



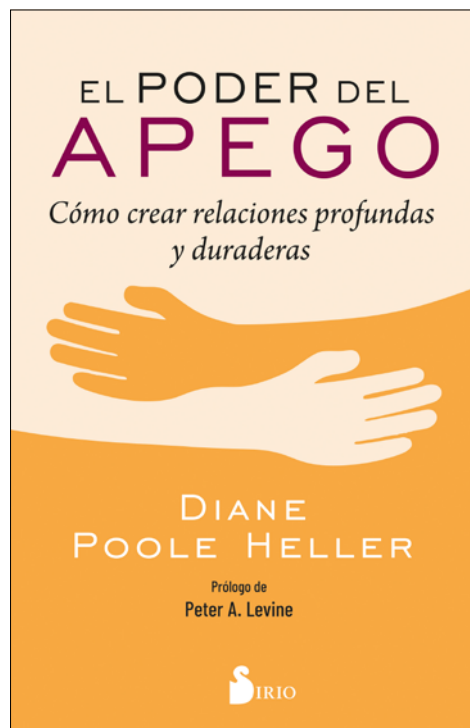
TRABAJAR EL APEGO PARA CREAR RELACIONES SEGURAS Y SANAR EL TRAUMA



La autora

La **Dra. Diane Poole Heller** es una reconocida experta en el área de los modelos y la teoría del apego, la resolución de traumas y las técnicas de sanación integrativa para niños y adultos. Ha desarrollado su propia formación sobre el apego en adultos, que actualmente se enseña a terapeutas de todo el mundo. Comenzó su trabajo con Peter Levine, fundador del Somatic Experiencing® Trauma Institute (SETI) en 1989, ha impartido cursos de Somatic Experiencing (SE) internacionalmente durante más de 20 años y se ha convertido en una de las integrantes más destacadas del profesorado del SETI.

www.dianepooleheller.com



Título: *El poder del apego*.
Subtítulo: *Cómo crear relaciones profundas y duraderas*.
Autora: Diane Poole Heller.
P. sin IVA: 13,41€ PVP: 13,95 €
Tamaño: 15 x 23 cm Nº págs: 260
THEMA: VFJQ1 BISAC: SEL043000
Encuadernación: Rústica Categoría: A
ISBN: 9788419105233

CLAVES DE VENTA

- ✓ **Peter A. Levine** fue el maestro de la autora y escribe el prólogo de esta obra.
- ✓ El estilo de apego aprendido durante la infancia nos lleva a establecer relaciones tóxicas y de abuso, con este libro aprendemos a **reconectar con el apego seguro**.
- ✓ La teoría del apego está en la base de la **sanación del trauma** y este es un tema de **gran interés** actualmente.



TAGS

PSICOLOGÍA // APEGO // TRAUMA // PTSD // ESTRÉS
POSTRAUMÁTICO // ESTRÉS // ANSIEDAD
DEPRESIÓN // PÁNICO // TERAPIA // LEVINE
PORGES // RELACIONES // VÍNCULO // CRIANZA
GESTALT // NEUROPSICOLOGÍA // RESILIENCIA
INFANCIA // APEGO SEGURO // BOWLBY // ABANDONO



Sinopsis

Desde los primeros años, desarrollamos un estilo de apego que nos acompaña durante toda la vida y que se refleja en nuestro panorama emocional diario, nuestras relaciones y la forma en que nos sentimos con nosotros mismos. En *El poder del apego*, la doctora Diane Poole Heller, una pionera en la teoría del apego y la resolución de traumas, muestra cómo las experiencias que nos sobrepasan pueden alterar nuestras conexiones más importantes: con nuestro ser interior, con el mundo físico que nos rodea y con los demás. La buena noticia es que podemos recuperarnos y reconectar a todos los niveles, independientemente de nuestro pasado. Este libro incluye perspectivas y prácticas clave que te ayudarán a:

- Restablecer las conexiones interrumpidas debido a un trauma
- Sentirte enraizado en tu cuerpo
- Integrar las partes de tu ser que están heridas y fragmentadas
- Trascender el dolor, el miedo y la impotencia para recuperar la fuerza, la alegría y la resiliencia
- Recuperar el acceso a tus recursos internos y a tu naturaleza espiritual.

Libros relacionados:

