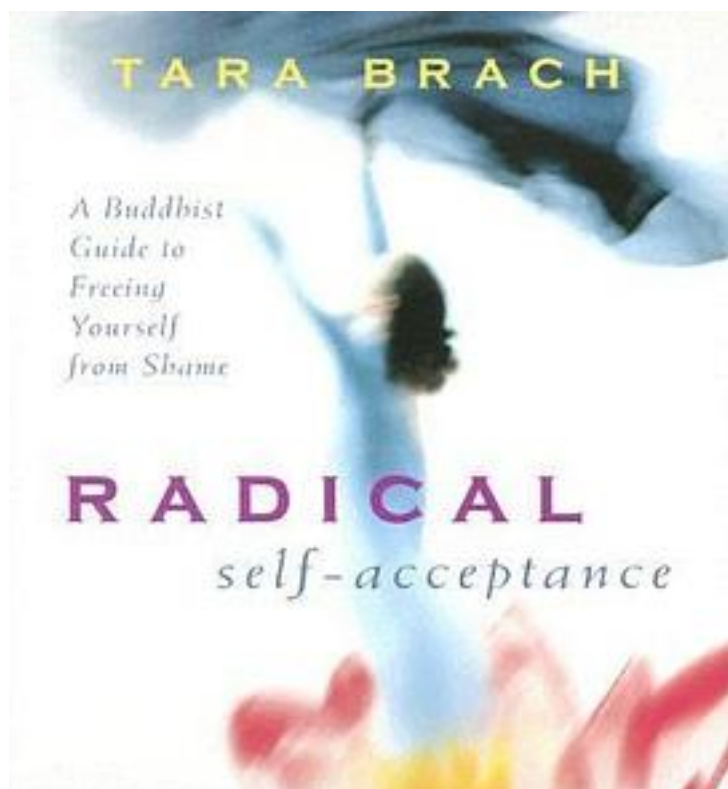


Radical Self-acceptance



[Radical Self-acceptance_下载链接1](#)

著者:Brach, Tara

出版者:Sounds True

出版时间:

装帧:

isbn:9781591793212

作者介绍:

目录:

[Radical Self-acceptance_ 下载链接1](#)

标签

【英文是用来啃的…】

【学】 心理学

【Audiobook】

评论

[Audiobook] Tara

Brach的声音让人很放松。对她的work一直不是很喜欢，work本身没什么问题，但作为standalone的modality能一下子习惯这个程度的mindfulness和self-compassion的人本来就不多；作为complimentary modality又有点……提升不大的感觉。而且宗教感过于强也很杀好感，也不好推荐给无信仰/不同信仰的client。

[Radical Self-acceptance_ 下载链接1](#)

书评

[Radical Self-acceptance_ 下载链接1](#)