

BIBLIOGRAFIA

BE SIMPLE – La Gestalt

Un libro introduttivo alla terapia della Gestalt è:

- Ginger, Serge. **La Gestalt. Terapia del con-tatto emotivo**. Edizioni mediterranee, 1987.
Il libro presenta una sintesi della teoria e dello sviluppo di questa tecnica terapeutica che ha segnato la metà del ventesimo secolo.
- Perls, Frederick. **La terapia gestaltica parola per parola**. Astrolabio, 1980.
Dalla copertina: *“Geniale, aggressivo, tenero, lucidissimo, maligno, generoso, sempre sconcertante, ma sempre profondamente umano e sereno, Perls rappresenta una delle figure più radicalmente innovatrici nello sterminato universo della psicoterapia. La sua unicità come uomo e come psicologo emerge pienamente in questo straordinario resoconto verbale, parola per parola, di alcuni leggendari seminari e laboratori da lui tenuti all’istituto Esalen.”*
Il libro presenta una parte teorica facilmente fruibile e una lunga trascrizione di lavori pratici svolti da Fritz a Big Sur.

Altri titoli di libri di Perls: *L’approccio della Gestalt, L’eredità di Perls* (con Patricia Baumgardner), *L’io, la fame, l’aggressività*.

Per chi vuole fare un po’ di esperienza gestaltica provando da solo, consiglio:

- Schiffman, Muriel. **Autoterapia gestaltica**. Astrolabio, 1987.