

História da Psicologia



Aula 10



Psicologia Humanista

História da Psicologia – Profa. Dra. Fernanda Aguilera

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia



Objetivos desta aula:

Objetivo 1

Identificar as características particulares da Psicologia Humanista.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia
Psicologia Humanista



Humanismo - Surge na época no Renascimento (1300 a 1650), com a valorização do homem em oposição ao divino e sobrenatural.

Início dos anos 60- Terceira Força.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia
Psicologia Humanista



Temas básicos:

- Ênfase na experiência consciente.
- Crença na integralidade da natureza e na conduta do ser humano.
- Concentração no livre-arbítrio, na espontaneidade e no poder de criação do indivíduo.
- Tudo que tenha relevância para a condição humana.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia
Psicologia Humanista



Brentano - contra as abordagens mecanicista e reducionista.

Revolta dos jovens dos anos 60 em relação ao mecanicismo e ao materialismo.

Psicologia da Gestalt e Psicologia Humanista.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia
Psicologia Humanista



Críticas ao Comportamentalismo:

- Abordagem estreita;
- Abordagem artificial;
- Reduzida a animais e a máquinas.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia
Psicologia Humanista



Críticas à Psicanálise:

- Só estudavam pessoas perturbadas;
- Presos a eventos do passado;
- Restrição do trabalho da criação.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia
Psicologia Humanista



Abordagem terapêutica baseada nas terapias do crescimento e parte do movimento do potencial humano.

Grupos de encontro e programas de treinamento da sensibilidade em escolas, empresas, igreja, presídios e clínicas privadas.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia
Abraham Maslow (1908-1970)



Pai alcoólatra;

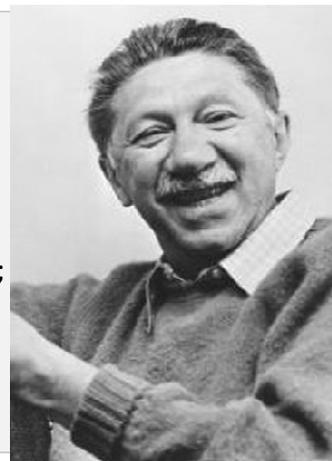
Mãe supersticiosa e valente com Maslow;

Criou em Maslow sentimento de inferioridade;

Universidade de Cornell - curso de Psicologia e aluno de Titchener;

Apoiou o movimento dos grupos de sensibilidade;

1967 tornou-se presidente da APA.



AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia
Abraham Maslow (1908-1970)



Tinha interesse em compreender as mais elevadas realizações que o ser humano pode alcançar.

Comparou pessoas saudáveis com pessoas não saudáveis.

Cada pessoa traz em si mesmo a capacidade de tornar-se autorealizadora.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia Psicologia Humanista



Pressupostos do modelo explicativo das motivações:

- As pessoas só atingem o nível superior de motivação se as necessidades do nível inferior estiverem satisfeitas.
- À medida que vamos subindo na respectiva escala, vai crescendo a diferença entre o que é comum aos homens e aos outros animais e especificando características próprias dos seres humanos.
- As necessidades de nível inferior são sentidas pela totalidade dos seres humanos, enquanto as necessidades dos níveis superiores surgem apenas em um número cada vez mais reduzido de pessoas.

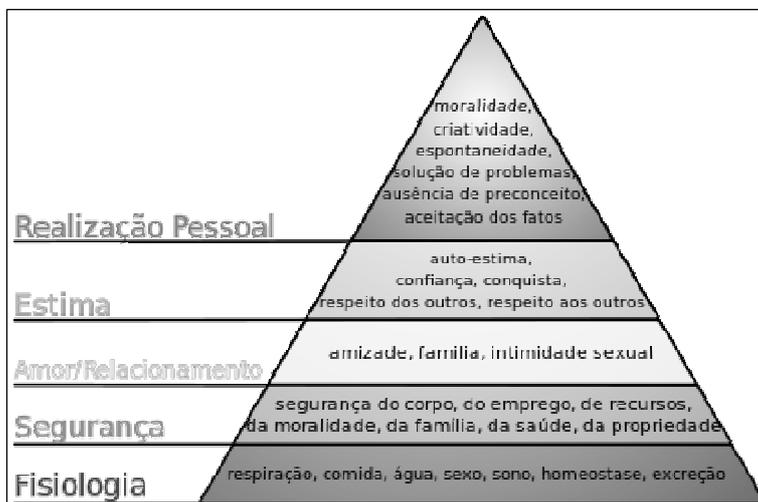
AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia



AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia



AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia

Necessidades fisiológicas (ar, comida, repouso, abrigo etc.)



São consideradas necessidades fisiológicas: a fome, a sede, o evitamento da dor, o desejo sexual, o descanso, o exercício, o abrigo, a proteção contra os elementos, a manutenção do estado interno do organismo. Ou seja, as necessidades fisiológicas constituem a sobrevivência do indivíduo e a preservação da espécie: alimentação, sono, repouso, abrigo etc.

A satisfação destas necessidades domina o comportamento humano. As necessidades de segurança só surgem se estas forem satisfeitas. Assim se explicam que pessoas esfomeadas arrisquem a vida para conseguir alimento.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia

Necessidades de segurança (proteção contra o perigo ou privação)



As necessidades de segurança são bem conhecidas e diversas. As necessidades de segurança constituem a busca de proteção contra a ameaça ou privação, a fuga e o perigo. As necessidades de segurança manifestam-se na procura de proteção relativamente ao meio (abrigo e vestuário), bem como na busca de um ambiente estável e ordenado. O perigo físico provoca insegurança e ansiedade dominando o comportamento do indivíduo. Uma pessoa com medo prescinde da relação com os outros. Os motivos da estima surgem somente quando a pessoa se sente segura.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia

Necessidades sociais (amizade, inclusão em grupos etc.)



As necessidades sociais incluem a necessidade de associação, de participação, de aceitação por parte dos companheiros, de troca de amizade, de afeto e amor. As necessidades de afeto e pertença manifestam o desejo de associação, participação e aceitação por parte dos outros. Nas relações íntimas e nos grupos a que pertence, o indivíduo procura o afeto, a aprovação, procura dar e receber atenção.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia

Necessidades de estima (reputação, reconhecimentos, autorespeito, amor, etc.)



As necessidades do eu são, por uma parte, as relacionadas com a autoestima (confiança em si mesmo, autonomia, sucesso, competência, preparação, etc.); por outra, são as que se relacionam com a própria reputação (gratidão, apreço, respeito, prestígio etc.).

A necessidade de estima envolve a autoapreciação, a autoconfiança, a necessidade de aprovação social e de respeito, de status, prestígio e consideração, além de desejo de força e de adequação, de confiança perante o mundo, independência e autonomia. As necessidades de estima assumem duas expressões: o desejo de realização e de competência e o estatuto e desejo de reconhecimento.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia

Necessidades de autorealização



As necessidades de autorrealização (no vértice das necessidades do homem) são as de dar vida às nossas potencialidades, de nos desenvolvermos ou aperfeiçoarmos continuamente, de sermos criativos, de realizarmos um projeto pessoal de vida, de realizar aquilo que de melhor há em nós. A necessidade de autorrealização são as mais elevadas, de cada pessoa realizar o seu próprio potencial e de auto desenvolver-se continuamente.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia
Necessidades de autorrealização



Se todas as necessidades estão satisfeitas, manifestar-se-á a necessidade de autorrealização, isto é, a realização do potencial de cada um, a concretização das capacidades pessoais. Maslow considera que esta necessidade seria inerente aos seres humanos. A sua concretização varia de pessoa para pessoa: um indivíduo pode autorrealizar-se sendo um atleta de alta competição, outro através das artes plásticas, da música etc.

As pessoas em procura de autorrealização apresentam algumas características comuns de personalidade: são independentes, criativas, resistem ao conformismo, aceitam-se a si próprias e aos outros.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia



A teoria da hierarquia das necessidades de Maslow pressupõe os seguintes aspectos:

1. Somente quando um nível inferior de necessidades está satisfeito ou adequadamente atendido é que o nível imediatamente mais elevado surge no comportamento.
2. Nem todas as pessoas conseguem chegar ao topo da pirâmide de necessidades.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia



3. Quando as necessidades mais baixas estão razoavelmente satisfeitas, as necessidades localizadas nos níveis mais elevados começam a dominar o comportamento. Contudo, quando uma necessidade de nível mais baixo deixa de ser satisfeita, ela volta a predominar no comportamento, enquanto gerar tensão no organismo.
4. Cada pessoa possui sempre mais de uma motivação. Toda necessidade está intimamente ligada com o estado de satisfação ou insatisfação de outras necessidades. Seu efeito sobre o organismo é sempre global e nunca isolado.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia



5. Qualquer comportamento motivado é um canal pelo qual muitas necessidades fundamentais podem ser expressas ou satisfeitas conjuntamente.
6. Qualquer frustração ou possibilidade de frustração de certas necessidades passa a ser considerada ameaça psicológica. Essa ameaça é que produz as reações gerais de emergência no comportamento humano.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia**Carl Rogers (1902-1987)**

- Terapia centrada na pessoa ou terapia centrada no cliente.
- Propôs que cada pessoa possui uma tendência inata para atualizar as capacidades e potenciais do eu.
- Estudou pessoas perturbadas.
- Responsabilidade de mudança encontra-se na pessoa ou cliente.
- Não acreditava em processos inconscientes e da infância.



AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia**Carl Rogers (1902-1987)**

- Ser saudável ou não está diretamente ligado a relação mãe-filho.
- Estima positiva.
- Estima positiva condicional- condições de valor.
- Estima positiva incondicional (mais esperada).
- Autorrealização- funcionamento pleno.
- Tendência a viver plenamente cada momento, guiadas pelo próprio instinto.



AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia



Rogers partia do princípio que as pessoas possuem os recursos necessários para o seu crescimento e por isso, incentivou os terapeutas de sua abordagem que demonstrassem genuinidade, também podendo ser encontrado na literatura como autenticidade, aceitação e empatia.

AULA 10: Psicologia Humanista

História da Psicologia Psicologia Humanista



Autenticidade ou genuinidade: favorece a empatia. Os terapeutas com autenticidade são capazes de mostrar de maneira honesta, natural e emocionalmente conectada que entenderam verdadeiramente a situação de seu paciente.

Aceitação incondicional: Os terapeutas quando autênticos expressam seus verdadeiros sentimentos, não usam máscaras diante de seus clientes, permitem então que seus clientes se sintam aceitos incondicionalmente (aceitação incondicional).

Empatia: a empatia é muito conhecida como sendo a capacidade de se colocar no lugar do outro. Quando o terapeuta consegue ser empático, sentindo e refletindo os sentimentos de seus clientes, estes podem aprofundar sua autoaceitação e sua autocompreensão.

AULA 10: Psicologia Humanista