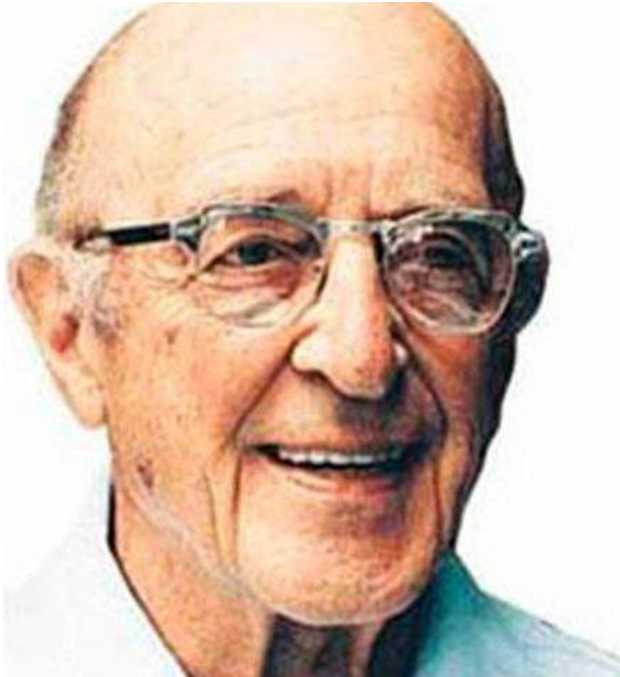


Carl Rogers

(nascimento: 8 de janeiro de 1902, Oak Park, Illinois, EUA/morte: 4 de fevereiro de 1987, La Jolla, Califórnia, EUA)

Nome do autor do trabalho: Fabrício Lago



BIOGRAFIA – Carl Rogers, um renomado psicólogo americano do século XX, é reconhecido principalmente por sua abordagem inovadora à psicoterapia, conhecida como Terapia Centrada na Pessoa. Nascido em Illinois em 1902, Rogers foi um dos pioneiros da psicologia humanística que acreditava no potencial de crescimento e na autorrealização de cada indivíduo. Ao longo de sua carreira, Rogers influenciou significativamente a prática psicoterapêutica, enfatizando a empatia, a congruência e a consideração positiva incondicional como componentes essenciais na promoção do crescimento pessoal e da mudança positiva. Sua visão centrada no cliente revolucionou a psicologia clínica, influenciando assim gerações de terapeutas e pesquisadores na área da Psicologia.

PRINCIPAIS ASPECTOS DA TEORIA – Conceito de autoconceito e autoatualização: Rogers acreditava que todo indivíduo tem um "eu real" e também "eu ideal". O autoconceito representa como as pessoas se percebem, enquanto

a autoatualização se refere à busca contínua do indivíduo para se tornar a melhor versão de si mesmo.

Condições Necessárias para o Crescimento: Rogers estabeleceu três condições fundamentais para facilitar o crescimento pessoal e a mudança terapêutica: empatia, congruência e consideração positiva incondicional. Empatia refere-se à capacidade do terapeuta de compreender e se colocar no lugar do cliente. A congruência envolve a genuinidade e honestidade do terapeuta no relacionamento. A consideração positiva incondicional implica aceitar o cliente sem julgamento.

E mais uma teoria que eu achei do Rogers é o Foco no Aqui e Agora: Uma característica distintiva da Abordagem Centrada na Pessoa é o foco no presente, na experiência imediata do cliente. Rogers enfatizou a importância de estar presente e consciente das emoções e experiências vividas.

RELAÇÃO DA TEORIA COM A EDUCAÇÃO FÍSICA/ESPORTE/MOVIMENTO HUMANO -

A Teoria com a Educação Física seria em relação em sala de aula, que o aluno pode ter sua opinião para melhorar uma atividade proposta e não só o professor, que nem Rogers afirma na pg 418 do Livro a História da Psicologia Moderna que as pessoas seriam capazes, consciente e racionalmente, de mudar os próprios pensamentos e comportamentos do indesejável para o desejável, por exemplo se o aluno ficar entediado com a atividade proposta e so o professor tiver voz de expressão, mas não é o caso, pois para um verdadeira aula ser abordada tem que ter a voz da turma para poder também ajudar nas atividades propostas na educação física, se não nem vai parecer que o professor está dando aula para os alunos.

REFERENCIAS: História da psicologia Moderna = pg 418 a 421