

«Самотність. Сила людських стосунків»

Автор: Вівек Мурті

Перекладач: Олена Любенко

Оригінальна назва: Together: The Healing Power of Human Connection in a Sometimes Lonely World

Рік видання: 2021

Кількість сторінок: 320 (тверда палітурка) 304 (м'яка обкладинка)

ISBN: 978-617-7965-10-6 (тверда палітурка), 978-617-7965-11-3 (м'яка обкладинка), 978-617-7965-12-0 (електронне видання)

Розміри: 170x240 мм (тверда обкладинка), 145x215 мм (м'яка обкладинка)



Формати:

тверда обкладинка,
м'яка обкладинка,
аудіокнига,
електронна книга

Про книжку:

Чому ми відчуваємося все більш самотніми, якщо сучасні технології покликані нас об'єднати? Це питання вирішив дослідити колишній високопосадовець і один з найголовніших лікарів у США Вівек Мурті. Він опитав багатьох людей, які відчуваються самотніми, і визначив, що стоїть в основі цього болючого стану та як його можна подолати. У цій книзі він вмістив справжні життєві історії про те, як в основі депресивних розладів, жорстоких вчинків, залежностей, стресових ситуацій вдома і на роботі стоїть саме самотність, покинутість і бажання, щоб тебе помічали.

Впоравшись із майже хронічною проблемою самотності, можна буде глобально подолати нетерпимість, нетолерантність та зробити людей у світі й справді пов'язаними. І не штучно, а якісно - завдяки усвідомленню кожним своєї ролі щодо інших.

Чим хороша ця книжка:

- Вона дуже детально розповідає, звідки виникає відчуття самотності та чому технології і глобалізація спричинили зворотний ефект - ще більше розділили нас.
- Книжку радять такі відомі авторитети як Малкольм Ґладвелл, талановитий біограф Волтер Айзексон, експерт з емоційного інтелекту Деніел Ґоулман, CEO компанії Pinterest Бен Сільберман, авторка книги «Сила інтровертів» Сьюзен Кейн тощо.
- Автор допомагає вийти з пригніченого стану, коли видаєшся собі надто самотнім, та почати реалізовуватися у суспільстві.



Про автора:

Вівек Мурті — доктор медичних наук, екзоголовний хірург США, засновник організації Doctors for America, яка виступає за надання доступної медичної допомоги в США. Дослідник проблем залежності від наркотичних речовин,

Відгуки

«Часом найочевидніші речі помітити найважче. Як добре, що в нас є Вівек Мурті, щоб освітити цей шлях до розуміння самотності та її темних закутків. Ця книжка є подарунком для всіх нас». — Сьюзен Кейн, авторка бестселера «Сила інтровертів»

«“Самотність” — надзвичайна і важлива для нашого часу книжка. Завдяки дивовижним історіям та гіркій правді Мурті майстерно показує, що, навіть в цифрову епоху не існує заміни для природного зв'язку між людьми». - Бен Сільберман, співзасновник та CEO платформи Pinterest

Теми, які згадуються:

- Чому люди відчуваються самотніми
- Як технології ізолюють людей один від одного, попри обіцянку об'єднати
- Як допомогти собі і почати почуватися менш самотнім та віднайти втрачений зв'язок із суспільством.

#здоров'я, психологія, соціологія, самотність