

Resumen

Actualmente, la evolución de la tecnología permite un desarrollo y aplicación en áreas esenciales, tales como la psicología, permitiendo una oportunidad de mejora en los procesos y optimización de la eficiencia, así como en la aplicación de la técnica psicoterapéutica Gestalt orientada al tratamiento de la resolución de conflictos personales, lo cual busca brindar una herramienta de innovación que aporte al trabajo de los profesionales de la salud mental y a su vez brinde a los usuarios un entorno de exploración, comprensión y resolución de los mencionados conflictos internos de una manera focalizada. La propuesta del prototipo a diseñar considera los principios fundamentales de la terapia Gestalt, destacando la importancia del aquí y el ahora, en el proceso terapéutico, así como también la concientización y la responsabilidad personal, integrando módulos interactivos que admiten registrar experiencias, reconocer patrones de comportamiento y pensamiento, y obtener retroalimentación personal mediante ejercicios terapéuticos digitales. El desarrollo de la presente propuesta se ejecuta mediante el método de caso de estudio, para analizar a fondo la aplicación de la técnica Gestalt de la silla vacía, en combinación con entornos de realidad virtual. La investigación como parte del desarrollo del prototipo, se ejecuta en el contexto ecuatoriano, considerando las necesidades y características culturales de la población objetivo, de igual manera considerando la confidencialidad de la información y su respectivo marco ético.

Para esto, la presente propuesta se ejecuta con pruebas a un grupo de personas seleccionadas como caso de estudio, cuyos resultados evidencian mejoras en la capacidad y disposición para lograr abordar situaciones conflictivas de forma constructiva. Siendo que, este trabajo aporta una propuesta tecnológica que incorpora la psicoterapia con recursos digitales, extendiendo el alcance de la técnica Gestalt, considerándose un apoyo complementario en los procesos terapéuticos, contribuyendo en Ecuador a la innovación del área de la salud mental.

Palabras clave: Terapia Gestalt, prototipo tecnológico, resolución de conflictos, salud mental, Ecuador.

Abstract

Currently, technological advances allow for development and application in essential areas such as psychology, providing an opportunity for improvement in processes and optimization of efficiency, as well as in the application of Gestalt psychotherapy techniques aimed at resolving personal conflicts. This seeks to provide an innovative tool that contributes to the work of mental health professionals and, in turn, provides users with an environment for exploration, understanding, and resolution of the aforementioned internal conflicts in a focused manner. The proposed prototype design considers the fundamental principles of Gestalt therapy, highlighting the importance of the here and now, awareness, and personal responsibility, integrating interactive modules that allow users to record experiences, recognize patterns of behavior and thinking, and obtain personal feedback through digital therapeutic exercises. The development of this proposal is carried out using the case study method to thoroughly analyze the application of the Gestalt empty chair technique in combination with virtual reality environments. The research, as part of the prototype development, is carried out in the Ecuadorian context, considering the needs and cultural characteristics of the target population, as well as the confidentiality of the information and its respective ethical framework.

To this end, this proposal is being implemented with tests on a group of people selected as a case study, the results of which show improvements in their ability and willingness to deal with conflictive situations in a constructive manner. This work provides a technological proposal that incorporates psychotherapy with digital resources, extending the scope of the Gestalt technique, which is considered a complementary support in therapeutic processes, contributing to innovation in the area of mental health in Ecuador.

Keywords: technological prototype, Gestalt therapy, conflict resolution, mental health, Ecuador.