

image not found or type unknown



El mensaje de las lágrimas

Alba Payàs Puigarnau

Fecha de publicación:
22/11/2023

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email:
pcordon@planeta.es

Gracias a los testimonios de los pacientes de Alba Payàs y a la nueva guía de diario de duelo, los lectores se sentirán acompañados en los momentos de vulnerabilidad tras una pérdida, y recibirán las herramientas para no caer en el desánimo y la desesperanza.

Gracias a los testimonios de los pacientes de Alba Payàs y a la nueva guía de diario de duelo, los lectores se sentirán acompañados en los momentos de vulnerabilidad tras una pérdida, y recibirán las herramientas para no caer en el desánimo y la desesperanza.

Perder a un ser querido es una experiencia devastadora. Muchos de nosotros nos esforzamos por manejar, minimizar e incluso evitar el dolor mental, emocional y físico que nos golpea. La psicoterapeuta Alba Payàs nos indica las pautas básicas para gestionar el duelo y poder transformar el dolor en agradecimiento por haber compartido nuestra vida con esa persona querida. El duelo puede convertirse en un acto reparador de temas pendientes, en una fuente de sabiduría y conocimiento de uno mismo, del valor de nuestras relaciones y del sentido de nuestras vidas.

image not found or type unknown



Alba Payàs Puigarnau

Alba Payàs Puigarnau es una psicoterapeuta experta en duelo con más de veinticinco años de experiencia en el acompañamiento de personas y familias que han vivido la pérdida de un ser querido. Se formó en psicoterapia integrativa en el Metanoia Institute (Reino Unido) y fue alumna de Elisabeth Kübler-Ross y miembro docente de su fundación.

Actualmente, es miembro certificado de la International Integrative Psychotherapy Association (Estados Unidos), es directora del Máster en Intervención en duelo y pérdidas (IL3-Universidad de Barcelona) y está al frente del Instituto IPIR en Barcelona (www.ipirduelo.com), un centro dedicado a la formación de profesionales en el acompañamiento al duelo.

Es autora de *El mensaje de las lágrimas* y *Las tareas del duelo*, ambos publicados por Paidós.