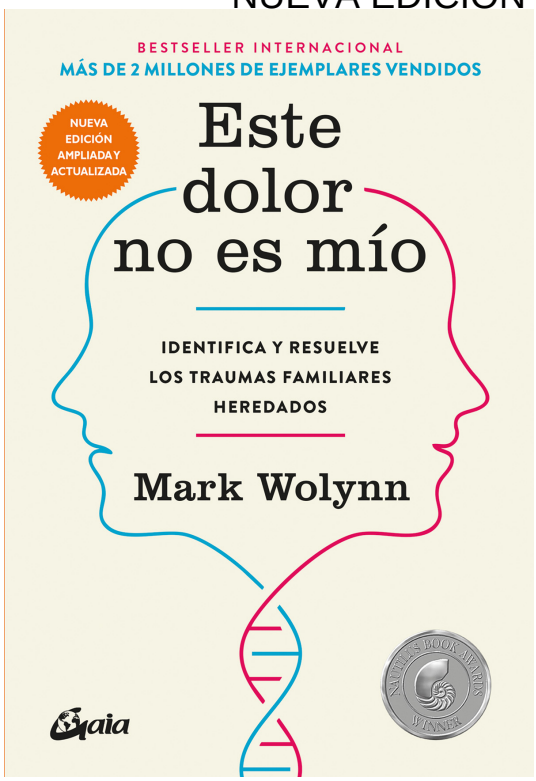
NUEVA EDICIÓN



Este dolor no es mío

Identifica y resuelve los traumas familiares heredados

Mark

Editorial: Gaia Ediciones
ISBN: 9788411082778
Páginas: 352
Dimensiones: 14,5 x 21 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 17,95 €
Coleccion: Psicoemoción

SINOPSIS

NUEVA EDICIÓN AMPLIADA Y ACTUALIZADA El fenómeno editorial que ha conquistado a millones de lectores de todo el mundo, ahora con contenido actualizado y un nuevo capítulo DEPRESIÓN. ANSIEDAD. DOLORES CRÓNICOS. FOBIAS. PENSAMIENTOS OBSESIVOS La evidencia científica muestra que los traumas pueden ser heredados. Existen pruebas fiables de que muchos problemas crónicos o de largo plazo pueden no tener su origen en nuestras vivencias inmediatas o en desequilibrios químicos de nuestro cerebro, sino en las vidas de nuestros padres, abuelos o bisabuelos.
Mark Wolynn, fundador y director del Instituto de Constelaciones Familiares (FCI) y pionero en el estudio de los traumas familiares heredados, presenta en *Este dolor no es mío* un enfoque transformador que permite resolver problemas crónicos que no han podido ser aliviados mediante la terapia tradicional, los medicamentos u otras medidas. **Uno de los mejores libros sanadores sobre trauma, TEPT y salud mental según Oprah Daily, Book Riot, Healthline, Cosmopolitan y Men's Health**
Ganador del Premio Nautilus en Psicología
Finalista del Premio Books for a Better Life