacer frente a las crisis y dificultades.
44. Me asusta mucho el estar en desacuerdo con otras personas.
45. No tengo mucho respeto para mí mismo.
46. He fracasado rotundamente.
47. Veo mi vida confusa.
48. Creo que soy agradable y simpático.
49. Me aterroriza todo lo relativo al sexo.
50. Siempre me asusta el fracasar en lo que voy a hacer.
51. Cuando alguien me insiste mucho en algo, acabo por ceder.
52. Me siento muy desasosegado e inquieto.
53. Trabajo duro y a conciencia.
54. Soy emocionalmente maduro.
55. Tengo bastante inseguridad interna.
56. Vivo muy relajado y nada realmente llega a incomodarme.
57. Mi personalidad es atrayente para las personas de otro sexo.
58. Me veo obligado muchas veces a defenderme con excusas, autojustificándome.
59. Estoy desesperado.
60. Soy inteligente.
61. Tengo confianza en mí mismo.
62. Me entiendo muy bien a mí mismo.
63. No se puede confiar en mí.
64. Me considero un ser despreciable.
65. Soy diferente a los demás.
66. Vivo generalmente sin problemas y cómodo con las personas que me rodean.
67. Pienso ser un individuo responsable.
68. Tengo pocos valores y normas que sean míos de verdad.

Ítems que me reflejan

