



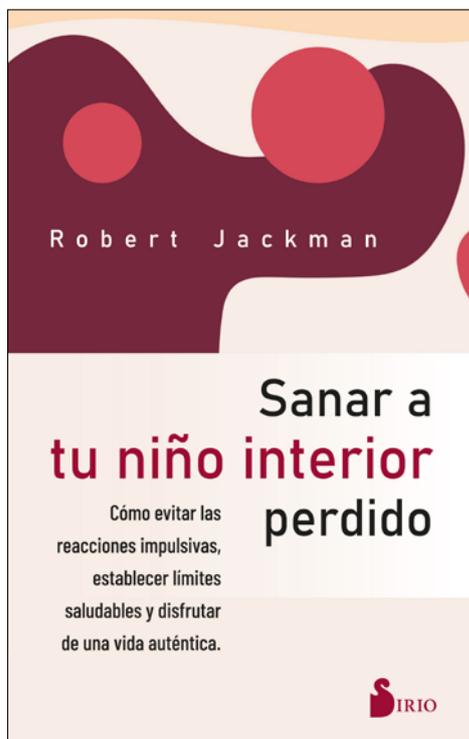
LAS EMOCIONES HERIDAS EN LA INFANCIA SE MANIFIESTAN EN LA EDAD ADULTA; RECONÓCELAS Y SANA TU DOLOR



El autor

Robert Jackman es un psicoterapeuta certificado por la National Board of Certified Counselors que ha ayudado a muchas personas en su camino de sanación durante más de veinte años. Además de su consulta privada, ha impartido clases de nivel de maestría en la National Louis University, ha dirigido grupos de pacientes externos en hospitales, ha impartido conferencias sobre atención plena, hipnoterapia, codependencia y el papel de la espiritualidad en la curación. Robert es también un maestro de reiki que utiliza la psicología de la energía en su consulta y se considera a sí mismo un codependiente en fase de recuperación, trabaja siempre en el establecimiento de límites, el discernimiento y la conexión con su auténtico yo.

www.theartofpracticalwisdom.com



Título: *Sanar a tu niño interior perdido.*
Subtítulo: *Cómo evitar las reacciones impulsivas, establecer límites saludables y disfrutar de una vida auténtica.*
Autor: Robert Jackman
P. sin IVA: 14,90 €
Tamaño: 15 x 23 cm
THEMA: VFJQ
Encuadernación: Rústica
ISBN: 9788419105790

PVP: 15,50 €
Nº págs: 304
BISAC: SEL043000
Categoría: A

CLAVES DE VENTA

- ✓ Para lectores de Gabor Maté, Nicole LePera, Mark Wolynn o Lindsay C. Gibson.
- ✓ Obra muy valorada, #5 del ranking global en Niño interior y #32 en familias disfuncionales.
- ✓ El niño interior perdido arrastra una **narrativa falsa** que se ha repetido desde la infancia.
- ✓ Las **emociones heridas** en la infancia, se manifiestan en la edad adulta en forma de ira explosiva, aislamiento, malas elecciones en las relaciones, diálogo interno negativo, autosabotaje, etc.
- ✓ Cómo acceder a la herida original para reconocer y sanar tu dolor.

TAGS

TRAUMA // APEGO // NARCISISMO // ABUSO TÓXICO // DISFUNCIONAL // AUTOAYUDA PSICOTERAPIA // PSICOLOGÍA // PTSD // ANSIEDAD ABANDONO // GABOR MATÉ // RELACIONES VÍNCULO // CRIANZA // CODEPENDENCIA



Sinopsis

La mayoría de las personas no se dan cuenta de cuánto dolor emocional no resuelto llevan consigo. No saben por qué siempre se sienten deprimidos, ansiosos, victimizados o desilusionados. Se preguntan por qué siguen tomando las mismas decisiones impulsivas de autosabotaje. Estos patrones a menudo se derivan de su niño interior perdido, que lleva una narrativa falsa que se ha repetido desde la infancia. Las emociones heridas que resultan de las experiencias infantiles de abuso, negligencia o trauma aparecen en la edad adulta como ira explosiva, aislamiento, malas elecciones de relación, diálogo interno negativo, sentimientos de estar abrumado, necesidad de complacer a los demás o mantenerlos a distancia. En este libro, el psicoterapeuta Robert Jackman, nos invita a realizar un viaje personal para explorar las heridas no resueltas de la infancia. Cada capítulo nos acercará suavemente a esa herida original para que puedas reconocerla y, finalmente, sanar tu dolor.

Libros relacionados:

