

Psikologi Humanistik & Psikologi Positif

KULIAH 14 – PSG103 SEJARAH PSIKOLOGI

Psikologi Humanistik

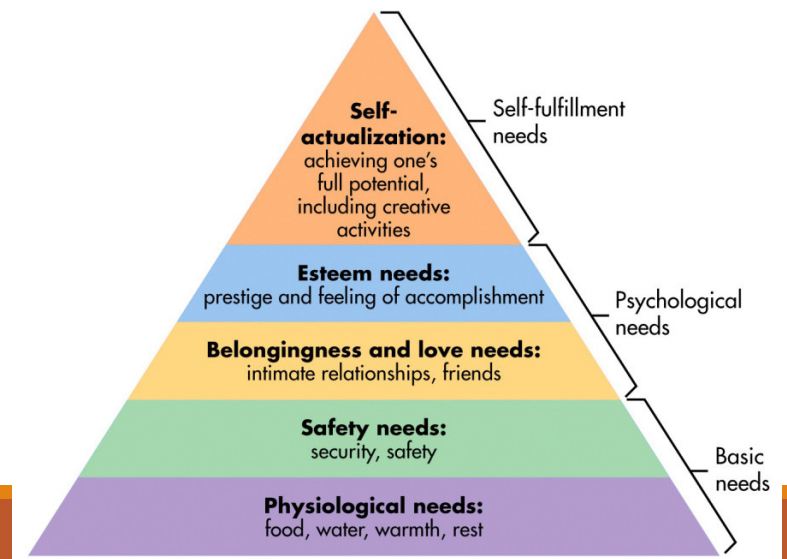
Tokoh:

1. Abraham Maslow
2. Carl Rogers

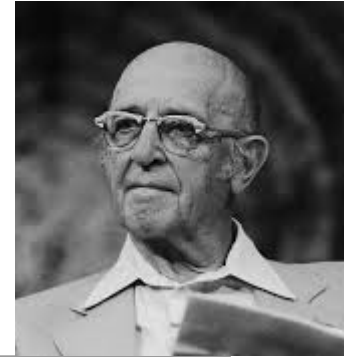
1. Abraham Maslow (1908-1970)



- Inisiator/pioneer psikologi humanistik.
- Hirarki kebutuhan (**need hierarchy theory**)
- Self-transcendence & metamotivation



2. Carl Rogers (1902-1987)



- Psikoterapi (**client-center therapy**) & pendekatan fenomenologi.
- Actualizing vs actualized.
- Aktualisasi diri → innate → organismic valuing process.
- Unconditioned positive regards.
- **Kepribadian sehat:**
 1. openness to experience.
 2. internal locus of evaluation.
 3. spontan & fleksibel.

Psikologi Positif

- Fokus: mengidentifikasi & meningkatkan kekuatan & keutamaan manusia.
 - akhir abad 20, psikologi masih didominasi oleh pemikiran yg fokus pada aspek2 negative manusia.
 - Meskipun A. Maslow (psi. humanistik) sudah memulai pemikiran ini.
- Psikologi positif vs. psikologi negatif (hlm. 332).
- Tokoh: **Martin. E. Seligman**
- Fokus penelitian: 3 pengalaman positif =
 1. di masa lalu (*well-being, satisfaction*)
 2. sekarang (*happiness, flow*: when creativity & productivity sprung from your mind smoothly)
 3. masa depan (*optimism, hope*)
- 6 kluster keutamaan/virtue (hlm. 336)

