



Corriere Nazionale



Cultura, Nazionale

Fuori “Come allearsi con le parti cattive di sé” di Richard C. Schwartz

26 AGOSTO 2023 by CORNAZ



Come allearsi con le parti “cattive” di sé: nelle librerie e online il volume di Richard C. Schwartz edito Raffaello Cortina Editore – Prefazione di Alanis Morissette





“C’è qualche parte di te di cui vorresti disfarti?” Quasi tutti risponderemmo affermativamente, a prescindere dal fatto che quella parte corrisponda a una dipendenza, a un critico interiore, a una “mente scimmia”, a una nevrosi, a comportamenti immorali, a cattive abitudini o ad altri atteggiamenti screditanti. E se invece scopriremo che, anziché continuare a lottare interiormente, possiamo affrontare queste parti in modo differente?

In questo volume, Richard Schwartz propone un paradigma rivoluzionario finalizzato alla comprensione e a una migliore relazione con se stessi: un metodo che consentirà di raggiungere l’armonia interiore, rafforzando la compassione di sé e aprendo la strada al risveglio spirituale.

L’autore

Richard C. Schwartz, ideatore della Terapia dei sistemi familiari interni (IFS), insegna presso il Department of Psychiatry della Harvard Medical School. Ha dedicato la propria vita professionale allo sviluppo e alla diffusione dell’IFS, modello insegnato ormai in tutto il mondo. Nelle nostre edizioni ha pubblicato Terapia dei sistemi familiari interni (2023) e Come allearsi con le parti “cattive” di sé (2023).

titolo Come allearsi con le parti “cattive” di sé

sottotitolo Guarire il trauma con il modello dei sistemi familiari interni

Autore Richard C. Schwartz

Collana Le conchiglie

Editore Raffaello Cortina Editore

Formato Libro

Pagine 232

Pubblicazione 07/2023

ISBN 9788832855531

TAGS: **EDITORIA**, **LIBRI**

Related News

[Contatti](#)

[Privacy Policy](#)

[VERSIONE PDF](#)

