

NOVITÀ EDITORIALE



Krzysztof Trębski

LA VIA DEL BENESSERE MENTALE

Teoria e pratica del counseling

IL LIBRO

In una società caratterizzata da ritmi sempre più frenetici e abitudini sempre meno conviviali, tanti individui avvertono la necessità di conoscere meglio se stessi, sviluppare le proprie capacità relazionali, misurarsi con le difficoltà e attingere a piene mani alle risorse nascoste di cui dispongono. Il libro presenta il counseling, una relazione d'aiuto capace di fornire sostegno con un approccio di ampio respiro, che non si accontenta di rimettere a posto qualche "pezzetto dell'ingranaggio nell'uomo" perché ritorni a funzionare, ma che si propone come premessa del cambiamento necessario per l'avvio di nuovi percorsi nell'esistenza.

L'AUTORE

Krzysztof Trębski, presbitero camilliano, infermiere e teologo, da anni si occupa del counseling in ambito educativo, sanitario e pastorale. Ha pubblicato con Aracne editrice *I volti dell'alcolismo. Sguardo olistico sulla dipendenza* (2017) e con Edizioni Sant'Antonio *Assertività. Risorsa preziosa nelle relazioni* (2018), *Il colloquio. Strumento d'intervento nel counseling* (2019), *Ardere senza consumarsi. Il burnout nelle professioni di aiuto* (2019), *La comunicazione in famiglia* (2020) e *Counseling ai tempi del coronavirus* (2020).



Il counseling, come relazione di aiuto, aiuta a comunicare in maniera consapevole ed efficace, a capire meglio se stessi e a nutrire le relazioni con gli altri, in un mondo in cui non sembra più essere consentito seguire ritmi di vita idonei all'essere umano

ISBN	979-12-81553-00-2
Rilegatura	Brossura
Collana	Psicologia e spiritualità 11
Dimensioni	15x21 cm
Pagine	228
Uscita	Luglio 2023
Prezzo	€ 15,00
Destinatari	tutti

