

CUANDO ME ENCUENTRO CON EL CAPITAN GARFIO: (NO) ME ENGANCHO. LA PRACTICA EN PSICOTERAPIA GESTALT



Plaza de edición:	ES
Nº de páginas:	268 págs.
ISBN:	9788433019608
Año edición:	2005
Lengua:	CASTELLANO
Autor:	ANGELES MARTIN; CARMEN VAZQUEZ
Categoría:	Psicología y Pedagogía
Editorial:	DESCLEE DE BROUWER

[CUANDO ME ENCUENTRO CON EL CAPITAN GARFIO: \(NO\) ME ENGANCHO. LA PRACTICA EN PSICOTERAPIA GESTALT.pdf](#)

[CUANDO ME ENCUENTRO CON EL CAPITAN GARFIO: \(NO\) ME ENGANCHO. LA PRACTICA EN PSICOTERAPIA GESTALT.epub](#)

La Psicoterapia gestáltica es algo más que un conjunto de técnicas psicológicas para sentirse bien, es una forma de vivir basada en el presente, en el "aquí y ahora". Con demasiada frecuencia damos más importancia al razonamiento que a los sentimientos, cuando son estos últimos los que, básicamente, guían nuestras acciones y nuestras decisiones. "Cuando me encuentro con el Capitán Garfio... (no) me engancho" es un libro que habla de sentimientos; de cómo reconectarnos con nuestras propias vivencias para sentirnos más auténticos, de cómo decir "adiós" a aquellas sensaciones de nuestra experiencia pasada que dificultan nuestro presente, de cómo retomar nuestra espontaneidad de niños para incorporarla a nuestra estresante vida cotidiana. Es un libro para vivir, no para leer; un libro para "sentarse a sentirse". Aborda al ser humano desde varias perspectivas: a través de fantasías dirigidas, reviviendo nuestros viejos cuentos infantiles, recordándonos qué significa decir "adiós", hablándonos de nuestros sueños... "Cuando me encuentro con el Capitán Garfio..." es un libro útil para estudiantes de Psicología, para futuros psicoterapeutas gestálticos que ya saben que "ellos son su mejor instrumento de trabajo" y para todas aquellas personas que tienen el bello deseo de crecer día a día.