

## Spis treści

Przedmowa polskiego wydawcy	8
Rozdział 1: Wprowadzenie do Systemu Wewnętrznej Rodziny	10
Rozdział 2: Rozpoznanie i diagnozy	31
Rozdział 3: Terapia i ćwiczenia	51
Rozdział 4: Typowe wyzwania podczas pracy ze strażnikami	144
Rozdział 5: Uzdrawianie: proces odciążania	174
Rozdział 6: Wskazówki na temat prowadzenia sesji	196
Rozdział 7: Inne zastosowania metody IFS	201
Bibliografia	212
Lista publikacji w języku polskim na temat IFS	216
Aneks wydawcy – fazy procesu IFS	217
O autorach	219
O wydawnictwie	221
Nasze książki	222
Recenzje	223