



UDS

ALUMNO: ALEXIS
GUILLERMO LÓPEZ
VILLAR.

MAESTRO: LUIS ANGEL
FLORES HERRERA.

MATERIA: TEORÍA DE LA
PERSONALIDAD.

LICENCIATURA EN
PSICOLOGÍA.

FECHA: 29/07/2023



NOTES

date ____ / ____

Carl Rogers desarrolló una teoría de la personalidad conocida como "teoría humanista" o "enfoque centrado en la persona". Esta teoría se basa en la idea central de que cada individuo tiene un impulso innato hacia el crecimiento y la autorrealización.

La teoría de Rogers se centra en tres conceptos principales:

1. Autoconcepto: Rogers afirma que todos los individuos tienen una imagen subjetiva de sí mismos, que incluye aspectos como los roles, las habilidades y las características personales. Este autoconcepto se forma a través de la interacción con los demás y con el entorno.

2. Congruencia: Rogers sostiene que es importante que el autoconcepto de una persona esté en consonancia con su experiencia real y con sus valores fundamentales. Cuando existen discrepancias entre el autoconcepto y la experiencia real, se produce una incongruencia y pueden surgir problemas psicológicos.

3. Condiciones para el crecimiento: Rogers considera que es esencial proporcionar a las personas ciertas condiciones para que puedan desarrollarse y crecer plenamente. Estas condiciones incluyen la aceptación incondicional, la empatía y la autenticidad. La aceptación incondicional implica que una persona es valorada y aceptada por quien es, sin importar sus acciones o las expectativas de los demás. La empatía implica entender y experimentar los sentimientos y perspectivas de otra persona sin juzgarla. La autenticidad se refiere a ser genuino y transparente en las relaciones y comunicaciones.

Según Rogers, cuando una persona experimenta estas condiciones para el crecimiento, se siente libre para explorar su propio potencial y desarrollar su autoconcepto de una manera más congruente. Esto da lugar a un mayor bienestar psicológico y a una mayor autorrealización.

En resumen, la teoría de la personalidad de Carl Rogers se centra en la importancia del autoconcepto, la congruencia y las condiciones para el crecimiento en el desarrollo y la autorrealización de un individuo.

NOTES

date ____ / ____

La teoría de Carl Rogers se desarrolla a partir de su enfoque humanista en psicología y su trabajo como terapeuta. Rogers creía en el potencial humano innato de cada individuo para autorrealizarse y crecer, y su teoría se concentra en crear las condiciones necesarias para fomentar ese crecimiento.

En su teoría, Rogers se centra en tres componentes fundamentales: la congruencia, la aceptación y la empatía.

1. Congruencia: Según Rogers, la congruencia se refiere a la alineación entre las experiencias reales de una persona y su autoconcepto o imagen de sí mismo. Cuando hay congruencia, las personas son más propensas a experimentar un mayor bienestar y satisfacción en su vida. Sin embargo, cuando existe una discrepancia entre la experiencia real y la imagen de sí mismos, surge la incongruencia y pueden surgir problemas psicológicos.

2. Aceptación incondicional: Rogers creía que el respeto y la aceptación incondicional son cruciales para el crecimiento y la autorrealización de una persona. Esto implica que el terapeuta o individuos cercanos a la persona brinden apoyo, respeto y amor sin importar las acciones o características de la persona. Esta aceptación incondicional permite que la persona se sienta valiosa y digna, lo que a su vez promueve el desarrollo de una imagen positiva de sí misma.

3. Empatía: Rogers consideraba la empatía como una parte esencial de la relación terapéutica y del crecimiento personal. La empatía implica comprender y sentir la perspectiva y emociones del otro, lo que puede ayudar a la persona a sentirse comprendida y apoyada. La empatía permite que la persona se sienta segura para explorar y expresar sus pensamientos y emociones más profundas sin temor a ser juzgada.

A través de su trabajo clínico, Rogers desarrolló la terapia centrada en el cliente, que se basa en brindar un ambiente terapéutico seguro y de apoyo para promover el crecimiento del cliente. Su teoría y método terapéutico tuvieron un impacto significativo en la psicología y la terapia contemporáneas, y continúan siendo ampliamente utilizados en la actualidad.



REFERENCIA
BIBLIOGRÁFICAS



ANTOLOGÍA DE UDS Y
LIBRO: EL CAMINO DE
SER DE CARL R. ROGERS

lll

