



Drala Gestalt Institut

PSICO FORMACIÓN

ENTRENAMIENTO EN TERAPIA GESTALT

Para la gestión de las relaciones interpersonales.

PROGRAMA ON LINE

Escuela avalada por la Asociación Española de Terapia Gestalt (AETG) desde 2006

1. IDENTIDAD

Drala Gestalt Institut (en adelante DGI) somos un centro psicológico, humanista e integrativo. Fue constituido en 2003 y siempre ha apuntado hacia el autoconocimiento, la toma de conciencia y la transformación personal.

Lo dirigimos Leonor Martorell y Enrique Villatoro, psicólogos multidisciplinares con más de 30 años de experiencia como psicoterapeutas y formadores en diferentes ámbitos.

Somos pareja emocional y profesional y, especialmente, somos compañeros espirituales desde hace más de 25 años. Durante este período hemos tenido familia con 3 hijos, construido un hogar y seguido un camino y proceso espiritual. Esto se plasma en DGI y nuestro estilo psicológico. Dedicamos nuestra actividad a la difusión y expansión de la conciencia en el mundo.

Nos consideramos artesanos de la gestalt y del autoconocimiento, con un enfoque familiar, no masificado y con una política de contraprestación socializada accesible para todos.

Creemos firmemente en las personas, en la mejora de nuestra sociedad y en la ecología como forma de cuidar al mundo y a los otros. Entendemos la vida como un camino espiritual y creemos en una política de y para el desarrollo de la conciencia.

Seguimos la línea de Claudio Naranjo de quien somos discípulos y docentes en su programa SAT.

Contamos con el apoyo y enriquecimiento de un equipo de personas, todos enormes profesionales y con amplia experiencia profesional y docente.

2. PRESENTACION

La Gestalt es un enfoque terapéutico perteneciente a la Psicología Humanista. Considera a la persona en su globalidad y está enfocada en desarrollar el potencial humano y en la búsqueda del bienestar personal. Se dirige a todo aquél que quiera auto conocerse, desarrollar su potencial y mejorar su calidad de vida.

Se basa en tres pilares:

- El *aquí y ahora*: vivir y sentir el presente como la única realidad.
- El *darse cuenta*, ("awareness"). Ser consciente de lo que (me) pasa en cada momento.
- Ser *responsable* tanto de lo soy, con mis propios pensamientos, sentimientos y acciones, como de dónde estoy en este momento en mi vida.

Confía en la *autorregulación orgánica*: capacidad de auto gestión del organismo de equilibrar su aspecto corporal, mental, emocional y espiritual.

3. SOBRE EL ENTRENAMIENTO INICIAL A LA TERAPIA GESTALT

Este programa de Entrenamiento Inicial a la Terapia Gestalt, exclusivo de Drala Gestalt Institut, es un proceso intensivo de autoconocimiento personal y aprendizaje en la gestión de las relaciones personales. Básicamente, se trata de liberarse de las influencias del pasado y las exigencias del futuro, para vivir en el presente y hacernos cargo de nuestras acciones.

Es eminentemente vivencial y práctico a través de la experimentación en tres niveles: individual, grupal y social.

Eminentemente es un curso de autoconocimiento a nivel personal. Es decir, el propio alumno irá reconociéndose a sí mismo con una mirada gestáltica a través de la experimentación y la vivencia. Simultáneamente, descubrirá su comportamiento en grupo y a nivel social.

3.1. Objetivos de este Entrenamiento.

- Iniciarse o profundizar en el autoconocimiento personal. Tomar conciencia de las conductas que limitan u obstaculizan la vida cotidiana.
- Desarrollar la conciencia y la presencia para responsabilizarse de la propia vida.
- Aspectos básicos para acompañar a otros desde la propia autenticidad, la comprensión empática y el respeto.
- Establecer una relación más realista consigo mismo, con los demás y con el medio.
- Mejorar la vida a nivel puramente práctico, incrementando la autoconfianza y autoestima de manera sólida, estable y permanente.

4. ¿A QUIÉN VA DIRIGIDA?

- A profesionales de la salud y/o la relación de ayuda y/o al acompañamiento de personas (psicólogos, terapeutas, médicos, educadores, asistentes sociales, enfermeras, comunicadores, asesores, coaches...).
- A cualquier persona que quiera autoconocerse y/o tenga que gestionar o relacionarse con otras personas.
- A personas que deseen conocer e iniciarse en la terapia Gestalt, ya sea como aplicación profesional o como proceso de autoconocimiento.

5. METODOLOGIA PEDAGÓGICA Y RECURSOS DOCENTES.

En DGI utilizamos una amplia gama de recursos docentes que nos convierten en una escuela con un estilo propio familiar, honesto y personal. Destacan la experimentación vivencial, espacios teórico-prácticos, dinámicas grupales, terapia personal y grupal, trabajo corporal y meditación, prácticas supervisadas, tutorías anuales e introspección personal.

Los talleres son esencialmente experienciales y básicamente constan de tres grandes apartados:

- Introducción teórica sobre los principios básicos de la psicología, enfatizando en la Gestalt.
- Experimentación y vivencias personales: experimentos, ejercicios, simulaciones, dinámicas de grupos, visualizaciones, método de casos,...
- Elaboración e integración del tema en particular y su repercusión en el proceso personal en general. Este apartado es individual y/o con algún compañero.
- Realización de una memoria de todo el proceso del mes. A los alumnos que sigan el curso se les dará información específica y materiales necesarios para realizar este proceso.
- A lo largo del curso hay un seguimiento personalizado mediante una sesión de tutoría individual para los alumnos que así lo necesiten.

6. PROGRAMA Y ORGANIZACIÓN

Este primer año de entrenamiento son un total de 90 horas, de las cuales 72 horas son lectivas presenciales de manera on line, más 18 h. de trabajo pedagógico complementario.

El curso se dividirá en sesiones on line de 4 horas cada una, más 1 hora de trabajo complementario individual o con algunos compañeros por cada sesión, durante los 9 meses del curso. Las sesiones serán los martes de 18h a 22h, (hora española) con un pequeño descanso entre medias.

La nueva promoción de este curso comienza en noviembre del 2020 hasta julio de 2021.

Las sesiones serán on line vía ZOOM, por lo que serán grabadas con disponibilidad, exclusivamente para los alumnos del programa, de poderlas revisar posteriormente.

Las fechas de las sesiones son las siguientes:

Mes	Días	Formación online	Trabajos complementarios
noviembre	3 y 17	8	2
diciembre	1 y 15	8	2
enero	12 y 26	8	2
febrero	9 y 23	8	2
marzo	9 y 23	8	2
abril	6 y 20	8	2
mayo	4 y 18	8	2
junio	1, 15 y 29	12	3
julio	6	4	1
Total horas		72	18

Está prevista la posibilidad de dar continuidad a este programa con un segundo curso si los participantes así lo solicitan.

El programa de la formación será el siguiente:

Programa	horas
Aquí y ahora. El SER consciente.	9
El Aprendizaje de la Escucha.	9
Integrando mis Polaridades.	9
Ciclo de necesidades internas.	9
Comprensión de los padres. Introyectos Parentales.	13
Mecanismos de defensa y adaptación.	9
Dinámica grupal.	5
Relación con mi cuerpo.	9
Sueños y psicofantasías.	9
Dinámica de cierre e integración de proceso	9

7. CONDICIONES ECONOMICAS DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO

DGI estamos implicados en la solidaridad y la responsabilidad colectiva, por lo que hemos establecido unas opciones económicas mínimas.

El precio de todo el programa son 450€ repartidos en cuotas de 50€ al mes.

Para garantizar una buena calidad el máximo de personas serán de 25 y un mínimo de 12. Para la reserva de plaza será necesario abonar una matrícula de 50€ correspondientes a la última mensualidad del mes de julio de 2021.

Si se abona todo el curso de una vez habrá un descuento del 10%.

Para acceder al curso es necesaria una entrevista vía on line.

8. EQUIPO DOCENTE

Leonor Martorell, Enrique Villatoro Jimenez, Susana Vicente, Carles Rivera, Assumpta Mateu, Asunta Hormaechea, Carlos Cervera López, Pía Piferrer.

Solicita entrevista e información en:

www.dralagestalt.com

dralagestalt@copc.cat

+34 722 85 36 84

Avda. Mare de Deu de la Salut 78, 1D. Centro la Salut

08024 Barcelona