



El cuerpo lleva la cuenta

Cerebro, mente y cuerpo en la superación del trauma

Autor: Bessel Van Der Kolk, M.D.

Editorial: Editorial Eleftheria

ISBN: 9788412067194

Páginas: 502

Dimensiones: 15.5 x 23.5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 28,00 €

NUEVA EDICIÓN

Al hablar de comprender el impacto de los traumas y de poder seguir creciendo a pesar de unas experiencias vitales abrumadoras, Bessel van der Kolk lidera el camino con su conocimiento global, su valentía clínica y sus estrategias creativas para ayudarnos a sanar. El cuerpo lleva la cuenta permite a los lectores en general comprender de una forma innovadora los complejos efectos de los traumas, y constituye una guía sobre una amplia variedad de enfoques basados en la ciencia no solo para reducir el sufrimiento, sino para ir más allá de la mera supervivencia y para prosperar.

Daniel J. Siegel, MD, profesor clínico, Facultad de Medicina de UCLA, autor de El cerebro del niño, Tormenta cerebral: el poder y el propósito del cerebro adolescente, Disciplina sin lágrimas y Ser padres conscientes.

"Fascinante exploración de una amplia gama de tratamientos terapéuticos que muestra a los lectores cómo hacerse cargo del proceso de sanación, recuperar una sensación de seguridad y encontrar la salida al atolladero del sufrimiento".

Francine Shapiro, PhD, creadora de la terapia EMDR; investigadora sénior, Emeritus Mental Research Institute; autora de Supera tu pasado.

"Esta obra maestra de Dr. van der Kolk combina la curiosidad sin límites del científico, la erudición del docto y ...