



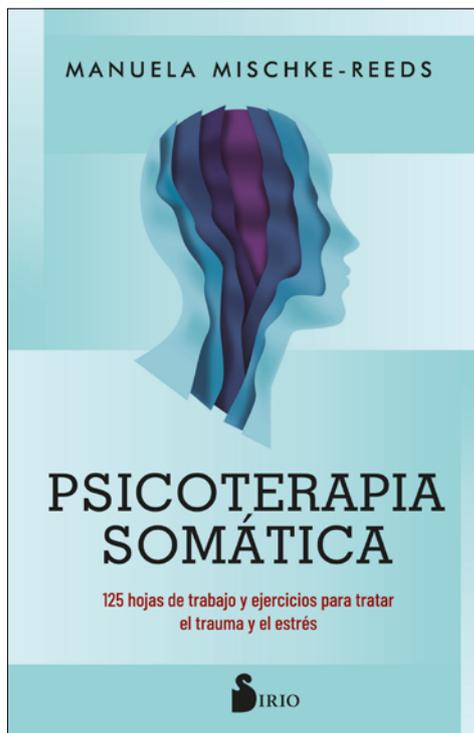
# HERRAMIENTAS PSICOSOMÁTICAS PARA LA GESTIÓN DEL TRAUMA Y EL ESTRÉS. MANUAL PARA TERAPEUTAS



## La autora

**Manuela Mischke-Reeds**, máster en Humanidades y licenciada en terapia familiar y psicoterapia somática, imparte conferencias a nivel internacional, atiende una consulta y forma a profesionales del sector de la salud, así como de entornos corporativos, sobre el estrés, el trauma, la atención plena y el bienestar. También es escritora, codirige el Instituto Hakomi de California y es la creadora de la formación *From Trauma to Dharma* destinada a profesionales de la salud.

[www.manuelamischkereeds.com](http://www.manuelamischkereeds.com)



Título: *Psicoterapia somática*  
Subtítulo: *125 hojas de trabajo y ejercicios para tratar el trauma y el estrés*  
Autora: Manuela Mischke-Reeds  
P. sin IVA: 19,18 € PVP: 19,95 €  
Tamaño: 15 x 23 cm Nº págs: 448  
THEMA: VFJQ3 BISAC: SEL043000  
Encuadernación: Rústica Categoría: B+  
ISBN: 9788419685759

## CLAVES DE VENTA

- ✓ **PARA QUIÉN:** Lectores de *El cuerpo lleva la cuenta*, *Este dolor no es mío* o Gabor Mate. También para psicoterapeutas y profesionales de la psicología clínica.
- ✓ Es un **libro de trabajo**, eminentemente práctico para que quienes se dedican al ámbito de la psicoterapia puedan incorporar las herramientas somáticas a su práctica.
- ✓ Este enfoque para el **tratamiento del estrés** y el **trauma** es el que se está imponiendo hoy en día.

## TAGS

TRAUMA // POLIVAGAL // PSICOSOMÁTICA  
APEGO // PTSD // ESTRÉS POSTRAUMÁTICO  
ANSIEDAD // DEPRESIÓN // ESTRÉS // SALUD MENTAL  
PSICOTERAPIA // EMDR // CUERPO //  
CORPORIZACIÓN // CONCIENCIA CORPORAL  
PSICOLOGÍA CLÍNICA



## Sinopsis

Con más de veinticinco años de experiencia clínica, Manuela Mischke-Reeds ha creado el recurso de referencia para los terapeutas de salud mental que deseen incorporar técnicas somáticas a su labor. Comprender la inteligencia de nuestro propio cuerpo es fundamental para acceder y conservar la salud mental y el bienestar. En estas páginas la autora muestra cómo toda persona puede acceder a su propia salud y sabiduría corporal inherente a pesar de cualquier factor de estrés emocional o trauma del pasado. De manera ordenada, este manual de trabajo guía al terapeuta en un amplio abanico de aspectos: intervenciones somáticas específicas para el trauma, el estrés y el trastorno de estrés posttraumático; pasos para que puedas incorporar el cuerpo al enfoque terapéutico que ya estás utilizando; técnicas de *mindfulness* y de trabajo con la respiración; pautas para empezar, cuestiones de seguridad y claves para el éxito de la terapia. Tanto si te acercas por primera vez al ámbito somático como si eres un terapeuta experimentado en este campo, estas herramientas tendrán un gran impacto en tu trabajo.

## Libros relacionados:

