



# FORMACIÓN INTERNACIONAL EN TERAPIA GESTALT (2025-2027)

---

El programa no necesariamente se impartirá en este orden. Es posible que surjan cambios en función de las necesidades grupales y de las fechas de los distintos docentes.

## CONTENIDOS DE LA FORMACIÓN

### PRIMER AÑO - CURSO BÁSICO: FUNDAMENTOS DE LA TERAPIA GESTALT

#### BASES GENERALES DE LA TERAPIA GESTALT

- El Aquí y Ahora. La terapia centrada en la presencia y la experiencia.
- La atención y la toma de conciencia.
- Discriminación yo / tú. Contacto y retirada como base de toda relación.
- El autoapoyo. La responsabilidad como habilidad para responder a la realidad.
- Diferenciar lo obvio y lo imaginario. Diferenciar pensar y sentir. Percepción. Figura y fondo.
- Self y autoconcepto.

#### EL DARSE CUENTA

- El Darse Cuenta I: Corporal, emocional, cognitivo y relacional. Tomar conciencia de lo que se siente, piensa, quiere, etc. La conciencia integradora.
- El Darse Cuenta II: Relación consciente. Comunicación gestáltica: entrenamiento en la escucha y comunicación directa. Detección de manipulaciones para propiciar la responsabilidad y la espontaneidad.

#### LA TERAPIA CENTRADA EN LA EXPERIENCIA

- La autorregulación orgánica como criterio de salud.
- El ciclo de la experiencia I: Contacto y retirada. Ciclo de satisfacción de necesidades o ciclo gestáltico. La incidencia de los asuntos inconclusos.
- El ciclo de la experiencia II: Bloqueos o Interrupciones en el ciclo de satisfacción de necesidades. Los mecanismos de defensa: Introyección. Proyección. Retroflexión. Confluencia. Deflexión. Culpa.
- Las capas de la neurosis.



## **POLARIDADES**

- El vacío fértil. La indiferencia creativa.
- Concepto y Polaridades básicas: contacto-retirada; perro de arriba-perro de abajo; masculino y femenino; pensar y sentir.
- Integración de las polaridades.

## **PROCESO CORPORAL**

- Habitar el cuerpo. Respiración. Sensación. Expresión. El cuerpo como mensaje existencial.

## **INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DE LOS ENEATIPOS**

- El eneagrama como mapa de autoconocimiento. Reconocimiento de lo auténtico y lo mecánico. Explicación de los nueve eneatispos y ejercicios para ubicarse en el propio.

## **GRUPOS I. ¿QUÉ ES UN GRUPO?**

- Condiciones necesarias para hablar de grupo: número, tarea, relación significativa, representación mutua.
- Grupo como nueva Gestalt, no reductible a la suma de sus integrantes.
- Pertenecer a un grupo es una prueba de existencia: trabajos de escucha y confianza grupal que los acerque a comenzar a habitar esta experiencia con más conciencia.
- Todo grupo remite a otros, mis grupos de pertenencia: Familia y otras grupalidades.
- Roles que he jugado y/o que tengo disponibles a la hora de habitar una nueva grupalidad: repetir/crear.
- Silla vacía con el grupo: ante la posibilidad de un nuevo lugar, que necesito, qué pido.
- Polaridad: persona/grupo.

## SEGUNDO AÑO - CURSO SUPERIOR I. TÉCNICA GESTÁLTICA. ACTITUD.

### PROFUNDIZACIÓN EN LOS CONTENIDOS DEL CURSO BÁSICO

- El continuo de darse cuenta, centrarse en la presencia y la experiencia, polaridad e integración y dinámica grupal.

### TÉCNICAS GESTÁLTICAS

- Técnicas Gestálticas I:
  - Identificaciones
  - Trabajo expresivo y creatividad. Escenificaciones. Dramatizaciones.
  - La silla vacía.
  - Similitudes y diferencias entre todas ellas. Distintas aplicaciones de las mismas.
- Técnicas Gestálticas II:
  - Cómo trabajar con sueños, metáforas, viajes imaginarios, fantasías, enfermedades y órganos.

### RELACIÓN TERAPÉUTICA

- Transferencia y contratransferencia.
- Apoyo y confrontación.
- El vacío fértil. Emociones, sentimientos, pasiones y estados de ánimo. Vínculo y apego.
- El nivel verbal y no verbal en la relación terapéutica.
- La actitud en la terapia gestalt. El terapeuta como principal herramienta.

### GRUPOS II. ESTRUCTURA Y PROCESO

- Estructura: integrantes, subgrupos, roles, reglas.
- Proceso: etapas, relaciones con la autoridad y con los demás integrantes: transferencias verticales y horizontales.
- Realizar un camino de vida del grupo articulándolo con los contenidos conceptuales trabajados. Camino personal y camino grupal. Momentos importantes, mojones significativos de la grupalidad.
- Técnicas dramáticas: esculturas fluidas, imágenes complementarias, máquinas, coros autobiográficos y escenas
- Polaridad: estructura/proceso



### **GRUPOS III. ESCENAS TEMIDAS DEL COORDINADOR DE GRUPOS**

- Modelos de coordinación: coordinador como generador de condiciones para que las cosas sucedan, facilitador, posibilitador vs el coordinador que sabe lo que pasa en el grupo y conoce todas las respuestas.
- Miedos a la hora de enfrentarse a un grupo: escenas temidas, escenas de captura, dónde se activan determinados puntos ciegos y me voy a otro tiempo y otro lugar. Modo regresivo.
- Paralización: no poder pensar, no poder sentir.
- Polaridad: paralización/directividad.
- Cómo recuperar mi lugar adulto, aquí y ahora. Respirar, sentir, pensar, coordinar.
- Trabajar estas escenas no con la exigencia tiránica de que estas cosas no me sucedan, sino para que cuando pase, poder identificarlo, no quedar atrapado y que el camino de regreso sea más operativo, rápido y menos costoso.

### **TERCER AÑO - CURSO SUPERIOR II. INTERVENCIÓN. SUPERVISIÓN.**

#### **MODOS DE INTERVENCIÓN**

- Modos de Intervención I: Práctica Terapéutica: Entrevista. Contrato terapéutico. Aproximación diagnóstica. Hipótesis Diagnóstica y Psicopatología. Posibles intervenciones en los distintos casos.
- Modos de Intervención II: Dinámica de las interacciones grupales. Integración: yo-tu-nosotros. Contacto y retirada en los trabajos. Cierre de Gestalts.

#### **SUPERVISIÓN**

- I Supervisión de técnicas e intervenciones gestálticas individuales:
  - Entrevista, diagnóstico psico-emocional, contrato terapéutico. Escenas temidas del terapeuta. Transferencia-Contratransferencia. Búsqueda del estilo personal. Supervisiones de las Intervenciones Individuales. Cierres. Supervisión del proceso terapéutico.
- II Supervisión de técnicas e intervenciones gestálticas grupales:
  - Dinámica de las interacciones en grupos. Apertura, situaciones temidas, cierre. Trabajos individuales en grupo y su resonancia. Dinámicas de trabajo grupal. Creatividad, trabajo expresivo. Intervenciones grupales. Cierres.

#### **DINÁMICA DE CIERRE Y EVALUACIÓN**