

## Capítulo 4.1 La técnica no directiva

1. Las condiciones de \_\_\_\_\_.
2. La recompensa \_\_\_\_\_ condicionada.
3. La auto-validación positiva \_\_\_\_\_ y el nivel de \_\_\_\_\_.
4. \_\_\_\_\_ en la vida.
5. El \_\_\_\_\_ yo, el \_\_\_\_\_ de sí mismo (ideal del yo que es \_\_\_\_\_).

6. Las Defensas usadas para mantener el "yo ideal". Rogers define solo dos defensas: negación y distorsión perceptiva.

- a. La \_\_\_\_\_ - bloqueas por completo la situación amenazante.
- b. La \_\_\_\_\_ **perceptiva** es una manera de ver la situación de manera que sea menos amenazante. Se pone \_\_\_\_\_.

### 7. La persona Funcional al completo: (Sana)

- a. **Apertura a la \_\_\_\_\_** - Comprende la capacidad de aceptar la \_\_\_\_\_, otra vez incluyendo los propios sentimientos.
- b. **Vivencia existencial** - Esto correspondería a vivir en \_\_\_\_\_.
- c. \_\_\_\_\_ **organísmica**.
- d. \_\_\_\_\_ **experiencial**. Rogers pensaba que era irrelevante que las personas tuvieran o no libre albedrío. Rogers pensaba que la persona reconoce ese sentimiento de \_\_\_\_\_, pero también asume \_\_\_\_\_.
- e. \_\_\_\_\_. Si la persona se siente libre y responsable, actuarás acorde con esto a contribuir a la actualización de otros.

**Existe solo una técnica:** El \_\_\_\_\_ es la imagen de la comunicación emocional.

Para ser efectivo, hay que mostrar tres cualidades especiales:

1. \_\_\_\_\_ - Ser genuino; ser honesto con el paciente. [**Honestidad**]
2. \_\_\_\_\_ - La habilidad de sentir lo que siente el paciente.
3. \_\_\_\_\_ - Aceptación positiva incondicional hacia el paciente. [**Amor**]
4. \_\_\_\_\_ - Es el hecho de estar con el otro.