

El reflejo de nuestras emociones

La decodificación de los sentimientos a través del cine

Wolder Helling, Ángeles

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484457886

Páginas: 288

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,95 €

Colección: Psicoemoción



SINOPSIS

Por diferentes razones, desde pequeños aprendemos a callar nuestras emociones, a no expresar lo que nos pasa, y menos aún delante de los demás. Tal aprendizaje acaba convirtiéndonos en expertos en reprimir lo que nos duele, nos provoca miedo, ira, tristeza o desesperanza, todos ellos sentimientos complejos que guardamos celosamente en nuestro interior. La represión continúa hasta que algo despierta estas dolorosas vivencias y nos permite integrarlas.

Afortunadamente contamos con un recurso formidable para obrar el milagro de reconectar parcelas de nuestra historia que han quedado bloqueadas en el tiempo. Esa herramienta es el cine.

El reflejo de nuestras emociones te propone conocer la Descodificación Biológica de tus sentimientos a través de más de 200 películas en las que podrás ver reflejada tu propia historia y descubrir así cuál es el conflicto que ha modelado tu camino de vida, para que, en caso de que lo desees, puedas escoger otra manera de vivir.