

Chi parla dentro di me?

Psicologia delle coscienze e Sé plurale

Dentro di noi non esiste una sola coscienza.

Vivono molte voci interiori: il Sé fisico, il Sé istintivo, il Sé mentale e l'lo Osservatore.

Questo libro ti guiderà a riconoscerle, comprenderle e integrarle in un nuovo equilibrio.

👉 Perché lo amerai

- Ti aiuterà a capire da dove nascono i tuoi conflitti interiori.
- Ti offrirà strumenti pratici per migliorare la relazione con te stesso.
- Ti aprirà a una psicologia innovativa, che unisce scienza e crescita personale.

👉 A chi è dedicato

- Agli studiosi e appassionati di neuroscienze e filosofia della mente.
- Ai professionisti della relazione d'aiuto che cercano nuovi modelli interpretativi.
- A chiunque desideri trasformare la propria vita con esercizi e strumenti concreti.

👉 Cosa troverai

- Un viaggio in 5 parti, dalle radici della psicologia alle nuove prospettive.
- La presentazione dei tre Sé e del Quarto Sé, l'lo Osservatore.
- Tecniche di educazione e rieducazione delle coscienze.
- Appendici ricche con esercizi pratici, neuroscienze e testimonianze reali.

💬 *“Un ponte raro tra scienza e saggezza interiore.”*

💬 *“Un modello che trasforma il modo di fare psicologia.”*

💬 *“Finalmente un testo che parla sia alla testa che al cuore.”*

👉 Scopri chi parla dentro di te e inizia oggi il tuo viaggio interiore.