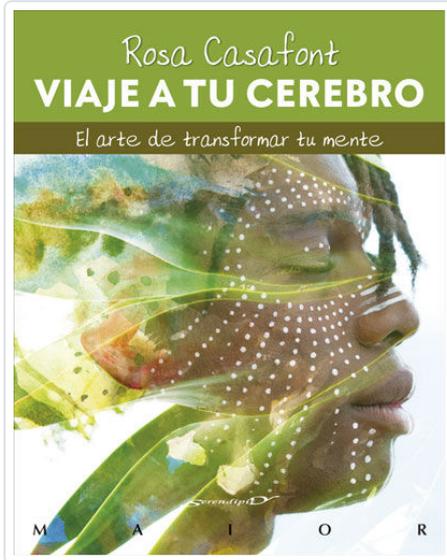


VIAJE A TU CEREBRO Nº 69



CASAFONT I VILAR, ROSA

SINOPSIS

En esta obra, la autora describe un método propio, el Método Thabit, orientado a la reestructuración cognitiva y a la gestión emocional y del comportamiento, partiendo de un autoconocimiento neurobiológico, estructural, funcional y de capacidad. Ejercer este arte te resultará un reto ilusionante. Te facilita el conocimiento, desde las bases científicas, de qué hacer y cómo hacerlo sencillo y ameno, poniendo a tu disposición herramientas para que dirijas la transformación de las redes neurales que sustentan tu vivencia. Si crees que merece la pena conocer capacidades para dirigir tu vida de forma saludable, tienes que leer este libro. Si crees que tu carácter ya está formado y que a cierta edad ya no puedes hacer cambios significativos en él, tienes que leer este libro. Si crees que los genes nos determinan y que el margen de maniobra que tenemos para cuidar nuestra salud y nuestras relaciones es reducido, es una entre otras muchas razones por las que, junto a la autora, debes explorar tu cerebro. A través de este viaje apasionante, que te dejará huella, conseguirás abrir la mirada a nuevas posibilidades para crear tu proyecto vital. Rosa Casafont i Vilar es licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad Autónoma de Barcelona. Cursó estudios de música en el Conservatorio de Música de Barcelona, estudios de dirección en la Escuela Superior de Administración y Dirección de Empresas ESADE y es Máster en Neurociencias por la Universidad de Barcelona. Es médico asistencial, formadora y escritora. Su ejercicio profesional implica llevar la Neurociencia aplicada a los diferentes ámbitos de actividad, sanitario, educativo y social, formando a docentes, familias y profesionales de cualquier disciplina mediante el Método Thabit. Forma parte del equipo docente de diversos másters y posgrados Universitarios. Como profesional de la salud y comprometida con la educación, dice tener la suerte de ejercer su vocación, la Medicina, y a la vez su pasión, las Neurociencias. ...



Editorial	DESCLEE DE BROUWER S.A., EDITORIAL
Materia	PSICOLOGIA
Colección	SERENDIPITY MAIOR
EAN	9788433031174
Status	Disponible
Páginas	408
Tamaño	170x220x21 mm.
Peso	654
Precio (Imp. inc.)	29,00€
Fecha de lanzamiento	10/10/2020

Títulos relacionados



VOCES DEL CUERPO, LAS Nº 8
BRADDOCK



QUIEN SOY ? Nº 72
SALVADOR, MARIO/BOURQUIN,
PETER



VIDA MAESTRA, LA. Nº 14
TORO, JOSE MARIA