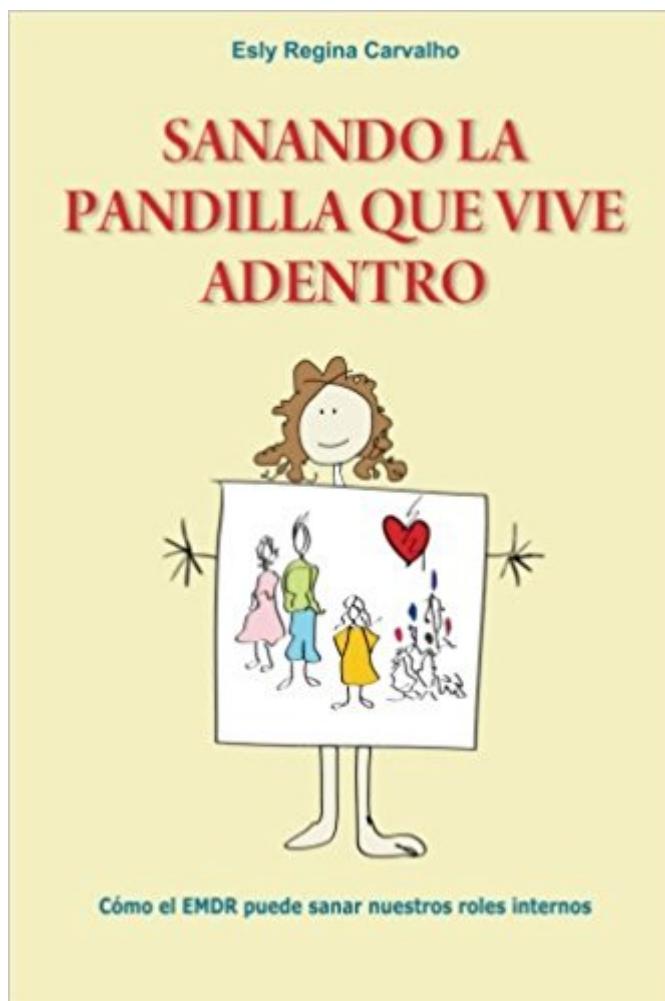


The book was found

# Sanando La Pandilla Que Vive Adentro: Cómo El EMDR Puede Sanar Nuestros Roles Internos (Spanish Edition)



## Synopsis

Te ha pasado que a veces no entiendes tus reacciones, emociones o pensamientos? ¿Como que se alguien hubiera secuestrado el asiento de motorista de tu vida y y acabas por hacer algo tonto? ¿Te arrepientes de tu respuesta? Hay momentos que no haces sentido aÃ³n para ti? QuizÃ¡s un rol interno, herido, asumiÃ© el control de tu vida y no te diste cuenta? Este libro te puede ayudar a hacer algo a respecto de ello. Utilizar la nueva terapia de EMDR para tratar nuestra Pandilla Interna ha permitido juntar lo mejor de la terapia de reprocesamiento con terapia de roles para sanar los traumas y recuerdos dolorosos. Escrito en lenguaje popular, lleno de viÃ©tas de los casos de la autora (psicÃ³loga renomada), darÃ¡ a sus lectores mucha informaciÃ³n sobre trauma emocional y porquÃ© debemos tratar los recuerdos difÃ©ciles. De una manera entretenida, pero informativa, ilustra como nuestros roles internos pueden mandar en nuestras vidas - para mejor o peor. Este libro tiene como propuesta identificar la existencia de la Pandilla Interna - aquellos personajes que viven adentro de todos y que dirigen nuestras vidas, tales como la Miedosita, el Adolescente en Crisis, el NiÃ±o Asustado, el Mentiroso (que miente Ã¡ hasta para mÃ¡s!). Veremos cÃ³mo nacen estos roles y se desarrollan dentro de nosotros, cuÃ¡l la funciÃ³n que cumplen en nuestras vidas, sus interacciones y algunas maneras de sanar los personajes heridos de nuestra Pandilla Interna que nos impiden de vivir plenamente. La Ã©nfasis especial en este proceso de sanaciÃ³n es en la nueva terapia de reprocesamiento para sanar traumas, EMDR - Eye Movement Desensitization and Reprocessing. TambiÃ©n se aprende a celebrar los roles que nos edifican y nos sirven de recursos positivos. Tenemos como propuesta desarrollar la "polÃtica de la buena convivencia" pero ahora con los personajes que viven adentro, nuestra Pandilla Interna. En este libro le explicamos cÃ³mo: cÃ³mo los roles se desarrollan dentro de nosotros el trauma y los recuerdos difÃ©ciles impiden el buen desarrollo mientras crecemos esto impacta nuestras vidas quÃ© podemos hacer para sanar. TÃ©tulos de los capÃ©tulos: Prefacio La MetÃ¡fora del Trauma: Recuerden a la Mujer de Lot El trauma y sus consecuencias EMDR " Eye Movement Desensitization and Reprocessing Play of Life y EMDR: Negociando la inter-relaciÃ³n de la Pandilla Interna La SesiÃ³n de Mariana: Habla la Pandilla Interna Conclusiones Sobre este libro Acerca de la Autora FormaciÃ³n e InformaciÃ³n Disponible tambiÃ©n en inglÃ©s (Healing the Folks Who Live Inside) y portuguÃ©s (Curando a Galera que Mora LÃ¡s Dentro).

## Book Information

Paperback: 88 pages

Publisher: CreateSpace Independent Publishing Platform (May 3, 2012)

Language: Spanish

ISBN-10: 1475171056

ISBN-13: 978-1475171051

Product Dimensions: 6 x 0.2 x 9 inches

Shipping Weight: 6.6 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 4.6 out of 5 stars • See all reviews (14 customer reviews)

Best Sellers Rank: #164,263 in Books (See Top 100 in Books) #38 in Books > Libros en español > Medicina #59 in Books > Libros en español > Ciencia #82 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Psicología - a y Consejería - a

## Customer Reviews

Good introduction for the psychoeducation and understanding of personality integration therapies and techniques. As a Schema Therapist Trainee I found it interesting and related with the Modes concept.

Todos nosotros tenemos una "vida interior" • con distintos personajes que desean ser oídos y sentidos. Esas voces claman debido a experiencias dolorosas, fracasos personales e heridas causadas por otras personas. Identificar esos personajes que compiten por nuestra atención es el inicio de la resolución de las cosas de nuestro pasado que nos quieren hacer daño. Este pequeño libro nos ayuda mucho para entender a quién está hablando dentro de nuestra cabeza y corazones, y porqué •. No tenemos que obedecer a esas voces ni ser esclavos de nuestro pasado. Dios nos da gracias cuando ponemos nuestra atención en Aquel que sana todo dolor y nos trae vida abundante. El libro es una lectura rápida pero vale la pena.

Este libro es muy agradable de leer, de fácil comprensión y da una muy clara explicación sobre nuestros roles internos y las nuevas terapias de reprocesamiento que están revolucionando el campo de la psicoterapia. Excelente para profesionales y laicos. Me gustó mucho!

Es un excelente recurso para los que trabajan con personas "congeladas por el dolor o el trauma". La autora señala muchas de las dificultades para que la gente sea más sana, y la manera de ayudar

He leído el libro, Sanando la Pandilla que Vive Adentro unas tres veces y siempre encuentro

contenidos nuevos! Es un libro de fÁjcil interpretaciÃ n aunque para los que no son psicÃ logos. Es una forma ligera de entender nuestra pandilla interna y aprender a lidiar con ella. Super recomiendo!

Este libro ofrece una excelente introducciÃ n para clientes y terapeutas! La idea de explorar los conceptos de roles internos a los cuales todos tenemos acceso nos ayuda a entender mejores formas de lidiar con nuestra multiplicidad emocional.

Me parece un libro excelente y espectacular tanto como para los que trabajamos con EMDR como para los que no lo conocÃ amos anteriormente de comprender las complejidades del trauma y del ser humano!

[Download to continue reading...](#)

Sanando la Pandilla que Vive Adentro: CÃƒÂ mo el EMDR puede sanar nuestros roles internos (Spanish Edition) Los 7 hÃƒÂ;jibitos de los niÃƒÂ;os felices: Ã¡ Visita a la pandilla de Los 7 Robles y descubre cÃƒÂ mo cada niÃƒÂ; o puede ser un niÃƒÂ; o feliz! (Spanish Edition) Leadership Roles and Management Functions in Nursing: Theory and Application (Marquis, Leadership Roles and Management Functions in Nursing) Usted puede sanar su vida Como Hablar para que los Ninos Escuchen y Como Escuchar para que los Ninos Hablen (Spanish Edition) Como Hablar para que los Adolescentes Escuchen y Como Escuchar para que los Adol (Spanish Edition) Como Hablar Para Que los Ninos Escuchen y Como Escuchar Para Que los Ninos Hablen = How to Talk So Kids Will Listen & Listen So Kids Will Talk (Spanish Edition) Mis pedazos rotos: Sanando las heridas del abuso sexual a travÃƒÂ;s de la fÃƒÂ;la, la familia y el amor (Spanish Edition) CÃƒÂ mo se construye un policÃƒÂ;a: La Federal desde adentro (SociologÃƒÂ;a y PolÃƒÂ;tica) (Spanish Edition) BotiquÃƒÂ;n de Primeros Auxilios de Aromaterapia: Descubra CÃƒÂ mo Sanarse Desde Adentro Hacia Afuera Utilizando Remedios De Aromaterapia Naturales Probados A TravÃƒÂ;s Del Tiempo (Spanish Edition) Usted sÃƒÂ;a- puede ser feliz pase lo que pase: You Can Be Happy - Spanish (Spanish Edition) La profecÃƒÂ;a de AztlÃƒÂ;n: La ciudad perdida de los aztecas encierra un laberinto de secretos que puede cambiar el rumbo de la historia (Saga HÃƒÂ;rcoles y Lincoln nÃ 3) (Spanish Edition) Festival De Cuentos- Compartir La Lectura De Un Cuento Puede Ser Un Bonito Momento Familiar. Con Estas Historias Puedes Contribuir a Que El NiÃƒÂ; o Se Relaje ... MÃƒÂ;s Placentero El SueÃƒÂ;o. (Spanish Edition) Pobre cerebro: Los efectos de la pobreza sobre el desarrollo cognitivo y emocional, y lo que la neurociencia puede hacer para prevenirlo (Singular) (Spanish Edition) Vive tu vida al rojo vivo (Make Your Life Prime Ti):

Secretos para triunfar en todo (Atria Espanol) (Spanish Edition) Meditacion Para La Relajacion (Vive La MeditaciÃƒÂn) (Spanish Edition) MeditaciÃƒÂn para lograr una mente clara: una fuente diferente de felicidad (Vive La Meditacion) (Spanish Edition) Psicologia de ventas: Como vender mÃƒÂjs, mÃƒÂjs facil y rapidamente de lo que alguna vez pensaste que fuese posible (Spanish Edition) Vive Le Color! Butterflies (Adult Coloring Book): Color In; De-stress (72 Tear-out Pages) Vive Le Color! Arabia (Adult Coloring Book): Color In; De-stress (72 Tear-out Pages)

[Dmca](#)