



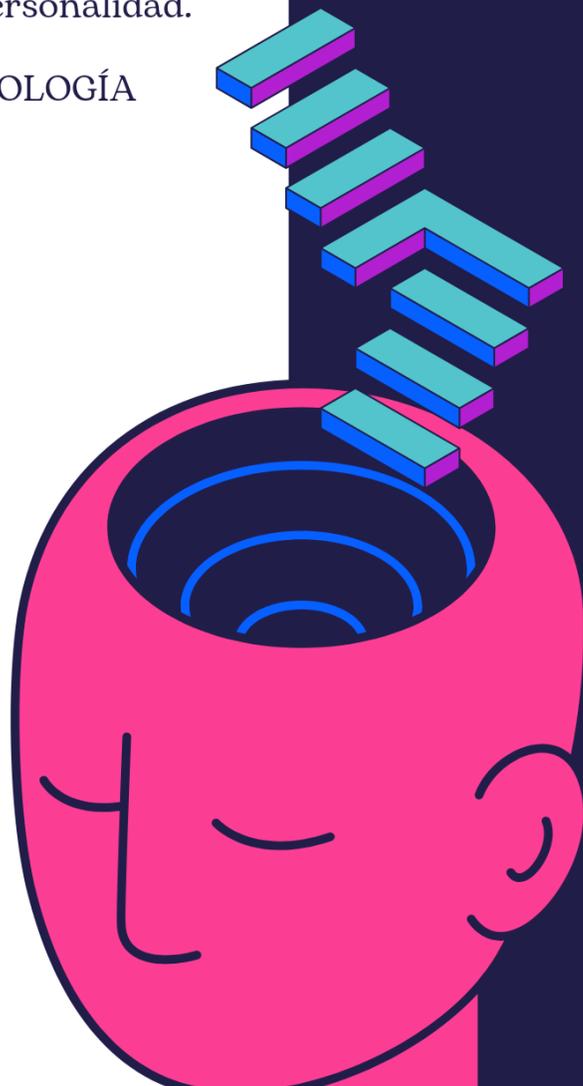
Alumno: Alexis Guillermo López Villar.

Maestro: Luis Angel Flores Herrera.

Materia: Teorías De La Personalidad.

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

FECHA: 08/07/2023



Referencias  
bibliográficas



ANTOLOGÍA DE LA UDS.

# Abraham Maslow



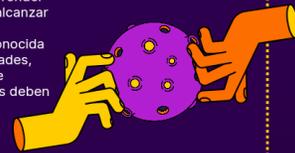
## ¿Quién fue?



Abraham Maslow fue un psicólogo estadounidense conocido principalmente por su teoría de la motivación humana y su jerarquía de las necesidades. Nació en 1908 en Nueva York y falleció en 1970.

## Le interesa

Maslow se interesó por comprender qué motiva a las personas a alcanzar sus metas y desarrollarse plenamente. Su teoría más conocida es la jerarquía de las necesidades, que presenta cinco niveles de necesidades que las personas deben satisfacer para lograr su autorrealización.



## Teorías

1. Necesidades fisiológicas: son las necesidades básicas para la supervivencia, como el alimento, el agua, el sueño y la respiración.



2. Necesidades de seguridad: son las necesidades de sentirse seguros y protegidos, tanto física como emocionalmente. Esto incluye la seguridad en el hogar, el trabajo y en las relaciones.



3. Necesidades de pertenencia y amor: son las necesidades de sentirse aceptados y amados por los demás, de pertenecer a grupos y de establecer relaciones personales.



4. Necesidades de estima: son las necesidades de sentirse valorado y reconocido, tanto por uno mismo como por los demás. Esto incluye la autoestima y el respeto de los demás.



5. Autorrealización: es la necesidad de alcanzar todo el potencial y desarrollarse plenamente como persona. Esto implica buscar el crecimiento personal, la creatividad y la autorrealización.



La teoría de Maslow ha influido en diferentes áreas, incluyendo la psicología, la educación y el liderazgo. Se considera una teoría humanista que enfatiza el crecimiento personal y el desarrollo individual.



# Carl Rogers



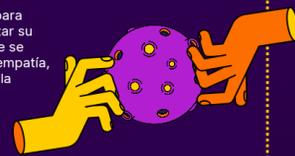
## ¿Quién fue?



Carl Rogers fue un psicólogo y terapeuta estadounidense reconocido por su enfoque humanista en la psicología, conocido como Terapia Centrada en el Cliente o Terapia No Directiva. Nació en 1902 en Illinois y falleció en 1987.

## Le interesa

Rogers creía en el potencial inherente de cada individuo para crecer, desarrollarse y alcanzar su máximo potencial. Su enfoque se basa en la importancia de la empatía, la aceptación incondicional y la autenticidad en la relación terapéutica.



## Terapia centrada en el cliente

1. Autenticidad: el terapeuta debe ser genuino y transparente en la relación con el cliente, mostrando una congruencia entre sus pensamientos, emociones y acciones.



2. Aceptación incondicional: el terapeuta debe aceptar al cliente sin juicio ni censura, respetando su experiencia y emociones.



3. Empatía: el terapeuta debe tratar de comprender y experimentar empáticamente el mundo interno del cliente, poniéndose en sus zapatos y mostrando una comprensión y conexión emocional.



Rogers creía que cuando se proporcionaba un ambiente terapéutico seguro y de apoyo, los clientes tenían la capacidad de autorregularse y sanarse a sí mismos. Consideraba que el terapeuta era más un facilitador del proceso de cambio, en lugar de un experto que proporcionaba soluciones o consejos.



El enfoque de Carl Rogers ha tenido un impacto significativo en la terapia y la psicología, promoviendo la importancia de la relación terapéutica y la confianza en la capacidad innata de las personas para crecer y desarrollarse.



Su enfoque humanista ha influido en áreas como la terapia familiar, la educación y la psicología positiva.



# Rollo May



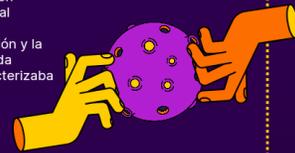
## ¿Quién fue?



Rollo May fue un destacado psicólogo y filósofo estadounidense conocido por su enfoque existencial en la psicología. Nació en 1909 en Ohio y falleció en 1994.

## Le interesa

May fue uno de los pioneros en aplicar la filosofía existencial al campo de la psicoterapia, enfocándose en la comprensión y la búsqueda de sentido en la vida humana. Su enfoque se caracterizaba por explorar las dimensiones emocionales, existenciales y espirituales de la experiencia humana.



## Conceptos clave.

1. Existencia auténtica: May enfatizaba la importancia de vivir de manera auténtica, es decir, asumiendo la responsabilidad de nuestras elecciones, decisiones y acciones, y buscando vivir de acuerdo con nuestros valores y creencias más profundos.



2. Libertad y responsabilidad: para May, la libertad y la responsabilidad estaban intrínsecamente vinculadas. Creía que la libertad era la capacidad de tomar decisiones conscientes y responsables sobre nuestras vidas, y que asumir la responsabilidad de nuestras elecciones era fundamental para encontrar sentido y satisfacción en la existencia.



3. Angustia existencial: May consideraba que la angustia existencial era una parte inevitable de la experiencia humana. Creía que enfrentar y explorar la angustia existencial podía conducir al crecimiento personal y a una mayor autorrealización.



El enfoque de Rollo May ha influido significativamente en la terapia existencial y ha abierto la puerta a una comprensión más profunda de los desafíos y la búsqueda de sentido en la vida humana. Sus obras, como "El hombre en busca de sí mismo" y "Amor y voluntad", continúan siendo referentes en el campo de la psicología existencial.



La teoría de Rollo May se centra en la comprensión de la experiencia humana, la búsqueda de sentido, la importancia de la libertad y la responsabilidad personal, y la necesidad de encontrar significado en la vida.



Su enfoque existencial ha tenido una influencia significativa en la terapia y en la comprensión de la condición humana.

