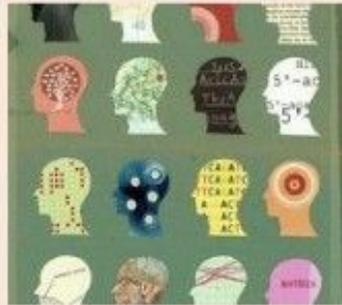


# TEORÍAS HUMANISTAS EXISTENCIALES.



Escuela: UDS Campus Comitán.

Licenciatura en Curso: Psicología General.

Grado y Grupo: 3° Cuatrimestre "A".

Materia: Teorías De La Personalidad .

Docente Que La Imparte: Guadalupe de Lourdes Abarca Figueroa.

Alumna: Ana Belén Rodríguez Sánchez.

Lugar y Fecha: Comitán de Domínguez Chiapas, a 4 de Agosto del 2025.

## TEORÍAS HUMANISTAS EXISTENCIALES.

Abraham Maslow.

La teoría holístico-dinámica de Abraham Maslow.

Maslow (1970) se refirió a su teoría de la personalidad como, 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 para alcanzar la salud psicológica, es decir, la autorrealización. Para conseguirla, las personas deben satisfacer necesidades primarias como el hambre, la seguridad, el amor y la estima. Solo después de haber satisfecho cada una de estas necesidades pueden alcanzar la autorrealización.

Concepto de motivación de Maslow.

La teoría de la personalidad de Maslow se apoya en varios supuestos básicos sobre la motivación.  
1. la motivación afecta a la persona en su totalidad y no a una sola parte o función de ella.  
2. la motivación suele ser compleja.  
3. las personas están continuamente motivadas por una u otra necesidad.  
4. las personas en todas partes están motivadas por las mismas necesidades básicas.  
5. Las necesidades se pueden clasificar según una jerarquía.

LA AUTORREALIZACIÓN DE MASLOW.

En primer lugar, no sufrían psicopatologías.  
En segundo lugar, estas personas autorrealizadas habían avanzado según la jerarquía de las necesidades y, por tanto, vivían por encima del nivel de subsistencia y no tenían ninguna amenaza permanente para su seguridad. En tercer lugar, la aceptación de los valores B.  
El último criterio, el aprovechamiento pleno de los talentos, capacidades, potencialidades, etc."

HERRAMIENTAS PARA MEDIR LA AUTORREALIZACIÓN Y COMPLEJO DE JONÁS.

Percepción más eficiente de la realidad. Aceptación de sí mismo, de los demás y de la naturaleza.  
Espontaneidad, sencillez y naturalidad. Interés por los problemas más allá de sí mismo. Necesidad de intimidad. Autonomía. Apreciación permanente de las cosas buenas de la vida. La experiencia cumbre.  
Relaciones interpersonales profundas. El complejo de Jonás: se caracteriza por los intentos de escapar de nuestro destino, del mismo modo que el personaje bíblico de mismo nombre intentaba huir del suyo, que está presente en casi todas las personas, representa un miedo al éxito y un sentimiento de asombro ante la belleza y la perfección.

INVESTIGACIÓN Y CRÍTICA A LA TEORÍA DE MASLOW.

Los investigadores han puesto a prueba este aspecto de la teoría de Maslow midiendo la satisfacción de necesidades en una muestra de 1 749 personas de todos los grupos de edad. En este estudio, los participantes llenaron un cuestionario que preguntaba sobre la satisfacción de sus necesidades. Estas necesidades se dividieron en dos tipos de motivación: de baja motivación (es decir, comer y ejercicio físico) y alta motivación (es decir, honor, familia e idealismo). Los resultados sustentaron la teoría de Maslow.  
La búsqueda de personas autorrealizadas de Maslow no finalizó con sus estudios empíricos. En el criterio de refutabilidad, la teoría de Maslow obtiene una puntuación baja.

LA TEORÍA CENTRADA EN EL CLIENTE DE CARL ROGERS.

es un enfoque terapéutico humanista que pone énfasis en la capacidad innata del individuo para el crecimiento personal y la autorrealización. En lugar de ser directiva, el terapeuta crea un ambiente seguro y empático donde el cliente puede explorar sus sentimientos y problemas a su propio ritmo, promoviendo la autoexploración y la aceptación.

CARL ROGERS.

PERSPECTIVA GENERAL DE LA TEORÍA CENTRADA EN EL CLIENTE.

Carl Rogers desarrolló una teoría humanista de la personalidad a partir de sus experiencias con pacientes de psicoterapia. Estaba más interesado en ayudar a las personas que en descubrir por qué se comportaban de una u otra manera. Aunque su teoría de la personalidad es rigurosa y coherente, Rogers no estaba satisfecho con el concepto de teoría. Él prefería considerarse alguien que ayudaba a las personas y no un teórico. Según él, las teorías son frías y distantes, y le preocupaba que su teoría pudiera implicar un cierto objetivo.

LA TEORÍA CENTRADA EN LA PERSONA.

Rogers postuló dos grandes supuestos: la tendencia formativa y la tendencia realizadora. En toda la materia, orgánica e inorgánica, existe una tendencia a evolucionar desde formas más simples hasta formas más complejas, en todo el universo se desarrolla un proceso creativo, más que destructivo. Es lo que Rogers llamaría tendencia formativa, la tendencia realizadora, una inclinación que existe en todos los humanos (y otros animales y plantas) a desarrollar plenamente su potencial (Rogers, 1959, 1980). Esta tendencia es la única motivación que tienen las personas.

## TEORÍAS HUMANISTAS EXISTENCIALES.

CARL ROGERS.

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 entrar en contacto con un terapeuta que sea congruente y que les proporcione un entorno de aceptación incondicional y empatía total. Y en ello, precisamente, está la dificultad. Las cualidades de congruencia, valoración positiva incondicional y comprensión empática en un terapeuta no son fáciles de conseguir. Condiciones, Congruencia del terapeuta, Valoración positiva incondicional, Valoración positiva incondicional, Empatía.

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, y ha encontrado sustento en la investigación moderna. la noción de Rogers sobre la incongruencia entre el sí mismo real y el sí mismo ideal y la motivación para alcanzar las metas despiertan el continuo interés de los investigadores. Aunque la teoría de Rogers ha generado una gran cantidad de investigación en el campo de la psicoterapia y el aprendizaje escolar (ver Rogers, 1983), fuera de estos dos campos su productividad ha sido moderada y, por tanto, obtiene una puntuación media en su capacidad para inspirar investigación dentro del marco general del estudio de la personalidad. Por tanto, la teoría obtiene una puntuación alta en su capacidad para explicar los conocimientos actuales sobre el comportamiento humano.

LA PSICOLOGÍA EXISTENCIAL DE ROLLO MAY.

fue un psicólogo estadounidense pionero en la introducción del existencialismo en la psicología americana. Su enfoque se centró en la comprensión de la existencia humana, la búsqueda de significado y propósito, y la forma en que las personas responden a la realidad de su ser.

PERSPECTIVA GENERAL DE LA PSICOLOGÍA EXISTENCIAL.

De su experiencia como psicoterapeuta, May desarrolló un nuevo modo de estudiar a los seres humanos. Su enfoque no se basaba en investigaciones científicas controladas, sino más bien en su experiencia clínica. En primer lugar, la existencia tiene prioridad por encima de la esencia. La existencia significa surgir o devenir, la esencia implica una sustancia inmutable y estática. En segundo lugar, el existencialismo se oponía a la división entre sujeto y objeto. En tercer lugar, las personas buscan un significado a sus vidas. En cuarto lugar, los existencialistas sostienen que, en última instancia, todos somos responsables de lo que somos y lo que llegamos a ser. En quinto lugar, los existencialistas son fundamentalmente antiteóricos. Cuando las experiencias se amoldan a un modelo teórico preexistente pierden su autenticidad y se disocian del individuo que las vivió.

CULPA, INTENCIONALIDAD, CUIDADO, AMOR Y VOLUNTAD.

ROLLO MAY.

La culpa surge cuando las personas niegan su potencial, no perciben correctamente las necesidades de los demás o no son conscientes de su dependencia del mundo natural. May usó el término "intencionalidad" para llenar el vacío entre sujeto y objeto. El cuidado es un proceso activo, lo contrario de la apatía. "El cuidado es un estado en el que hay algo que nos importa" el amor como "disfrutar de la presencia de la otra persona y afirmar el valor y el desarrollo [de esa persona] tanto como los propios"; sin cuidado no puede haber amor, solo sentimentalismo vacío o excitación sexual transitoria. May (1969b) definió la voluntad como "la capacidad para organizarse a sí mismo de tal modo que se pueda producir un avance en una cierta dirección o hacia un cierto objetivo".

LIBERTAD Y DESTINO.

May (1981) identificó dos formas de libertad: la libertad de acción y la libertad de ser. La primera es la libertad existencial; la segunda, la libertad esencial: La libertad existencial, por tanto, es la libertad para actuar según las propias decisiones. La libertad de acción no garantiza la libertad esencial; es decir, la libertad de ser. De hecho, la libertad existencial a menudo hace más difícil la libertad esencial. May (1981) definió el destino como "el objetivo del universo expresado en el objetivo de cada uno de nosotros" May sugirió que la libertad y el destino, como el amor y el odio o la vida y la muerte, no son tendencias opuestas, sino más bien una paradoja normal de la vida.

INVESTIGACIÓN Y CRÍTICA A LA TEORÍA DE ROLLO MAY.

La teoría existencialista de Rollo May ha tenido una cierta influencia como método de psicoterapia, pero ha suscitado muy poca investigación empírica directa. Este hecho está relacionado sin duda con la actitud crítica que May adoptó hacia las mediciones objetivas y cuantitativas. Un tema que ha generado investigación empírica es la ansiedad existencial. May (1967) definió la ansiedad como "el temor provocado por la amenaza de algún valor que el individuo considera fundamental para su existencia" May sostenía que se precisaba una nueva psicología científica que reconociera las características humanas de la singularidad, la libertad personal, el destino, las experiencias fenomenológicas y, sobre todo, la capacidad de los humanos para relacionarse como objetos y sujetos. Algunas investigaciones, como los estudios de Jeff Greenberg sobre el manejo del miedo, están relacionadas con la psicología existencial en general, pero no surgieron específicamente de la teoría de May. En este primer criterio, por tanto, la psicología existencial de May obtiene una puntuación muy baja.



# Bibliografía.



- **Información obtenida de la antología de Teoría de la personalidad, de la Universidad UDS, de la página 85- a la página 114.**

