

editorial **K**airós

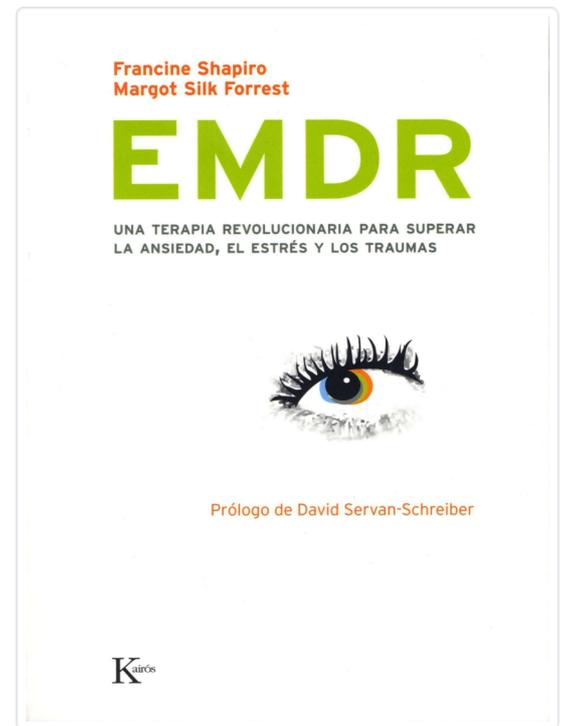
Shapiro, Francine

**EMDR**

## Una terapia revolucionaria para superar la ansiedad

A veces, las experiencias negativas permanecen sin digerirse adecuadamente, dejando un residuo emocional que acaba gobernando nuestra vida cotidiana. En tal caso, el sujeto queda atrapado en el trauma y, a menudo, requiere ayuda externa para ponerse nuevamente en marcha. Ahí es, precisamente, donde entra en juego la EMDR. Aclamado como el método psicoterapéutico más importante que ha aparecido en la últimas décadas, la EMDR ha resultado de total eficacia en el tratamiento de problemas y enfermedades psicológicas desde la depresión hasta la fobia, las pesadillas recurrentes, la tristeza y los trastornos de estrés postraumático en dos millones de personas de todo el mundo.

Este libro explica en qué consiste la EMDR y sus diferentes aplicaciones, y reúne una serie de testimonios de personas que han sido tratadas con esta revolucionaria técnica.



<b>Editorial</b>	Kairós
<b>Colección</b>	Psicología
<b>Encadernación</b>	Tapa blanda o rústica
<b>Páginas</b>	568
<b>Tamaño</b>	200x130x30 mm.
<b>Peso</b>	598
<b>Idioma</b>	Español
<b>Tema</b>	Psicología, pedagogía, autoayuda
<b>EAN</b>	9788472456730
<b>PVP</b>	27,00 €
<b>PVP sen IVE</b>	25,96 €

