

Gestalt en la práctica: propuestas y ejercicios, *de Ángeles Martín y Carlos Matesanz*

Susana Gacituaga

Dentro del amplio abanico de posibilidades que ofrece la psicoterapia, el trabajo con grupos es una de las más utilizadas por los terapeutas, especialmente por los gestálticos. De hecho, muchos terapeutas de otras orientaciones teóricas de la psicología que trabajan con grupos, frecuentemente incorporan conocimientos y metodologías que son propias de la psicoterapia Gestalt.

Este libro incluye, además de los conceptos de la Terapia Gestalt explicados de manera comprensible, una extensa colección de ejercicios minuciosamente descritos para ser llevados a la práctica en el trabajo con grupos, ya sea por terapeutas noveles o por aquellos más experimentados.

La principal intención de los autores con esta obra no es otra que la de contagiar y di-

fundir la Gestalt como, tal vez, el mayor exponente de la corriente humanista dentro de la psicología. De hecho, su contenido sirve también como base de inspiración para que los terapeutas desplieguen su creatividad y lleguen a diseñar sus propias propuestas de trabajo genuinas e innovadoras.

El ser humano necesita de los demás para tomar conciencia de sí mismo, y qué mejor oportunidad para descubrirse que desde un encuadre de trabajo grupal, dentro de un espacio seguro, con un terapeuta que acompañe tanto los procesos grupales como individuales, y llegando a promover, a través de los numerosos ejercicios recopilados en este libro, las interacciones, las relaciones y un amplio *darse cuenta* de sí mismos, de los demás y del mundo.