

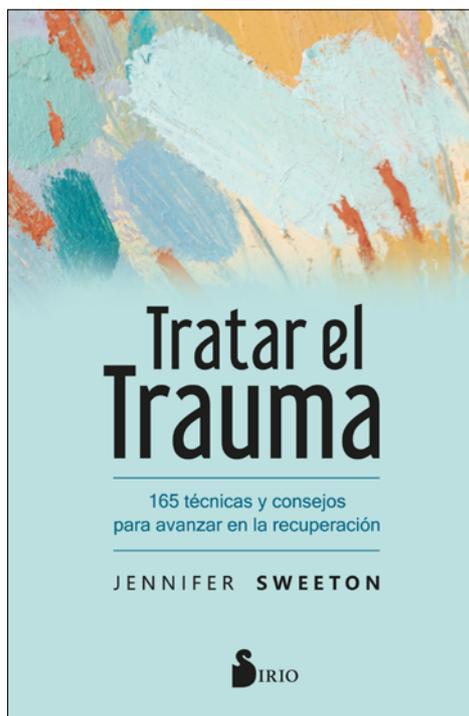


# 165 TÉCNICAS PARA SANAR EL TRAUMA CON NEUROPSICOLOGÍA



## La autora

La doctora **Jennifer Sweeton** es psicóloga clínica y reconocida experta en el tratamiento de la ansiedad y el trauma, los trastornos específicos de la mujer y las bases neurológicas de la salud mental. Realizó su formación doctoral en la Facultad de Medicina de la Univ. de Stanford, la Escuela de Psicología del Pacífico y el Centro Nacional para el Trastorno por Estrés Postraumático (E.E.U.U.). Tiene además un máster en neurociencia afectiva por la Univ. de Stanford y estudió genética del comportamiento en la Univ. de Harvard. La doctora Sweeton reside en el área metropolitana de Kansas City, donde dirige su clínica Kansas City Mental Health Associates.



Título: *Tratar el trauma.*  
Subtítulo: *165 técnicas y consejos para avanzar en la recuperación.*  
Autora: Jennifer Sweeton.  
P. sin IVA: 18,22€ PVP: 18,95€  
Tamaño: 15 x 23 cm Nº págs: 436  
THEMA: VFJQ1 BISAC: SEL043000  
Encuadernación: Rústica Categoría: A  
ISBN: 9788418531897

## CLAVES DE VENTA

- ✓ Para lectores de *El cuerpo lleva la cuenta* y *La teoría polivagal*.
- ✓ Obra enfocada a la **psicoterapia aplicada**, con herramientas y técnicas prácticas.
- ✓ Basándonos en la **neurociencia** podemos recablear nuestro cerebro y recuperarnos del trauma.
- ✓ La **salud mental** es una prioridad en nuestra sociedad y el trauma provoca ansiedad, estrés crónico, bloqueos, depresión, ataques de pánico, etc.
- ✓ El abordaje terapéutico de las heridas pasadas y ocultas es un tema de altísimo interés.
- ✓ Es un **botiquín** de remedios prácticos para el trauma.

## TAGS

PSICOLOGÍA // NEUROCIENCIA  
NEUROPSICOLOGÍA // PSICOTERAPIA // TRAUMA  
SALUD MENTAL // ESTRÉS POST TRAUMÁTICO  
PTS // TÉCNICAS CORPORALES // TCB  
TEORÍA POLIVAGAL // TERAPIA COGNITIVO  
CONDUCTUAL // DEPRESIÓN // ANSIEDAD  
TOC // PÁNICO // BESEL VAN DER KOLK  
NEUROPLASTICIDAD // LEVINE



## Sinopsis

Las últimas investigaciones de neurociencia y psicoterapia han demostrado que podemos *recablear* el cerebro para facilitar la superación del trauma. La doctora Jennifer Sweeton, psicóloga experta en trauma y neurociencia, profundiza en este enfoque mostrando cómo técnicas de tratamiento sencillas y fáciles de implementar pueden resultar muy eficaces.

En este libro encontrarás:

- Una hoja de ruta del tratamiento del trauma, basada en la neurociencia.
- Técnicas y ejercicios basados en la respiración y el movimiento corporal.
- Herramientas cognitivas.
- Estrategias novedosas.
- Fichas psicoeducativas.

## Libros relacionados:

