



## MAPA CONCEPTUAL

*Nombre del Alumno: David Ramírez López*

*Nombre del tema: Terapia Centrada En El Cliente De Carl Rogers*

*Parcial: III*

*Nombre de la Materia: Teorías de la personalidad*

*Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello*

*Nombre de la Licenciatura: psicología*

*Cuatrimestre: 3*

## CONCLUSIÓN

En este trabajo veremos como la Terapia Centrada en el Cliente desarrollada por Carl Rogers es un enfoque humanista que se basa en la idea fundamental de que cada individuo tiene la capacidad innata de crecer y desarrollarse de manera saludable. Rogers creía en la importancia de proporcionar un ambiente terapéutico cálido y comprensivo en el que el cliente pueda explorar sus sentimientos, pensamientos y experiencias sin temor al juicio. La Terapia Centrada en el Cliente se centra en el concepto de la congruencia, la empatía y la aceptación incondicional. La congruencia se refiere a la autenticidad y sinceridad del terapeuta al comunicarse con el cliente. La empatía implica comprender y compartir los sentimientos y experiencias del cliente, mientras que la aceptación incondicional significa que el terapeuta respeta y valora al cliente sin juzgarlo. Según Rogers, cuando un cliente se siente comprendido y aceptado de manera incondicional, tiene la oportunidad de explorar y comprender sus propios sentimientos y experiencias más profundamente. Esto, a su vez, promueve un mayor autoconocimiento, autenticidad y crecimiento personal. La Terapia Centrada en el Cliente ha demostrado ser eficaz en el tratamiento de una amplia gama de trastornos psicológicos y problemas emocionales. Al enfocarse en la relación terapéutica y en la capacidad del cliente para autorregularse y encontrar soluciones a sus problemas, esta terapia fomenta la responsabilidad personal y la autonomía. La Terapia Centrada en el Cliente de Carl Rogers se basa en la creencia en el potencial de crecimiento y desarrollo personal de cada individuo. A través de una relación terapéutica auténtica, empática y libre de juicio, se proporciona un ambiente seguro y de apoyo en el que el cliente puede explorar y comprender sus propias experiencias emocionales. Este enfoque no directivo y centrado en el cliente ha demostrado ser eficaz en el fomento del autoconocimiento, la autenticidad y el cambio terapéutico. En resumen, la Terapia Centrada en el Cliente de Carl Rogers destaca la importancia de la relación terapéutica, la congruencia, la empatía y la aceptación incondicional como elementos esenciales para el crecimiento y la resolución de problemas emocionales. A través de este enfoque, los individuos pueden alcanzar un mayor autoconocimiento, autenticidad y bienestar psicológico.

## REFERENCIAS

Antología oficial UDS (pag.101 - 110) todos los párrafos utilizados

<file:///D:/UDS%20psicolog%C3%ADa/antolog%C3%ADas%20tercer%20cuatrimestre/TEORIAS%20DE%20LA%20PERSONALIDAD.pdf>

De acuerdo al autor “Estaba más interesado en ayudar a las personas que en descubrir por qué se comportaban de una u otra manera...” (Autor de la antología). Es la teoría centrada de la persona.

TEORIAS CENTRADAS EN LA PERSONA (pag.62 y 70)

[https://www.academia.edu/10340434/El\\_proceso\\_de\\_convertirse\\_en\\_persona](https://www.academia.edu/10340434/El_proceso_de_convertirse_en_persona)

De acuerdo al autor “muestran una actitud amable, positiva y de aceptación hacia su forma de ser...” (Teorías centrada de la persona “1961”). El proceso de convertirse en persona.