



Universidad del Sureste

Licenciatura en medicina veterinaria y zootecnia

Sexto cuatrimestre

Desarrollo Humano

Ensayo

Mónica Nicole Renaud Ley

13 de mayo del 2021

Psicología Humanista

Las primeras aportaciones hacia la psicología humanista nacieron en la primera mitad del siglo XX: en muchos aspectos la obra de William James en Estados Unidos y las de Ludwig Binswanger y Medar Boss, entre otros, en Europa. Sin embargo, La psicología humanista surgió formalmente hasta las décadas de los cincuenta y sesenta del siglo XX.

El movimiento de la psicología humanista nace con la pretensión de configurarse como una alternativa a la visión del ser humano que proporcionan tanto el psicoanálisis como el conductismo (las dos grandes fuerzas de la psicología en esos años), de ahí que este movimiento sea también conocido como “tercera fuerza”.

Los principales representantes de este movimiento son: Gordon Allport, Abraham Maslow o Carl Rogers junto a Ludwig Binswanger, Medar Boss, Rollo May, Victor Frankl, Eric Fromm o Ronald Laing y uno de los más destacados es William James dado que su concepción de la psicología y del método son un marco en el que la psicología humanista se puede sentir cómoda.

El humanismo como movimiento filosófico resalta de un modo u otro la dignidad del ser humano y postula algún tipo de ideal con respecto a él: según el tipo de ideal se ha podido hablar de un humanismo cristiano, socialista, existencialista, científico, etc. Ferrater Mora señala que el humanismo puede ser entendido como una determinada concepción del ser humano, concepción de la que acabamos de describir algunos rasgos básicos, y también como un “método”, aspecto este de un gran interés para comprender algunos elementos esenciales de la psicología humanista.

Características del humanismo: Rechazo del absolutismo y preferencia por la flexibilidad frente a la exactitud racionalista

Postulados de la psicología humanista:

Bugental, el primer presidente de la Asociación Americana de Psicología Humanista, propuso los siguientes cinco puntos:

- 1) El hombre, como hombre, sobrepasa la suma de sus partes .
- 2) El hombre lleva a cabo su existencia en un contexto humano.
- 3) El hombre es consciente.
- 4) El hombre tiene capacidad de elección.

5) El hombre es intencional en sus propósitos, sus experiencias valorativas, su creatividad y su reconocimiento de significación.

Mientras que la Asociación Americana de Psicología Humanista señala los siguientes puntos:

1) La psicología humanista se centra en la persona humana y su experiencia interior, así como en su significado para ella y en la autopresencia que esto le supone.

2) Enfatización de las características distintivas y específicamente humanas: decisión, creatividad, autorrealización, etc.

3) Mantenimiento del criterio de significación intrínseca, en la selección de problemas a investigar en contra de un valor inspirado únicamente en el valor de la objetividad.

4) Compromiso con el valor de la dignidad humana e interés en el desarrollo pleno del potencial inherente a cada persona; para la psicología humanista es central la persona tal como se descubre a sí misma y en relación con las restantes personas y grupos sociales.

Otros autores

Otro de los más fuertes fundadores de este movimiento es el autor Gordon Allport, quien propuso la distinción entre las orientaciones idiográficas y nomotéticas en psicología. La orientación idiográfica pone el énfasis en la experiencia individual, en el caso único, mientras que la orientación nomotética se interesa por abstracciones estadísticas tales como medias o desviaciones típicas. Allport apoyaba firmemente ambas orientaciones, pero marcaba que debería existir una diferenciación entre ambas y resaltaba que la experiencia individual debe ser la más importante siendo esta la orientación idiográfica.

Ludwig Binswanger, por medio de la aplicación de las categorías heideggerianas a la terapia pretendió desarrollar un procedimiento que abarcara al hombre en su totalidad y no sólo a alguna de sus dimensiones. Propuso que el punto de partida para comprender la personalidad es la tendencia humana a percibir significados en los sucesos y, por ello, ser capaz de trascender las situaciones concretas.

la terapia estaría basada en los siguientes puntos:

a) Los trastornos psicopatológicos representan una alteración del ser-en-el-mundo.

b) El ser-en-el-mundo tiene estructura y por lo tanto puede ser estudiado, descrito y rectificado.

c) La psicoterapia pretende entender el proyecto existencial de la persona.

d) La psicoterapia procura ayudar a asumir la propia experiencia en toda su plenitud, descubriendo las formas y áreas de alienación, para recobrar la autoposición y la autodeterminación.

A partir de la consideración de que el auténtico sentido del significado es el que las personas construyen por sí mismas, proponen que el modo por el que las personas construyen ese significado es el proceso de toma de decisiones. Los dos modos básicos de toma de decisiones son la elección del futuro o la elección del pasado.

Rollo May se alinea claramente en el lado existencial del movimiento humanista norteamericano. Defendió activamente y con éxito (desde puestos directivos en asociaciones de psicólogos) el derecho de los psicólogos a trabajar como psicoterapeutas frente a los intentos repetidos de las poderosas asociaciones de médicos de considerar la psicoterapia como una especialidad médica. dilema del hombre, un concepto central en la psicología de May. El dilema del hombre es el que se origina en la capacidad de éste para sentirse como sujeto y como objeto al mismo tiempo. Para May ambos modos de experimentarse a sí mismo son necesarios para la ciencia de la psicología, para la psicoterapia y para alcanzar una vida gratificante.

Abraham Maslow es una de las figuras más conocidas del movimiento de la psicología humanista; su influencia y su prestigio le llevaron a ser elegido en 1968 presidente de la American Psychological Association. el concepto central en la psicología de Maslow sea el de autorrealización, entendida como culminación de la tendencia al crecimiento que Maslow define como la obtención de la satisfacción de necesidades progresivamente superiores y, junto a esto, la satisfacción de la necesidad de estructurar el mundo a partir de sus propios análisis y valores. Con relación al tema de la satisfacción de necesidades, Maslow establece su jerarquía de necesidades.

En el primer nivel estarían las necesidades fisiológicas, segundo nivel de necesidades: las necesidades de seguridad, tercer nivel necesidades de pertenencia y amor, nivel de necesidades de estima, nivel de necesidades de desarrollo de autorrealización.

Carl Rogers, Su enfoque terapéutico, la terapia centrada en el cliente, también es conocido como terapia no directiva. La hipótesis central de este enfoque la establece así brevemente Rogers: el individuo posee en sí mismo medios para la autocomprensión, para el cambio del concepto de sí mismo, de las actitudes y del comportamiento autodirigido.

De un modo resumido la terapia centrada en el cliente parte de dos premisas fundamentales:

- 1) La confianza radical en la persona del cliente.
- 2) El rechazo al papel directivo del terapeuta

El enfoque psicoterapéutico de Rogers enfatiza la actitud y cualidades del terapeuta como elemento esencial del cambio. De este modo, cualidades tales como empatía, autenticidad y congruencia son requeridas al terapeuta como condición esencial para producir un cambio terapéutico: el peso recae en el terapeuta más que en la técnica.