

CUADERNO DE TRABAJO PARA EL TRATAMIENTO CORPOMENTAL DEL TRA n° 175



BLOCK, STANLEY / BLOCK, CAROLYN BRYANT

SINOPSIS

Muchas experiencias traumáticas sanan naturalmente con el paso del tiempo y acaban formando parte, como viejas cicatrices, de nuestro pasado. Cuando, no obstante, padecemos un trastorno de estrés posttraumático (TEPT), los traumas irrumpen una y otra vez en nuestra vida, provocando estrés e impidiendo que nos concentremos en el momento presente. Y, por más que pasen los meses y hasta los años, los recuerdos permanecen y nos impiden seguir avanzando. El método terapéutico clínicamente probado denominado conexión corpomental puede ayudarnos a curar y recuperarnos de esas difíciles experiencias. El Cuaderno de trabajo para el tratamiento corpomental del trastorno de estrés posttraumático (TEPT) es un programa directo y autodidacta de conexión corpomental que se puede llevar a cabo en diez semanas. Se trata de un método que utiliza el cuerpo para centrar la mente, desarrollar las habilidades necesarias para recuperarte de un TEPT y empezar a sentirte conectado, confiado y responsable de tu vida.- Deja de sentirte embotado e indiferente y empieza a sentirte vivo nuevamente- Reconoce las tensiones corporales y experimenta su disolución- Reduce los flashbacks, las pesadillas, el insomnio y el desasosiego - Mantén el registro de tu avance mientras te aproximas a la recuperación plena. Stanley H. Block, MD, es profesor adjunto de derecho y psiquiatría en la facultad de derecho de la Seattle University School, profesor adjunto de psiquiatría de la facultad de medicina de la University of Utah y está facultado para el ejercicio de la psiquiatría y el psicoanálisis. Da conferencias y consultas en centros de tratamiento repartidos por todo el mundo y es coautor del conocido libro Come to Your Senses. Vive con su esposa, Carolyn Bryant Block, en Copalis Beach (Washington). Carolyn Bryant Block es coautora de Bridging the I-System y del conocido Come to Your Senses. También es coautora de la teoría y las técnicas del sistema de identidad. ...



Editorial	DESCLEE DE BROUWER S.A., EDITORIAL
Materia	PSICOLOGIA
Colección	SERENDIPITY
EAN	9788433026279
Status	Disponible
Encuadernación	Otros
Páginas	368
Tamaño	140x210x21 mm.
Peso	456
Precio (Imp. inc.)	25,00€
Fecha de lanzamiento	20/03/2013

Títulos relacionados



A LA BUSQUEDA DE NUESTRO GENIO INTERIOR nº 61
FLANAGAN, KEVIN



A CORAZON ABIERTO. nº 62
JIMENEZ H.-PINZON, FERNANDO



EN VISPERAS DE MORIR nº 63
CABODEVILLA, IOSU



POR QUE NO LOGRO SER ASERTIVO? nº 64
CASTANYER, OLGA