

# Teoría de la personalidad

## 3.1 La teoría holístico-dinámica de Abraham Maslow.

La teoría holístico-dinámica de Abraham Maslow es una perspectiva psicológica centrada en el desarrollo del ser humano, que busca explicar la motivación y el crecimiento personal desde una visión integral y dinámica del individuo.

## 3.2 Concepto de motivación de Maslow.

El concepto de motivación según Abraham Maslow se basa en la idea de que el comportamiento humano está impulsado por una serie de necesidades jerárquicas que buscan ser satisfechas. Para Maslow, la motivación surge cuando una necesidad no está satisfecha, y una vez que esa necesidad se satisface, deja de ser motivadora, dando paso a la siguiente.

## 3.3 La autorrealización de Maslow.

La autorrealización es el nivel más alto en la jerarquía de necesidades de Abraham Maslow y representa el máximo desarrollo del potencial humano. Es el estado en el que una persona se convierte en lo que está destinada a ser: creativa, plena, auténtica y realizada consigo misma.

## 3.4 Herramientas para medir la autorrealización y complejo de Jonás

Una persona con talento artístico excepcional que evita exponer su obra, no por falta de capacidad, sino por miedo a las expectativas o al juicio si tiene éxito.

## 3.5 Investigación y crítica a la teoría de Maslow.

La teoría de Maslow ha sido muy influyente, especialmente en psicología, educación y gestión empresarial, pero la evidencia empírica que la respalde es limitada y contradictoria.

## 3.6 La teoría centrada en el cliente de Carl Rogers.

La teoría centrada en el cliente de Carl Rogers es uno de los pilares fundamentales de la psicología humanista, y representa un enfoque revolucionario tanto en psicoterapia como en educación y desarrollo personal.

## 3.7 Perspectiva general de la teoría centrada en el cliente.

La teoría centrada en el cliente, desarrollada por Carl Rogers en los años 40 y 50, propone que todas las personas tienen la capacidad interna de crecer, sanar y autorrealizarse, siempre que se encuentren en un ambiente adecuado. Esta teoría confía profundamente en el potencial humano y en la importancia de la relación terapéutica para facilitar el cambio.

## 3.8 La teoría centrada en la persona.

La teoría centrada en la persona, también conocida como enfoque centrado en el cliente, fue desarrollada por Carl Rogers, uno de los principales exponentes de la psicología humanista. Este enfoque revolucionó la psicoterapia al cambiar el foco del tratamiento desde el terapeuta hacia el cliente o persona, enfatizando la confianza en la capacidad innata de cada individuo para crecer y sanar.

## 3.9 Psicoterapia centrada en el cliente.

La psicoterapia centrada en el cliente, también conocida como terapia centrada en la persona, es un enfoque terapéutico desarrollado por Carl Rogers dentro de la psicología humanista. Este modelo propone que el proceso de sanación y crecimiento personal no depende del terapeuta como figura autoritaria, sino de la relación auténtica entre el terapeuta y el cliente, y de la capacidad interna del cliente para desarrollarse si se encuentra en un entorno psicológico favorable.

## 3.10 Investigación y crítica a la teoría de Carl Rogers.

- La teoría prioriza el desarrollo individual, lo cual puede no ser compatible con culturas colectivistas, donde el valor personal se define más por el grupo que por el yo individual.

## 3.11 La psicología existencial de Rollo May.

La psicología existencial de Rollo May es una corriente dentro de la psicología humanista que integra principios de la filosofía existencial con la práctica clínica y el estudio de la personalidad. Rollo May fue uno de los principales introductores del pensamiento existencial europeo (como el de Kierkegaard, Nietzsche, Heidegger y Sartre) en la psicología estadounidense.

## 3.12 Perspectiva general de la psicología existencial.

La psicología existencial es un enfoque que surge de la filosofía existencial europea y se enfoca en el ser humano como un ser libre, consciente, responsable y en constante búsqueda de sentido. No ve los síntomas psicológicos como simples disfunciones, sino como manifestaciones de conflictos profundos relacionados con la existencia humana.