

Etty Buzyn

Psychologue et psychanalyste

Quand les mères craquent



Osez dire que vous n'en pouvez plus !

L'ÉDUCATEUR PRATIQUE

Date : 09/01/2018

Pages : 192

Format cm : 15 x 21

Prix : 17.0

EAN : 9791028509484

Quand les mères craquent

Auteur: Etty Buzyn

Éditeur : Leduc

Domaine : Livre pratique

Genres : Couple/famille - Santé/bien-être/développement personnel

Mots-Clés : Conquête spatiale - Nouveau Monde - Psychologie

Des solutions pratiques et concrètes pour prévenir et sortir du burn-out maternel, mais aussi et surtout pour faire évoluer les mentalités sur ce qu'est en réalité une mère.

Bien connu dans le monde des entreprises, le burn-out ne concerne pourtant pas uniquement les salariés. Il concerne aussi les mères, au sein de leur propre foyer. Alors que la fameuse "charge mentale" commence à être reconnue, de plus en plus de mamans se disent épuisées par l'ampleur de leurs tâches quotidiennes, par la faible implication des pères dans la gestion familiale, par leurs difficultés à concilier vie personnelle et vie professionnelle, et par le manque de reconnaissance et de soutien de la société... Faisant d'elles des mères épuisées par leurs enfants. Venant contrebalancer le culte de la mère parfaite, ce livre montre pourquoi le burn-out maternel est de plus en plus courant et pourquoi il devient inévitable dans une société moderne qui privilégie la compétition, la réussite et la performance. L'accent est placé sur l'importance des facteurs personnels dans le déclenchement du burn-out : chaque mère est imprégnée de sa propre histoire, de ses relations à sa propre mère... Ce qui est enfoui se réveille à l'occasion de la naissance de l'enfant, lors de l'acquisition de son statut de mère.

Ventes en France: 3 000 exemplaires