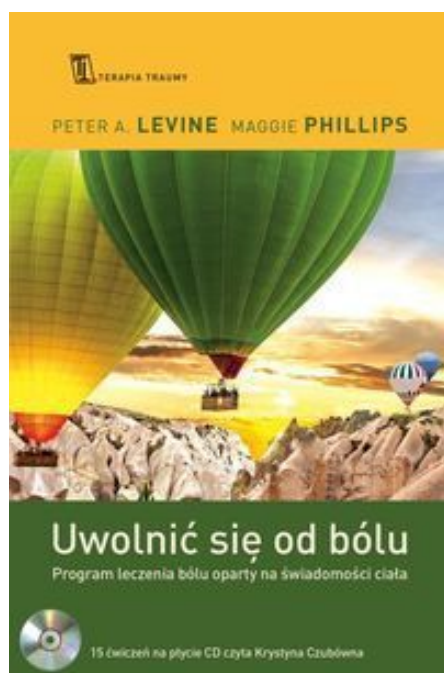


UWOLNIĆ SIĘ OD BÓLU Program leczenia bólu oparty na świadomości ciała



Cena: 29,75 PLN

Opis słownikowy

Autor	Peter Levine
ISBN	978-83-8015-136-9
Rok wydania	2016
Wydawca	Wydawnictwo Czarna Owca
Wysyłamy	Wysyłamy w 24h (w następny dzień roboczy)

Tabela cech produktu

Wydanie	1
Oprawa	Miękka
Ilość Stron	208
Format	13.5x20.5cm

Opis produktu

Poznasz sprawdzone strategie uwalniania się od bólu. Nauczysz się krok po kroku odnajdować w ciele zasoby, dzięki którym nie tylko ukoisz ból, ale także rozwiążesz problemy stanowiące przyczyny cierpienia. Kluczowe znaczenie ma przy tym trauma uwięziona w ciele. Uzdrawiające porozumienie z własnym ciałem pomoże Ci pokonać ból, uleczyć traumę i cieszyć się pełnią życia.

Program leczenia bólu oparty na świadomości ciała przeznaczony jest dla osób dotkniętych przewlekłym bólem oraz ich bliskich. Stanowi uzupełnienie leczenia i jest użytecznym narzędziem psychoedukacji dla psychoterapeutów, specjalistów terapii traumy, fizjoterapeutów, rehabilitantów, anestezjologów i specjalistów leczenia bólu, pracowników hospicjów i terapeutów pracy z ciałem.

Do książki dołączona jest płyta CD z ćwiczeniami prowadzonymi przez autorów.

Byskotliwa, praktyczna, mądra i niezwykle użyteczna książka. Gorąco polecam.

Jack Kornfield, autor A Path with Heart

Lektura dla wszystkich, którzy pragną uwolnić się od bólu. Przeczytałem dziesiątki książek o leczeniu bólu i uzdrawiających możliwościach umysłu, ale ta jest zdecydowanie najlepszą z nich.

doktor Steven Gurgevitch, wykładowca medycyny klinicznej w Arizona Center for Integrative Medicine

Dr Peter A. Levine – wybitny psycholog, od 50 lat zajmuje się stresem i traumą. Twórca Somatic Experiencing (doświadczenia somatycznego) – oryginalnej metody leczenia traumy odwołującej się do świadomości ciała.

Dr Maggie Phillips – psycholog kliniczny i terapeutka. Specjalizuje się w medycynie psychosomatycznej, klinicznym zastosowaniu hipnozy, terapii traumy, zaburzeń dysocjacyjnych oraz w leczeniu przewlekłego bólu.