



Nombre de alumno: José Emmanuel Gómez Mejía.

Nombre del profesor: Luis Miguel Sánchez Hernández

Nombre del trabajo: Síntesis.

Materia: Teorías de la personalidad.

Grado: 3°.

Grupo: Psicología.

La Psicología individual

La psicología individual es una corriente dentro del campo de la psicología que se enfoca en el estudio de los procesos mentales y el comportamiento humano a nivel individual. Esta perspectiva se centra en entender cómo las características únicas de cada persona, como sus experiencias, personalidad, creencias y motivaciones, influyen en su pensamiento y conducta.

La psicología individual fue desarrollada por el psicólogo austriaco Alfred Adler a principios del siglo XX. Adler creía que la personalidad de un individuo estaba moldeada por su búsqueda de metas y su lucha por superar sentimientos de inferioridad. Según su teoría, todos los seres humanos tienen un impulso innato para mejorar y superar obstáculos, y esta motivación impulsa su comportamiento.

En la psicología individual, se considera que la percepción que una persona tiene de sí misma y de su entorno es fundamental para entender su funcionamiento psicológico. El enfoque se centra en examinar cómo cada individuo construye su propia realidad subjetiva a través de su interpretación de las experiencias y cómo esto influye en su comportamiento.

La terapia individual basada en la psicología individual se centra en ayudar a las personas a comprender y superar sus sentimientos de inferioridad y desarrollar un sentido de competencia y autoestima saludables. El terapeuta trabaja en colaboración con el individuo para explorar sus objetivos, valores y creencias, y fomentar un mayor autoconocimiento y autodeterminación.

En resumen, la psicología individual se ocupa de comprender el comportamiento humano a nivel individual, teniendo en cuenta la influencia de las experiencias, la personalidad y la percepción de cada individuo. Busca ayudar a las personas a superar sentimientos de inferioridad y desarrollar un mayor sentido de autoestima y competencia.

La Psicología Analítica

La psicología analítica, también conocida como psicología junguiana, es una corriente psicológica desarrollada por el psiquiatra suizo Carl Gustav Jung. Esta perspectiva se centra en la exploración de la psique humana, haciendo hincapié en la importancia de la individuación y el desarrollo de un sentido de totalidad y equilibrio personal.

La psicología analítica considera que el individuo tiene una dimensión consciente y otra inconsciente, y busca integrar ambos aspectos para alcanzar la plenitud. Jung propuso la existencia de un inconsciente colectivo, que contiene símbolos y patrones universales compartidos por toda la humanidad, y que se manifiesta a través de arquetipos, imágenes y mitos.

La terapia basada en la psicología analítica se enfoca en explorar y trabajar con los contenidos del inconsciente para comprender y resolver conflictos psicológicos. El terapeuta y el individuo colaboran en la interpretación de sueños, fantasías y recuerdos, y utilizan técnicas como la imaginación activa, la amplificación simbólica y el diálogo con diferentes aspectos de la propia personalidad (animus y anima, sombra, yo, entre otros).

Uno de los conceptos clave en la psicología analítica es el proceso de individuación, que implica la búsqueda de la integridad personal y el desarrollo de la personalidad única de cada individuo. Esto implica la integración de los aspectos conscientes e inconscientes de la psique, el equilibrio entre los opuestos y la realización del potencial individual.

En resumen, la psicología analítica se centra en el estudio de la psique humana, explorando los aspectos conscientes e inconscientes de la personalidad. Busca la integración de los opuestos y el desarrollo de un sentido de totalidad y equilibrio personal a través del proceso de individuación. La terapia analítica se basa en la exploración de los contenidos del inconsciente y utiliza técnicas simbólicas para comprender y resolver conflictos psicológicos.