



Publicazione: 26 gennaio 2009

Edizione: 1

Pagine: 112

Peso: 164 (gr)

Collana: **M3 FEDE E ANNUNCIO**

Formato: 140x213x7 (mm)

Confezione: Brossura

LUCIANO SANDRIN - NURIA CALDUCH-BENAGES - FRANCESCO TORRALBA ROSELLÓ

Aver cura di sé

Per aiutare senza burnout

DESCRIZIONE >

Chi svolge una delle professioni cosiddette di aiuto sa bene cosa significa burnout: è il rischio a cui è soggetto ogni operatore sociale di «bruciarsi», ovvero esaurire le energie fisiche e intellettuali, non reggere psicologicamente al peso emotivo di condizioni spesso disperate del paziente che ha in cura o della persona che sta aiutando e che possono metterne a dura prova l'equilibrio e il benessere psico-fisico. Secondo l'imperativo evangelico «Ama il prossimo tuo come te stesso», l'amore verso se stessi è condizione indispensabile per amare gli altri, e già gli antichi greci ammonivano l'uomo sull'importanza della conoscenza di sé. Il volume, di facile lettura e ricco di utili suggerimenti e spunti per riflettere, propone un percorso coinvolgente e accurato sul difficile tema della compassione verso il prossimo, con un taglio non solo psicologico. Attraverso un efficace excursus si indaga l'humus storico e biblico e l'evoluzione etico-filosofica dell'approccio alla cura di sé e degli altri, con un affresco sulla figura del medico nell'antichità e sulla portata rivoluzionaria del farsi prossimo come lo intende Gesù, fondamento di ogni relazione di amore.