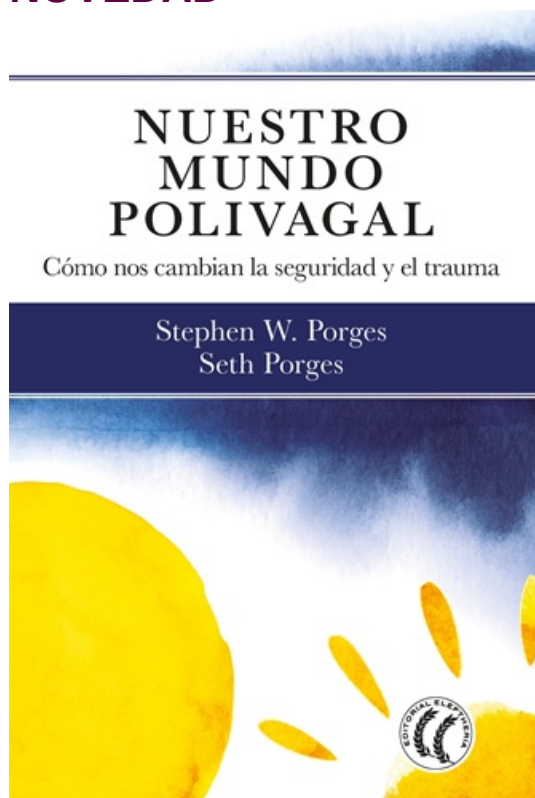


NOVEDAD**Nuestro mundo polivagal**

Cómo nos cambian la seguridad y el trauma

Editorial: Editorial Eleftheria

ISBN: 9791399028751

Páginas: 268

Dimensiones: 15,5 x 23,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 25,00 €

SINOPSIS

Desde que Stephen Porges propuso la teoría polivagal en 1994, su premisa fundamental —que el nivel de seguridad que experimentamos impacta directamente en nuestra salud y felicidad— ha revolucionado el modo en que investigadores y terapeutas abordan el trauma. Sin embargo, hasta ahora su obra había permanecido reservada a textos clínicos y terminología científica fuera del alcance del público general. Nuestro mundo polivagal cambia eso. Coescrito con su hijo Seth Porges —periodista y cineasta—, presenta de manera clara los principios de la teoría polivagal, haciéndoles comprensibles para todos. Este libro demuestra cómo sus aplicaciones prácticas pueden beneficiar a cualquier persona que desee vivir de forma más plena, saludable y feliz. Lo que emerge de estas páginas es una visión del mundo llena de optimismo y esperanza.