



## Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme

*Peter Levine*

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

**Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme** Peter Levine

 [Download Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme ...pdf](#)

 [Read Online Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme ...pdf](#)

# **Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme**

*Peter Levine*

**Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme** Peter Levine

## Téléchargez et lisez en ligne Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme Peter Levine

---

320 pages

Présentation de l'éditeur

Peter Levine montre dans cet ouvrage comment retrouver le processus naturel qui nous permet de nous reconstruire après un traumatisme. Il n'y a pas que les mots. Notre corps aussi a besoin de se manifester pour surmonter le trauma et nous aider à revivre normalement. Comme l'EMDR, l'approche de Peter Levine, la Somatic Experiencing©, révolutionne le traitement du traumatisme.

Avec clarté et de nombreux exemples ainsi que des exercices, son ouvrage fait découvrir qu'il faut écouter les sensations de notre corps, « réveiller le tigre » pour guérir car : « si vous ne pouvez ni fuir ni combattre, vous gelez votre vie psychique mais si l'on vous aide à agir physiquement ou mentalement, vous pouvez échapper au traumatisme ».

Ce livre destiné aux victimes de traumatismes et à leur entourage intéressera également tous ceux qui par leur métier sont en contact avec des personnes traumatisées : médecins, infirmiers, sauveteurs, pompiers, policiers, thérapeutes, éducateurs...

Biographie de l'auteur

Docteur en sciences médicales et biologiques (Berkeley, Californie), docteur en psychologie, il a étudié de stress et le traumatismes pendant des années et a contribué à de nombreuses publications scientifiques et médicales sur le sujet. Il fut consultant pour la NASA lors du développement de la navette spatiale et a enseigné dans des hôpitaux et des cliniques de la douleur en Europe et aux USA. Il a fondé le Somatic Experiencing Trauma Institute (Boulder, Colorado). Traduit en 20 langues, son livre est devenu un best-seller mondial.

Download and Read Online Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme Peter Levine #1ZSIVNU6HPY

Lire Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme par Peter Levine pour ebook en ligne Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme par Peter Levine 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 Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme par Peter Levine à lire en ligne. Online Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme par Peter Levine ebook Téléchargement PDF Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme par Peter Levine Doc Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme par Peter Levine Mobipocket Réveiller le tigre - Guérir le traumatisme par Peter Levine EPub  
**1ZSIVNU6HPY1ZSIVNU6HPY1ZSIVNU6HPY**