

Gestalttherapie

Die Gestalttherapie wurde von dem Ehepaar **Laura und Friedrich Perls** über einen Zeitraum von ca. 25 Jahren entwickelt und später von dem Sozialphilosophen **Paul Goodman** als umfassendes Konzept formuliert.

Die Entwicklung begann Ende der zwanziger Jahre in Deutschland, wo beide Perls als Psychoanalytiker ausgebildet wurden und sich gleichzeitig dem Studium des Existentialismus, der Gestaltpsychologie, Feldtheorie und Phänomenologie widmeten. Unzufrieden mit der klassischen Psychoanalyse arbeiteten sie neben ihrer praktisch therapeutischen Tätigkeit an einer Revision der Psychoanalyse und begründeten ein eigenes Therapiesystem, die „Gestalttherapie“.

Als tiefenpsychologisch fundiertes Psychotherapieverfahren ist die Gestalttherapie gekennzeichnet durch eine ganzheitliche, gegenwartsbezogene Betrachtungs- und Vorgehensweise, die den ganzen Menschen, mit seinen kognitiven, seelischen und körperlichen Aspekten, sowie mit seinem