GERMAN PERALTA

INCUBADORA DE SENTIDO

Grupo terapéutico

Terapia Gestalt y EMDR grupal



Presentación

La Incubadora de Sentido es un ***espacio de terapia grupal*** orientado a trabajar procesos personales a partir de lo que va emergiendo en el encuentro con otros.

A diferencia de los espacios de terapia individual, el grupo permite acceder a dinámicas, emociones y modos de vincularse que muchas veces no aparecen en el trabajo en soledad.

No se trata de un grupo temático ni cerrado en un problema específico. Se trabaja con lo que cada persona trae, ***en diálogo con el campo grupal***.

En un contexto actual de sobrecarga, velocidad e información constante, ***el sentido*** no se impone ni se encuentra de forma inmediata sino que ***se construye a partir de la experiencia, el vínculo y la elaboración de lo vivido***.

Este espacio está orientado a facilitar ese proceso.

¿Para quién es este espacio?

Este grupo está orientado a personas con algunas de las siguientes características:

- Ya han *realizado procesos de terapia individual* y buscan profundizar su trabajo
- Sienten *estancamiento o falta de dirección*
- Están atravesando *momentos de cambio o crisis vital*
- *Repiten dinámicas vinculares* que no logran comprender o modificar
- Experimentan *ansiedad, sobrecarga emocional o dificultad para procesar* lo que les pasa
- *Quieren construir mayor claridad, coherencia y sentido en su vida*

Organización

Frecuencia: **3 encuentros mensuales de 2 horas** Horario tentativo martes 20 a 22hs. Se trabaja durante tres semanas consecutivas, con una semana de pausa favoreciendo la integración y elaboración entre encuentros

Modalidad: (**virtual** / con posibilidad de formato presencial según conformación de grupo)

Se **requiere entrevista de admisión** (sin costo)

¿Qué se trabaja en el grupo?

El trabajo se organiza a partir de los emergentes del grupo, es decir, de aquello que va apareciendo en la interacción entre sus miembros generalmente a raíz de algún disparador o propuesta técnica por parte del psicólogo.

Desde la perspectiva gestáltica, el grupo no es solo la suma de individualidades: es un campo dinámico que expresa, amplifica y hace visibles aspectos que muchas veces permanecen fuera de la conciencia en el trabajo individual.

En este sentido, el grupo permite abordar:

- patrones vinculares ***en tiempo real***
- ***emociones que se activan*** en el encuentro con otros
- ***modos*** de posicionarse, retirarse o sostenerse en relación
- ***experiencias de sufrimiento*** que no han podido elaborarse completamente

Para que ese campo sea terapéutico, es necesaria la coordinación psicológica para:

- leer sus dinámicas implícitas
- ordenar las interacciones

- trabajar aquello que cada integrante pone en juego en el vínculo

A lo largo del proceso, se utilizan intervenciones propias de la **Terapia Gestalt**, especialmente orientadas al trabajo con la experiencia presente y el vínculo— junto con recursos clínicos específicos según el momento del grupo. Este trabajo no solo apunta a la resolución de conflictos puntuales, sino a la construcción progresiva de una posición más clara, coherente y con sentido frente a la propia vida.

Integración progresiva de EMDR

A medida que se va consolidando la identidad grupal, se incorpora de forma gradual el trabajo con EMDR.

Para que esto sea posible de manera eficaz, es necesario atravesar previamente ciertas fases:

- desarrollo de recursos personales
- fortalecimiento de la regulación emocional
- construcción de confianza en el espacio grupal
- psicoeducación sobre el proceso terapéutico

Una vez establecida esta base, el grupo puede convertirse en un contexto que facilite el reprocesamiento de experiencias, potenciando el trabajo individual a través de la red vincular.

¿Qué es EMDR?

EMDR es un modelo psicoterapéutico con amplia validación empírica para el abordaje de experiencias traumáticas y memorias no procesadas que continúan generando activación emocional y somática.

Es recomendado por organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud ***(OMS)*** y contemplado en guías clínicas de la Asociación Psiquiátrica Americana ***(APA)*** para el tratamiento del trauma psicológico.

Se basa en el modelo de Procesamiento Adaptativo de la Información (AIP), que plantea que ciertos eventos pueden quedar almacenados de manera disfuncional en redes de memoria, manteniendo respuestas fisiológicas, emocionales y cognitivas desadaptativas. Desde esta perspectiva, el organismo tiende naturalmente hacia la salud y la integración. A través de la ***estimulación bilateral***, se facilita la reactivación y continuidad de ese procesamiento, permitiendo que dichas experiencias se integren de manera más adaptativa.

A través de protocolos estructurados y estimulación bilateral (incluyendo movimientos oculares), EMDR facilita el reprocesamiento de estas memorias, promoviendo su integración adaptativa y reduciendo la sintomatología asociada.

Enfoque de trabajo

El dispositivo integra:

1. **Terapia Gestalt (enfoque de campo)**

Trabajo con la experiencia presente, el vínculo y la co-construcción del proceso en el aquí y ahora.

2. **Aportes de la psicología positiva**

Orientación hacia recursos, sentido y construcción de bienestar realista.

3. **EMDR (integración progresiva)**

Modelo clínico para el reprocesamiento de experiencias que quedaron abiertas o no integradas. Este último constituye un valor agregado diferencial, que se incorpora de manera gradual según el momento del grupo y el criterio clínico del psicólogo.

Coordinación

Germán Peralta

Lic. en Psicología – MP 13249 | MN 60214

Formación y trayectoria:

- Formación de posgrado en ***Terapia Gestalt*** (enfoque de campo)
- Entrenamiento en ***EMDR***, incluyendo aplicaciones en formato grupal
- Formación en ***Psicología Positiva*** y ***Coaching Ontológico***.
- Formación en ***IFS (Internal Family Systems)***
- Especialización en abordajes psicosomáticos y ***modelos psicobiológicos***

Si sentís que este espacio puede ser para vos, el siguiente paso es solicitar una entrevista de admisión para evaluar tu incorporación al grupo.

Entrevista de admisión

WhatsApp: https://wa.me/5493518758163

Más información:

www.germanperalta.com