

letuelettore

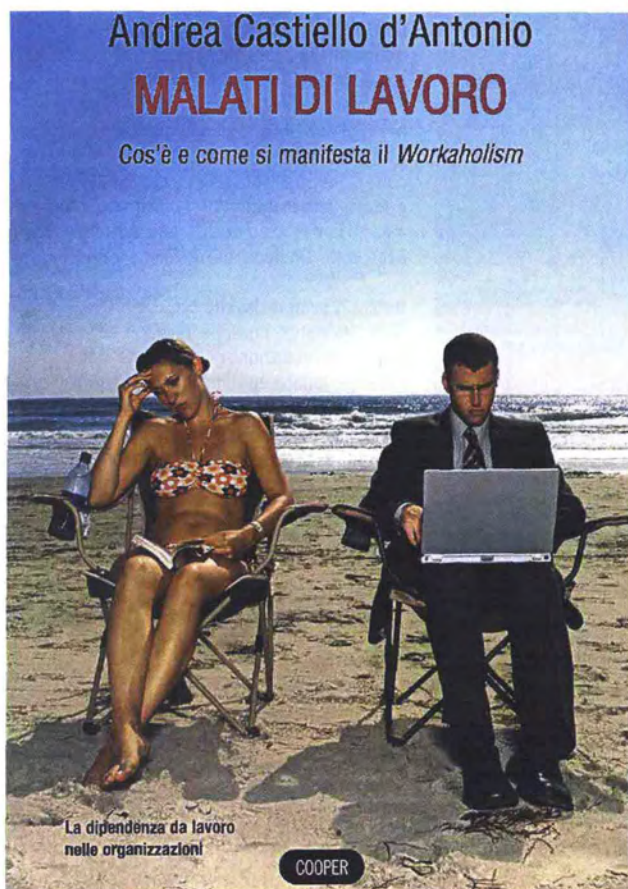
Recensioni di Valeria Palumbo,
caporedattore centrale del mensile L'Europeo

Quando il lavoro stronca

Andrea Castiello d'Antonio

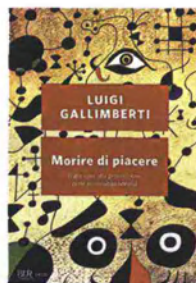
MALATI DI LAVORO

Cos'è e come si manifesta il *Workaholism*



È il paradosso del lavoro nella nostra epoca. C'è chi soffre (e sono sempre di più...) perché l'ha perso o non riesce a trovarlo. Poi c'è chi non stacca mai la spina e, alla luce dei dati sulla disoccupazione, sembrerebbe un privilegiato. Ma non è così. Nel suo saggio **Malati di lavoro**, lo psicologo e psicoterapeuta Andrea Castiello d'Antonio (tra gli esperti che rispondono sul sito di OK) si occupa del fenomeno dei workaholism: persone incapaci di avere una vita privata che, nonostante il credito sociale di cui godono, sono in realtà anch'essi malati. Con pesanti conseguenze su chi li circonda, in ufficio e a casa.

● Cooper, 281 pagine, 13 euro



● Bur, 512 pagine,
11 euro

I giovani e lo sballo

Una sola non basta: così sembrano pensarla troppi ragazzi su droghe e alcol. Luigi Gallimberti, professore di psichiatria delle tossicodipendenze a Padova (puoi chiedergli un consulto nella sezione Dipendenze di ok-salute.it e leggere un suo editoriale a pag. 9), affronta il disagio nel saggio **Morire di piacere**.



● Il pensiero scientifico editore, 173 pagine,
14 euro

Piatti sani e gustosi

Fagioli rossi con zenzero e menta, pesce spada alla griglia con alghe e cipolla, coniglio al rosmarino e zucca. Sono alcuni dei piatti suggeriti dalla biologa molecolare Francesca Martinato nel libro **La nutrizione consapevole**. Che spiega come mangiare in modo sano senza arretrare di un passo sul sapore.



● Rizzoli, 346 pagine,
18 euro

I segnali della psiche

Esistono i disagi inventati dagli psichiatri infantili. Ed è ora di rivalutare le grandi isteriche come santa Caterina da Siena. Poi ci sono i disturbi gravi. Irriverente e preciso, lo psichiatra Vittorino Andreoli svela nel libro **I segreti della mente** come interpretare i segnali che la nostra psiche e quella degli altri ci inviano.



● Erickson, 271 pagine,
14 euro

Il dizionario dei sentimenti

Da adulazione a depressione, da ingratitudine a solitudine: tutte le parole dei sentimenti, dei gesti e degli affanni quotidiani, illustrate dallo psicanalista e scrittore Giuseppe Maiolo. Che, nel saggio **Lessico psicologico**, si è dedicato in particolare al disagio adolescenziale.