

# **UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**Lic. psicología**

**Unidad III**

**“TEORIAS HUMANISTAS EXISTENCIALES”**

**TEORIAS DE LA PERSONALIDAD**

**CATEDRATICO:**

**GUADALUPE DE LOURDES ABARCA FIGUEROA**

**P R E S E N T A:**

**RICARDO HERNANDEZ DOMINGUEZ**



# “Teorías humanistas existenciales”

## 3.1 La teoría holístico-dinámica de Abraham maslow

Maslow (1970) se refirió como una teoría holístico-dinámica porque presupone que la persona en su conjunto es motivada de manera permanente por una u otra necesidad y que las personas tienen la posibilidad de crecer y alcanzar la salud psicológica, (auto realización)

## 3.6 teoría centrada en el cliente de Carl Rogers

enfoque psicoterapéutico que enfatiza la importancia de la relación entre el terapeuta y el cliente, donde el cliente es visto como el experto en su propia experiencia y crecimiento basada en la creencia de que las personas tienen la capacidad inherente de auto exploración, crecimiento y cambio positivo, y que el papel del terapeuta es facilitar este proceso

## 3.11 la psicología existencial de Rollo May

se centra en la experiencia humana, la libertad, la responsabilidad, la ansiedad y la búsqueda de significado en la vida. May enfatizó la importancia de la autenticidad, la creatividad y el compromiso en el proceso terapéutico, buscando ayudar a las personas a tomar conciencia de su propia existencia y a vivir de manera más plena y significativa

## 3.2 concepto de motivación maslow

Maslow dice que la teoría de la personalidad se apoya de varios supuestos básicos sobre la motivación...

## 3.3 la auto realización

es un viaje de crecimiento personal que implica la búsqueda del máximo potencial y una vida plena y significativa, alcanzada a través del autoconocimiento, la aceptación y la búsqueda de un propósito.

## 3.4 herramientas para medir la autorrealización y complejo de Jonas

para alcanzar la autorrealización según Maslow, las personas deben satisfacer con regularidad el resto de necesidades y adoptar los valores.

## 3.5 investigación y crítica a la teoría de Maslow

Se cuestiona su falta de evidencia empírica sólida, claro el mencionaba que muchas personas que él considerara que están auto realizadas se negaban a realizar su encuesta, su sesgo cultural y la rigidez de su jerarquía.

## 3.7 perspectiva general de la teoría centrada en el cliente

Rogers fue un terapeuta consumado y un teórico reticente (Rogers 1959) estaba más interesado en ayudar a las personas en crecer y desarrollarse positivamente, que en descubrir por qué se comportaban de esa manera.

## 3.8 la teoría centrada en la persona

enfatiza la importancia de la experiencia subjetiva y la capacidad innata del individuo para el crecimiento y la autorrealización. el propuso dos supuestos básicos:

## 3.9 psicoterapia centrada en el cliente

el enfoque centrado en el cliente sostiene que, para que las personas vulnerables o con problemas de ansiedad puedan crecer psicológicamente deben tener condiciones.

## 3.10 investigación y crítica a la teoría de Carl Rogers

la investigación de Rogers, sobre las tres condiciones necesarias y suficientes para el crecimiento psicológico fue la precursora de la psicología positiva. la crítica nos planteamos en que a medida cumple los criterios de utilidad de una teoría.

## 3.12 perspectiva general de la psicología existencial.

corriente que explora la experiencia humana desde una perspectiva filosófica, enfocándose en la libertad, la responsabilidad, la búsqueda de sentido y la conciencia de la propia existencia, incluyendo la inevitable mortalidad.

## 3.13 culpa, intencionalidad, cuidado, amor y voluntad.

- culpa: surge cuando las personas niegan su potencial, no perciben correctamente las necesidades de los demás.
- intencionalidad: la capacidad de tomar decisiones implica una cierta estructura subjetiva
- cuidado: es un estado en el que hay algo que nos importa, amor, disfrutar de la presencia de otra persona y afirmar el valor y el desarrollo personal.
- voluntad: la capacidad para organizarse a sí mismo de tal modo se puede producir un avance en una cierta dirección o hacia un cierto objetivo.

## 3.14 libertad o destino

formas de libertad May (1981) propone dos tipos de libertad:

## 3.15 investigación y crítica a la teoría de Rollo May

destino: objetivo del universo expresado en el objetivo de cada uno de nosotros, nuestro destino final es la muerte, pero a menos escapa, nuestro destino engloba otros rasgos biológicos como inteligencia, el género, la constitución física y la fuerza.

ha tenido una cierta influencia como método de psicoterapia, pero ha suscitado muy poca investigación empírica directa. han recibido muchas críticas por su carácter antitelectual y antiteórico.

- 4 supuestos Maslow (1970)
- Enfoque Holístico (afecta a la persona en su totalidad)
  - motivación debe ser compleja, la conducta de una persona puede proceder de varios motivos distintos.
  - las personas están continuamente motivadas por una u otra necesidad
  - las necesidades se pueden clasificar según su jerarquía (pirámide)

### Criterios para la autorrealización

- No sufrían psicopatologías
- las personas autorrealizadas habían avanzado según la jerarquía de las necesidades.
- aceptación de los valores (exigían verdad, belleza, justicia, simplicidad, sentido del humor)

- percepción más eficiente de la realidad
- aceptación de sí mismo, de los demás y de la naturaleza
- espontaneidad, sencillez y naturaleza
- interés por los problemas más allá de sí mismo
- necesidad de intimidad
- autonomía

COMPLEJO DE JONAS: que se describe como el miedo de nuestra propia grandeza (Maslow 1979)



### Supuestos básicos según Rogers

- Tendencia formativa (1978, 1980). Este supuesto sugiere que la naturaleza humana está intrínsecamente orientada hacia el orden, la complejidad y la evolución.
- Tendencia realizadora. Esta tendencia se refiere a la motivación inherente del ser humano para desarrollar todo su potencial y alcanzar su estado ideal. Es la fuerza que impulsa a la persona a buscar la satisfacción de sus necesidades: a crecer, adaptarse al entorno y aceptarse a sí mismo.

### Condiciones:

- congruencia de la terapeuta: significa ser real o auténtico, formar un todo equilibrado, ser lo que uno verdaderamente es.
- valoración positiva incondicional: es la necesidad de ser querido, apreciado o aceptado por otra persona.
- empathic: cuando la terapeuta percibe correctamente los sentimientos de sus clientes.

### ¿que es la existencialidad?

significa surgir o devenir, la esencia implica una sustancia inmutable o estática, asociada al crecimiento y cambio.

- libertad Existencial: actuar según sus propias decisiones

- libertad esencial: capacidad de vivir de manera auténtica, aceptando la responsabilidad de esas elecciones