



Mi Universidad

Súper Nota

Nombre del Alumno: Karla Sayuri García Hernández

Nombre del tema: Las teorías humanistas existenciales

Parcial:3

Nombre de la Materia: Teorías de la personalidad

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 3

TEORIAS HUMANISTAS EXISTENCIALES

Teoría hlistico-dinamica de Abraham Maslow

Presume que la persona en su conjunto es motivada de manera permanente por una u otra necesidad. Las personas tiene la posibilidad de crecer para alcanzar la salud psicológica, es decir la autorrealización.



Jerarquía de las necesidades:

- **Necesidades fisiológicas:** alimento, el agua, la temperatura corporal.
- **Necesidades de seguridad:** incluye seguridad física, estabilidad, dependencia, libertad y protección de fuerzas amenazadoras.
- **Necesidades de amor y pertenencia:** el deseo de amistad, el deseo de tener una pareja e hijos, la necesidad de pertenecer a un familia, un club, un barrio o una noción.
- **Necesidades de estima:** amor propio, la confianza, la competencia y la percepción del aprecio de los demás..
- **Necesidades de autorrealización:** abarca el logro personal, la realización del potencial de la persona y un deseo de creatividad en toda la extensión de la palabra.

Criterios de la autorrealización:

- 1. no sufrían psicopatologías.
- 2. habían avanzado según la jerarquía de las necesidades.
- 3. aceptación de los valores B
- 4. aprovechamiento pleno de los talentos, capacidades, potencialidades, etc.



Herramientas para medir la autorrealización:

- Percepción mas eficientes de la realidad
- Aceptación de si mismo, de los demás y de la naturaleza
- Espontaneidad, sencillez y naturalidad
- Interés por los problemas mas allá de si mismo
- Necesidad de intimidad
- Autonomía
- Apreciación permanente de los casos buenos de la vida
- La experiencia cumbre
- Relaciones interpersonales profundas
- El complejo de Jonás

Teoría centrada en el cliente

Rogers (1986) abogo por un equilibrio entre los datos terapéuticos y los empíricos, que permitirán ampliar los conocimientos sobre el modo de sentir y pensar de los humanos.



Supuestos básicos:

- **Tendencia formativa:** existe una tendencia a evolucionar desde formas mas simples hasta formas mas complejas.
- **Tendencia realizadora:** una inclinación que existe en todos los humanos, a desarrollar lentamente su potencial.
- **El si mismo y la autorrealización:** hace referencia a experiencias organísmicas.
- **El concepto del si mismo:** incluye los aspectos de la existencia y las experiencias propias que el individuo percibe en su conciencia.
- **El si mismo ideal:** define como la noción que un individuo tiene de si mismo tal y como desearía ser.

- **Conclusiones:** debe entrar en contacto con un terapeuta congruente que debe mostrar empatía y una valoración positiva incondicional hacia el cliente.
- **Congruencia del terapeuta:** existe cuando las experiencias organísmicas de una persona corresponden a una conciencia de estas.
- **Valoración positiva incondicional:** es la necesidad del ser querido, apreciado o aceptado por otra persona.
- **Empatía:** el terapeuta percibe correctamente los sentimientos de sus clientes.



La psicología centrada existencial de Rollo May



Considera que las personas Vivian en el mundo de las experiencias presentes y que en ultima instancia eran responsables de sus propias vidas.

- **Culpa:** surge cuando la persona niega su potencial, no perciben correctamente las necesidades de los demás o no son consientes de su dependencia del mundo natural.
- **Intencionalidad:** estructura que da significado a la experiencia y permite a las personas tomar decisiones sobre el futuro.
- **amor:** disfrutar de la presencia de la otra persona y afirmar el valor y el desarrollo tanto como los propios.
- **Voluntad:** capacidad para organizarse a si mismo de tal como que se puede producir un avance en una cierta dirección.

Destino: el objeto del universo expresado con el objetivo de cada uno de nosotros.



“CONCLUSION”

La teoría humanista se enfoca en el presente del paciente. Para Maslow las personas deben de satisfacer necesidades primarias como el hambre, la seguridad, el amor y la estima. Solo depende de haber satisfecho cada uno de estas necesidades, pueden alcanzar la autorrealización. Las teorías de Maslow, Gordon Allport, Carl Rogers, Rollo May, consideran al humanismo como la tercera fuerza de la psicología. La motivación suele ser compleja, lo que significa que la conducta de una persona puede proceder de varios motivos distintos. Su jerarquía de necesidades fueron 5 que son: la primera necesidad fisiológica, necesidad de seguridad, necesidad de amor y pertenencia, necesidad de estima, y autorrealización. La autorrealización ya es el logro de nuestra meta principal. Pero también existe el complejo de Jonás que son las personas que tienen miedo al éxito. La teoría centrada en el cliente de Carl Rogers le interesaba como estaba la persona en el presente que cuales fueron las causas que afectaron su conducta. La psicología existencial consideraba que las personas vivían en el mundo de las experiencias presentes y que en última instancia eran responsables de sus propias vidas. Según May muchas personas no tienen valor para hacer a su destino, y al huir de él renuncian a gran parte de su libertad. Al negar su libertad también huyen de su responsabilidad

“BIOGRAFIA”

 [EVOLUCIÓN DE LAS TEORIAS DEL APRENDIZAJE: TEORÍAS HUMANISTICAS Y EXISTENCIALES](#)

[\(teoaprendizaje-pablo.blogspot.com\)](http://teoaprendizaje-pablo.blogspot.com)

 [Clasificación y tipos de Terapias Humanistas \(psicoactiva.com\)](#)

 [La psicología humanista de Carl Rogers - La Mente es Maravillosa](#)