



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

NOMBRE DEL ALUMNA:

Isabel Guadalupe Cruz Gordillo.

Licenciatura en Psicología.

Tercer cuatrimestre

Materia:

Teorías de la personalidad.

Nombre del profesor:

Luis Ángel Galindo Argüello.

Actividad: II

Fecha: 13 de junio 2022

UNIDAD III "TEORÍAS HUMANISTAS EXISTENCIALES"

3.1 LA TEORÍA HOLÍSTICO-DINÁMICA DE ABRAHAM MASLOW

Los profesores y estudiantes de secundaria han reconocido desde hace tiempo que algunos estudiantes con una capacidad intelectual moderada consiguen sacar buenas notas, mientras que otros con más dotes intelectuales solo obtienen notas mediocres y algunos estudiantes brillantes incluso reprobaban y son expulsados de la escuela. ¿A qué se debe esto? La motivación podría ser una de las causas. Otras causas posibles podrían ser cuestiones de salud, la muerte de algún familiar cercano y tener varios trabajos.

La teoría de la personalidad de Abraham Maslow se ha denominado de varias maneras: teoría humanista, teoría transpersonal, la tercera fuerza de la psicología, la cuarta fuerza de la personalidad, teoría de las necesidades y teoría de la autorrealización. Sin embargo, Maslow se refirió a ella como una teoría holístico-dinámica porque presupone que la persona en su conjunto es motivada de manera permanente por una u otra necesidad y que las personas tienen la posibilidad de crecer para alcanzar la salud psicológica, es decir, la autorrealización. Para conseguirla, las personas deben satisfacer necesidades primarias como el hambre, la seguridad, el amor y la estima. Solo después de haber satisfecho cada una de estas necesidades pueden alcanzar la autorrealización.

Las teorías de Maslow, Gordon Allport, Carl Rogers, Rollo May, y otros, a veces se consideran la tercera fuerza de la psicología. Como otros teóricos, Maslow aceptó algunos de los principios del psicoanálisis y el conductismo. En la universidad estudió la interpretación de los sueños de Freud y desarrolló un profundo interés por el psicoanálisis. Además, su investigación con primates estuvo muy influida por los trabajos de John B. Watson.

En su teoría final, sin embargo, Maslow criticó tanto el psicoanálisis como el conductismo por sus nociones limitadas de la humanidad y su conocimiento insuficiente de las personas psicológicamente equilibradas. Maslow afirmaba que los humanos tienen una naturaleza superior a la que podrían sugerir el psicoanálisis o el conductismo y dedicó los últimos años de su vida a intentar descubrir la naturaleza de los individuos psicológicamente equilibrados.

La teoría de la personalidad de Maslow se apoya en varios supuestos básicos sobre la motivación. Primero, Maslow adoptó un enfoque holístico de la motivación, es decir, la motivación afecta a la persona en su totalidad y no a una sola parte o función de ella. Segundo, la motivación suele ser compleja, lo que significa que la conducta de una persona puede proceder de varios motivos distintos. Por ejemplo, el deseo de tener relaciones sexuales puede estar motivado no solo por una necesidad genital sino también por una necesidad de dominación, compañía, amor y autoestima. Además, la motivación para una conducta puede ser inconsciente o desconocida para la persona. Por ejemplo, la motivación de un estudiante para tener notas altas puede esconder una necesidad de dominación o poder.

Un tercer supuesto es que las personas están continuamente motivadas por una u otra necesidad. Cuando una necesidad queda satisfecha suele perder su poder de motivación y es remplazada por otra necesidad. Por ejemplo, mientras no se satisfagan las necesidades de alimento de las personas, estas lucharán por conseguirlo, pero cuando tienen suficiente, pasan a otras necesidades como la seguridad, la amistad y la autovaloración. Otro supuesto es que todas las personas en todas partes están motivadas por las mismas necesidades básicas. El modo por el que las personas de culturas diferentes obtienen alimento, construyen refugios, expresan amistad, etc. Puede variar mucho, pero las necesidades fundamentales de alimento, seguridad y amistad son comunes a toda la especie. El último supuesto sobre la motivación es que las necesidades se pueden clasificar según una jerarquía.

3.2 CONCEPTO DE MOTIVACIÓN DE MASLOW

Jerarquía de las necesidades

Necesidades fisiológicas: Las necesidades más básicas de cualquier persona son las necesidades fisiológicas, entre ellas, el alimento, el agua, el oxígeno, la temperatura corporal, etc. Las necesidades fisiológicas prevalecen por encima de todas las demás.

Necesidades de seguridad: La necesidad de legislación, orden y estructura también son necesidades de seguridad.

Necesidades de amor y pertenencia: Una vez que las personas han satisfecho, en parte, sus necesidades fisiológicas y de seguridad, empiezan a estar motivadas por las necesidades de amor y pertenencia, como el deseo de amistad, el deseo de tener una pareja e hijos, la necesidad de pertenecer a una familia, un club, un barrio o una nación. Estas necesidades incluyen también algunos aspectos del contacto sexual y humano, así como la necesidad de dar y recibir amor (Maslow, 1970).

Necesidades de estima: Una vez que las personas han satisfecho sus necesidades de amor y pertenencia, pueden ocuparse de las necesidades de estima, que incluyen el amor propio, la confianza, la competencia y la percepción del aprecio de los demás. Maslow identificó dos niveles de necesidades de estima: la reputación y la autoestima. La reputación es la percepción del prestigio o fama que una persona ha alcanzado a los ojos de los demás, mientras que la autoestima son los sentimientos de valor y confianza de la propia persona.

Necesidades de autorrealización: Las personas que dan mucha importancia a valores como la verdad, la belleza, la justicia y otros valores empiezan a buscar la autorrealización después de satisfacer sus necesidades de estima, mientras que las personas que no aprecian dichos valores frustran sus necesidades de autorrealización, aunque hayan satisfecho todas las demás necesidades básicas. Las necesidades de autorrealización abarcan el logro personal, la realización del potencial de la persona y un deseo de creatividad en toda la extensión de la palabra (Maslow, 1970).

3.3 LA AUTORREALIZACIÓN DE MASLOW

Las ideas de Maslow sobre la autorrealización surgieron poco tiempo después de que obtuviera el título de doctor, cuando empezó a reflexionar sobre por qué sus dos profesores en Nueva York, la antropóloga Ruth Benedict y el psicólogo Max Wertheimer, eran tan diferentes de los demás. Para Maslow, estas dos personas representaban el máximo nivel de desarrollo humano, que él denominó «autorrealización».

Maslow tuvo que llegar a la conclusión de que la seguridad emocional y el equilibrio no eran condiciones suficientes para un ser humano bueno. En primer lugar, él intentaba encontrar una combinación de rasgos de personalidad que no había identificado claramente. En segundo lugar, muchas de las personas que él consideraba personas autorrealizadas rechazaron participar en su búsqueda, no les interesaba mucho lo que el profesor Maslow estaba intentando hacer.

En lugar de desanimarse por la imposibilidad de encontrar personas autorrealizadas, Maslow decidió adoptar un enfoque diferente. Empezó a leer biografías de personas famosas para ver si podía encontrar personas autorrealizadas entre los santos, eruditos, héroes nacionales y artistas.

En lugar de preguntarse ¿qué es lo que hace que Max Wertheimer y Ruth Benedict sean personas autorrealizadas? le dio la vuelta a la pregunta y se cuestionó, ¿por qué todos nosotros no somos personas autorrealizadas? Este nuevo enfoque del problema cambió poco a poco la concepción de humanidad de Maslow y ello le permitió ampliar su lista de personas autorrealizadas. Una vez que aprendió a escoger las preguntas adecuadas, Maslow prosiguió su búsqueda de personas autorrealizadas y, para facilitarla identificó un síndrome de salud psicológica.

Criterios para la autorrealización

¿Qué rasgos poseían estas y otras personas autorrealizadas? En primer lugar, no sufrían psicopatologías. No eran ni neuróticos ni psicóticos, ni tenían tendencia a sufrir trastornos psicológicos. En segundo lugar, estas personas autorrealizadas habían avanzado según la jerarquía de las necesidades y, por tanto, vivían por encima del nivel de subsistencia y no tenían ninguna amenaza permanente para su seguridad. Además, conocían el amor y tenían una autovaloración profunda. Como habían satisfecho sus necesidades de niveles inferiores, soportaban más fácilmente la frustración de estas necesidades, incluso cuando se los criticaba o despreciaba. Podían amar a un gran número de personas, pero no tenían la obligación de amar a todo el mundo.

El tercer criterio para la autorrealización de Maslow era la aceptación de los valores B. Sus personas autorrealizadas aceptaban e incluso exigían verdad, belleza, justicia, simplicidad, sentido del humor y todos los demás valores. El último criterio para alcanzar la autorrealización era "el aprovechamiento pleno de los talentos, capacidades, potencialidades, etc." (Maslow, 1970, p. 150). En otras palabras, sus individuos autorrealizados satisfacían sus necesidades de crecimiento y desarrollo de su potencial.

Maslow afirmaba que todos los seres humanos tienen potencial para llegar a ser personas autorrealizadas. Entonces, ¿por qué no todos lo son? Para alcanzar la autorrealización, según Maslow, las personas deben satisfacer con regularidad el resto de necesidades y adoptar los valores. Según este criterio, calculó que 1% de la población adulta psicológicamente más equilibrada serían personas autorrealizadas.

Percepción más eficiente de la realidad: Las personas autorrealizadas tienen más facilidad para detectar la falsedad en los demás. Pueden distinguir entre lo falso y lo verdadero no solo en las personas sino también en la literatura, el arte y la música. No se dejan engañar por las falsas apariencias y perciben aspectos positivos y negativos básicos en los demás que no resultan evidentes para la mayoría de las personas.

Aceptación de sí mismo, de los demás y de la naturaleza: Las personas autorrealizadas pueden aceptarse a sí mismas tal y como son. No muestran actitudes defensivas, falsedad o culpa contraproducente, tienen buen apetito para la comida, les gusta dormir y el sexo, no son demasiado críticos con sus propios defectos y no están agobiados por una excesiva ansiedad o vergüenza. De manera similar, aceptan a los demás y no tienen una necesidad compulsiva de darles órdenes, información o de convencerlos.

Espontaneidad, sencillez y naturalidad: Las personas autorrealizadas son espontáneas, sencillas y naturales. Son poco convencionales, pero no lo hacen de manera compulsiva; respetan los principios morales, aunque pueden parecer inmorales o inconformistas.

Interés por los problemas más allá de sí mismo: Una cuarta característica de las personas autorrealizadas es su interés por los problemas de los demás.

Necesidad de intimidad: Las personas autorrealizadas tienen una capacidad para distanciarse de los demás que les permite estar solas sin sentir soledad.

Autonomía: Las personas autorrealizadas son autónomas y dependen de sí mismas para su crecimiento, aunque en algunos momentos del pasado necesitaron amor y seguridad de los demás. Nadie nace siendo autónomo y, por tanto, nadie es totalmente independiente de los demás.

Apreciación permanente de las cosas buenas de la vida: Maslow escribió que «las personas autorrealizadas tienen la admirable capacidad de apreciar una y otra vez, de manera natural e ingenua, las cosas buenas de la vida, mostrando admiración, placer, asombro e incluso éxtasis».

La experiencia cumbre: Mientras proseguía con su estudio de las personas autorrealizadas, Maslow descubrió que muchas de estas personas habían tenido experiencias místicas que, de algún modo, les daban un sentido de trascendencia.

Relaciones interpersonales profundas: Existe una cualidad especial de las relaciones interpersonales relacionada con el espíritu comunitario que conlleva sentimientos profundos e intensos hacia los demás. Las personas autorrealizadas se muestran afectuosas con todo el mundo en general, pero tienen un número limitado de relaciones amistosas estrechas.

El complejo de Jonás: Otro obstáculo que a menudo bloquea el avance de las personas hacia la autorrealización es el llamado complejo de Jonás, que se puede describir como miedo de nuestra propia grandeza. El complejo de Jonás se caracteriza por los intentos de escapar de nuestro destino, del mismo modo que el personaje bíblico de mismo nombre intentaba huir del suyo. El complejo de Jonás, que está presente en casi todas las personas, representa un miedo al éxito y un sentimiento de asombro ante la belleza y la perfección.

3.4 HERRAMIENTAS PARA MEDIR LA AUTORREALIZACIÓN Y COMPLEJO DE JONÁS

UNIDAD III "TEORÍAS HUMANISTAS EXISTENCIALES"

3.5 INVESTIGACIÓN Y CRÍTICA A LA TEORÍA DE MASLOW

En este estudio, los participantes llenaron un cuestionario que preguntaba sobre la satisfacción de sus necesidades. Estas necesidades se dividieron en dos tipos de motivación: de baja motivación y alta motivación.

Los investigadores encontraron que los motivos más bajos eran más comunes en la gente joven, mientras que los altos eran más frecuentes en la gente mayor. Recordemos que, para concentrarse en la satisfacción de las necesidades de orden más alto como la estima y la autorrealización, las personas deben primero haber satisfecho las necesidades de bajo orden. Por lo tanto, tal y como teorizó Maslow y como descubrieron Reiss y Havercamp, si las personas pueden asegurar las necesidades más básicas temprano en su vida, tienen más tiempo y energía para concentrarse en lograr las metas más altas de la existencia humana más tarde en la vida.

Crítica a la teoría de Maslow: La búsqueda de personas autorrealizadas de Maslow no finalizó con sus estudios empíricos. En los últimos años de su vida especularía con frecuencia sobre la autorrealización, aportando pocas pruebas que confirmaran sus hipótesis. Este dato abriría las puertas para criticar a Maslow. Sin embargo, a él no le preocupaba la ciencia desacralizada u ortodoxa. Pese a ello, nosotros usaremos los mismos criterios para evaluar la teoría de la personalidad holístico-dinámica que utilizamos con otras teorías.

En primer lugar, ¿qué puntuación obtiene la teoría de Maslow en su capacidad para generar investigación? En este criterio, la teoría de Maslow obtiene una valoración algo superior a la media. La autorrealización sigue siendo un tema popular para los investigadores y los tests de autorrealización han facilitado el estudio de este concepto imaginario. Sin embargo, las ideas de Maslow sobre la metamotivación, la jerarquía de las necesidades, el complejo de Jonás y las necesidades instintivas han suscitado menos interés para los investigadores. En el criterio de refutabilidad, la teoría de Maslow obtiene una puntuación baja.

Maslow afirmó que las personas autorrealizadas se negaron a realizar tests que podrían haber servido para evaluar su nivel de autorrealización. Si esto es cierto, entonces los distintos cuestionarios creados para medir el nivel de autorrealización podrían no ser adecuados para identificar a las personas autorrealizadas. No obstante, si los investigadores desean seguir el ejemplo de Maslow y usar entrevistas personales, tendrán pocas directrices para orientarse.

¿Sirve la teoría de Maslow como guía práctica? En este criterio, la teoría obtiene una puntuación muy elevada. Por ejemplo, los psicoterapeutas que tienen clientes cuyas necesidades de seguridad están amenazadas, deben ofrecerles un entorno seguro. Una vez que estos han satisfecho sus necesidades de seguridad, el terapeuta puede trabajar para brindarles sentimientos de amor y pertenencia. La teoría de Maslow sugiere que los jefes deberían dar a sus empleados más responsabilidad y libertad, aprovechar mejor sus ideas y su creatividad para resolver problemas y fomentar el uso de la inteligencia y la imaginación en el trabajo.

3.6 LA TEORÍA CENTRADA EN EL CLIENTE DE CARL ROGERS

En la escuela primaria de Oak Park, en Illinois, fue compañero de Ernest Hemingway y de los hijos de Frank Lloyd Wright, pero nunca aspiró a ser escritor o arquitecto. Él quería ser agricultor, agricultor científico, para estudiar las plantas y los animales, su crecimiento y su desarrollo. Aunque procedía de una familia numerosa, era muy tímido y carecía de habilidades sociales. Era un niño sensible y se sentía herido fácilmente por las burlas de sus compañeros de clase y de sus hermanos. Pero la devoción por el método científico seguiría acompañando a Carl Rogers durante toda su vida, y su investigación sobre las condiciones «necesarias y suficientes» para el crecimiento psicológico humano fue uno de los motivos por los que recibió el premio Distinguished Scientific Contribution Award otorgado por la American Psychological Association.

3.7 PERSPECTIVA GENERAL DE LA TEORÍA CENTRADA EN EL CLIENTE

Aunque se le conoce, sobre todo, por ser el fundador de la terapia centrada en el cliente, Carl Rogers desarrolló una teoría humanista de la personalidad a partir de sus experiencias con pacientes de psicoterapia. A diferencia de Freud, que era ante todo teórico y secundariamente terapeuta, Rogers fue un terapeuta consumado y un teórico reticente. Estaba más interesado en ayudar a las personas que en descubrir por qué se comportaban de una u otra manera. Tendía más a preguntarse «¿cómo puedo ayudar a esta persona a crecer y a desarrollarse?», que a considerar la cuestión «¿cuál es la causa de que esta persona se haya desarrollado de este modo?». Como muchos teóricos de la personalidad, Rogers construyó su teoría sobre los andamios que le proporcionaron sus experiencias como terapeuta.

Aunque su teoría de la personalidad es rigurosa y coherente, Rogers no estaba satisfecho con el concepto de teoría. Él prefería considerarse alguien que ayudaba a las personas y no un teórico. Según él, las teorías son frías y distantes, y le preocupaba que su teoría pudiera implicar un cierto objetivo. En la década de 1950, a la mitad de su trayectoria profesional, Rogers fue invitado a escribir lo que entonces se denominó teoría de la personalidad «centrada en la persona», y su descripción original se encuentra en el volumen 3 de la Psicología: el estudio de una ciencia de Sigmund Koch. Ya en aquel momento, Rogers se dio cuenta de que diez o veinte años después sus teorías serían diferentes, pero lamentablemente, en el transcurso de esos años, nunca llegó a reformular de manera sistemática su teoría de la personalidad.

La teoría centrada en la persona de Rogers es la que más se acerca a esta condición. Un ejemplo de estructura si-entonces sería: si se dan ciertas condiciones, entonces se producirá un proceso; si este proceso se produce, entonces se pueden esperar ciertos resultados. La terapia nos ofrece un ejemplo más específico: si el terapeuta es congruente y comunica al cliente una valoración positiva incondicional y la empatía adecuada, entonces se producirá el cambio terapéutico; si se produce el cambio terapéutico, entonces el cliente se aceptará mejor a sí mismo, ganará autoconfianza, etc.

3.8 LA TEORÍA CENTRADA EN LA PERSONA

Supuestos básicos: ¿Cuáles son los supuestos básicos de la teoría centrada en la persona? Rogers postuló dos grandes supuestos: la tendencia formativa y la tendencia realizadora.

Tendencia formativa: Según Rogers, en toda la materia, orgánica e inorgánica, existe una tendencia a evolucionar desde formas más simples hasta formas más complejas, en todo el universo se desarrolla un proceso creativo, más que destructivo. Es lo que Rogers llamaría tendencia formativa, de la cual ofreció varios ejemplos presentes en la naturaleza. Por ejemplo, las galaxias complejas se forman a partir de una masa desordenada, los cristales de los copos de nieve surgen de masas de vapor informe, los organismos complejos se desarrollan a partir de células sencillas y la conciencia humana evoluciona a partir de una inconciencia primitiva hasta convertirse en una conciencia bien organizada.

Tendencia realizadora: Un supuesto relacionado con el anterior pero más importante es la tendencia realizadora, una inclinación que existe en todos los humanos a desarrollar plenamente su potencial. Esta tendencia es la única motivación que tienen las personas. La necesidad de satisfacer el instinto de alimentarse de expresar emociones intensas cuando las sienten y de aceptarse a sí mismas son ejemplos de realización.

El sí mismo y la autorrealización: Según Rogers, los niños empiezan a desarrollar un vago concepto del sí mismo cuando una parte de sus experiencias se personaliza y se distingue en su conciencia como experiencia del «yo». Los niños se van haciendo conscientes de su propia identidad a medida que van distinguiendo lo que sabe bien y lo que sabe mal, lo que les gusta y lo que no, entonces empiezan a valorar las experiencias como positivas o negativas, usando como criterio la tendencia realizadora.

El concepto del sí mismo: El concepto del sí mismo incluye todos los aspectos de la existencia y las experiencias propias que el individuo percibe en su conciencia; no es idéntico al sí mismo orgánico, ya que algunas partes de este sí mismo orgánico pueden estar fuera del alcance de la conciencia de la persona o puede ser que la persona simplemente no las admita. Por ejemplo, el estómago es parte del sí mismo orgánico, pero a menos que funcione mal y nos cause preocupación, es poco probable que lo incluyamos en nuestro concepto del sí mismo.

El sí mismo ideal: El segundo subsistema del sí mismo es el sí mismo ideal, que se define como la noción que un individuo tiene de sí mismo tal y como desearía ser. El sí mismo ideal contiene todos los atributos, por lo general positivos, que las personas aspiran a poseer. Cuando en una persona el sí mismo ideal y el concepto del sí mismo son muy diferentes, estamos ante una incongruencia y una personalidad enfermiza. Los individuos psicológicamente equilibrados perciben pocas discrepancias entre su concepto del sí mismo y lo que les gustaría ser.

En teoría, la terapia centrada en el cliente parece muy sencilla; pero en la práctica resulta muy difícil. En pocas palabras, el enfoque centrado en el cliente sostiene que, para que las personas vulnerables o con problemas de ansiedad puedan crecer psicológicamente, deben entrar en contacto con un terapeuta que sea congruente y que les proporcione un entorno de aceptación incondicional y empatía total. Y en ello, precisamente, está la dificultad.

3.9 PSICOTERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE

Condiciones: Rogers (1959) postuló que hay tres condiciones necesarias y suficientes para que se produzca el crecimiento terapéutico. Primero, el cliente debe entrar en contacto con un terapeuta congruente que debe mostrar empatía y una valoración positiva incondicional hacia el cliente. A continuación, el cliente debe percibir estas características en el terapeuta. Y, por último, el contacto entre cliente y terapeuta debe tener una cierta duración.

Congruencia del terapeuta: La primera condición necesaria y suficiente para el cambio terapéutico es que el terapeuta sea congruente. La congruencia existe cuando las experiencias orgánicas de una persona corresponden a una conciencia de estas, y a una capacidad y disposición para expresar abiertamente los sentimientos (Rogers, 1980). Ser congruente significa ser real o auténtico, formar un todo equilibrado, ser lo que uno verdaderamente es.

Valoración positiva incondicional: La valoración positiva es la necesidad de ser querido, apreciado o aceptado por otra persona. Cuando esta necesidad está presente sin condiciones o reservas, estamos ante una valoración positiva incondicional (Rogers, 1980). Los terapeutas tienen una valoración positiva incondicional del cliente cuando "muestran una actitud amable, positiva y de aceptación hacia su forma de ser" (Rogers, 1961, p. 62); una actitud no posesiva, sin juicios y sin reservas.

Empatía: La tercera condición necesaria y suficiente para el crecimiento psicológico es la empatía. La empatía existe cuando el terapeuta percibe correctamente los sentimientos de sus clientes y es capaz de comunicar estas percepciones de tal modo que los clientes sepan que otra persona ha entrado en su mundo emocional sin prejuicios, proyecciones o evaluaciones.

3.10 INVESTIGACIÓN Y CRÍTICA A LA TEORÍA DE CARL ROGERS

Crítica a la teoría de Rogers: Para hacer una crítica de la teoría de Rogers nos planteamos en qué medida cumple los seis criterios de utilidad de una teoría. En primer lugar, ¿genera investigación y sugiere hipótesis comprobables? Aunque la teoría de Rogers ha generado una gran cantidad de investigación en el campo de la psicoterapia y el aprendizaje escolar (ver Rogers, 1983), fuera de estos dos campos su productividad ha sido moderada y, por tanto, obtiene una puntuación media en su capacidad para inspirar investigación dentro del marco general del estudio de la personalidad. En el criterio de refutabilidad, la teoría de Rogers obtiene una puntuación elevada. Rogers fue uno de los pocos teóricos que formuló su teoría utilizando una estructura si-entonces, y tal formulación la hace susceptible de confirmación o refutación.

3.11 LA PSICOLOGÍA EXISTENCIAL DE ROLLO MAY

Después de dos matrimonios y dos divorcios, Philip se debatía de nuevo con otra relación difícil, en esta ocasión con Nicole, una escritora de unos 45 años de edad. Philip podía ofrecer a Nicole amor y estabilidad económica, pero su relación no parecía funcionar. Seis meses después de conocerse, Philip y Nicole pasaron un verano idílico. Los dos hijos pequeños de Nicole estaban con su padre y los tres hijos de Philip ya eran lo bastante mayores como para cuidar de sí mismos. Al principio del verano, Nicole mencionó la posibilidad de casarse, pero Philip le respondió que estaba en contra del matrimonio debido a sus dos fracasos matrimoniales anteriores. Aparte de este pequeño desacuerdo, el tiempo que pasaron juntos aquel verano fue muy agradable. Sus conversaciones eran gratificantes para Philip y sus relaciones sexuales eran las más satisfactorias y placenteras que había tenido nunca.

UNIDAD III "TEORÍAS HUMANISTAS EXISTENCIALES"

3.12 PERSPECTIVA GENERAL DE LA PSICOLOGÍA

Durante casi 50 años, el portavoz de la psicología existencial más destacado de Estados Unidos fue Rollo May. De su experiencia como psicoterapeuta, May desarrolló un nuevo modo de estudiar a los seres humanos. Su enfoque no se basaba en investigaciones científicas controladas, sino más bien en su experiencia clínica. 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 frente a su destino, y al huir de él renuncian a gran parte de su libertad. En cambio, las personas equilibradas cuestionan su destino, valoran su libertad y viven de manera auténtica con otras personas y consigo mismos.

¿Qué es el existencialismo? Aunque filósofos y psicólogos interpretan el existencialismo de maneras diversas, se pueden encontrar algunos elementos comunes en la mayoría de los pensadores existencialistas. En primer lugar, la existencia tiene prioridad por encima de la esencia. La existencia significa surgir o devenir, la esencia implica una sustancia inmutable y estática. La existencia sugiere un proceso, la esencia hace referencia a un producto. La existencia se asocia con crecimiento y cambio, la esencia significa estancamiento e irreversibilidad. La civilización occidental, y en particular la ciencia, ha dado más valor a la esencia que a la existencia.

3.13 CULPA, INTENCIONALIDAD , CUIDADO, AMOR Y VOLUNTAD.

Culpa: La culpa surge cuando las personas niegan su potencial, no perciben correctamente las necesidades de los demás o no son conscientes de su dependencia del mundo natural. Igual que May utilizó el término «ansiedad» para referirse a varias cuestiones relacionadas con el concepto de estar en el mundo de uno mismo, también empleó el concepto de culpa.

Intencionalidad: La capacidad para tomar decisiones implica una cierta estructura subyacente sobre la que se basa la decisión. La estructura que da significado a la experiencia y permite a las personas tomar decisiones sobre el futuro se llama intencionalidad. Sin intencionalidad, las personas no podrían ni tomar decisiones ni actuar conforme a ellas. Actuar implica intencionalidad, así como la intencionalidad implica un acto: ambos son inseparables. May usó el término «intencionalidad» para llenar el vacío entre sujeto y objeto. La intencionalidad es «la estructura de significado que hace posible para nosotros, que somos los sujetos, ver y comprender el mundo externo, que es objetivo. Con la intencionalidad, se vence en parte la dicotomía entre sujeto y objeto.

El cuidado: es un proceso activo, lo contrario de la apatía. «El cuidado es un estado en el que hay algo que nos importa. El cuidado no es lo mismo que el amor, pero es la fuente del amor. Amar significa cuidar, reconocer la humanidad de la otra persona, valorar de manera activa el desarrollo de esa persona. May definió el amor como «disfrutar de la presencia de la otra persona y afirmar el valor y el desarrollo tanto como los propios sin cuidado no puede haber amor, solo sentimentalismo vacío o excitación sexual transitoria. El cuidado es también una fuente de voluntad.

3.14 LIBERTAD Y DESTINO

Libertad existencial: Actualmente la mayoría de los adultos de clase media en el mundo occidental disfrutan de grandes dosis de libertad existencial. La libertad existencial, por tanto, es la libertad para actuar según las propias decisiones.

¿Qué es el destino? May sugirió que la libertad y el destino, como el amor y el odio o la vida y la muerte, no son tendencias opuestas, sino más bien una paradoja normal de la vida. «La paradoja reside en que la libertad debe su vitalidad al destino, y el destino debe su importancia a la libertad». Libertad sin destino es libertinaje rebelde. Irónicamente, el libertinaje conduce a la anarquía y, en última instancia, a la desaparición de la libertad. Sin destino, por tanto, no tenemos libertad y sin libertad nuestro destino carece de sentido. La libertad y el destino se generan mutuamente. Si cuestionamos nuestro destino, alcanzamos la libertad, y cuando alcanzamos la libertad, presionamos los límites del destino.

3.15 INVESTIGACIÓN Y CRÍTICA A LA TEORÍA DE ROLLO MAY

La teoría existencialista de Rollo May ha tenido una cierta influencia como método de psicoterapia, pero ha suscitado muy poca investigación empírica directa. Un tema que ha generado investigación empírica es la ansiedad existencial. Cuando ciertos hechos amenazan nuestra existencia física o psicológica, sufrimos la ansiedad existencial, y la amenaza más fuerte a nuestra existencia es la muerte. En efecto, May y Yalom sostenían que «una tarea fundamental para nuestro desarrollo es superar el miedo a la desaparición.

Crítica a la teoría de May: El existencialismo en general y la psicología de May en particular han recibido muchas críticas por su carácter antiintelectual y antiteórico. May admitió que sus ideas no se ajustan al concepto tradicional de teoría, pero defendió firmemente su psicología contra las citadas acusaciones. May sostenía que se precisaba una nueva psicología científica que reconociera las características humanas de la singularidad, la libertad personal, el destino, las experiencias fenomenológicas y, sobre todo, la capacidad de los humanos para relacionarse como objetos y sujetos. Hasta que esta nueva ciencia madure, debemos evaluar las ideas de May con los mismos criterios utilizados para el resto de teorías de la personalidad.

4.1 SKINNER: EL ANÁLISIS DE LA CONDUCTA

Skinner, cuyo análisis de la conducta se aparta claramente de las teorías psicodinámicas excesivamente especulativas. Skinner minimizó la especulación y se centró casi totalmente en la conducta observable. Sin embargo, no afirmó que la conducta observable esté limitada a hechos externos. Skinner a la conducta observable le valió a su enfoque el nombre de conductismo radical, una doctrina que evita todos los constructos hipotéticos, como el yo, los rasgos, los impulsos, las necesidades, el hambre, etcétera.

Además de ser un conductista radical, Skinner se puede considerar legítimamente determinista y ambientalista. La conducta humana no surge de un acto de voluntad, sino que, como cualquier fenómeno observable, está determinada por unas leyes y se puede estudiar científicamente. Como ambientalista, Skinner sostenía que la psicología no debe explicar la conducta a partir de los componentes fisiológicos del organismo, sino más bien a partir de los estímulos ambientales. Reconoció la importancia de los factores genéticos, pero insistió en que, dado que estos quedan fijados en el momento de la concepción, no participan en el control de la conducta.

Precusores del conductismo científico de Skinner: Durante siglos, los observadores de la conducta humana han sabido que las personas por lo general hacen cosas que tienen consecuencias agradables y evitan hacer las cosas que tienen consecuencias negativas. Sin embargo, el primer psicólogo que estudió de manera sistemática las consecuencias de la conducta fue Edward L. Skinner reconoció que la ley del efecto era crucial para el control de la conducta y consideró que su tarea era asegurarse de que los efectos se producen y que lo hacen en condiciones óptimas para el aprendizaje. También coincidía con Thorndike

4.2 EL CONDUCTISMO CIENTÍFICO

De la misma manera que Thorndike y Watson antes que él, Skinner insistió en que la conducta humana debía estudiarse científicamente. Su conductismo científico sostiene que la mejor manera de estudiar la conducta es sin hacer referencia a necesidades, instintos o motivos. Atribuir motivaciones a la conducta humana sería como atribuir voluntad a los fenómenos naturales. Skinner no estaba de acuerdo. Si la privación de alimento aumenta la probabilidad de comer, pueden privar a una persona de alimento para predecir y controlar mejor la conducta posterior relacionada con el acto de comer. Tanto la privación como el acto de comer son hechos físicos observables y, por tanto, están dentro del campo de la ciencia. Según Skinner para ser científica, la psicología debe evitar los factores mentales internos y limitarse a hechos físicos observables. Aunque Skinner afirmaba que los estados internos quedan fuera del objeto de estudio de la ciencia, no negó su existencia.

La ciencia es excepcional no por el aspecto tecnológico, sino por la actitud científica. La segunda característica y la más crucial de la ciencia es que se trata de una actitud que da prioridad a la observación empírica por encima de todo. En palabras de Skinner : «Es una predisposición a estudiar los hechos, en lugar de estudiar lo que alguien haya dicho sobre ellos» . En este sentido, la actitud científica tiene tres componentes. Primero, rechaza la autoridad, incluso la de la propia ciencia. El hecho de que una persona respetada, como Einstein, afirme algo, no implica automáticamente que su afirmación sea cierta: debe superar la prueba de la observación empírica. Skinner dedicó gran parte de su tiempo a intentar descubrir estas condiciones, usando un procedimiento que él denominó condicionamiento operante.

4.3 EL CONDICIONAMIENTO

Condicionamiento Operante o Instrumental: Tipo de aprendizaje en el que la aparición de una conducta se incrementa o reduce mediante el reforzamiento o castigo. En este tipo de aprendizaje activo, la conducta produce consecuencias que influyen en la intensidad y la probabilidad de esa conducta en el futuro. Por ejemplo, un niño recoge sus juguetes para que no lo regañen o para que le den un premio. El niño aprendió que si recoge sus juguetes, obtendrá refuerzos estimulantes, como es evitar un regaño u obtener un premio. Así, aumenta la probabilidad de que emita esta conducta en el futuro

Términos Básicos: - Conducta: Término general que representa una variedad de reacciones y acciones.- Estímulo: En un sentido estricto, cualquier energía excitante a la cual sea sensible el organismo.- Respuesta: Reacción proveniente de la presentación de un estímulo.

Reforzador Positivo: Cualquier cosa cuya presencia aumenta la probabilidad de que se repita el comportamiento inmediato anterior. Calificar a un reforzador como «positivo» significa simplemente que añade una recompensa a cierta situación, por ejemplo, comida o música agradable.

Reforzador Negativo: Cualquier cosa cuya reducción o terminación aumenta la probabilidad de aparición de la conducta inmediata anterior. El reforzamiento negativo resulta eficaz porque elimina algo desagradable de la situación. Por ejemplo, los animales de circo aprenden conductas para evitar descargas eléctricas, golpes y ruidos molestos.

Moldeamiento. Reforzar las aproximaciones sucesivas a un comportamiento deseado. **Castigo.** Forma de controlar el comportamiento en la que el estímulo presentado disminuye la probabilidad de que se repita la conducta inmediata anterior.

Castigo Positivo: Cualquier cosa cuya presencia disminuye la probabilidad de que se repita el comportamiento. Consiste en presentar estímulos desagradables, con el propósito de disminuir la frecuencia de una conducta. Un ejemplo es recibir una multa para disminuir la conducta de pasarse los altos. - **Castigo Negativo:** Cualquier cosa cuya reducción o terminación disminuye la probabilidad de aparición de la conducta inmediata anterior. Consiste en quitar estímulos agradables, con el propósito de disminuir la frecuencia de una conducta. Un ejemplo es prohibir a los niños ver la televisión o comer golosinas, para disminuir la conducta de decir groserías o pelearse. Programas de Reforzamiento y Castig

Existen varios tipos de programas de reforzamiento: De Intervalo Fijo o periódico: Se basa en intervalos predeterminados o fijos de tiempo. Un ejemplo de este tipo de programa es recoger el cheque de nuestro sueldo, que ocurre cada semana o cada 15 días. De Intervalo Variable o esporádico: El reforzador se da con intervalos variables de tiempo. Por ejemplo, ver un partido de fútbol en espera de un gol. Puede ocurrir en cualquier momento.

De Razón Variable: El reforzamiento corresponde a un número variable de conductas; por lo general se basa en un número promedio de ellas. Un ejemplo de este tipo de programa son las máquinas tragamonedas, que están programadas para pagar después de que se realizó cierto número de respuestas, y ese número cambia constantemente. De Control Múltiple o Mixto: Usando los 4 anteriores en conjunto. El medio determina la conducta del hombre. Los seres humanos son en gran medida lo que el medio hace de ellos. Skinner pensaba que el medio determina la conducta; «cambie y mejore el medio y ocurrirá la conducta deseada». Para este pensador, la esperanza de la humanidad estriba en el control sensato del medio, de modo que la conducta social, responsable y productiva se promueva en los miembros de la sociedad. Un punto más es esencial en la comprensión del criterio de Skinner de la personalidad y la vida ideales.

UNIDAD IV "TEORIAS COGNITIVAS Y DEL APRENDIZAJE"

4.4 CRÍTICA A LA TEORÍA DE SKINNER

Eysenck criticó una vez a Skinner por ignorar ciertos conceptos como las diferencias entre individuos, la inteligencia, los factores genéticos y todo el ámbito de la personalidad. Esto es cierto solo en parte, ya que Skinner reconoció los factores genéticos y ofreció una definición de la personalidad poco entusiasta, afirmando que es «en el mejor de los casos, un repertorio de conducta transmitido por un conjunto ordenado de contingencias. Skinner. Skinner a los seis criterios de utilidad de las teorías.

En segundo lugar, la mayoría de las ideas de Skinner se pueden refutar o confirmar, por ello obtiene también una puntuación alta en el criterio de refutabilidad. El enfoque de Skinner consistió en describir la conducta y las contingencias del entorno en que produce. Como guía práctica, la teoría de Skinner obtiene una puntuación muy alta. La abundancia de investigación descriptiva producida por Skinner y sus seguidores ha convertido el condicionamiento operante en un procedimiento extremadamente práctico.

4.5 ALBERT BANDURA: TEORÍA DEL APRENDIZAJE SOCIAL.

Bandura coincide con Skinner en que las personas pueden aprender y de hecho aprenden de la experiencia directa, pero para él es mucho más importante el aprendizaje vicario, es decir, el aprendizaje a través de la observación. Sin esta capacidad, las personas solo reaccionarían a experiencias sensoriales y no podrían hacer previsiones, tener ideas nuevas o usar parámetros internos para evaluar las experiencias presentes. Las personas son las productoras y también los productos de los sistemas sociales. El rendimiento de las personas suele mejorar cuando tienen un nivel alto de autoeficacia, es decir, la seguridad de que pueden realizar aquellas tareas que producirán las conductas deseadas en una situación concreta.

Con las acciones de los demás, las personas son capaces de recurrir a los otros para obtener bienes y servicios, mientras que la eficacia colectiva se refiere a la convicción común de que las personas pueden provocar cambios. Cuarto, las personas controlan su conducta mediante factores externos e internos. Los factores externos incluyen los entornos físico y social de las personas y los factores internos incluyen observación, evaluación y reacción. Quinto, cuando las personas se encuentran en situaciones moralmente ambiguas, por lo general intentan controlar su conducta mediante la acción moral, que consiste en redefinir la conducta ignorando o distorsionando sus consecuencias, deshumanizando o culpando a sus víctimas y desplazando o difuminando la responsabilidad derivada de sus actos.

Aunque las personas aprenden de la propia experiencia, gran parte de lo que aprenden es adquirido mediante la observación de los demás. Bandura afirmó que «si el conocimiento se pudiera adquirir solo por los efectos de nuestros propios actos, el proceso de desarrollo cognitivo y social sería muy lento y sumamente tedioso. Aprendizaje por observación o Vicario. Ocurre cuando una nueva forma de conducta es adquirida por la observación del comportamiento de otra persona. Bandura le ha llamado aprendizaje social ya que siempre es un aprendizaje de persona a persona y regularmente involucra el desarrollo de comportamientos sociales relevantes

4.6 APRENDIZAJE

Etapas del Aprendizaje Vicario.

Poner atención: Cuando un niño observa un modelo, debe atender a las claves pertinentes del estímulo e ignorar los aspectos que no tienen importancia. Codificar para la memoria. El segundo requerimiento es que el niño grabe exactamente en su memoria la imagen usual o el código semántico del acto que ha testificado. Sin el adecuado sistema de codificación, el niño fracasará al guardar lo que ha visto o escuchado. Bandura subraya que el uso de modelar es confinado principalmente por la imitación instantánea.

Mantener en la memoria: El tercer factor, que influye sobre la disposición del conocimiento, es el que se mantenga en la memoria. La memoria decae o desaparece con el tiempo; por lo tanto, mucho de lo que los niños aprenden con la observación de modelos se olvida.

Llevar al cabo actos motores: El cuarto factor, que conlleva el éxito del aprendizaje de modelos, es reproducir exactamente las actividades motoras. No es suficiente observar y tener idea de las acciones para poder ejecutarlas, sino que es necesario aprender la conducta motora y sentirla muscularmente.

Motivación: El quinto requerimiento en el proceso de aprendizaje por modelos, es la motivación, ya que sin ella el sujeto no podrá aprender en forma adecuada ni llevar a cabo la plena satisfacción de sus necesidades. En la tradición conductista, esta función motivacional ha sido incrustada en el papel crucial de las consecuencias de la conducta.

Reforzamiento y Castigo.
El Aprendizaje vicario se logra a través de alguna de las siguientes estrategias
- Reforzamiento Vicario: Significa experimentar los beneficios del reforzamiento a través de la observación de un modelo que está siendo reforzado. Las consecuencias deseables de la conducta del modelo a menudo proporcionan suficiente incentivo para imitar la ejecución.
- Castigo Vicario: Se refiere a experimentar, a través del aprendizaje por observación, los efectos del castigo administrado a modelos. Del mismo modo en que un observador puede ser estimulado a copiar la conducta reforzada de un modelo, así también la conducta de un modelo que produce consecuencias negativas puede disminuir en el observador. Aprendemos con frecuencia observando los errores de los demás.

4.7 DETERMINISMO RECÍPROCO TRIÁDICO

Albert Bandura adopta un punto de vista muy distinto. Con el término «persona» Bandura se refiere en gran parte, pero no exclusivamente, a factores cognitivos como la memoria, la previsión, la planificación y la opinión. Aunque la cognición puede tener un efecto causal importante tanto en el entorno como en la conducta, no es una entidad autónoma independiente de estas dos variables. Bandura se mostró crítico con los teóricos que atribuyen la causa de la conducta humana a fuerzas internas como instintos, impulsos, necesidades o intenciones.

Un ejemplo de determinismo recíproco triádico: Una niña que pide a su padre insistentemente un segundo trozo de bizcocho de chocolate es, desde el punto de vista del padre, un hecho del entorno. Si el padre le diera un segundo trozo de bizcocho a la niña de manera automática, los dos estarían condicionando la conducta del otro en el sentido skinneriano. La conducta del padre estaría controlada por el entorno, pero esta conducta, a su vez, tendría un efecto de control sobre su entorno, en concreto, sobre la niña. En la teoría de Bandura, en cambio, el padre es capaz de pensar en las consecuencias de premiar o ignorar la conducta de la niña.

UNIDAD IV "TEORIAS COGNITIVAS Y DEL APRENDIZAJE"

4.8
AUTOCONTROL

Cuando las personas tienen altos niveles de autoeficacia, confían en las acciones de los demás y poseen una eficacia colectiva sólida, tendrán una capacidad considerable para controlar su propia conducta. Bandura afirma que las personas usan estrategias reactivas y proactivas para el autocontrol. «Las personas motivan y guían sus actos mediante un control proactivo fijando objetivos que tienen valor para ellos y que crean un estado de desequilibrio y movilizan sus capacidades y esfuerzos a partir de estimaciones que prevén lo necesario para alcanzar los objetivos. La idea de que las personas buscan un estado de desequilibrio es similar a la idea de Gordon Allport de que las personas están motivadas para crear tensión, como mínimo, en la misma medida que están motivadas para reducirla.

Primero, las personas poseen una capacidad limitada para manipular los factores externos que intervienen en el paradigma recíproco. Segundo, las personas son capaces de controlar su propia conducta y evaluarla en función de objetivos cercanos y lejanos. El apoyo del entorno en forma de anticipo monetario o de elogios y ánimos de otras personas también puede ser necesario.

4.9 GEORGE KELLY:
LA PSICOLOGÍA DE
LOS CONSTRUCTOS
PERSONALES.

La teoría de los constructos personales de George Kelly no se parece a ninguna otra teoría de la personalidad. Según Kelly, todas las personas prevén los hechos según los significados o las interpretaciones que atribuyen a esos hechos. Estos significados o interpretaciones se llaman constructos. Las personas no son víctimas de las circunstancias, porque siempre tienen a su disposición constructos alternativos. Kelly designó este punto de vista filosófico con el término **alternativismo constructivo**. Kelly, una teoría que su creador formuló en un postulado fundamental y once corolarios que lo confirman.

4.10
PERSPECTIVA
FILOSÓFICA DE
KELLY

Según George Kelly, la conducta humana se basa en ambas. Kelly no aceptaba la idea de Skinner según la cual la conducta está determinada por el entorno, es decir, la realidad. Por otro lado, también rechazó la fenomenología extrema, que sostiene que la única realidad es la que las personas perciben. Kelly afirmaba que el universo es real, pero que las diferentes personas lo construyen de diversas maneras. Por tanto, los constructos personales, es decir, los modos de interpretar y explicar los hechos que tienen las personas, son la clave para predecir la conducta. La teoría de los constructos personales no intenta explicar la naturaleza. Antes bien, es una teoría sobre la construcción de los hechos que hacen las personas, es decir, su investigación personal del mundo. Kelly partió del supuesto de que el universo existe verdaderamente y que funciona como una unidad integral, cuyas partes se relacionan entre sí con precisión.

Además, el universo está en continuo cambio, de modo que en todo momento está sucediendo algo. Junto a estos supuestos básicos está la idea de que los pensamientos de las personas también existen realmente y que las personas se esfuerzan por dar sentido a su mundo en continuo cambio. Las distintas personas construyen la realidad de modos diferentes, y la misma persona es capaz de cambiar su idea sobre el mundo. En otras palabras, las personas siempre tienen maneras alternativas de considerar las cosas.

Kelly asumió «que todas nuestras interpretaciones actuales del universo se prestan a ser revisadas o sustituidas». Por ejemplo, cuando Freud en un principio escuchó las explicaciones de sus pacientes sobre sus experiencias de seducción en la infancia, creyó que las experiencias sexuales tempranas explicaban las posteriores reacciones histéricas. Si Freud hubiera seguido construyendo las explicaciones de sus pacientes de esta manera, la historia del psicoanálisis habría sido completamente diferente. Pero entonces, por una serie de motivos, Freud reorganizó sus datos y descartó su hipótesis de la seducción.

Poco después, inclinó un poco la perspectiva y obtuvo una visión muy diferente. Con esta nueva perspectiva, llegó a la conclusión de que estas historias de seducción eran meras fantasías infantiles. Su hipótesis alternativa fue el complejo de Edipo, un concepto que está presente en la teoría psicoanalítica actual y que supone un giro de 180 grados respecto de la teoría de la seducción inicial. Si analizamos las observaciones de Freud desde otro punto de vista como la perspectiva de Erikson, podríamos llegar a una conclusión totalmente diferente. Kelly afirmaba que la clave del futuro de un individuo está en su persona, y no en los hechos.

4.11
CONSTRUCTOS
PERSONALES

Kelly se refirió a estas pautas como constructos personales

Ashly y Brenda se parecen y son diferentes de Carol. Por ejemplo, decir que Ashly y Brenda son atractivas y Carol es religiosa no constituiría un constructo personal, porque el atractivo y la religiosidad son aspectos distintos. Brenda son atractivas y Carol es poco atractiva, o si Ashly y Brenda nos parecen poco religiosas y Carol nos parece religiosa. Independientemente de que los percibamos de manera clara o vaga, los constructos personales determinan nuestra conducta.

Como ejemplo, consideremos a Arlene con su automóvil averiado. Después de que su coche antiguo dejara de funcionar, sus constructos personales determinaron el camino a seguir, pero no todos sus constructos estaban claramente definidos. Los constructos personales de Arlene pueden ser acertados o no, pero en todo caso, son su manera de predecir y controlar su entorno.

Conclusión:

Abraham Maslow presupone que la persona es un conjunto es motivada de manera permanente por una u otra necesidad y que las personas tienen la posibilidad de crecer para alcanzar la salud psicológica, para lograrlo las personas deben de satisfacer sus necesidades primarias, únicamente después de haber satisfecho todas y cada una de sus necesidades pueden alcanzar su autorrealización. Las teorías de Maslow, Gordon Allport, Carl Rogers, Rollo May y otros se consideran la tercera fuerza de la psicología, la primera es el psicoanálisis y la segunda el conductismo en sus diversas formas.

El concepto de motivación de Maslow: Se apoya en varios supuestos básicos como lo son, primero adopta un enfoque holístico de la motivación lo que quiere decir que la motivación afecta a la persona en su totalidad y no en sola parte o función de la misma, segunda es que la motivación suele ser compleja, lo que significa que la conducta de la persona puede proceder de varios motivos distintos, la motivación para una persona puede ser inconsciente o desconocida, un tercer supuesto es que las personas están continuamente motivadas por una u otra necesidad. Cuando una necesidad queda satisfecha suele perder su poder de motivación y es reemplazada por otra. Otro supuesto es que las personas están motivadas por las mismas necesidades básicas.

Jerarquía de las necesidades: esta supone que es necesario satisfacer al menos en gran medida las necesidades de un nivel inferior de un nivel inferior, antes de que las medidas de un nivel superior se conviertan en motivaciones, las cinco necesidades que componen su jerarquía son necesidades conativas lo que significa que tienen un propósito o intencionalidad, estas se pueden clasificar según una jerarquía donde cada nivel superior represente una necesidad superior pero menos fundamental para la supervivencia, estas son fisiológicas, de seguridad, de amor y de pertenencia, de respeto y de autorrealización.

En algunas personas el orden de las necesidades es invertido, estas inversiones suelen ser más aparentes que reales y algunas desviaciones del orden de las necesidades que podrían obvias en realidad no son en absoluto variaciones, la mayoría de las necesidades son inconscientes.

Autorrealización: la autorrealización es el máximo nivel del desarrollo humano, el primer criterio para Maslow de la autorrealización es que no debe de sufrir ninguna psicopatología, en segundo lugar, estas personas deberían de haber avanzado según la jerarquía de las necesidades, el tercer criterio era la aceptación de los valores B (verdades eternas),

Skinner desarrolló su famosa teoría sobre el comportamiento humano (el condicionamiento operante) y sus reacciones a estímulos externos, por medio de los cuales una conducta es reforzada con la intención de que se repita o sea eliminada de acuerdo a las consecuencias que el estímulo conlleva. La teoría de Skinner está basada en la idea de que los eventos relacionados con el aprendizaje cambian o modifican nuestro comportamiento y nuestras maneras de actuar de acuerdo a ciertas circunstancias. Estos cambios son el resultado de la respuesta individual a los estímulos que experimentamos. Nuestra respuesta viene de acuerdo al estímulo que recibimos. Cuando estos estímulos son positivos o negativos nuestro ser tiende a repetirlos o a eliminarlos permanentemente.

Skinner llama a estos estímulos refuerzos, y decía que había varios tipos, los positivos, negativos, de castigo, inmediatos, continuo... (Todos ellos explicados en los tweets). Estos refuerzos se llevaban a cabo gracias a unos reforzadores:

-Primarios: Dependen de las características biológicas del sujeto, y tienen una relación directa con su supervivencia.

- Secundarios: Dependen de la historia individual del sujeto.

La Teoría del Aprendizaje Social busca establecer cuáles son los medios en los que un individuo recibe la información y decide qué hacer con ella. Pero, además de esto, también establece que gran parte de la información que maneja una persona ha sido el resultado de su interacción social, la cual no sólo le permite recibir y captar datos de otras personas (como su forma de pensar, personalidad, comportamiento, forma de vestir, entre otras cosas), sino también transmitir información que será asimilada por otro. Se puede decir que, en el aprendizaje, todos son aprendices; nadie es autosuficiente ni autómeta.

El hombre es un ser sociable por naturaleza, y gran parte del tiempo es necesario recibir y transmitir información para poder comunicarse, y por suerte, la teoría del aprendizaje de Albert Bandura le brinda al individuo la oportunidad de decidir qué hacer con la información que recibe, ya sea para bien o para mal.

Bibliografía:

https://www.academia.edu/23341071/EL_APRENDIZAJE_COGNOSCITIVO_SOCIAL_DE_ALBERT_BANDURA_Y_LA_TEOR%C3%8DA_PSICOGEN%C3%89TICA_DE_JEAN_PIAGET Material de consulta para el aprendizaje

Antología oficial UDS

TEORIAS DE LA PERSONALIDAD

Tercer cuatrimestre

Licenciatura en psicología

unidad III

“TEORÍAS HUMANISTAS EXISTENCIALES”

Antología oficial UDS

TEORIAS DE LA PERSONALIDAD

Tercer cuatrimestre

Licenciatura en psicología

UNIDAD IV

“TEORIAS COGNITIVAS Y DEL APRENDIZAJE”