

## Transformar el trauma

Programa para sanar y recobrar la plenitud después del trauma

Gordon, James S.

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484458883

Páginas: 480

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 19,90 €

Colección: Psicoemoción



### SINOPSIS

El Dr. James Gordon, fundador y director ejecutivo del Centro de Medicina Cuerpo-Mente (Center for Mind-Body Medicine), ha desarrollado un programa de gran efectividad para el tratamiento del trauma psicológico. Su colaboración con 130 facultades internacionales le ha permitido llevarlo a sectores de población muy diversos, como refugiados de guerra de diferentes zonas del mundo, supervivientes de tiroteos escolares —docentes, estudiantes y padres—, o bomberos y militares y sus respectivos familiares, entre otros. Gordon también ha trabajado con niños y niñas de barrios desfavorecidos, amas de casa, profesionales sometidos a una gran presión en el trabajo y personas de todas las edades afectadas por trastornos mentales o físicos, o próximas al fin de sus días. *Transformar el trauma* nos embarca en un viaje de compasión y sanación y nos presenta el programa holístico que encierra las claves para aliviar el estrés, la ansiedad y el miedo. A lo largo de décadas de trabajo como terapeuta, el Dr. Gordon comprobó que todos tenemos la capacidad de convertirnos en nuestros propios sanadores cuando el trauma hace mella en nosotros, y que la devastadora desolación que lo acompaña puede ayudarnos a abrir nuestro corazón y nuestra mente a un amor más intenso, una ...