GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Terapia Gestalt: se centra en el aquí y ahora

Comunicados | 17/06/2023 | 00:00

El Centro Terapéutico Espailúdic explica en qué consiste la terapia Gestalt. La también llamada terapia de la autenticidad es una poderosa herramienta para el crecimiento personal y el desarrollo emocional

/COMUNICAE/ El Centro Terapéutico Espailúdic explica en qué consiste la terapia Gestalt. La también llamada terapia de la autenticidad es una poderosa herramienta para el crecimiento personal y el desarrollo emocional

Tras años de formaciones con diferentes grupos y formatos, el centro acaba de diseñar una nueva modalidad para la formación en Terapia Gestalt, que se llama intensiva-residencial. Este nuevo formato mantiene el enfoque de esta escuela, pero actualizando la atención en un mayor acercamiento al modelo original de Fritz Perls en California, sumado a la Gestalt Relacional y a la perspectiva de Campo de Nueva York y Europa.

La revisión de los modelos de terapia es fundamental para este momento histórico actual, donde la soledad no buscada es el sufrimiento más compartido, donde los valores sociales e individuales están cambiando profundamente. El modelo de la Terapia Gestalt "nos pone de pie en el suelo y ofrece una nueva alternativa para afrontar estos cambios buscando, entre otras cosas, la construcción de relaciones de más calidad, que se toma de la Terapia Gestalt Relacional". En Espailúdic se propone este nuevo formato que aborda el mismo programa que los formatos intersemanales y de fin de semana, ampliando las opciones de asistencia para gente de fuera de Catalunya, incluso de otros países.

Escola Gestalt de Catalunya-Espailúdic lleva casi 25 años organizando grupos y formaciones, siempre atentos a las nuevas demandas de los alumnos, sin perder de vista los valores originales de la escuela y de la Terapia Gestalt. Uno de los puntos más importantes es el trabajo en comunidad que se hace palpable en la formación intensiva-residencial, que ofrece numerosos beneficios:

Permite a los individuos sentirse parte de algo más grande que ellos mismos, creando un sentido de pertenencia y conexión.

Brinda la oportunidad de experimentar diferentes perspectivas, recibir retroalimentación constructiva y desarrollar habilidades de relación interpersonal en la interacción con otros en un contexto terapéutico.

Proporciona un entorno de apoyo en el que los desafíos individuales pueden ser compartidos y comprendidos. Por eso desde Espailudic se invita a conocer el formato intensivo-residencial donde podrás aprender y profundizar sobre todos los conceptos de la Terapia Gestalt.

Fuente Comunicae

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/comunicado/208878-terapia-gestalt-se-centra-en-el-aqui-y-ahora.htm