

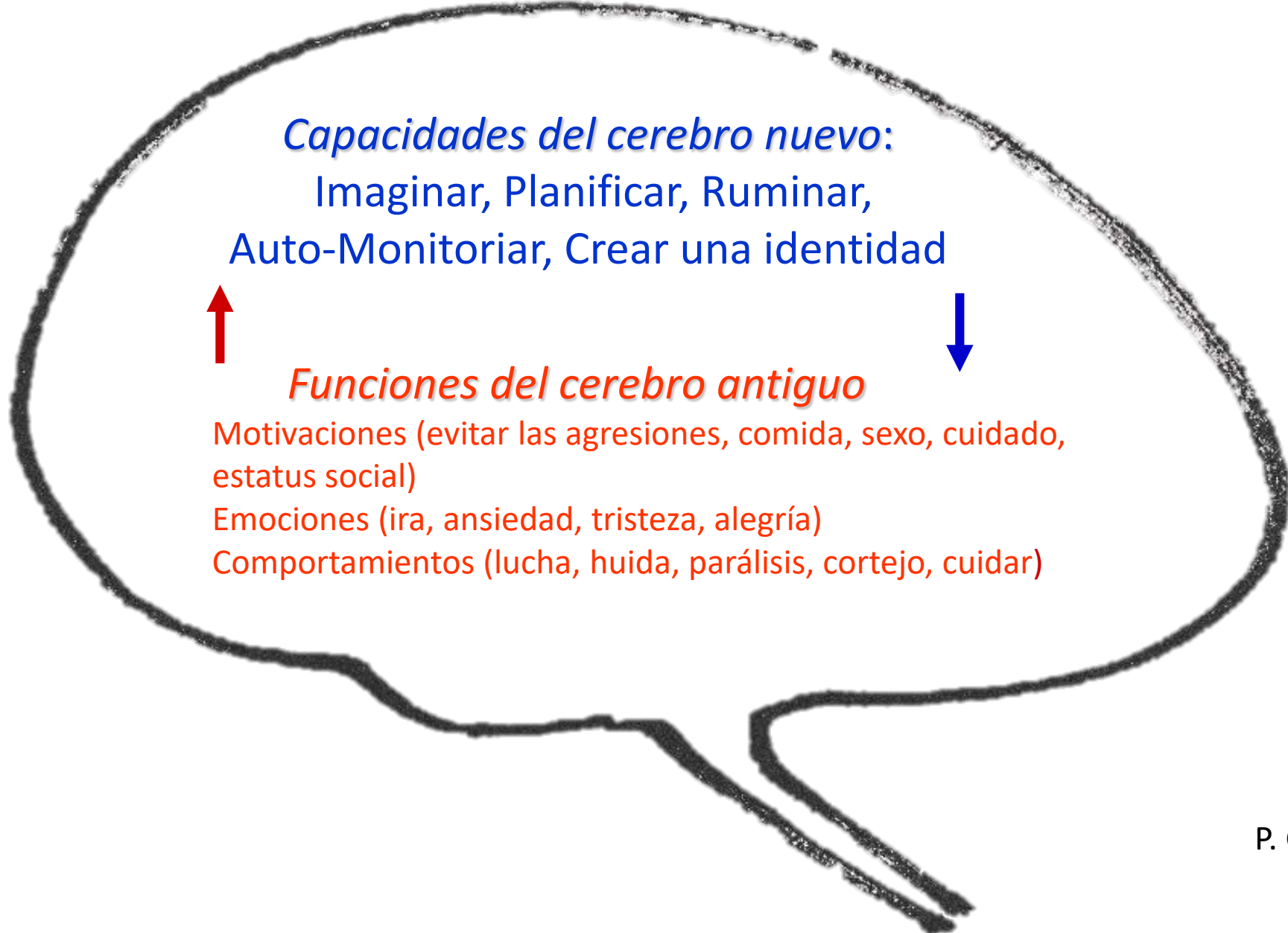
Sistemas de Regulación Emocional

Logro, excitación, vitalidad

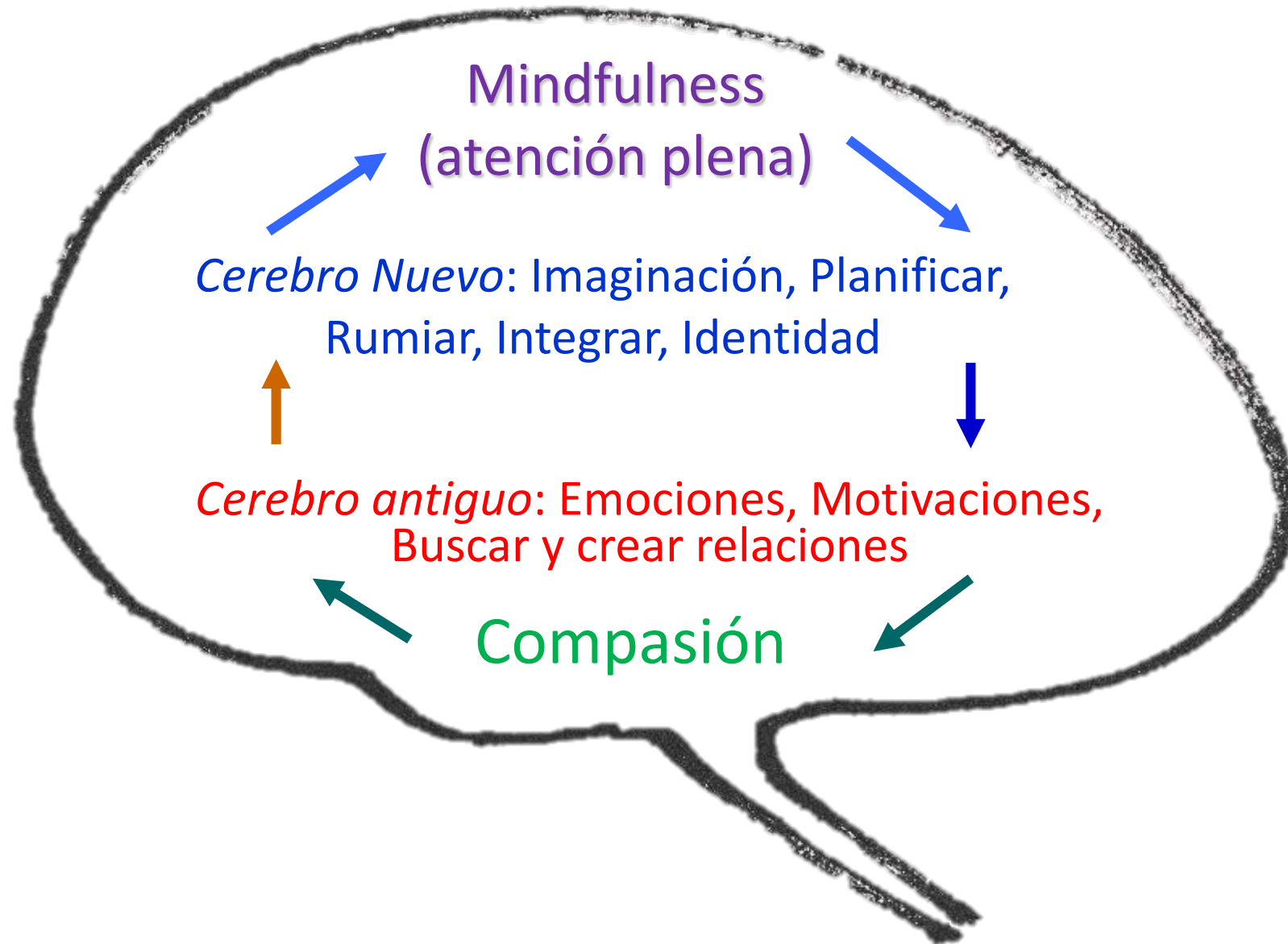
Contento, seguro, conectado, en calma

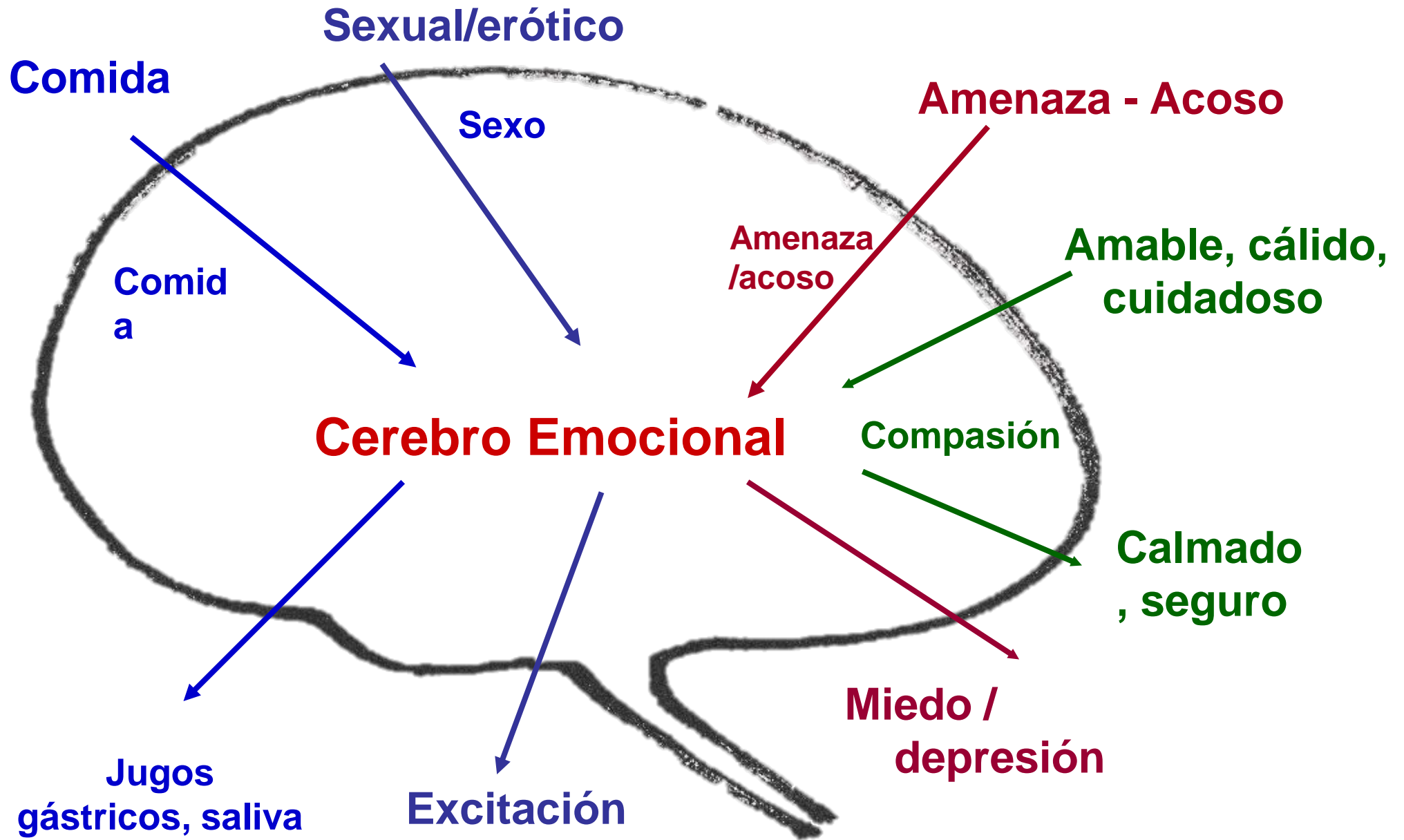


Los bucles del cerebro



El cerebro consciente y compasivo

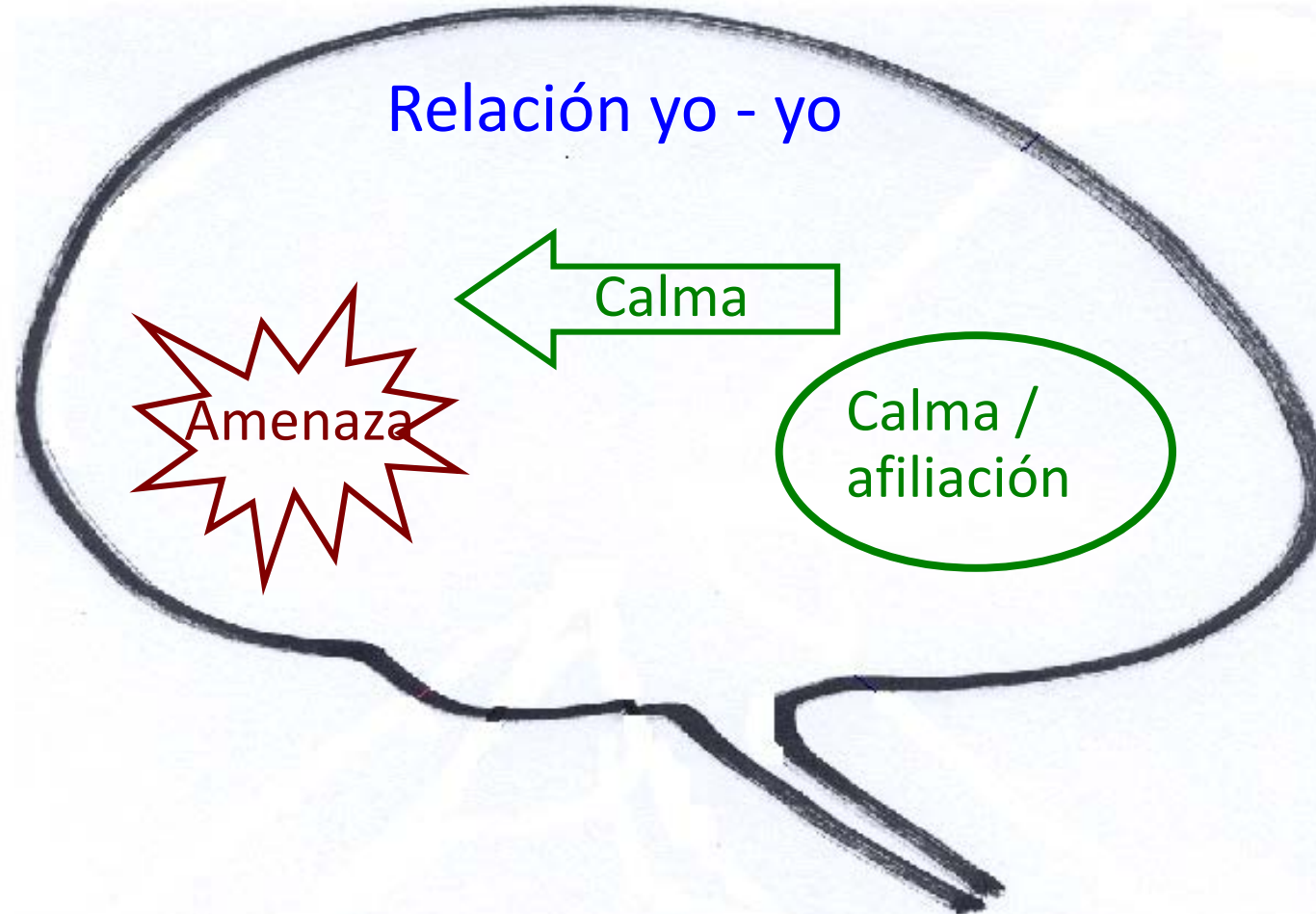




P. Gilbert

El cerebro y el cuerpo responden a sus propias creaciones internas

Relación yo - otros



P. Gilbert

Sistema de 120 millones de años de evolución para regular la amenaza

La mente compasiva - Atributos



La mente compasiva – Habilidades

