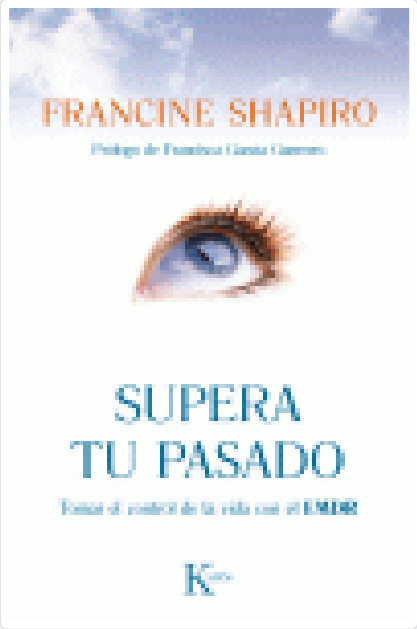
SUPERA TU PASADO



SHAPIRO, FRANCINE

SINOPSIS

Tanto si hemos experimentado pequeños contratiempos o grandes traumas, todos estamos influenciados por nuestros recuerdos y por experiencias que puede que no recordemos o que no comprendamos del todo. Supera tu pasado ofrece técnicas prácticas que desmitifican la condición humana y dan nueva fuerza a los lectores que deseen tomar las riendas de su vida. Shapiro, la creadora del EMDR (desensibilización y reprocesamiento por medio de movimientos oculares), explica la ciencia del cerebro en palabras que todos podemos entender, a la vez que ofrece ejercicios que los lectores pueden hcer en casa para entender sus respuestas automáticas y conseguir un cambio rea ...

Editorial	KAIROS
Materia	<Genérica>
EAN	9788499883090
Status	Disponible
Encuadernación	Tapa dura
Páginas	496
Tamaño	130xx26 mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	21,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	12/12/2013