

Psicología de la Gestalt

Historia

◉ Alemania , inicios del siglo XX.

◉ Exponentes más reconocidos:

- Max Wertheimer
- Wolfgang Köhler
- Kurt Koffka y
- Kurt Lewin.

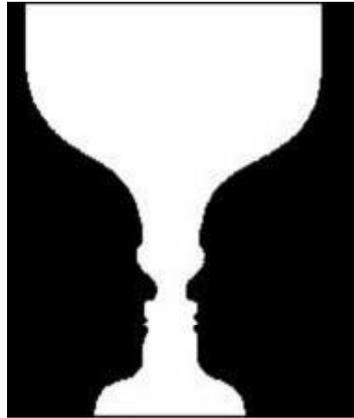


Aspectos generales

- ◉ Objetos y seres vivos, como totalidades.
- ◉ Todo existe y adquiere un significado al interior de un contexto específico.
- ◉ *"el todo es más que la suma de las partes"*.
- ◉ Aprendizaje.

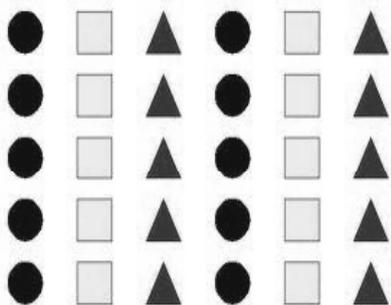
Leyes de la Gestalt

FIGURA FONDO

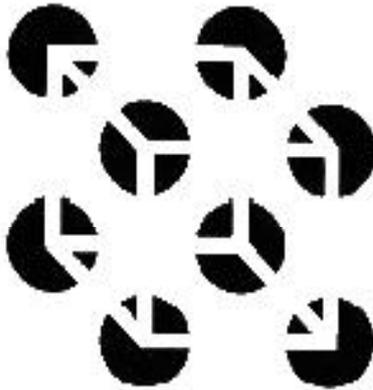




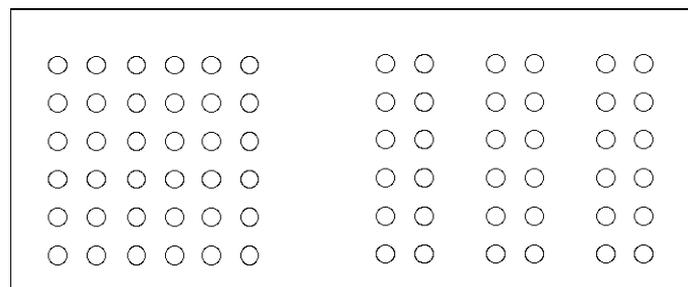
Ley de Semejanza



Ley del cierre o forma completa

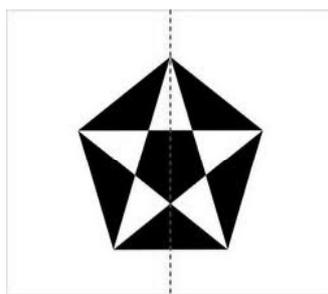
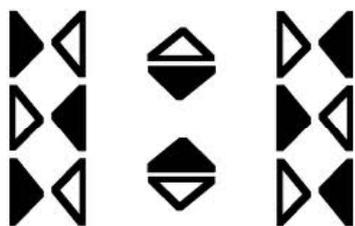


Ley de Proximidad

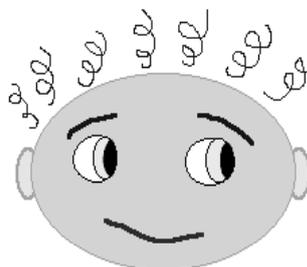


Ley de Simetría

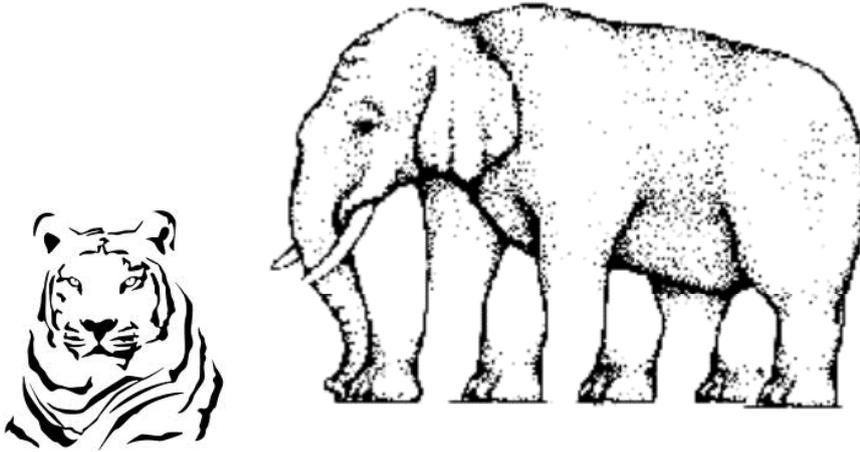
En donde las imágenes son percibidas como iguales, como un solo elemento, en la distancia



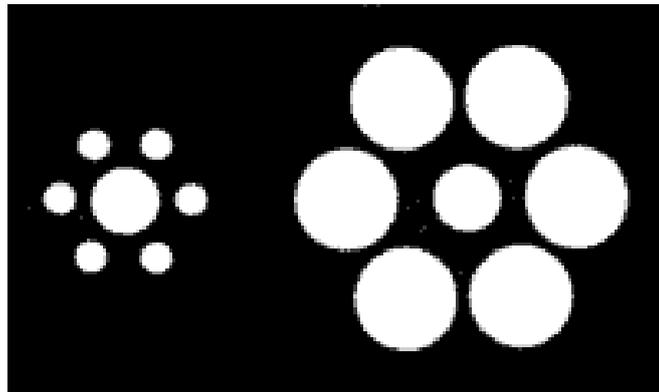
Ley de continuidad

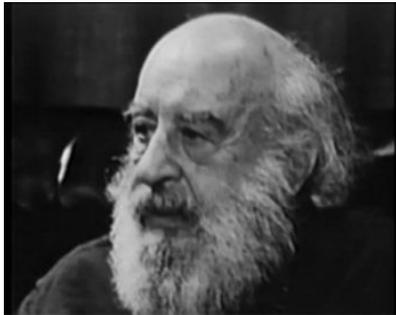


Ley de pregnancia o simplicidad

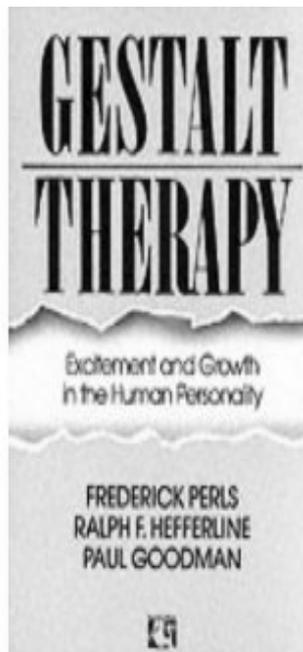


Ley del contraste





Terapia Gestalt



1951

Terapia Gestalt

- ◉ **Al igual que en otras terapias humanistas, la terapia Gestalt asume la tendencia innata a la salud, la integridad y la plena realización de las potencialidades latentes.**

Personas emocionalmente saludables organizan su campo de experiencia en necesidades bien definidas que les sirven de referencia a la hora de organizar su conducta.

Personalidades neuróticas interfieren con la conformación de la gestalt apropiada y no llegan a adecuarla con sus necesidades.

Objetivos

- ◉ Pasar del apoyo externo al **auto apoyo**.
- ◉ Aprender a darse cuenta de lo que hace y cómo lo hace (**auto-responsabilidad**).
- ◉ **Lograr la mayor integración posible**, ya que esto facilita el crecimiento y desarrollo del individuo.

Conceptos clave

- ◉ Holismo.
- ◉ Figura – Fondo.
- ◉ Autorregulación orgánica.
- ◉ Aquí y Ahora.
- ◉ Darse cuenta.
- ◉ Ciclos abiertos.
- ◉ Aceptar lo que uno es.



Técnicas

- ⊙ Lenguaje en primera persona.
- ⊙ Lenguaje que acepta el poder: “no puedo” vs. “no quiero”.
- ⊙ Explicitar las metáforas.
- ⊙ Silla vacía / silla caliente.
- ⊙ Terapeuta como guía y catalizador, comparte observaciones y experimenta.