

VISIÓN ANTROPOLÓGICA

AUTORA: LAURA ESTRADA



San Marcos

ÍNDICE

Introducción.....	3
Visión antropológica.....	4
Postulados y características de la persona humana.....	6
Teoría de las necesidades de Abraham Maslow	9
Críticas.....	10
Rollo May	11
Bibliografía.....	12

INTRODUCCIÓN

¿Cómo se comprende un hombre autorrealizado en el aquí y el ahora?

Habiendo estudiado las bases históricas, teóricas y epistemológicas que dan sustento al surgimiento del enfoque humanista-existencial, vale la pena detenernos para comprender cómo todas esas teorías se ponen en función del contexto y de esa manera llegar a responder la pregunta planteada, con la posibilidad de reflexionar si es posible la autorrealización del ser humano en nuestros contextos locales en la actualidad. Para esto, profundizaremos en los objetivos de la escuela y la visión antropológica, así como en las teorías psicológicas humanistas propuestas por representantes como Abraham Maslow, Rollo May y Carl Rogers, que encuentran aplicaciones en diferentes campos o áreas de acción, ya sea clínica, educativa, organizacional, deportiva y/o forense.

Visión antropológica



El mayor aporte que le realiza el enfoque humanista-existencial a la psicología inicia en la visión antropológica, es decir, en la visión de hombre que maneja, pues parte de que el ser humano no solo es una manifestación de sus instintos y no se puede reducir únicamente a su conducta, sino por el contrario, se trata de un ser humano integral, **holista**, que describe como bio-psico-socio-espiritual que cuenta con un cuerpo (dimensión biológica), emociones, pensamientos, sentimientos y comportamientos (dimensión psicológica), relaciones interpersonales (dimensión social) y una **dimensión noológica** que corresponde a aquel aspecto que lo hace específicamente humano, diferenciándolo de los animales, donde se ejerce la libertad a través del autodistanciamiento y la auto-trascendencia (dimensión espiritual). Esta dimensión, que es el gran aporte del enfoque, será estudiada a profundidad en la siguiente unidad.



Figura 1.

Fuente: **ولزام ماهارياً** - http://taotranshumano.blogspot.com/2012/02/naturaleza-humana-continuacion-4-del_05.html, CC0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=41687379>



Holismo

“Se refiere a totalidad y unidad a la vez. El holismo subyace a la tendencia sintética del universo (...) Esta integración del todo o tendencia Holística es un principio fundamental de la naturaleza (...) y posee un carácter determinado” (Smuts, 1926, en Woldt y Toman, 2007, p. 10).

La dimensión noológica

Va más allá de la dimensión psicológica y es más elevada; pero ser más ‘elevada’ significa que abarca e incluye a la dimensión más baja. Los hallazgos realizados dentro de las dimensiones individuales no pueden excluirse mutuamente. La condición única del hombre, su entidad humana, no se halla en contradicción con el hecho de que, en cuanto a sus dimensiones psicológicas y biológicas, sigue incluido en la escala animal (Frankl, 2003).

Para entrar nuevamente en contexto, recordemos que dada la Segunda Guerra Mundial que se desencadenó en Europa, muchas personas huyeron hacia Norteamérica, entre ellos Max Wertheimer (1880-1943), psicólogo reconocido por fundar a principios del siglo XX la escuela Psicológica de la *Gestalt* junto con Kohler y Koffka, teoría donde establecen las leyes de la percepción (Quittman, 1989). Con sus propuestas y trayendo consigo las influencias de la filosofía existencialista empieza a dictar clases en una reconocida universidad, donde conoce a Abraham Maslow (1908-1970), un aplicado y riguroso estudiante que tenía formación inicial conductista.

Desde lo personal Maslow se interesó bastante por la vida de dos de sus profesores, uno de ellos Max Wertheimer y la antropóloga Ruth Benedict, a quienes consideraba seres excepcionales por lo que centra sus estudios e investigaciones en personas como ellos, tratando de describir características y patrones comunes de quienes consideraba personas autorrealizadas. Esto sumado al nacimiento de su primera hija, confrontan su formación conductista y de ahí nace su teoría de la motivación, que profundizaremos más adelante, con la famosa pirámide de las necesidades.

Postulados y características de la persona humana

Según Quittman (1989), el psicólogo James Bugental en 1964 establece cinco principios que fueron inspiradores, pues ya existía la AAPH (Asociación Americana de Psicología Humanista) y marcaron el nacimiento oficial del enfoque; estos son:

1. El hombre es más que la suma de sus partes.
2. El hombre es un ser consciente.
3. El hombre tiene capacidad de elegir y decidir.
4. El hombre vive en un contexto humano o interpersonal.
5. El hombre tiene una intencionalidad.

A partir de estos principios se identifica la perspectiva holística del ser humano, que cuenta con la posibilidad de ser consciente para tomar decisiones y crear sus propias experiencias significativas si se encuentran orientadas hacia una meta o proyecto.

Como se mencionó antes, estos cinco aspectos sirvieron de inspiración para que un grupo más amplio de psicólogos establecieran las 10 características de la persona humana (Martínez, 1982), definiendo así la visión antropológica que sostiene el enfoque. Algunos fueron tomados tal cual los planteó Bugental, otros fueron ampliados y otros cuantos creados.

A continuación, se nombran y explican cada una de ellas:

1. **El hombre vive subjetivamente:** este postulado se relaciona con la subjetividad de Kierkegaard que estudiamos en la primera unidad, pues sostiene que la percepción de la realidad es personal. Por ejemplo, en el área clínica esto se ve reflejado en la comunicación cuando se pregunta sobre la vivencia de la persona, no solamente los hechos observables, medibles, cuantificables, etc...
2. **La persona está constituida por un núcleo central estructurado:** ese núcleo, al que podríamos llamar el Yo o la personalidad, es una manifestación de la esencia de cada uno. Por ejemplo, un Yo sano implica la manifestación de la libertad individual.
3. **El hombre está impulsado por una tendencia hacia la autorrealización:** este postulado responde a la influencia del humanismo norteamericano, pues para Maslow la autorrealización es una tendencia innata que está ligada a la libertad, pues esta me acerca o me aleja. De acuerdo con el autor, las características de una persona autorrealizada por la confianza, la honestidad, la libertad y la conciencia.

4. **El hombre es más sabio que su intelecto:** este punto habla de la **intuición**, que es la dimensión aracional, no es racional (intelecto), ni emocional. El prefijo a indica sin, por lo tanto, no sería irracional (ilógico o absurdo) sino aracional, es decir, previo a la razón. La intuición es una forma de conocimiento que ayuda a comprender sin que interfieran los pensamientos, tiene que ver con el sentir, por eso desde el enfoque es tan importante el autoconocimiento.



Intuición

Forma de conocimiento directo caracterizada por la inmediatez y la contemporaneidad. Según Jung, es una de las funciones o maneras de lidiar con el mundo. Es un modelo de percepción que funciona fuera de los procesos conscientes típicos. Es irracional o perceptiva como la sensación, pero surge de una bastante más compleja integración de grandes cantidades de información, más que una simple visión o escucha (Consuegra, 2010, P. 165).

5. **El hombre posee capacidad de conciencia y simbolización:** la simbolización es la relación que yo establezco con el mundo a partir de la comunicación, por eso se relaciona con la conciencia.
6. **El hombre tiene capacidad de libertad y elección:** este postulado se inspira en la libertad de la que hablaban los filósofos existencialistas, que nos permite elegir y decidir permanentemente, pues no somos víctimas de los acontecimientos sino protagonistas de nuestra propia historia.
7. **El hombre es capaz de establecer una relación profunda:** este punto retoma el planteamiento del autor Martin Buber, visto en la anterior unidad, pues considera que el ser humano necesita establecer relaciones trascendentes desde una actitud **Yo-Tú**.
8. **El hombre es capaz de crear:** desde aquí se encuentra que el ser humano no solo tiene capacidad creadora hacia el mundo, sino hacia sí mismo, pues puede construir su propia historia, transformar y transformarse.

9. **El hombre busca un sistema de valores y creencias:** ya sea que los elija de manera consciente o no, dichas creencias y valores guían su actuar, relacionándose con el sentido de vida que propone Víctor Frankl, autor que estudiaremos detalladamente en la siguiente unidad.
10. **Cada persona es un sistema de unicidad configurada:** a pesar de que el postulado puede sonar complejo este se refiere a que cada individuo es una totalidad que lo hace único e irrepetible.

Esta visión antropológica es el sello característico que diferencia el enfoque de los otros enfoques existentes en psicología y es compartido por los modelos terapéuticos que se incluyen en la tercera fuerza de la psicología.



Video

A modo de repaso se recomienda ver el recurso de aprendizaje para posteriormente ver y analizar desde esta perspectiva el siguiente video.

No pongan etiquetas siquiátricas a los niños

<https://youtu.be/M9XkgzcTe04>

El humanismo existencial se opone al determinismo del psicoanálisis, pues tiene en cuenta la historia, pero hace énfasis en el aquí y el ahora, ya que, aunque reconoce que el pasado influye y es un factor importante en la vida de las personas, propone que no es determinante, pues siempre tendremos la posibilidad de elegirnos, ahí radica la libertad humana.

El enfoque cuenta con tres grandes modelos terapéuticos, ellos son: la terapia no directiva o el enfoque centrado en la persona, la psicoterapia Gestalt y la Logoterapia, que como se mencionó antes, comparten no solo la visión antropológica, sino también el método fenomenológico y el encuentro (postura de acercamiento hacia el ser humano).

Para profundizar en el tema vale la pena estudiar las propuestas de autores norteamericanos como Abraham Maslow, Rollo May y Carl Rogers.

Teoría de las necesidades de Abraham Maslow

Al psicólogo Abraham Maslow se le debe en gran parte la consolidación del enfoque humanista-existencial y su entrada al mundo académico, pues gracias a su rigurosidad y su disciplina, se fundó en 1961 el *Journal Humanistic Psychology* (Revista de Psicólogos Humanistas) que resulta un paso importante para la introducción de la perspectiva dentro del ámbito académico. De acuerdo con Quittman (1989), gracias a esto la tercera fuerza expone abiertamente que el último objetivo de la psicología no se podía centrar solamente en la predicción y el control conductual, o en estudiar los trastornos mentales, pues existen *personas excepcionales* que bien pueden inspirar campos de estudio mucho más profundos. Derivado de esto nace su inquietud por estudiar las más altas capacidades de las personas sanas de donde surge la propuesta que realiza de la jerarquía de las necesidades, formulando así una teoría motivacional importante desde esta perspectiva.

Según Naranjo (2009) desde la teoría de Maslow se establece que, dado que somos seres activos en nuestro propio proceso de crecimiento y desarrollo, lo que nos mueve o motiva de fondo es la satisfacción de diferentes necesidades que se dan de acuerdo con un orden jerárquico, primero se satisfacen las necesidades básicas para luego poder satisfacer las más altas.

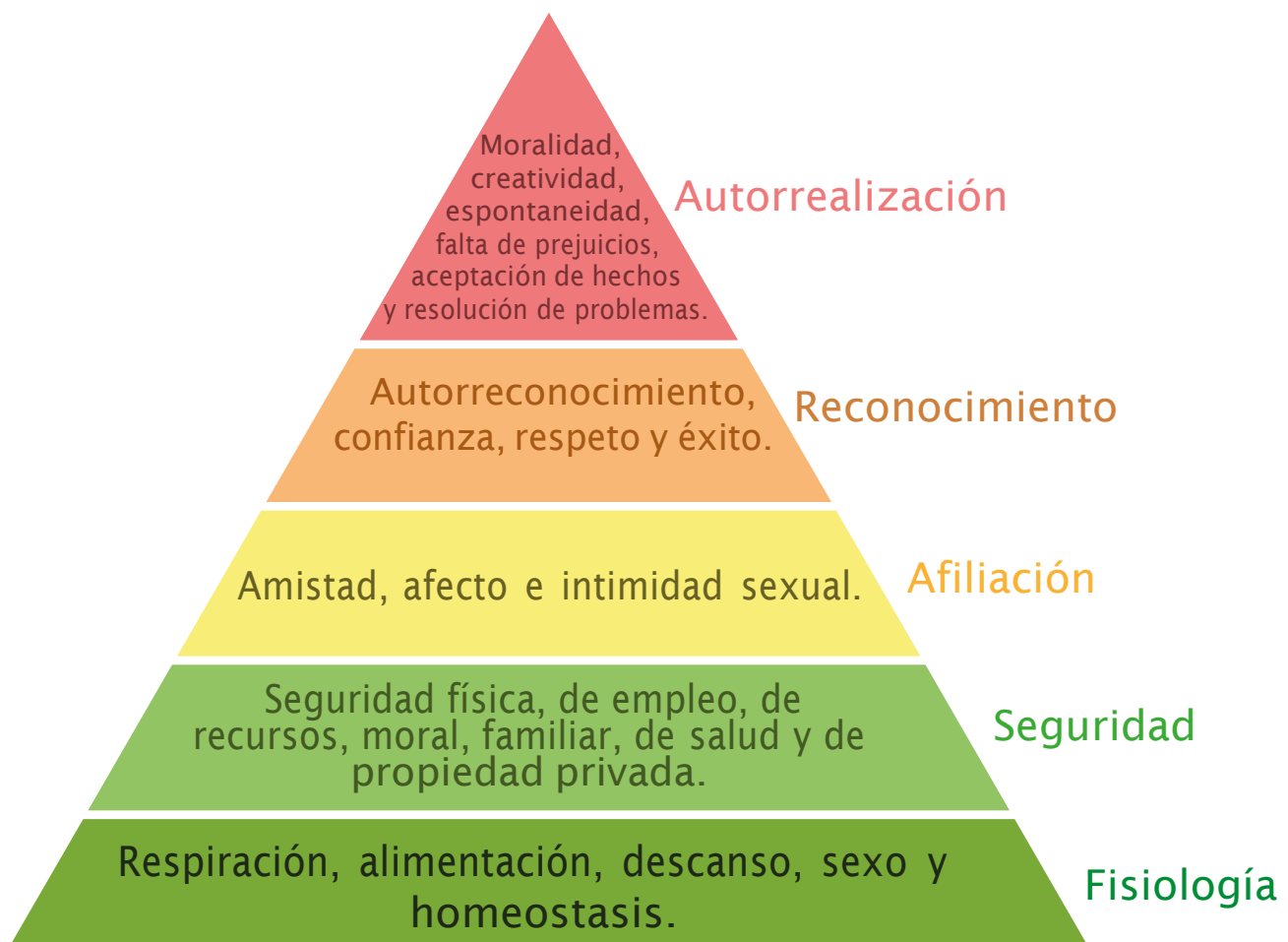


Figura 2.
Fuente: goo.gl/XagZPf

Dentro de las básicas se encuentran las necesidades fisiológicas que tienen que ver con el alimento, el abrigo y el descanso. Las siguientes necesidades para satisfacer son las de seguridad, que se orientan a preservar la supervivencia. Luego se encuentran las necesidades sociales de amor y sentido de pertenencia. En un nivel más elevado se encuentran las necesidades de estima o reconocimiento, que implican no solo la valoración personal sino la de otras personas también. Por último, se encuentran las necesidades de **autorrealización** donde se encuentra el crecimiento y realización del potencial personal, como la autonomía, el autocontrol y la independencia (Naranjo, 2009).



Autorrealización

“Tendencia innata a desarrollar al máximo los propios talentos y potenciales, que contribuyen a obtener un sentimiento de satisfacción hacia uno mismo por parte del individuo” (Consuegra, 2010, p. 33).

Críticas

A pesar del gran aporte que realiza Maslow con su teoría, se encuentra que esta obtiene bastantes críticas, por ejemplo, al plantear la satisfacción de las necesidades como un proceso escalonado se le cuestionó sobre lo que sucede cuando las personas alcanzan la autorrealización, preguntando qué vendría después. Además, Maslow publicó un listado de personajes que él considera alcanzaron la autorrealización entre las que se encontraban Abraham Lincoln, Thomas Jefferson, Mahatma Gandhi, Albert Einstein, Eleanor Roosevelt y William James, sin embargo, muchas de esas personas que alcanzaron a leerse en dicha lista refutan dicha propuesta pues ellos mismos no se consideraban personas autorrealizadas.

De igual manera, Víctor Frankl, que vivió los horrores de los campos de concentración, manifestó que durante esa experiencia él logró conocer personas que estaban en proceso de autorrealización a pesar de no tener las necesidades básicas cubiertas.

Todo lo anterior llevó a que Maslow, hacia la época final de su vida, replantee su teoría afirmando que la autorrealización es un proceso dinámico que no se da solamente de manera escalonada y que dura toda la vida.

Rollo May

Según Martínez (1982), Rollo May (1909-1994) fue el primero en introducir a la psicología norteamericana la propuesta existencialista de Heidegger, también tuvo gran influencia de Kierkegaard dado su interés y sus posteriores estudios doctorales que realizó sobre la ansiedad. May diferencia entre la **ansiedad normal y neurótica**, pues parte de que la libertad humana implica una gran responsabilidad que necesariamente genera ansiedad, pero esa considerada normal cuando el ser humano ejerce su libertad hacia la construcción de su propia vida en pro de su desarrollo. Por el contrario, la ansiedad neurótica aparece cuando el ser humano experimenta miedo a esa libertad y por lo tanto no se construye una vida orientada al crecimiento y desarrollo personal. Introduce el término **autoalineación**, que define como el estado en el que caen las personas que aceptan como propios los valores impuestos por la sociedad o cultura, dejando de lado los que le dicta su propio ser.

Algo que llama la atención de este autor es que, aunque muchos pensadores existencialistas mostraban su desacuerdo en estudiar al ser humano desde una perspectiva científica, él no se oponía a su estudio, aunque si discrepa de usar los mismos métodos usados en ciencias físicas.



La alienación

Hoy en día se define como el sentimiento de extrañeza hacia personas, cosas o situaciones sociales, y sentimiento de extrañeza hacia sí mismo que aparece en algunos trastornos mentales (Consuegra, 2010).

BIBLIOGRAFÍA

- Artiles, M., Martín, O., Kappel, J., Poliak, J., Rebagliati, P., Sánchez, A. (1995). *Psicología humanista aportes y orientaciones*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Docencia.
- Consuegra, N. (2010). *Diccionario de psicología*. Bogotá, Colombia: Ecoe Ediciones.
- Frankl, V. (2003). *Psicoterapia y Humanismo*. México: Editorial Fondo de Cultura Económica.
- Martínez, M. (1982). *Psicología humanista*. México: Editorial Trillas.
- Méndez López, M. (2014). Carl Rogers y Martin Buber: las actitudes del terapeuta centrado en la persona y la relación "yo-tú" en psicoterapia. *Revista Apuntes en Psicología*, 32(2), 171-180.
- Naranjo, M. (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2) 153-170.
- Quitmann, H. (1989). *Psicología humanística*. Barcelona, España: Editorial Herder.
- Rogers, C. (1996). *El proceso de convertirse en persona*. Barcelona, España: Editorial Paidós.
- Woldt, A. y Toman, S. (2007). *Terapia Gestalt*. Historia, teoría y práctica. México: Editorial Manual Moderno.



www.usanmarcos.ac.cr

San José, Costa Rica