**新 书 推 荐**

**中****文书名：《失意的派对也是派对》**

**英文书名：A PITY PARTY IS STILL A PARTY**

**作 者：Chelsea Balzer**

**出 版 社：Harper Wave**

**代理公司：Foundry/ANA/Vicky Wen**

**页 数：待定**

**出版时间：2022年9月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子大纲**

**类 型：励志**

**内容简介：**

我们现在所处的时代，要求我们比过去任何时候都更应该学会让自己不舒服，因为我们的未来就取决于我们能否接受挑战，并从中学习。这并不意味着我们必须惩罚自己——毕竟如果我们必然要在某个时间倒霉的话，为何不把这种事情当做一个机遇呢？《失意的派对也是派对》就是一本能让我们在最糟糕的遭遇中获得好处的书，它旨在帮助我们享受不愉快，拥抱那些你痛恨的事情，并找到一种让我们能在艰难的时刻有所长进的方法。

这本书时而顽皮，时而不敬，但总是真诚的，巴尔泽（Balzer）在代际心理治疗小组中负责与成长有关的话题，《失意的派对也是派对》中包含了各种各样的问题和总体的体验，旨在浅显易懂地帮助读者理解他们的情感和生理功能，鼓励我们发现乌云背后的幸福线，在逆境中找到快乐。

**作者简介：**

**切尔西·巴尔泽（Chelsea Balzer）**有文学硕士文学，是一名心理治疗师、作家、音乐家，也是“大感觉实验室”（Big Feel Lab）的创始人。她的文章在《大象杂志》（*Elephant Journal*）、《奥马哈杂志》（*Omaha Magazine*）、《遭遇杂志》（*Encounter Magazine*）、《素歌》（*Plainsongs*）、《驴子杂志》（*Okay Donkey Magazine*）、《雪茄城诗歌杂志》（*Cigar City Poetry Journal*）、《她的家庭杂志》（*Her Family Magazine*）和《思想目录》（*Thought Catalog*）等媒体上发表。

巴尔泽在危险的环境里长大，很早就接触到了上瘾者、无家可归的人，以及代际创伤对社区健康环境的种种危害。通过她自己的康复过程和她参与的一系列社会活动，她对社会进步和个人健康相互重叠部分的本质有了一个动态的理解。

**谢谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至： 文清（Vicky）**

**安德鲁﹒纳伯格联合国际有限公司北京代表处**北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872  
电话：010-82449185

传真：010-82504200  
Email: [Vicky@nurnberg.com.cn](mailto:Vicky@nurnberg.com.cn)

网址：[www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

微博：<http://weibo.com/nurnberg>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

微信订阅号：ANABJ2002