

LA PSICOLOGÍA INDIVIDUAL DE ADLER: LA PSICOLOGÍA POSITIVA ORIGINAL

ADLER'S INDIVIDUAL PSYCHOLOGY: THE ORIGINAL POSITIVE PSYCHOLOGY

Richard E. Watts

Sam Houston State University, Estados Unidos

El Dr. Richard E. Watts es catedrático de la Texas State University, professor distinguido y director del programa de doctorado en *Counseling* de la Sam Houston State University, Huntsville, TX, EE.UU.

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Watts, R.E. (2015). La Psicología Individual de Adler: La Psicología Positiva original. *Revista de Psicoterapia*, 26(102), 81-89.

Resumen

Los defensores de la Psicología Positiva, cuando abordan las perspectivas fundacionales, suelen identificar a Abraham Maslow, Carl Rogers y Gordon Allport como precursores y predecesores. Este artículo demuestra que la Psicología Individual de Alfred Adler precedió a estos precursores de la Psicología Positiva y se podría considerar como la Psicología Positiva original. Tras un breve resumen de las ideas clave de la Psicología Individual de Adler, los autores presentan específicamente los dos principios fundacionales de la teoría de Adler que se repiten particularmente en la Psicología Positiva y a continuación ofrecen una perspectiva más amplia de las bases comunes notables entre las ideas teóricas tardías de Adler y el movimiento de la Psicología Positiva.

Palabras clave: Alfred Adler, Psicología Adleriana, Psicología Individual, Psicología Humanista, Psicología Positiva

Abstract

In addressing foundational perspectives, proponents of the current positive psychology movement typically identify Abraham Maslow, Carl Rogers, and Gordon Allport as precursors and ancestors. This article demonstrates that the Individual Psychology of Alfred Adler preceded the aforementioned ancestors of positive psychology and could be viewed as the original positive psychology. Following a brief overview of key ideas from Adler's Individual Psychology, the authors specifically address two foundational tenets of Adler's theory that particularly resonate with those from positive psychology and then address more broadly the remarkable common ground between Adler's mature theoretical ideas and the positive psychology movement.

Keywords: Alfred Adler, Adlerian Psychology, Individual Psychology, Humanistic Psychology, Positive Psychology

Fecha de recepción: 22 de julio de 2015. Fecha de aceptación: 7 de septiembre de 2015.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: rew003@shsu.edu

Dirección postal: Counselor Education Center, 1932 Bobby K. Marks Drive, Huntsville, TX 77340

© 2015 Revista de Psicoterapia



Alfred Adler desarrolló la teoría de la personalidad y del desajuste, y una estrategia de orientación y psicoterapia que denominó Psicología Individual. Adler nació en 1870 en la periferia de Viena. Asistió a un colegio público de Viena y posteriormente se formó como médico en la Universidad de Viena. Ejerció la medicina privada como oftalmólogo. Poco después optó por la medicina general y luego por la neurología. En 1902, recibió una invitación de Sigmund Freud a la Asociación Psicoanalítica de Viena. Debido a sus desacuerdos teóricos con Freud, Adler abandonó la Asociación en 1911 (Ellenberger, 1970; Hoffman, 1994). Dedicó el resto de su vida, hasta su muerte en 1937, a desarrollar una teoría de la personalidad y una estrategia de orientación y psicoterapia tan adelantada a su tiempo que Albert Ellis (1970) declaró: “Alfred Adler, quizás más que Freud, es probablemente el verdadero padre de la psicoterapia moderna” (Ellis, 1970, p. 11). Corey (1996, 2005) afirmó que la contribución más importante de Adler fue su influencia en otras perspectivas teóricas. La influencia de Adler ha sido reconocida por (o su visión conectada con) estrategias neofreudianas, terapia existencialista, terapia centrada en la persona, terapias cognitivo-conductuales, terapia de la realidad, terapia sistémica familiar y, más recientemente, terapias constructivistas y construccionistas sociales, por ejemplo, terapia centrada en la solución y terapia narrativa (Oberst y Stewart, 2003; Watts, 1999; Watts y Critelli, 1997; Watts y Pietrzak, 2000).

Desafortunadamente, muchos académicos parecen no estar al tanto de la evolución de la teoría de Adler. Con frecuencia se identifica a Adler erróneamente en fuentes secundarias como “neofreudiano” y se lo sitúa en discusiones con otras teorías psicoanalíticas (Watts y Critelli, 1997). Si bien es cierto que los neofreudianos recibieron una influencia significativa de Adler (Ellenberger, 1970), la Psicología Individual de Adler no fue meramente la primera postura neofreudiana.

Cuando Maslow introdujo la “tercera fuerza”, después conocida como “psicología humanística”, citó a los adlerianos en primer lugar entre los grupos incluidos y el *Journal of Individual Psychology* entre las cinco revistas especializadas en las que estos grupos podrían publicar. También invitó a H. L. Ansbacher, como representante de la Psicología Adleriana, a patrocinar la Asociación de Psicología Humanística y convertirse en miembro de la junta editorial del *Journal of Humanistic Psychology* (Ansbacher, 1990, p. 46).

El desarrollo de la teoría de Adler evolucionó desde su fase psicoanalítica temprana (1902-1911) y post-analítica (1911-Primera Guerra Mundial), a su fase humanística y constructivista (postguerra-1937). Al examinar su fase tardía, se puede observar inmediatamente la relevancia contemporánea del pensamiento adleriano en varias corrientes de pensamiento psicológico. Concretamente, se abordan aquí las ideas de Adler sobre la lucha por la perfección o la superioridad y el *Gemeinschaftsgefühl* (sentimiento de comunidad o interés social), que corroboran que la Psicología Adleriana pudo ser la primera Psicología Positiva del siglo XX (Watts, 2012). Prochaska and Norcross (2010), recordando a Ellenberger

(1970), afirmaron que muchas “ideas adlerianas han impregnado discretamente el pensamiento de la psicología moderna. No sería fácil encontrar a otro autor del que se hayan extraído tantas ideas sin reconocimiento como de Alfred Adler” (Ellenberger, 1970, p. 91). Esto se hace especialmente patente en el movimiento de la Psicología Positiva. La literatura de la Psicología Positiva se nutre en gran medida de ideas adlerianas y en cambio no se menciona sustancialmente a Adler o la Psicología Adleriana. Para demostrar la relevancia contemporánea de las ideas de Adler, se resumen a continuación algunas ideas clave de la Psicología Individual de Adler. Posteriormente se abarcarán dos principios fundamentales de la teoría de Adler que se replican especialmente en la Psicología Positiva: la lucha por la perfección o la superioridad y el *Gemeinschaftsgefühl* (sentimiento de comunidad o interés social). Por último, se tratará más extensamente los puntos comunes entre las ideas tardías de Adler y el movimiento de la Psicología Positiva.

Algunos conceptos clave de la Psicología Individual de Adler

La Psicología Individual, o Psicología Adleriana, se describe a menudo erróneamente como centrada principalmente en los individuos. Sin embargo, Adler denominó su teoría Psicología Individual (del latín, “individuus”, que significa “indivisible”) porque rehuía del reduccionismo. Enfatizó que las personas no se pueden entender como un conjunto de partes (como hacía Freud), sino como una unidad, un todo. La teoría adleriana, que integra perspectivas cognitivas, existencialistas/humanistas, psicodinámicas y sistémicas, es un enfoque holístico, fenomenológico, orientado socialmente y teleológico (orientado a un objetivo) para entender y trabajar con personas. Enfatiza la naturaleza proactiva, moldeadora y ficticia de la cognición humana y su papel en la construcción de las “realidades” que conocen las personas y a las que responden. La teoría adleriana asevera que los seres humanos construyen, manufacturan y *narratizan* formas de ver y experimentar el mundo y luego aceptan estas *ficciones* como ciertas. Es una teoría optimista que afirma que los seres humanos no están condicionados por herencia genética o por el entorno, sino que son seres creativos, proactivos, capaces de crear significado, y con la capacidad de elegir y de ser responsables de sus elecciones (Adler, 1956; Carlson, Watts y Maniaci, 2006; Mosak y Maniaci, 1999; Watts, 1999; Watts y Shulman, 2003; Watts y Eckstein, 2009).

Adler afirmó que los seres humanos se caracterizan por ser una unidad en el amplio espectro de la personalidad (conocimientos, sentimientos y conducta). El *Estilo de Vida*, la denominación adleriana para la personalidad, es un esquema cognitivo o metanarrativa personal que contiene las convicciones de la persona, creadas individualmente, sus objetivos y creencias personales para abordar las tareas y dificultades de la vida. Cada persona crea este plan de vida único, que comienza como un prototipo en la primera infancia y se va refinando progresivamente durante la vida. El contexto social de los niños incluye los valores culturales de su cultura de origen y sus experiencias dentro de su *constelación familiar*, la

denominación de Adler para las influencias operativas de la estructura familiar (incluida la posición del individuo en la familia u orden de nacimiento), los valores y las dinámicas. Por tanto, los niños perciben a los demás y el mundo como paralelos a su primer entorno social, su familia, y filtran la experiencia de vida y las relaciones interpersonales en base a estas relaciones y percepciones iniciales (Carlson et al., 2006; Oberst y Stewart, 2003; Watts y Shulman, 2003).

Según la teoría adleriana, los seres humanos son proactivos (no reactivos y representativos) en cuanto al desarrollo del estilo de vida. Esta idea es inherente al constructo adleriano conocido como *el poder creativo del yo* o *el yo creativo*. Debido a este poder creativo, las personas operan como actores que escriben sus propios guiones, dirigen sus acciones y construyen sus propias personalidades dentro de un contexto social. Los seres humanos co-construyen las realidades a las que responden (Watts y Shulman, 2003).

La lucha por la perfección o la superioridad

La idea de Adler de “lucha” evolucionó a lo largo del tiempo y utilizó diferentes palabras, como terminación, dominio, perfección y superioridad, para describir cómo los seres humanos buscan moverse de “la situación presente, tal cual la observan e interpretan, a una mejor, una superior al estado actual” (Manaster y Corsini, 1982, p. 41). Según Adler, el ser humano está orientado hacia la competencia y el autodomínio, que Adler llamó *lucha por la perfección o superioridad*. Esta es la respuesta creativa y compensatoria del individuo a los sentimientos normales y universales de insignificancia e impotencia, y la creencia paralela de que uno es menos de lo que debería ser, es decir, sentimientos de inferioridad. Así, la lucha por la perfección o la superioridad es el deseo natural humano de moverse de una posición que percibe como negativa a una que percibe como positiva.

Este concepto de lucha o movimiento teleológico aparece en los escritos de varios teóricos de la personalidad, como Kurt Goldstein, Karen Horney, Carl Jung, Abraham Maslow, Otto Rank, Carl Rogers y Robert White (Jorgensen y Nafstad, 2004; Manaster y Corsini, 1982). Se pueden encontrar ideas similares en varias perspectivas teóricas contemporáneas, como las psicologías constructivista, evolutiva y positiva (Linley y Joseph, 2004; Mahoney, 2003; Rasmussen, 2010; Snyder, Lopez y Pedrotti, 2011). Por ejemplo, Ryan y Deci (2001), en su discusión sobre la felicidad y el potencial humano, describieron la actividad y desarrollo óptimos como “la lucha por la perfección que representa la realización del potencial verdadero de uno mismo” (Ryan y Deci, 2001, p. 144). Su postura repite textualmente la de la Psicología Individual de Adler.

Todos los teóricos de la personalidad mencionados anteriormente concuerdan con Adler en que los seres humanos luchan, buscan materializar su potencial y están en proceso de “convertirse” en lo que quieren ser, y la mayoría de sus teorías se nombran como ejemplos tempranos de Psicología Positiva en la literatura correspondiente. No obstante, la teoría de Adler no se encuentra en esa literatura; la

literatura de la Psicología Positiva suele mencionar a Maslow y a Rogers como los primeros modelos, aunque Adler los precedió claramente en su formulación de una psicología optimista y orientada al crecimiento.

***Gemeinschaftsgefühl* (sentimiento de comunidad o interés social)**

La Psicología Adleriana es una teoría relacional. Sostiene que los seres humanos son criaturas sociales y que el conocimiento está distribuido relativamente. Adler insistió en que no se puede entender a las personas independientemente de su contexto social. Como consecuencia, la perspectiva adleriana de las tareas de la vida (el amor, la sociedad, el trabajo, la espiritualidad y el yo) es notablemente relacional. Estas tareas de la vida abarcan relaciones amorosas íntimas, relaciones con amigos y compañeros, relaciones laborales, relaciones con uno mismo y la relación con Dios o el universo (Carlson et al., 2006; Watts, 2003; Watts, Williamson y Williamson, 2004).

Según Manaster and Corsini (1982), el concepto adleriano más singular y valioso es el de *Gemeinschaftsgefühl*. El principio cardinal de la teoría de Adler, comúnmente traducido como *interés social* o *sentimiento de comunidad*, enfatiza la naturaleza relacional y sociocontextual de la teoría. Ambas expresiones, interés social y sentimiento de comunidad, son necesarias para entender completamente el concepto de *Gemeinschaftsgefühl*; es decir, el sentimiento de comunidad aborda los aspectos afectivos y motivacionales, y el interés social, los cognitivos y conductuales. Así, el verdadero sentimiento de comunidad (pertenencia, empatía, solidaridad, compasión, aceptación de los demás, etc.) tiene como resultado el interés social (ideas y conductas que contribuyen al bien común a nivel micro y macrosistémico; el auténtico interés social viene motivado por el sentimiento de comunidad (Watts y Eckstein, 2009).

Una diferencia notable entre Adler y otros teóricos de la personalidad en cuanto a la “lucha” antes mencionada es el rol del sentimiento de comunidad e interés social. Adler enfatizó que la lucha por la perfección o la superioridad tiene lugar en un contexto relacional y que puede resultar útil o inútil socialmente. La manera en que uno lucha y las conductas manifiestas se establecen en el sentimiento de comunidad e interés social propios. Por tanto, en la formulación teórica tardía de Adler (1933/2012), la lucha por la perfección significa que el individuo lucha por una competencia mayor, para sí mismo y por el bien común de la humanidad. Esta es la lucha horizontal, que es útil tanto para uno mismo como para los demás y nutre tanto la autoestima como el aprecio a los demás. La lucha por la superioridad significa moverse de manera egocéntrica con la intención de ser superior a los demás. Esta es la lucha vertical, que pretende conseguir una ganancia personal sin contribuir ni considerar a los demás y el bien común. La manera en que uno decide luchar constituye el criterio adleriano de la salud mental: un desarrollo sano persigue el objetivo del sentimiento de comunidad e interés social, mientras que el desajuste es la consecuencia de perseguir el interés propio (Adler, 1933/2012, 1956;

Manaster y Corsini, 1982).

Estudios recientes de Leak y Leak (2006) y Barlow, Tobin y Schmidt (2009) sugirieron que el interés social está relacionado con numerosos aspectos de la Psicología Positiva (la esperanza, los valores solidarios, el optimismo, el pensamiento moral prosocial, la madurez psicosocial, el bienestar subjetivo). No obstante, los autores de la Psicología Positiva parecen haber ignorado un importante constructo temprano de la Psicología Positiva: el *Gemeinschaftsgefühl* de Adler.

La Psicología Individual de Adler y la Psicología Positiva Contemporánea

Snyder y López (2002) identificaron el movimiento de la Psicología Positiva como un “nuevo enfoque” porque “la psicología y las disciplinas relacionadas [...] se centran en las debilidades de la humanidad” (p. ix). En cuanto a afirmar las cualidades positivas de la humanidad, los editores afirman que “ninguna ciencia, incluida la Psicología, estudia seriamente el lado positivo de las personas” [énfasis en el original, p. x]. Seligman (2002) mencionó que el objetivo de la Psicología Positiva es dar el salto desde la preocupación por la patología hacia una perspectiva más equilibrada que incluya la idea de “un individuo realizado y una comunidad próspera”, recalcando que construir fortalezas en las personas “es el arma más potente del arsenal de la terapia” (p. 3). Cabe destacar que el objetivo de Seligman es exactamente la evolución de la teoría de Adler. Antes de la Primera Guerra Mundial, Adler trabajaba más sobre los déficits, la patología y el remedio. Sin embargo, su teoría tardía se centró en las fortalezas, el desarrollo humano sano y la prevención.

Dada esta evolución de Adler desde la atención al déficit y la patología hacia la importancia de la fortaleza, salud y prevención, no resulta sorprendente encontrar una base común entre la teoría adleriana y el movimiento de la Psicología Positiva. Carlson et al. (2006) identificaron algunos de los aspectos comunes: crecimiento y desarrollo humano normal, prevención y educación en lugar de cura; alejarse de la perspectiva del modelo médico; centrarse en la salud mental y las fortalezas, recursos y capacidades del paciente por oposición a la psicopatología y las limitaciones del paciente; y el holismo, espiritualidad, bienestar, multiculturalismo y justicia social. La publicación de Adler de 1993 sobre la lucha y el interés social alude a varios de los aspectos mencionados.

Cowen y Kilmer (2002) criticaron la literatura de la Psicología Positiva por su falta de atención a la literatura anterior sobre prevención y bienestar, la falta de un marco teórico cohesionado en el que apoyarse y su falta de perspectiva del desarrollo. La teoría adleriana tiene una amplia literatura sobre prevención y desarrollo saludable y podría constituir el marco teórico cohesionado del que carece la Psicología Positiva, según Cowen y Kilmer.

La Psicología Adleriana es un modelo de crecimiento que enfatiza los aspectos holístico, fenomenológico, teleológico, teórico de campo y contextualizado socialmente del funcionamiento humano. Es una perspectiva optimista que percibe a las

personas como únicas, creativas, capaces y responsables. Los adlerianos menosprecian la orientación de déficit o “modelo médico” a la maladaptación, a favor de una perspectiva no patológica. Así, los pacientes no están enfermos, no tienen una enfermedad, y no se les etiqueta según su diagnóstico. Puesto que los adlerianos creen que el modelo de crecimiento de la personalidad tiene más sentido que el modelo de la enfermedad, ven a los pacientes como desanimados o desalentados (*discouraged*) en lugar de enfermos. Por tanto, no pretenden “curar” nada; la terapia es un proceso de dar aliento (*encouragement*)¹. De hecho, consideran que el aliento es un aspecto clave del crecimiento y desarrollo humano (Carlson et al., 2006; Manaster y Corsini, 1982; Mosak y Maniaci, 1999; Watts y Pietrzak, 2000).

Los terapeutas adlerianos se concentran en desarrollar una alianza terapéutica respetuosa, igualitaria, optimista y orientada al crecimiento que destaque las ventajas, capacidades, recursos y fortalezas del paciente. Watts (1998) observó que las descripciones de Adler del interés social modelado por el terapeuta se parece mucho a las descripciones de Rogers de las condiciones facilitadoras clave para el cambio en el paciente: congruencia, postura positiva incondicional y comprensión empática. Estas cualidades y características de la alianza terapéutica se incluyen en lo que los adlerianos han llamado aliento o *la modelación terapéutica del interés social* (Mosak y Maniaci, 1999; Watts, 1998; Watts y Pietrzak, 2000). Adler (1956) expresó la importancia del aliento del siguiente modo: “En general, en cualquier fase del tratamiento, no debemos desviarnos del camino del aliento” (Adler, 1956, p. 342). Además, Dreikurs (1967) afirmó que el éxito terapéutico dependía en gran medida de la habilidad del terapeuta para dar aliento y que el fracaso venía dado por la inhabilidad del terapeuta para dar aliento. La capacidad de dar aliento implica demostrar preocupación por el paciente mediante la escucha activa y la empatía, comunicar respeto y confianza en el paciente, centrarse en sus fortalezas, ventajas y recursos, ayudarlo a generar percepciones alternativas a las creencias sesgadas negativas, centrarse en el esfuerzo y el progreso y ayudar al paciente a tomarse la vida con humor (Carlson et al., 2006; Watts y Pietrzak, 2000).

Adler y muchos de sus seguidores se han focalizado en la prevención más que en la curación y, por tanto, se han implicado notablemente en la educación. A lo largo de su carrera, Adler se involucró activamente en la salud pública, la prevención médica y psicológica y el bienestar social. Defendió, a través de sus publicaciones y cursos, a los niños en riesgo, los derechos de la mujer y la igualdad de género, el derecho al aborto, la educación para adultos, la formación del profesorado, los programas comunitarios para la salud mental, la orientación y educación familiar y la creación de clínicas de orientación familiar, colegios experimentales para estudiantes públicos y la terapia breve estratégica. Los adlerianos han perpetuado este interés en la prevención y la educación. Por ejemplo, han sido quizás los mayores defensores de la orientación infantil y la educación parental y familiar, y han escrito extensamente sobre la educación parental y familiar, el enriquecimiento de la pareja y la formación de profesores (Carlson et al., 2006;

Mosak y Maniacci, 1999; Oberst y Stewart, 2003; Watts, 2012).

Conclusión

Como ya se ha mencionado, la Psicología contemporánea está impregnada de los principios básicos de la teoría y terapia adleriana, a menudo sin reconocimiento de la influencia pionera de Adler (Mosak y Maniacci, 1999; Watts, 1999; Watts y Critelli, 1997). Esto se hace evidente en la literatura de la Psicología Positiva. Seligman (2002), considerado el “padre de la Psicología Positiva”, afirmó: “reconozco que la Psicología Positiva no es una idea nueva. Tiene muchos ancestros distinguidos” (Seligman, 2002, p. 7). Los dos ejemplos que menciona son Gordon Allport y Abraham Maslow, mientras que no parece reconocer a Adler como pionero de la Psicología Positiva. Adler abarcó claramente los principios clave de la Psicología Positiva antes que los “ancestros” (Allport, Maslow, Rogers) que se suelen identificar en la literatura de la Psicología Positiva (Jorgensen y Nafstad, 2004; Seligman, 2002; Seligman, Steen, Park y Peterson, 2005; Snyder y Lopez, 2002; Snyder, Lopez y Pedrotti, 2011). Considero que la Psicología Individual de Adler es la Psicología Positiva original en la era moderna de la psicología y la psicoterapia. La teoría adleriana es claramente relevante para la corriente de pensamiento psicológico actual porque demostró las características de la Psicología Positiva mucho antes de que surgiera el movimiento de la Psicología Positiva.

Notas

- ¹ La palabra inglesa encouragement (to encourage) tiene difícil traducción al castellano. Es convención en los textos en castellano sobre Psicología Adleriana la traducción como “aliento” (alentar, dar aliento, desalentado, etc.) más que como “estimulación” (nota de la editora).

Referencias bibliográficas

- Adler, A. (2012). On the origin of striving for superiority and social interest. J. Carlson y M. Maniacci (Eds.), *Alfred Adler revisited* (pp. 47-56). Nueva York, NY: Routledge. (Original work published 1933)
- Adler, A. (1956). *The Individual Psychology of Alfred Adler*. H. L. Ansbacher y R. R. Ansbacher (Eds.). Nueva York, NY: Harper Torchbooks.
- Ansbacher, H. L. (1990). Alfred Adler's influence on the three leading cofounders of humanistic psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 30, 45-53.
- Barlow, P. J., Tobin, D. J. y Schmidt, M. M. (2009). Social interest and positive psychology: Positively aligned. *Journal of Individual Psychology*, 65, 191-202.
- Carlson, J., Watts, R.E. y Maniacci, M. (2006). *Adlerian therapy: Theory and practice*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Corey, G. (1996). *Theory of counseling and psychotherapy* (5th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Corey, G. (2005). *Theory of counseling and psychotherapy* (7th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Cowen, E. L. y Kilmer, R. P. (2002). “Positive psychology”: Some plusses and some open issues. *Journal of Community Psychology*, 30, 449-460.
- Dreikurs, R. (1967). *Psychodynamics, psychotherapy, and counseling*. Chicago, IL: Alfred Adler Institute of Chicago.

- Ellenberger, H. (1970). *The discovery of the unconscious: The history and evolution of dynamic psychiatry*. Nueva York: Basic Books.
- Ellis, A. (1970). Humanism, values, rationality. *Journal of Individual Psychology*, 26, 11.
- Hoffman, E. (1994). *The drive for self: Alfred Adler and the founding of Individual Psychology*. Reading, MS: Addison-Wesley.
- Jorgensen, I. S. y Nafstad, H. E. (2004). Positive psychology: Historical, philosophical, and epistemological perspectives. In S. Joseph y P. A. Linley (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 15-34). Nueva York, NY: Wiley.
- Leak, G. K. y Leak, K. C. (2006). Adlerian social interest and positive psychology: A conceptual and empirical investigation. *Journal of Individual Psychology*, 62, 207-223.
- Linley, P. A. y Joseph, S. (Eds.). (2004). *Positive psychology in practice*. Nueva York, NY: Wiley.
- Mahoney, M. J. (2003). *Constructive psychotherapy: A practical guide*. Nueva York, NY: Guilford.
- Manaster, G. J. y Corsini, R. J. (1982). *Individual psychology: Theory and practice*. Itasca, IL: Peacock.
- Mosak, H. H. y Maniaci, M. (1999). *A primer of Adlerian psychology: The analytic-behavioral-cognitive psychology of Alfred Adler*. Philadelphia, PA: Accelerated Development/Taylor and Francis.
- Oberst, U. E. y Stewart, A. E. (2003). *Adlerian psychotherapy: An advanced approach to Individual Psychology*. Londres, UK: Brunner-Routledge.
- Prochaska, J. O. y Norcross, J. C. (2010). *Systems of psychotherapy: A transtheoretical analysis* (7th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Rasmussen, P. R. (2010). *The quest to feel good*. Nueva York, NY: Routledge/Taylor y Francis.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In C. R. Snyder y S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3-9). Nueva York, NY: Oxford.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N. y Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410-421.
- Snyder, C. R. y Lopez, S. J. (2002). Preface. En C. R. Snyder y S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. ix-x). Nueva York, NY: Oxford.
- Snyder, C. R., Lopez, S. J. y Pedrotti, J. T. (2011). *Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths* (2nd ed.). Los Angeles, CA: Sage.
- Watts, R. E. (1998). The remarkable similarity between Rogers's core conditions and Adler's social interest. *Journal of Individual Psychology*, 54, 4-9.
- Watts, R. E. (1999). The vision of Adler: An introduction. In R. E. Watts y J. Carlson (Eds.), *Interventions and strategies in counseling and psychotherapy* (pp. 1-13). Philadelphia, PA: Accelerated Development/Taylor y Francis.
- Watts, R. E. (2003). Adlerian therapy as a relational constructivist approach. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 11, 139-147.
- Watts, R. E. (2012). Introduction to "On the origin of striving for superiority and social interest." J. Carlson y M. Maniaci (Eds.), *Alfred Adler revisited* (pp. 41-47). Nueva York, NY: Routledge.
- Watts, R. E. y Critelli, J. (1997). Roots of contemporary cognitive theories and the Individual Psychology of Alfred Adler: A review. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 11, 147-156.
- Watts, R. E. y Eckstein, D. (2009). Individual Psychology. In American Counseling Association (Ed.), *The ACA encyclopedia of counseling* (pp. 281-283). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Watts, R. E. y Pietrzak, D. (2000). Adlerian "encouragement" and the therapeutic process of solution-focused brief therapy. *Journal of Counseling and Development*, 78, 442-447.
- Watts, R. E. y Shulman, B. H. (2003). Adlerian and constructive therapies: An Adlerian perspective. In R. E. Watts (Ed.), *Adlerian, cognitive, and constructivist therapies: An integrative dialogue* (pp. 9-37). Nueva York, NY: Springer Publishing.
- Watts, R. E., Williamson, J. y Williamson, D. (2004). Adlerian psychology: A relational constructivist approach. *Adlerian Yearbook: 2004* (pp. 7-31). Londres: Adlerian Society (UK) and Institute for Individual Psychology.