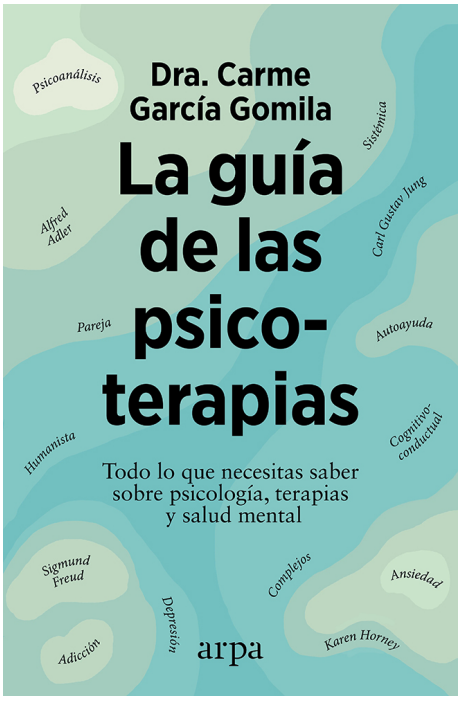






**Carme, García Gomila**

La doctora Carme García Gomila (Barcelona, 1954) es licenciada en Medicina y Cirugía en la Universidad de Barcelona, psicoterapeuta y psicoanalista SEP-IPA, que forma parte de la International Psychoanalytical Association, creada por Freud. Especializada en enfermedades psicosomáticas, su curiosidad innata por las relaciones humanas y el interés por las medicinas alternativas, le llevaron a explorar distintas técnicas de salud mental: psicomotricidad relacional, terapia reichiana, bioenergética y terapia sistémica. Durante los últimos diez años ha sido codirectora y editora de la revista Temas de Psicoanálisis, una de las publicaciones especializadas más prestigiosas del mundo hispano.

riverside agency

# La guía de las psicoterapias

Autor: Carme, García Gomila

Arpa
ISBN: 978-84-10-31314-9 / Rústica / 256pp | 140 x 213 cm
Precio: $ 42.900,00

Todo lo que necesitas saber sobre psicología, terapias y salud mental. ¿A qué nos referimos cuando hablamos de psicoterapia? ¿De qué manera pueden ayudarnos las distintas formas de psicoterapia a superar los desafíos emocionales y mentales? ¿Qué herramientas utilizan los profesionales de la salud mental para mejorar la vida de sus pacientes? Un recorrido por las principales modalidades terapéuticas, desde la terapia cognitivo-conductual hasta el psicoanálisis, pasando por enfoques humanistas y sistémicos, sus principios fundamentales, las técnicas más utilizadas y los resultados esperados de cada tipo de terapia. Carme García Gomila, reconocida psicoterapeuta con más de treinta años de experiencia clínica, nos guía en un fascinante viaje a través de la historia de la psicoterapia, desde Freud hasta nuestros días, describiendo las aportaciones de figuras clave como Jung, Reich, Adler, Watzlawick o Ellis. Además, explora la influencia de estos pioneros en la cultura del siglo xx y los avances científicos más recientes. La guía de las psicoterapias es mucho más que un manual; es una invitación a descubrir las múltiples formas en que la psicoterapia puede transformar vidas. Con su estilo ameno y accesible, García Gomila logra que temas complejos sean comprensibles y aplicables en el día a día, convirtiendo este libro en una referencia esencial y única en español para quienes buscan comprender mejor el campo de las psicoterapias y encontrar el camino hacia una vida más plena y equilibrada.

¿A qué nos referimos cuando hablamos de psicoterapia? ¿De qué manera pueden ayudarnos las distintas formas de psicoterapia a superar los desafíos emocionales y mentales? ¿Qué herramientas utilizan los profesionales de la salud mental para mejorar la vida de sus pacientes?