



**Nombre de alumno: Carlos
Aron Ramos González**

**Nombre del profesor: Paola
Jacqueline Albarrán Santos**

**Nombre del trabajo: Cuadro
Sinóptico**

**Materia: Introducción a la
Psicología**

Grado: 1 Cuatrimestre



TEORÍAS Y MODELOS PSICOLÓGICOS

Teoría de la Autorrealización de Carl Rogers

Desarrollo personal

Autoconcepto positivo

Aceptación de uno mismo

Autoestima

Autenticidad

Congruencia entre experiencia y comportamiento

Ser uno mismo en las relaciones

Crecimiento personal

Búsqueda de la autorrealización

Experiencias enriquecedoras

Terapia centrada en el cliente

Enfoque no directivo

Empatía

Aceptación incondicional

Autenticidad del terapeuta

Proceso de cambio

Autoexploración

Autoaceptación

Responsabilidad personal

Aplicaciones prácticas

Desarrollo personal

Técnicas de autoexploración (diario, meditación, etc.)

Fomentar la autoaceptación y autoestima

Psicoterapia

Enfoque centrado en el cliente

Aplicación de empatía y congruencia

El constructivismo

Definición

Corriente filosófica que sostiene que el individuo aprende construyendo su propio conocimiento a través de la interacción con el entorno.

Enfoque centrado en el aprendizaje activo y la construcción de significados.

Principios

Importancia de la experiencia y la reflexión.

Aprendizaje como un proceso personal y social.

Influencias

Teoría de Piaget y su enfoque en el desarrollo cognitivo.

Teoría sociohistórica de Vygotsky y su énfasis en el papel de las interacciones sociales en la construcción del conocimiento.

Aplicaciones

Diseño de actividades que fomenten la exploración y el descubrimiento.

Integración de la resolución de problemas reales en el proceso de aprendizaje.