



## Guérir

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

# Guérir

*David Servan-schreiber*

**Guérir** David Servan-schreiber

 [Télécharger Guérir ...pdf](#)

 [Lire en ligne Guérir ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne Guérir David Servan-schreiber

---

400 pages

Présentation de l'éditeur

En moins de vingt ans, les neurosciences et la psychologie ont connu un bouleversement radical : maître de notre corps et de nos passions, notre cerveau émotionnel est la source même de notre identité, des valeurs qui donnent un sens à notre vie. Qu'il se dérègle un tant soit peu et celle-ci part en lambeaux.

David Servan-Schreiber nous convie à la découverte des conséquences pratiques de cette révolution : une nouvelle médecine des émotions sans médicaments ni psychothérapie interminable. Mêlant étroitement son expérience clinique et ses compétences de chercheur, il a choisi de présenter sept méthodes dont certaines entièrement inconnues du public français : EMDR (psychothérapie efficace dans le traitement du stress post-traumatique), régulation du rythme cardiaque pour contrôler ses émotions, synchronisation des horloges biologiques, acupuncture, exercice physique, apport d'acide gras " oméga 3 ", techniques de communication affectives. Biographie de l'auteur

Après des études de médecine et de psychiatrie, David Servan-Schreiber s'est tourné vers la recherche fondamentale en neurosciences cognitives. Il est ensuite revenu à la pratique clinique tout en poursuivant ses travaux sur la neurobiologie des émotions. Il étudie les effets des médecines douces complémentaires, en particulier sur les patients atteints de problèmes psychiatriques. Il a fondé l'institut EMDR, spécialisé dans le traitement des stress post-traumatiques. Il est décédé en 2011 d'un cancer du cerveau contre lequel il a lutté pendant 20 ans.

Download and Read Online Guérir David Servan-schreiber #ZSCM85VNI4H

Lire Guérir par David Servan-schreiber pour ebook en ligneGuérir par David Servan-schreiber  
Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres,  
livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne,  
bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les  
livres Guérir par David Servan-schreiber à lire en ligne.Online Guérir par David Servan-schreiber ebook  
Téléchargement PDFGuérir par David Servan-schreiber DocGuérir par David Servan-schreiber  
MobipocketGuérir par David Servan-schreiber EPub  
**ZSCM85VNI4HZSCM85VNI4HZSCM85VNI4H**