

# Formación en Terapia Gestalt

Escuela de formación en Terapia Gestalt para toda Extremadura, con sede en Cáceres (Centro ÁGORA) y Badajoz (SOWOS).

Un lugar con vocación de servicio profesional de ayuda, conocimiento y desarrollo personal en el ámbito de la salud, la educación y social.



Psicoterapia | Coaching | Consultoría | Formación

## Gestalt Extremadura



La Terapia Gestalt está encuadrada dentro de las Psicoterapias de orientación humanista centradas en la persona en relación.

Pone un énfasis especial en los procesos emocionales que motivan nuestros actos, en las etiquetas cognitivas y en las actitudes con que afrontamos las situaciones conflictivas de la vida.

Aprendimos a responder a nuestras necesidades de manera no siempre apropiada, desarrollando estrategias existenciales que condicionan la vida adulta. Necesitamos entrar en un proceso de toma de conciencia en el presente para desarrollar las actitudes más adecuadas a nuestra vida actual.



## OBJETIVO PRINCIPAL

El objetivo principal de la Terapia Gestalt es que las personas aprendamos a reconocer las necesidades y sentimientos que tenemos en las relaciones, dando legitimidad para vivirlas y expresarlas con conciencia y responsabilidad.

Centrarse en una relación basada en la autenticidad y la responsabilidad y apoyarla, es la esencia del enfoque de la Terapia Gestalt y una de las habilidades más importantes a desarrollar.

# FORMACIÓN

El curso se plantea desde un triple objetivo:

## Una formación teórica y de las diferentes técnicas gestálticas.

Con especial énfasis en la transmisión de la “**actitud gestáltica**”, que se traduce en la toma de conciencia de la experiencia en curso en el presente, más la toma de conciencia de las motivaciones, actitudes y eventuales evitaciones de tal experiencia. La transparencia es la herramienta terapéutica que ponemos al servicio del cliente. Incluirá la lectura y comentarios de textos de autores gestálticos y otros.

## La dinámica del grupo.

Especial atención a las relaciones que se establecen entre los participantes en la medida que ejemplifican las diferentes formas de relación de cada alumno y ponen de manifiesto las capacidades y problemáticas de cada cual. Además de **aprender vivencialmente el desarrollo del proceso grupal**, profundizamos en dinámicas relacionales que se establecen en todos los grupos.

## La supervisión de la práctica.

Se lleva a cabo mediante **sesiones de rol playing** en el grupo, en las que cada alumno realiza sesiones de trabajo, tanto a nivel individual como en la conducción del grupo, supervisadas “in situ”. Estas sesiones estarán orientadas a la práctica profesional particular de cada participante.

“

Siente tus propios  
sentimientos.  
Di tus propias palabras.  
Piensa tus propios  
pensamientos.  
Sé tu propio ser.  
Descubre.  
Deja que el plan para ti  
surja dentro de ti.

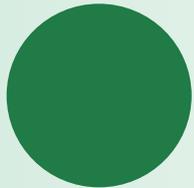
F.Perls

Lorem ipsum



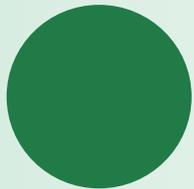
# ESTRUCTURA

El proceso formativo se estructura en **3 bloques de un año de duración cada uno (37 seminarios en total)**, en los que, de manera progresiva, se abordan los temas gestálticos, avanzando y profundizando tanto en los aspectos teóricos y modos de hacer de la Terapia Gestalt, como en el conocimiento y experiencia de la relación terapéutica.



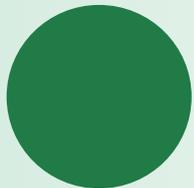
## Ciclo Básico

Introducción a la Gestalt y sus temas importantes: escucha, darse cuenta, polaridades, mecanismos de defensa.



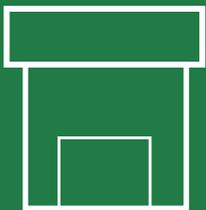
## Ciclo Superior

Profundizamos en los temas, técnicas y actitud gestálticas, junto con la aplicación a aspectos concretos de las relaciones: pareja, sexualidad, enfermedad psicomática.



## Ciclo de Supervisión

Curso de entrenamiento supervisado, en el que se incluyen temas relacionados con el trabajo profesional: la relación terapéutica, los temores del profesional, transferencias, contratransferencias y transparencia.



Cada bloque se lleva a cabo mediante talleres de fin de semana, a razón de uno mensual, en el horario de viernes por la tarde y sábado de mañana y tarde.

La formación está dirigida a personas que trabajan en profesiones de ayuda, educativas, de intervención grupal y social; como psicología, medicina, enfermería, docentes y profesorado de los diferentes ciclos educativos, terapia ocupacional, trabajo social, educación social.

Se realizará una entrevista previa a las personas interesadas.

# 1º

## Ciclo Básico

- 1- Presentación del curso y dinámica grupal.
- 2- Darse cuenta aquí y ahora; continuo atencional.
- 3- Actitud y escucha gestálticas.
- 4- Polaridades I: trabajo con "la sombra".
- 5- Ciclo de satisfacción de las necesidades y mecanismos neuróticos I: Introyección.
- 6- Mecanismos II: Proyección.
- 7- Dinámica grupal.
- 8- Trabajo con los Sueños y Psicofantasias.
- 9- Técnicas gestálticas I: "aquí y ahora" y "silla vacía".
- 10- Trabajo corporal bioenergético.
- 11- Dinámica de cierre.

# 2º

## Ciclo Superior

- 1- La escucha II.
- 2- Polaridades II: El conflicto psíquico.
- 3- Mecanismo III: Retroflexión.
- 4- Mecanismos IV: Confluencia y Entrenamiento en mecanismos.
- 5- Escuchar los enfados.
- 6- Técnicas gestálticas II.
- 7- Dinámica grupal.
- 8- Abordaje gestáltico de la enfermedad psicósomática.
- 9- Evolutiva: Escenas primordiales en Bioenergética.
- 10- La relación de pareja: un abordaje gestáltico - sistémico.
- 11- La sexualidad: más allá del tabú. Expresión de necesidades y límites.
- 12- Gestalt transpersonal: respiración holotrópica.
- 13- Gestalt grupal- Gestalt individual. El grupo para el individuo, el individuo para el grupo.

# 3º

## Ciclo Supervisión

- 1- Encuadre.
- 2- Escenas temidas del profesional.
- 3- Supervisión guiada en grupo.
- 4- Patrón de relación.
- 5- Supervisión guiada en grupo.
- 6- Supervisión guiada en grupo.
- 7- Dinámica grupal.
- 8- Transferencia y Contratransferencia.
- 9- Supervisión guiada en grupo.
- 10- Supervisión guiada en grupo.
- 11- Supervisión guiada en grupo.
- 12- Despedida y duelo.
- 13- Dinámica final de cierre.

Los talleres se  
llevarán a cabo en  
Cáceres y Badajoz

“

¿Por qué temer a las sombras?  
Donde veas sombra significa que en un lugar cercano la luz resplandece.  
Claudio Naranjo.



## Información adicional

El importe es de **450€ de matrícula** el primer año, y **150€ por cada taller presencial de la formación.**

Para completar la formación es necesario realizar al menos **80 horas de terapia personal** y **10 horas de supervisión** de un proceso de intervención.

El **horario** de los talleres son de viernes de 17h a 21h y sábados de 10h a 14h y de 16h a 20h, el primer ciclo. Viernes de 17h a 21h y sábados de 9h30 a 14h y de 16h a 20h30 el segundo y tercer ciclo. Además, del tema de cada taller se realizará un seminario online en día y hora por definir.

**Formación reconocida por:**



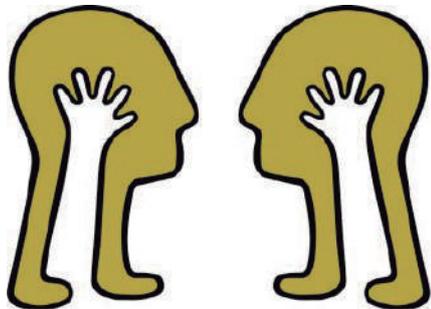
**ASOCIACIÓN  
ESPAÑOLA de  
TERAPIA  
GESTALT**

Realiza tu inscripción desde aquí y nos ponemos en contacto contigo.

**INSCRÍBETE AQUÍ**



## ORGANIZADORES



**GESTALT  
EXTREMADURA**



Psicoterapia | Coaching | Consultoría | Formación

C/Teresa de Calcuta, 2, local 5  
10001 Cáceres  
927 23 94 29 / 635 402 403  
andrescorrea@gestaltcaceres.es

Av/ Sinfiriano Madroño 5.  
06011 Badajoz  
924 23 93 97 / 646 537 009  
cursos@sowos.es

[www.gestaltcaceres.es](http://www.gestaltcaceres.es)

[www.sowos.es](http://www.sowos.es)