

Identificación del módulo.

Nombre del curso	Modelo Teórico Humanista
Programa	Psicología
Facultad	Ciencias de la Educación, Sociales y Humanas
Número de créditos	3
Idioma	Español
Escritor/es	Álvaro Diego Cardona
Diagramación y Diseño gráfico	Unidad Creación de Contenidos
Versión	2
Año	2015
Diseño Instruccional	Unidad Creación de Contenidos Fundación Universitaria Católica del Norte

Competencia global del módulo.

Aplicar técnicas de evaluación y diagnóstico, y seleccionar las técnicas de intervención para las **actuaciones y/o experiencias de vida del ser humano desde el enfoque psicológico humanista.**

Estructura.

Elemento de competencia 1: Aplica técnicas de evaluación para las actuaciones y experiencias de vida del ser humano en diversos contextos.

TEMAS	HORAS	HORAS
	AD	TI
Tema 1: Principios teóricos y metodológicos de la psicología humanista	2	6
Tema 2: Elementos generales para realizar observaciones y recoger información en ciencias sociales (la observación, la entrevista, la autoobservación y medios audiovisuales).	2	6
Tema 3: Elementos de observación generales en Psicología humanista: La observación fenomenológica y El método dialógico	2	6
Tema 4: Ver y escuchar al otro: La estructura superficial y estructura profunda en el diálogo	4	12
Tema 5: El uso de pruebas proyectivas y psicológicas: Identificación de resistencias y polaridades	2	6

Nota: AC: Trabajo con acompañamiento docente. TI Trabajo independiente del estudiante.

Elemento de competencia 2: Describir la actuación e integralidad del ser humano desde el modelo psicológico humanista.

TEMAS	HORAS	HORAS
	AC	TI

Tema 1: Elementos para identificar y describir las actuaciones del ser humano: Elementos tomados del diagnóstico de la psicoterapia y Jerarquía de las necesidades de Maslow	3	9
Tema 2: La individualidad y el sí mismo: Capacidad de simbolización y toma de consciencia	3	9
Tema 3: Sistema de creencias y valores	2	6
Tema 4: La vivencia de las emociones y sentimientos: Toma de decisiones, creatividad y responsabilidad	2	6
Tema 5: Las relaciones interpersonales y la experiencia de autorrealización	2	6

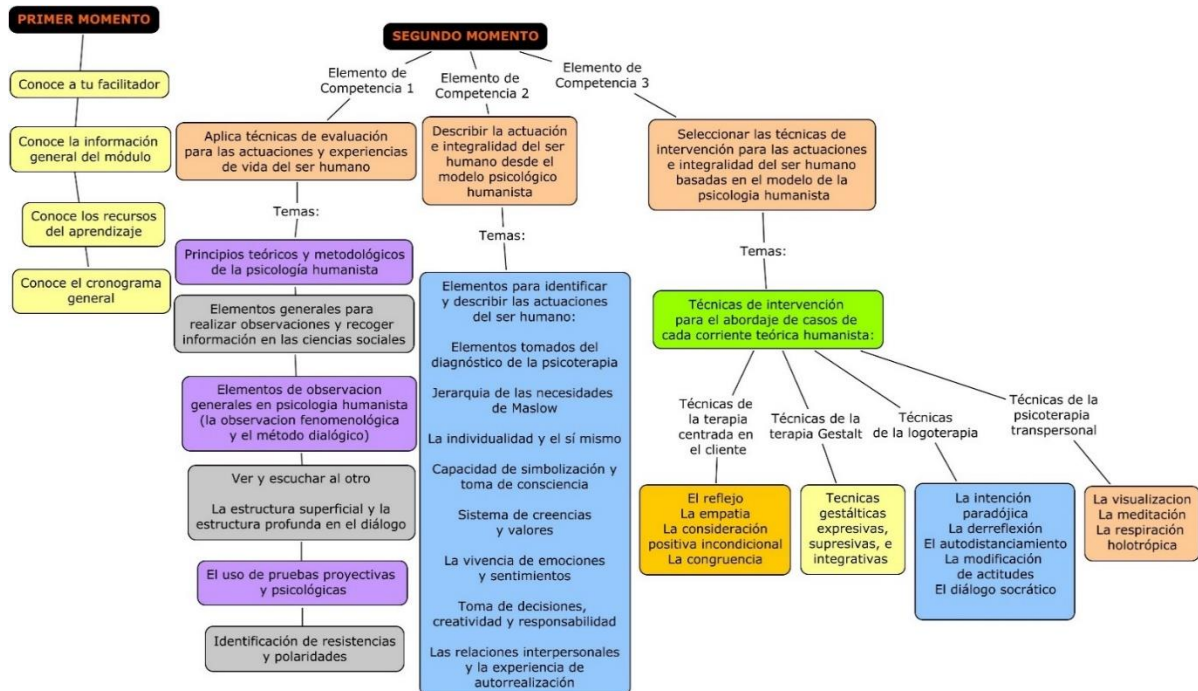
Nota: AC: Trabajo con acompañamiento docente. TI Trabajo independiente del estudiante.

Elemento de competencia 3: Seleccionar las técnicas de intervención para las actuaciones e integralidad del ser humano basadas en el modelo de la psicología humanista.

TEMAS	HORAS AC	HORAS TI
Tema 1: Técnicas de intervención de cada corriente teórica humanista: Técnicas de la terapia centrada en el cliente. El reflejo, la empatía, la consideración positiva incondicional y la congruencia.	3	9
Tema 2: Técnicas de la terapia Gestalt: Técnicas expresivas, supresivas e integrativas	3	9
Tema 3: Técnicas de la logoterapia: La intención paradójica, la derreflexión, el autodistanciamiento, la modificación de actitudes y el diálogo socrático.	3	9
Tema 4: Técnicas de la psicoterapia transpersonal: La visualización creativa, la meditación, la respiración holotrópica.	3	9

Nota: AC: Trabajo con acompañamiento docente. TI Trabajo independiente del estudiante.

Mapa Conceptual.



Fuente: Micro currículum Modelo teórico humanista. Adaptado por: Álvaro Cardona (2012).

Metodología.

La metodología de este curso privilegia el estudio de casos o situaciones y el juego de roles para que el estudiante logre las metas de aprendizaje. Algunas actividades evaluativas serán individuales y otras grupales para promover el trabajo cooperativo y colaborativo.

El estudio de casos se describe un problema o situación similar a la realidad que contiene acciones para ser valoradas y llevar a vía de hecho un proceso de toma de decisiones. En este método se pretende desarrollar una serie de habilidades en el campo cognitivo tales como la observación, el análisis, la síntesis y las relaciones.

El juego de roles consiste en proporcionar unas situaciones de juego donde los participantes asumen diversas actitudes y habilidades que permiten. Los alumnos asumen una identidad de un personaje donde hay una descripción más o menos detallada de la situación y estos deciden en forma espontánea las decisiones. En este método también se incluyen los observadores que posibilitan las interpretaciones

Durante el proceso formativo la interacción es un elemento fundamental de esta experiencia de aprendizaje. Es a través de ella que se promueve el pensamiento crítico, creativo y reflexivo por medio de intercambios comunicativos, sincrónicos y asincrónicos, (foros, chats) entre el facilitador y los estudiantes. La mediación del saber a través de la plataforma educativa permite también implementar el acompañamiento de los diferentes casos o juegos de roles para los diversos grupos de trabajo.

Estos acompañamientos tienen como propósito orientar y apoyar a los alumnos en diversos procesos de formación a partir de sus problemas y necesidades académicas, y estas pueden ser individuales o grupales.

Justificación.

La psicología humanista o humanística es un enfoque teórico de la psicología general denominado "la tercera fuerza" reconocido así en los Estados Unidos de Norteamérica, y junto con otras corrientes teóricas, la psicología cognitiva, la psicología dinámica, y el psicoanálisis; es conocido en los círculos académicos como en la opinión pública.

Este enfoque teórico-práctico de la psicología tiene unas características diferenciadoras con respecto a su evolución, historia, fundamentación

epistemológica, las técnicas de diagnóstico y de intervención que le dan una caracterización integral, coherente y consistente.

En el presente módulo se pretende un acercamiento a desarrollar habilidades de comprensión, interpretación diagnóstica y acciones de intervención dentro de un proceso integral de cualquier campo ocupacional con la utilización de las bases teóricas de los autores más representativos hasta las investigaciones y avances más actuales de este enfoque.

El ser humano para ser comprendido en su riqueza y dinamismo evolutivo requiere de una fundamentación epistemológica que de solidez a las técnicas e intervenciones empleadas por el psicólogo humanista orientadas éstas a facilitar el desarrollo del ser, la autorrealización, la madurez psicológica, el sentido de vida y la trascendencia. Lo anterior permite dilucidar el quehacer de la psicología humanista con solidez teórico-práctica en las actuales problemáticas que se viven en pleno siglo XXI.

La visión holística e integradora del ser humano de la Psicología Humanista puede ser mal interpretada y generar distorsiones al ser considerada como una práctica de "nueva era" o "una terapia alternativa". Esta al contrario debe posibilitar al psicólogo de hoy ampliar su marco de referencia sin buscar divisiones con otras corrientes teóricas o negación de otros saberes que permitan enriquecer el estudio del ser humano en su totalidad.

La adquisición de conceptos y habilidades para comprender la dinámica del hombre contemporáneo en cualquier profesional de la psicología debe generar interrogantes, alternativas y acciones que se verán reflejadas en su capacidad de análisis, interpretación, e intervención, así como

actitudes positivas que favorezcan el desarrollo y crecimiento del ser humano en un contexto específico.

Evaluación.

Es importante considerar que la Fundación Universidad Católica del Norte, enfatiza en cuatro categorías, a saber:

- » **Evidencias de aprendizaje.** Son las pruebas manifiestas de aprendizaje, recogidas directamente durante el proceso formativo. Son recolectadas con la orientación del docente facilitador, utilizando técnicas, métodos e instrumentos de evaluación seleccionados, permitiendo reconocer los logros obtenidos por el estudiante en los tres tipos de saberes: conceptual, procedimental y actitudinal.
- » **Evidencias de conocimiento.** Apuntan al dominio cognoscitivo para procesar e identificar información relevante, su clasificación, su interpretación de manera útil, y la búsqueda de las relaciones entre información nueva e información adquirida previamente. Incluye el conocimiento de hechos y procesos, la comprensión de los principios, y teorías y las maneras de utilizar el conocimiento en situaciones cotidianas y nuevas.
- » **Evidencias de desempeño.** Evidencias del saber procedimental, relativas al cómo ejecuta el estudiante una actividad, en donde pone en juego sus habilidades, conocimientos y actitudes. Permiten recoger información directa, de mejor calidad y más confiable, sobre la forma como el estudiante desarrolla su proceso de aprendizaje y así poder identificar cuáles han sido sus logros y cuáles le faltan por alcanzar. Incluye las evidencias actitudinales.

- » **Evidencias de producto.** Son los resultados que obtiene el estudiante en una actividad que refleja el aprendizaje alcanzado y permite hacer inferencias sobre el proceso desarrollado, o método utilizado.

La valoración final será entonces el resultado de la integración de las diferentes actividades de aprendizaje. Dicha valoración se realizará de acuerdo con los indicadores de evaluación y los criterios específicos para cada una de las evidencias solicitadas como prueba de que el estudiante ha alcanzado las competencias que se esperan de él con el seguimiento de este curso.

Glosario.

- » **Aquí y ahora:** "Es estar enteramente en lo que se hace y no pensar en el pasado o en el futuro, olvidando el instante presente. Ahora equivale a decir experiencia, conciencia, realidad". (Castanedo, 1988, p.30).
- » **Autorregulación:** "La homeostasia se da en todos los organismos y, de manera más concreta, al mencionar la autorregulación nos referimos al proceso que se lleva a cabo para lograr el equilibrio homeostático. Todo organismo viviente tiene la capacidad de mantener un equilibrio vital en sí mismo". (Castanedo, 1988, p.142).
- » **Campo perceptual:** "Percepciones y experiencias que tiene el sujeto, es decir, las interrelaciones. Es el universo completo, incluido uno mismo. Realidad sobre la cual actúa el individuo. Es el caso de la conciencia personal y único de cada individuo, el campo

de la percepción responsable de todas sus conductas" (García, 2005, p.21).

- » **Ciclo de la experiencia:** Está relacionado con la satisfacción de necesidades y se le denomina también **Ciclo de autorregulación organísmica**. Conforme la terapia progresa, la persona fluye más fácil y confortablemente, experimentando y utilizando su energía de manera tal que le permita un funcionamiento total, es decir, sin interrupciones. (...) Actuará de tal manera que no desperdicie su energía y será capaz de integrar creativamente sentimientos conflictivos en él mismo, en vez de presionar a su propio organismo o polarizar su conducta. Expresa de manera didáctica y clara en qué momento del proceso y cómo se presentan las interrupciones, es un proceso dirigido a lograr el objetivo final de la necesidad de ese momento, en términos gestálticos podría decirse: es el proceso que nos lleva al contacto que implica vivencia y resolución total de algún asunto inconcluso. Presenta las siguientes etapas:

Reposo o retraimiento: El individuo ha resuelto una Gestalt o necesidad anterior y se encuentra sin ninguna necesidad apremiante, su conducta puede ser de total relajamiento o total concentración.

Sensación: La persona es distraída de su estado de reposo anterior, al sentir físicamente "algo" que todavía no logra definir o identificar.

Darse cuenta: El individuo concientiza o comprende a qué se debe la sensación que tiene y en este momento ya la puede llamar hambre, tristeza, enojo, entre otros.

Energetización o movilización de la energía: La persona moviliza la energía, es decir, reúne la fuerza o concentración necesaria para llevar a cabo lo que su necesidad le demanda.

Acción: La praxis es lo más importante en esta etapa, es decir, la persona moviliza su cuerpo y hace lo que sea necesario para satisfacer su necesidad.

Contacto: La culminación del proceso se logra al llegar a esta etapa, la persona encuentra satisfacción y disfruta el haber alcanzado lo que se proponía. Culmina cuando el individuo experimenta que ya está satisfecho, que ya se siente bien, que puede comenzar otro ciclo (Zinker, 1979, p.75-77).

- » **Conducta:** "Es básicamente el esfuerzo intencional del organismo por satisfacer sus necesidades tal como las experimenta, en el campo tal como lo percibe. Supone una satisfacción de las necesidades tal como son percibidas en la realidad fenoménica; no reaccionamos ante la realidad sino ante nuestra percepción de esta. Es provocada por necesidades presentes" (Castanedo, 1988, p.38).
- » **Contacto:** "Capacidad orgánica de superar los peligros, vencer obstáculos y asimilar lo apropiado. Se utiliza esta palabra abarcando por igual un darse cuenta sensorial aunado a una conducta motora. Interacción entre el individuo y su ambiente (...) Se puede entrar en contacto con tres zonas: Zona externa (todo lo que existe de la piel hacia fuera), Zona interna (todo lo que existe de la piel hacia adentro) y Zona de la fantasía (pensamientos, abstracciones, sueños, imágenes) (...) No existe división entre organismo y ambiente, por lo tanto, siempre estamos en contacto. Es básicamente un darse cuenta de la conducta hacia lo nuevo y asimilable. Es lo uno mismo y lo ajeno, es lo que crea el yo" (Castanedo, 1988, p.82).
- » **Darse cuenta o awareness:** "Está caracterizado por el contacto, el sentir, la excitación y la formación de una Gestalt. Poner atención a las sensaciones y organizarlas. Es el sentir espontáneo que aflora

en la persona, en lo que está haciendo, sintiendo o planeando” (Castanedo, 1988, p.80).

- » **De-reflexión:** “Decodificar la atención y la intención enfocándolas en el objeto apropiado. Consiste en ignorar el problema y dirigir la atención hacia aspectos positivos y potenciales de la persona” (Zinker, 1979, p.76).
 - » **El suprasentido:** “Sentido que excede y sobrepasa la capacidad intelectual del hombre. Lo que se le pide al hombre es que asuma racionalmente su propia capacidad para aprehender toda la sensatez incondicional de su vida” (Frankl, 1972, p.8).
 - » **Emoción:** “La conducta suele ir acompañada de emociones. La emoción acompaña y facilita la conducta intencional; Rogers las divide en: desagradables o excitantes (acompañan a las actividades de búsqueda del organismo) y tranquilas o placenteras (acompañan a la satisfacción de las necesidades)” (Castanedo, 1988, p.37).
 - » **Figura - fondo:** “Algo tiene significado sólo cuando existe una clara relación entre la figura (lo que está en primer plano de la atención) con el fondo contra el que aparece la figura. Es por ello que una figura no puede ser sustraída de su fondo sin que su significado cambie, ya que éste viene dado por conexión con la situación en que aparece” (Castanedo, 1988, p.47).
 - » **Hiperintención:** “Cuanto más se esfuerza una persona en demostrar sus capacidades, menos posibilidades tiene de conseguirlo” (Frankl, 1972, p.12).
- Hiperreflexión: “Ansiedad anticipatoria que se resuelve en una excesiva intencionalidad y en una excesiva atención en la misma persona” (Frankl, 1972, p.11).
- » **Holismo:** “El hombre es un organismo unificado, un organismo vivo y a algunos aspectos se les llama cuerpo, mente y alma, pero estos

no se deben separar sino para el estudio y no para la comprensión de la conducta humana" (Ginger, 1993, p.92).

- » **Homeostasis:** "Mecanismo mediante el cual el organismo mantiene su equilibrio y por lo tanto su salud, en medio de condiciones que varían. Está al servicio de satisfacer las diferentes y continuas necesidades (tanto físicas como psicológicas) del organismo. Proceso mediante el cual el organismo interactúa con ambiente" (Castanedo, 1988, p.48).
- » **Impasse:** "Situación en la que el apoyo exterior no se está obteniendo y la persona cree que no se puede apoyar a sí misma. En parte, la causa de que la persona se sienta así se debe a que su propia fuerza está dividida entre el impulso y la resistencia". (Castanedo, 1988, p.72).
- » **Intención paradójica:** "Consiste en animar al paciente a que reviva, por un momento, la situación que anticipa con miedo. Es un cambio de actitud hacia los propios síntomas" (Frankl, 1972, p.17).
- » **Mecanismos de defensa:** "El sujeto encauza su energía de modo que entabla un contacto, si sus esfuerzos no rinden el fruto deseado, se queda con una larga lista de molestos sentimientos: ira, confusión, fastidio, resentimiento, impotencia, decepción, entre otros, entonces debe desviar su energía hacia un determinado número de posibilidades, todas las que reducen la probabilidad de una interacción pena con el ambiente. Algunos mecanismos de defensa son: Introyección, proyección, retroflexión, confluencia, deflexión" (Castanedo, 1988, p.35).
- » **Neurosis noogena:** "Nace de los conflictos entre principios morales distintos; en otras palabras, de los conflictos morales o, expresándolos en términos más generales, de los problemas

espirituales, entre los que la frustración existencial suele desempeñar una función importante" (Frankl, 1972, p.21).

- » **Organismo:** "Es una totalidad organizada de experiencias (psique y soma), las cuales se constituyen en un campo fenoménico por las leyes de la Gestalt. Es superior a las partes es dinamizado por una tendencia fundamental: Impulso a la actualización y está dotado de un sistema regulador mediante el cual se dirige su conducta a la satisfacción de necesidades derivadas de ese impulso. Es activo, actualizante y directivo. Totalidad de aspectos físicos y psíquica del hombre" (Castanedo, 1988, p.47).
- » **Polaridades:** "Base sobre la que se originan gran cantidad de conflictos, tanto intrapersonales como interpersonales, los segundos casi siempre derivados de los primeros" (Zinker, 1979, p.65).
- » **Sentido de vida:** "Significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado. No se debe buscar un sentido abstracto a la vida, pues cada uno tiene en ella una misión que cumplir; cada uno debe llevar a cabo un cometido concreto, su tarea es única como única es su oportunidad para instrumentarla" (Frankl, 1972, p.8).
- » **Si - mismo:** Es un conjunto de percepciones o imágenes relativas a nosotros mismos, es la propia imagen fenoménica del sujeto. Se compone de: percepciones de las características y capacidades; preceptos y conceptos de sí mismo en relación con los demás y con el medio; Las cualidades de valor que se perciben como asociadas con las experiencias y con los objetos; y las metas e ideales que se perciben como poseyendo valor positivo o negativo. Es la pintura organizada existente en la conciencia, bien como figura, bien como fondo, del sí mismo y del sí mismo en relación, conjuntamente con los valores positivos o negativos asociados a estas cualidades y relaciones, percibidos como existentes en el pasado, presente y

futuro. Se va formando a medida que la persona interactúa con el medio, y tiene como función seleccionar las percepciones y regular la conducta. Sus características son:

Es consciente: Sólo incluye experiencia o percepciones conscientes, es decir, simbolizadas en la conciencia.

Es una Gestalt o configuración organizada y se rige por las leyes de los campos perceptuales.

Contiene principalmente percepciones, valores e ideales. (Zinker, 1979, p.42).

- » **Tendencia actualizante:** "El organismo está constituido por un sistema impulsador llamado "tendencia actualizante" y por un sistema regulador y de control denominado "proceso de evaluación orgánico". El organismo tiene una tendencia básica y un impulso a actualizar, mantener y desarrollar el organismo experienciante. Actualización del YO. Hay dos tipos de necesidades básicas que deben ser satisfechas: la primera, es la necesidad de respuesta afectiva por parte de otras personas y, la segunda, la necesidad de conseguir y obtener satisfacción procedente de la consecución y expresión del sentimiento de autoestima. Es la misma dirección de la vida orgánica. Tendencia en el organismo a desarrollar todas sus capacidades con el objeto de mantener o aumentar el organismo" (Rogers, 1984, p.64).

Problema.

Caso 1 "El caso de Isabela". El siguiente caso no es psicoterapia es solo un ejercicio de aproximación.

Tenemos una persona de 32 años que acude a usted a pedirle que le escuche, y en el transcurso de la entrevista o el diálogo ha dado a comprender su preocupación por la apariencia física y como le preocupa más estar bonita para su esposo que para ella misma. Se le hacen varias preguntas y en todas coincide que le importa más hacer una dieta pensando en estar más delgada por y para su esposo, que para ella misma. No está convencida de que es por su propio bienestar y salud. Ud. evidencia que usa bastante maquillaje, se mira al espejo y es muy locuaz en sus relatos, donde hace énfasis en sus conquistas previas a su matrimonio y las buenas relaciones con los hombres y no tanto con las mujeres. Se siente incómoda porque a su edad ya no se siente atractiva para su esposo porque este ya no le expresa como antes lo bonita que es y que la quiere. Le preocupa mucho que se consiga otra persona y quiere un consejo para saber porque la relación ya no es la misma y también quiere conocerse a sí misma porque sus amigas le han dicho que la ven muy insegura últimamente.

Ella trabaja en una tienda de ropa masculina, donde su habilidad para vender es muy sobresaliente y también presenta la dificultad para cumplir la norma de llegar a tiempo al trabajo. Las demás compañeras le tienen envidia dice ella porque muchos hombres la buscan a ella para atenderlos.

Estudia los fines de semana una técnica en computadores y en clase no toma nota quiere trabajar en grupo porque dice que su tiempo es muy limitado y las compañeras de trabajo no quieren trabajar con ella.