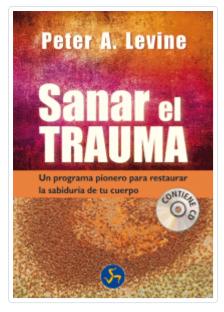


SANAR EL TRAUMA



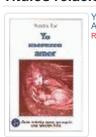
Editorial NEO PERSON Materia <Genérica> SIN COLECCION Colección **EAN** 9788495973931 Status Descatalogado Encuadernación Tapa dura **Páginas** 128 Tamaño 145xx8 mm. Peso 1 Precio (Imp. inc.) 12,95€ Idioma Español Fecha de 06/05/2013

LEVINE, PETER A.

SINOPSIS

+Tienes síntomas no aclarados?Podrían deberse traumas а pasado.Recientes investigaciones han demostrado que con frecuencia los supervivientes de accidentes, desastres o traumas infantiles soportan síntomas a lo largo de su vida que pueden ir desde ansiedad y depresión hasta dolor físico inexplicado, cansancio, distintas enfermedades comportamientos dañinos. Actualmente, tanto los profesionales como los clientes del trabajo corporal y de la psicoterapia está apoyándose en el método innovador Somatic Experiencing, diseñado por el doctor Peter Levine, para superar eficazmente dichas patologías.En Sanar el trauma, el doctor Levine te ofrece una guía personal pormenorizada para emplear la teoría que introdujo originalmente en su prestigioso trabajo Waking the Tiger (Curar el trauma), y ahora podrás seguir sus pasos con el fin de sanar tus traumas al ½revisitarlos+ en vez de revivirlos.½El trauma es un hecho de la vida -señala Peter Levine-, pero no tiene por qué ser una condena de por vida+. En esta obra de autosanación, el doctor Levine comparte ahora la esencia de su método para abordar síntomas no explicados desde su origen (el cuerpo), lo que nos permitirá regresar al estado natural que nos corresponde y en el que deseamos vivir. Incluye un CD con 12 ejercicios guiados de Somatic Experiencing«El Dr. Levine nos presenta el Programa para Curar el Trauma en Doce Fases que comparte contigo en este libro y en el CD que lo acompaña. Con este programa emprenderás el proceso de curación desde el Primer Día. Y a medida que continúes usándolo durante las semanas y meses siguientes, deberás experimentar un proceso de curación gradual que te ayudará a liberar tu cuerpo y tu mente de los síntomas del trauma.Los efectos del trauma no tratado pueden resultar demoledores, afectar a nuestros hábitos y modificar nuestra orientación existencial, conduciéndonos al dolor, a padecer trastornos y a adoptar decisiones equivocadas. Como resultado de sus años de investigación y trabajo clínico, el doctor Levine ha desarrollado un método basado en...

Títulos relacionados



lanzamiento



ASI EN EL CIELO COMO EN LA TIERRA PECK



DE LA MEDICACION A LA MEDITACION



CONVIVIR CON EL CAMBIO MARKHAM, URSULA