



El presente manual proporciona al lector un valioso material de trabajo, a través de la escritura. Contiene los libros básicos y prácticos del Dr. Manu Rodríguez de la Universidad de Navarra, para mejorar y desarrollar la vida.
"Una herramienta para mejorar la vida"

Manual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition)



Descargar



Leer En Línea

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Manual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition)

Manuel Ángel Rodríguez

Manual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) Manuel Ángel Rodríguez

Gracias a las investigaciones desarrolladas por James W. Pennebaker desde finales de los ochenta, en los últimos años, y cada vez más, se ha venido utilizando la Creación Literaria en diversos países del mundo como terapia, tanto para niños como para adultos y en tan distintos escenarios como escuelas, hospitales, penitenciarías y residencias de ancianos. La intención que mueve al autor de este libro es la de acercar sus propias experiencias, estudios e investigaciones no tan sólo a aquellos que quieran superar hechos traumáticos que les afectan emocional y físicamente, sino también a cualquier persona que desee mejorar su estado psíquico y físico, su salud y calidad de vida, a través de la escritura creativa. También resultará de gran utilidad a escritores y artistas, quienes encontrarán en él una gran fuente de inspiración. Mediante la escritura, ordenando el caos que nos ha producido un suceso traumático, lo sacamos fuera, lo entendemos y nos sobreponemos a él. Así, disminuimos el estrés y reforzamos nuestro sistema inmune, a la vez que logramos un equilibrio emocional que incidirá en la mejora de nuestras actitudes y relación con el entorno, y, en definitiva, en nuestra salud. En el presente manual se encuentran las bases teóricas y prácticas de una terapia -la "Terapia de Creación Literaria"- que nos brindará la posibilidad de sanar y transformar nuestra vida.

 [Descargar Manual de escritura curativa \(Desarrollo Personal\) ...pdf](#)

 [Leer en línea Manual de escritura curativa \(Desarrollo Personal\) ...pdf](#)

Descargar y leer en línea Manual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) Manuel Ángel Rodríguez

Format: Kindle eBook

Download and Read Online Manual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) Manuel Ángel Rodríguez #KL21E83XVN9

Leer Manual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) by Manuel Ángel Rodríguez para ebook en líneaManual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) by Manuel Ángel Rodríguez Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Manual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) by Manuel Ángel Rodríguez para leer en línea. Online Manual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) by Manuel Ángel Rodríguez ebook PDF descargarManual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) by Manuel Ángel Rodríguez DocManual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) by Manuel Ángel Rodríguez MobipocketManual de escritura curativa (Desarrollo Personal) (Spanish Edition) by Manuel Ángel Rodríguez EPub

KL21E83XVN9KL21E83XVN9KL21E83XVN9