

Autenticidad y Principios básicos del humanismo

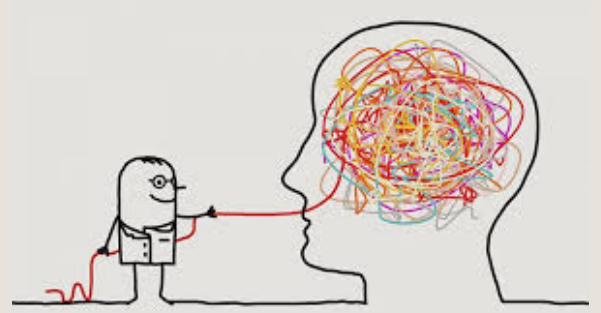


AUTENTICIDAD

La persona auténtica se caracteriza porque no es falsa, se muestra y se manifiesta con sencillez y naturalidad, es siempre la misma y en ella hay equilibrio, armonía y coherencia. El fundamento de la autenticidad es la identidad.

PRINCIPIOS BÁSICOS DEL HUMANISMO

La psicología humanista es definida por la Asociación Americana de Psicología (APA) como "un movimiento que enfatiza la comprensión del ser humano a través de principios como la totalidad, la libertad, la intención, la responsabilidad, el crecimiento, el potencial y los valores personales".



TRES ACTITUDES BÁSICAS DE LA TERAPIA SEGÚN CARL ROGERS

la empatía, la aceptación incondicional y la congruencia, con ellas como eje se podría promover el desarrollo psicosocial en el mundo. Rogers descubrió que toda persona posee capacidades para encontrar su camino y mejorarlo.



PRINCIPIOS BÁSICOS DEL HUMANISMO SEGÚN LA ASOCIACIÓN AMERICANA DE PSICOLOGÍA HUMANISTA.

afirmar el valor y la dignidad humanos, la razón, la compasión, la moralidad, la ética, la democracia, la investigación científica, el naturalismo y el pensamiento crítico sin adherencia o afirmación de un creador divino u otra fuerza sobrenatural.



OPINION

La escuela humanista, surgida en el siglo XX, se enfoca en la experiencia subjetiva, el desarrollo personal y el potencial humano.

Destaca por su optimismo, su enfoque en la individualidad y la relación terapéutica basada en empatía y aceptación.

Aunque ha influido en áreas como la educación y la terapia, es criticada por su falta de rigor científico, subjetividad y visión idealista.

Es un enfoque valioso, pero debe complementarse con perspectivas más empíricas.