

Nota dell'autrice

È un privilegio speciale sostenere e approvare questa pubblicazione che contribuisce al crescente numero di pubblicazioni accademiche sulla *Caring Science* della collana edita da Springer Publishing Company in collaborazione con Watson Caring Science Institute. Inoltre, questa è davvero una pubblicazione unica nel suo genere perché nasce dalla notevole ed estesa esperienza di pratica personale e di insegnamento della dottoressa Kathleen Sitzman. La dott.ssa Sitzman apporta a questo scritto il contesto di pratiche di consapevolezza (*mindfulness practices*), guidate dagli scritti e insegnamenti di Thich Nhat Hanh.

Ritengo Sitzman e Thich Nhat Hanh persone illuminate e informate che ci aiutano ad approfondire la comprensione e il significato di “Momento di *caring*,” “Presenza autentica nel qui e ora”, “*Mindfulness*”, “Pratica riflessiva”– tutti elementi fondativi per vivere il *caring* autentico tra esseri umani per sé e per gli altri nel mondo.

In questo lavoro, la dott.ssa Sitzman aiuta a declinare la mia Teoria dello *human caring* in esperienze concrete e attività di apprendimento, che impegnano chi legge per la prima volta questa teoria. Nello stesso tempo, questo scritto invita ognuno a una pratica e a una comprensione più ampia e profonda della teoria; si basa su pratiche di apprendimento creativo dello *human caring* attraverso le immagini, l'arte, le metafore e i simboli espressivi, per rivelare la teoria sia a chiunque la conosca già, sia a chi non abbia mai letto i miei scritti.

Quindi questo testo può essere impiegato come aiuto all'apprendimento per qualsiasi studente, professionista, formatore, coordinatore o dirigente che senta il bisogno di una guida elegante e invitante per tradurre e integrare la complessità della visione del mondo astratta e filosofico-etica sottesa alla teoria dello *human caring*. Il libro propone modi di attualizzare questi concetti in pratiche di *self-caring* concrete e quotidiane.

L'attenzione e le intenzioni rinnovate sono create per la contemplazione, le riflessioni e delle semplici “pause” per passare da una mentalità dell'ego-testa-paura (*ego-head-fear mindsets*) all'amore, alla compassione centrata sul cuore, accedendo alle fonti della conoscenza interiore e dell'interessere in relazione con tutta la vita.

Mentre la teoria affronta concetti quali il *core* e il *trim* per capire la differenza tra ciò che è duraturo e senza tempo nel *caring* e ciò che è costantemente impermanente e mutevole – come le abilità, i compiti, le procedure e persino le conoscenze, – la Sitzman ancora queste distinzioni a immagini elementari, come la semplicità di visualizzare un’arancia e l’atto sensuale di sbucciare un’arancia, per afferrare la parte succosa e duratura del centro del frutto, distinguendo ciò che si stacca e si allontana con il tempo. Tuttavia, entrambe le parti sono essenziali per avere un’arancia.

In tutto il libro si trovano altri inviti alla consapevolezza (*mindful invitations*) con l’introduzione di esercizi, attività artistiche e sintesi di esperienze in atto per ciascuno dei processi *caritas* della teoria.

Gli *abstract* proposti provengono da infermieri di unità operative, infermieri leader, *caritas coach* formati allo Watson Caring Science Institute e provenienti da tutti gli Stati Uniti, che rappresentano cambiamenti nei sistemi sanitari del paese; cambiamenti trasformativi che stanno accadendo in questo campo.

Nel complesso, questo lavoro rende operativa la *human caring theory*¹ attraverso l’uso della creatività e dell’impegno del cuore e dello spirito umano. Si basa su molteplici modi di conoscere, essere, fare, divenire – “interessere” – nel momento presente, vivere lo *human caring* per se stessi e gli altri. Questo processo di apprendimento è parallelo alla visione del mondo della *caring science* per l’impiego di differenti metodi di insegnamento-apprendimento emancipatori, nonché forme di indagine da esplorare; indica l’essere curiosi e ottenere la conoscenza di sé e una pratica interiore consapevole e disciplinata, come la vera guida per lo *human caring*.

Infine, questo lavoro riunisce la scienza con lo spirito, il fisico con il metafisico, il profano con il sacro, l’ordinario con lo straordinario, la testa con il cuore e l’anima, per un nuovo livello di consapevolezza umana, per l’evoluzione della disciplina infermieristica. Questo scritto offre un significato completamente nuovo alla nozione di “disciplina” – invitando verso pratiche dirette a sé che irradiano il *caring* nel cuore umano, sostenendo l’unità dell’essere/divenire con la Madre terra, il nostro universo che si sta svolgendo.

Confido che coloro che studiano questa teoria e si impegnano in questo apprendimento, si risvegliano a ciò che li chiama nel loro cuore dei cuori². Confido che aiuterà ad allineare voi stessi con la chiamata della vostra anima, ad approfondire le vostre pratiche interiori personali/professionali che si irradiano nel nostro lavoro e nel mondo.

Che possiamo noi tutti risvegliare il nostro cuore e la nostra anima per imparare e vivere in modo autentico lo *human caring* per una nuova chiamata a tutto il mondo verso questo paradigma di assistenza e guarigione da un mondo/un cuore di umanità.

Jean Watson, PhD, RN, AHN-BC, FAAN

¹ Letteralmente è “porta alla vita”: *brings Human Caring Theory to life* (N.d.C.).

² Traduzione di *their heart of hearts* (N.d.C.).

Prefazione

Ho praticato e insegnato l'assistenza infermieristica *caritas* della Watson dal 1984, in contesti ospedalieri, nell'assistenza domiciliare, in hospice, nell'ambito della salute nei luoghi di lavoro e, successivamente, nella formazione infermieristica, nell'organizzazione e nella ricerca in ambito universitario. Iniziai a studiare e praticare la *mindfulness* secondo la tradizione di Thich Nhat Hanh nel 1990. Il lavoro della Watson e la pratica di consapevolezza¹ di Nhat Hanh costituiscono i fondamenti della mia vita e del mio lavoro.

Le pratiche di consapevolezza di Nhat Hanh non sono specifiche di alcuna tradizione religiosa o spirituale e sostengono l'introspezione e l'autocoscienza significative. La Watson ha ben chiarito che le pratiche personali spirituali e il coltivare l'autocoscienza formano le basi della pratica della *caritas* autentica.

In molti anni di insegnamento della teoria della Watson a persone comuni, a studenti infermieri e a infermieri, ho trovato che la pratica della *mindfulness* e la pratica della *caritas* si armonizzano perfettamente per sostenere una profonda comprensione da parte sia degli studenti che sono molto ben informati sul lavoro della Watson sia di coloro che non hanno familiarità con la teoria. Questo testo intende fornire contenuti chiari e semplici per favorire l'apprendimento di base e l'esperienza diretta del lavoro della Watson, aprendo a possibilità per esplorare la complessità e le promesse della *Caring Science* in futuro.

Kathleen Sitzman

¹ In questo testo i termini *mindfulness* e consapevolezza sono intesi come sinonimi. A volte il termine inglese non è tradotto, a volte, per non appesantire, è stato tradotto (N.d.C.).

Nota dall'infermiera artista che ha contribuito al libro

È un onore essere stata invitata come artista ospite per questa seconda edizione di *Caring Science, Mindful Practice* e di proseguire con la Springer Publishing Company. È anche di conforto sapere che la professione infermieristica ha abbracciato i componenti della teoria dello *human caring* di Jean Watson e gli sforzi della dott.ssa Sitzman di mantenere i componenti della teoria del *caring* nelle aule dei corsi per infermieri. In un mondo in cui nutrire la mente, il corpo e l'anima ha assunto una priorità ancora maggiore rispetto a quando è stata stampata la prima edizione nel 2014, la nuova edizione può offrire ispirazione e speranza a coloro che si prendono cura delle vittime che più commuovono in tempi di caos nazionale/internazionale, di disastri naturali e di spiriti feriti e non solo di corpi.

Come professore emerito e terapeuta familiare e matrimoniale, ricopro il ruolo di professore di clinica e assistente del preside al College of Nursing dell'Università della East Carolina a Greenville, North Carolina. Fu nel 1994, dopo aver contratto la polmonite, che per la prima volta scoprii la pittura come un modo piacevole di nutrire e rinvigorire il mio corpo, la mente e lo spirito, durante gli anni dello sviluppo della mia carriera e nel ruolo di persona che cura. Iniziai a dedicare più tempo alle mie espressioni creative che hanno portato a un maggiore rilassamento e a un'aumentata immunità nella prevenzione delle malattie. Ho creato dei dipinti con l'obiettivo di portare il mio pubblico attraverso l'esperienza e la gioia di vedere il mondo intorno a noi come un luogo di colori, migliaia di paesaggi naturali meravigliosi, pace e rinnovamento per i nostri corpi, le nostre menti e i nostri spiriti stanchi. Con la persistente carenza di infermieri, resto preoccupata per i miei colleghi che lavorano duramente e che sono orientati a una carriera volta al benessere degli altri, o che si battono per il titolo successivo da acquisire o per l'aumento di stipendio.

Per favore, ricordiamoci che quando “cadrà il nostro ultimo sipario”¹, non saranno le credenziali o ciò che abbiamo realizzato professionalmente che resteranno di più nel

¹ È stato lasciato in senso letterale come l'autrice ha inteso: “our final curtain falls,” ovvero quando moriremo (N.d.C.).

cuore dei nostri familiari e amici più stretti: ciò che si manterrà vivo nella loro memoria è ciò che siamo stati per loro personalmente. Godetevi la vostra carriera professionale, ma per favore, prendetevi cura anche della vostra salute e della vostra anima.

Anche se ora dipingo prevalentemente con colori a olio, ho anche vinto premi per quadri in acquarello e acrilico. Indipendentemente dal mezzo, preferisco dipingere l'effetto della luce sui miei soggetti *en plein air*, una frase francese che significa letteralmente "all'aria aperta". La pittura *en plein air* offre anche all'artista gli ulteriori benefici del sole e dell'esercizio! Offrendo lezioni di *Traveling Studio* in collaborazione con la City Art Gallery, Greenville, North Carolina, ho potuto trasmettere la mia gioia di dipingere anche ad altri, molti dei quali sono infermieri. I miei lavori si possono vedere all'Art 105, Kinston, North Carolina, dove ho il mio studio. Sono anche presente al Kinston Community Council for the Arts e Greenville Brushstrokes. Ho studiato con numerosi artisti internazionali e frequentato diversi corsi di credito artistico di base al Pitt Community College e all'Università della East Carolina.

I miei dipinti sono diventati un altro mezzo per contribuire al benessere delle persone assistite in molteplici ruoli di servizio. Prima ho incorporato l'arte in studi di ricerca con figli di genitori divorziati e famiglie adottive; i lavori sono poi stati utilizzati per l'*imagery*² di coloro che hanno patologie croniche, dolore, ansia e/o depressione.

Donazioni delle mie opere sono state fatte per raccogliere fondi per le attività della Sigma Theta Tau International e per creare borse di studio per studenti e finanziare altre organizzazioni territoriali che sostengono l'assistenza sanitaria e il fondo per lo sviluppo delle scienze infermieristiche del nostro College. La mostra personale del 2012 dal titolo *Humble Beginnings* fu l'Esposizione inaugurale dell'Arte come hobby alla Biblioteca Laupus, che mostrava i talenti artistici della Divisione di Scienze della Salute presso la East Carolina University. I miei dipinti sono stati scelti per le copertine di quattro testi infermieristici, oltre ad altri libri. Per maggiori informazioni, consultare il sito: www.loueverettart.com.

Lou W. Everett, EdD, RN, LMFT

Professor Emeritus

Current Clinical Professor and Assistant to the Dean

East Carolina University College of Nursing

Greenville, North Carolina

² *Imagery*, non sarebbe corretto tradurre con "immagini" perché il riferimento è alla terapia dell'immaginazione (*guided imagery therapy*), una tecnica cognitivo-comportamentale in cui la persona è guidata a immaginare una scena rilassante o una serie di esperienze (N.d.C.).

Prefazione di Jean Watson all'edizione italiana

È per me un piacere presentare agli studenti, ai docenti e agli infermieri clinici la pratica dello *human caring* che trova il suo fondamento nella teoria. Questo nuovo libro tradotto in italiano funge da guida personale e professionale alle pratiche individuali e collettive della scienza del *caring*, fondata sui 10 processi *caritas* universali dello *human caring*.

Gli infermieri scopriranno che stanno già mettendo in pratica questa teoria, ma che non possedevano un linguaggio per descrivere ed esplorare il *caring* e l'Amore (*caritas*), come fondamento necessario per far progredire le pratiche rivolte a sé/agli altri. Una volta che i lettori si impegneranno con questo libro ed esploreranno i propri momenti di assistenza, scopriranno le loro pratiche *caritas*, rendendosi conto che stanno praticando la teoria dello *human caring*. Tuttavia, scopriranno anche che la loro assistenza è stata specifica e non formalizzata nel contesto di una filosofia, teoria, etica professionale dello *human caring*.

Scienza del caring e pratica consapevole unisce i valori, la filosofia, il linguaggio della teoria dei processi *caritas* con approcci consapevoli allo scopo di comunicare e far progredire il modello di assistenza infermieristica professionale per la realtà italiana.

Sono grata alla dottoressa Sitzman per la sua guida in questo e in altri libri sulla scienza del *caring*. Ringrazio l'Editore e la dott.ssa Cecilia Sironi per la loro grande attenzione nel realizzare una traduzione accurata e sensibile. Mi auguro che i lettori saranno ispirati e stimolati a studiare e praticare la scienza del *caring* e i processi *caritas* per se stessi e per gli altri, mentre favoriscono il proprio sviluppo professionale e quello della professione infermieristica.

Con gentilezza amorevole e calorosi ringraziamenti,

Jean

Jean@watsoncaringscience.org

Riflessioni

di Joseph Giovannoni

Come infermiere forense di pratica avanzata in una clinica privata, ho scoperto che senza l'assistenza umana (*human caring*) e la compassione per coloro che sono malati di mente, violenti e dipendenti dalla droga, sono meno probabili dei buoni risultati. Nel corso degli anni, mantenere un senso di umanità e compassione verso queste persone è stata una lotta. L'integrazione della *caring science*, incarnando i dieci processi *caritas*[®] della Watson, e le pratiche consapevoli presenti in questo libro, sono state trasformative nell'aiutarmi a essere presente e mi hanno insegnato come diventare l'ambiente di guarigione. Questo libro ci insegna che tutta la creazione è sacra e connessa e che gli esseri umani appartengono alla Sorgente infinita che ci unisce; ci ricorda che tutti hanno il diritto a cure compassionevoli. Incarnare la coscienza della *caritas* e queste pratiche consapevoli ci reindirizzano a essere chiari nelle nostre intenzioni mentre ci prendiamo cura degli altri. Queste pratiche consapevoli promuovono la cura di sé, la presenza di autenticità e sostengono i professionisti delle scienze della salute nel gestire lo stress e impedire lo sviluppo del *burnout*. Un approccio *caring* offre ai nostri assistiti forensi una migliore possibilità di sviluppare compassione per se stessi e gli altri e promuove l'adesione al loro piano di trattamento.

Dopo aver sviluppato il cancro alla gola, aver subito due interventi chirurgici e la radioterapia, il recupero è stato per me una sfida. Le pratiche consapevoli di questo libro mi hanno aiutato a mantenere l'auto-compassione e l'equanimità in una situazione pericolosa per la vita. Durante il mio viaggio *caritas*, queste pratiche consapevoli mi hanno sostenuto mentre ho affrontato il dolore senza sofferenza e mi hanno impedito di far uso di analgesici che creano dipendenza. Mi ha aiutato a sviluppare relazioni di cura transpersonale con altri professionisti sanitari che erano troppo impegnati per stabilire una connessione con me, mentre gestivano interventi basati sulle prove di efficacia. Lo *human caring* va oltre l'offerta di un'assistenza attenta e accurata: lo *human caring* inizia quando il professionista sanitario riconosce di entrare nello "spazio vitale o campo fenomenologico di un'altra persona" (Watson, 2012) la cui vita è nelle

sue mani. L'efficacia dell'attuazione delle migliori pratiche cliniche richiede di essere obiettiva e autentica, praticata con gentilezza amorevole. La diagnosi di cancro è stata un evento monumentale nella mia vita per incarnare e praticare l'*unitary caring science* e i dieci processi *caritas* di Jean Watson con coloro che hanno attraversato il mio cammino verso la guarigione.

Sono grato di aver avuto l'opportunità e il piacere di lavorare a stretto contatto con la dott.ssa Cecilia Sironi nel presentare queste pratiche consapevoli agli infermieri italiani in seminari in italiano. Questo libro dovrebbe essere integrato nel curriculum infermieristico italiano. È una lettura essenziale per tutti i professionisti delle scienze della salute, per aiutare a migliorare il loro stress, ridurre la probabilità di sviluppare *compassion fatigue* e promuovere il rinnovo della compassione. Vi sono prove significative che la pratica e l'incarnazione della consapevolezza e dei dieci processi *caritas* migliora la qualità dell'assistenza e porta a positivi risultati clinici.

Joseph Giovannoni

Introduzione della traduttrice e curatrice

A distanza di sette anni esce la traduzione di un secondo libro che ha come coautrice la prof.ssa Jean Watson e intende offrire spunti ed esempi concreti per attualizzare lo *human caring*. Chi mi conosce o legge sa che il centro della mia quasi quarantennale attività professionale è l'assistenza e l'assistenza infermieristica: in senso concettuale e pratico. Anche il messaggio che ho voluto lasciare come per un ideale “passaggio di testimone” al gruppo che è subentrato al mio secondo mandato come Presidente nazionale CNAI è sintetizzato dalla relazione presentata al XXI Congresso di Milano (Sironi, Santambrogio, 2019).

In quella circostanza parlavo, infatti, ancora una volta di assistenza infermieristica e proponevo tre ampi filoni di studio come riferimento per chi non intenda rinunciare alla riflessione impegnativa e costante su quali elementi costituiscono la parte centrale del nostro lavoro di *ad-sistere* l'altro bisognoso e sofferente. Il primo filone, partito negli anni Settanta del secolo scorso con Marie Manthey e diffuso in tutto il mondo come *Primary Nursing*, ha generato l'approccio assistenziale RCB ovvero *Relationship-Based Care* (tradotto da noi come *Cure basate sulla relazione*, CBR) diffuso grazie alla traduzione del testo di Mary Koloroutis. Un secondo filone di ricerca, più recente, recupera i fondamenti dell'assistenza infermieristica ed è quello riccamente descritto dai contributi di un intero numero della rivista *Journal of Clinical Nursing* del giugno 2018 (*Fundamental Care*, vol. 27, Issue 11-12, pp. 2171-2515). Anche se non c'è ancora un totale accordo su cosa siano i *fundamentals of care* o *basic nursing care*, il crescente interesse e il desiderio di iniziare ricerche per rinforzare l'*evidence base* di questi aspetti fondanti l'assistenza infermieristica è già un notevole passo verso il consolidamento delle nostre conoscenze disciplinari. Infine, nel terzo filone di studi individuato, sono presenti numerosi contributi teorici e ricerche che coinvolgono diversi ambiti disciplinari e che fanno parlare ormai di una *caring science*. È in quest'ultimo ambito di studio che si colloca questa traduzione e lo *human caring* della Watson.

Nel precedente testo (Watson, 2013) raccontai dei miei primi incontri con Jean Watson: fu l'inizio di un percorso e devo ai lettori un “aggiornamento” di come sono

arrivata al presente lavoro, strettamente connesso al cammino personale compiuto in questi anni e, come sempre, determinato dalla mia curiosità e desiderio di capire.

Nel 2015 lessi, nelle informazioni che arrivano periodicamente dal Watson Caring Science Institute (WCSI) a chi si iscrive alla *Newsletter*, della possibilità di iscriversi gratuitamente al corso MOOC (non conoscevo neppure il significato dell'acronimo che sta per *massive open online course*), coordinato dalla prof.ssa Kathleen Sitzman e titolato *Caring Science Mindful Practice*. L'unica indicazione era di utilizzare il testo curato dalla docente con la prof.ssa Jean Watson, perché il corso avrebbe seguito il suo sviluppo, seguendo la logica dei capitoli correlati ai dieci *caritas process* della teoria dello *human caring* (Sitzman, Watson, 2014). Mi procurai il libro, lo lessi e frequentai il ricco e impegnativo corso *online* della durata di quattro settimane, svolgendo i vari "compiti" assegnati nel corso del mese. Il 1° febbraio 2016 ricevetti il certificato che attestava la frequenza e il superamento del corso.

Ebbi poi l'opportunità di partecipare ai "ritiri" organizzati con la prof.ssa Watson dal prof. Joseph Giovannoni con il WCSI, alle porte di Lucca, nelle estati del 2016 e 2017. Le condivisioni delle esperienze con colleghi provenienti da diversi paesi del mondo, animati dallo stesso desiderio e con la preziosa e carismatica presenza di Jean Watson, furono eventi significativi. Grazie poi a un corso, offerto nell'Azienda socio-santaria territoriale in cui lavoro, sulla *mindfulness* e alla lettura di diversi scritti di Thich Nhat Hanh, il mio cammino di approfondimento personale è proseguito, integrandosi con i miei valori ed esperienze personali, assistenziali e nell'ambito educativo/formativo.

Avendo curato la traduzione italiana dell'approccio teorico della Watson e tenuto i contatti con lei e un gruppo di docenti e colleghi interessati alla diffusione della sua teoria, ritenni subito di grande utilità la traduzione del testo conosciuto grazie al MOOC. Chiesi alla Watson se riteneva opportuno tradurlo per concretizzare e incrementare la diffusione della *human caring science* nel nostro paese. Con il suo assenso iniziai a verificare l'interesse dell'editore. I problemi personali e il susseguirsi di altri impegni mi impedirono di iniziare subito il lavoro ma, appena vidi che era uscita una seconda edizione, ricontattai l'Editore e pianificai il lavoro (Sitzman, Watson, 2018).

Questa premessa per dire, a chi approccia per la prima volta gli scritti di Jean Watson, a un qualsiasi testo di Thich Nhat Hanh o ad altre fonti ed esperienze connesse a questi ambiti, che ognuno può cogliere in modi diversi e personali quanto può trovarvi racchiuso. Il suggerimento è di superare il possibile scetticismo, o persino imbarazzo, suscitati dall'impatto con un linguaggio e dei contenuti che possono risultare "strani" rispetto alla propria formazione e alieni dal modo di lavorare nei nostri servizi. L'invito è a immedesimarsi con quanto proposto, a valutare l'eco prodotto da quanto letto nella propria vita e a giudicarlo paragonandolo con la propria esperienza.

Nello specifico, la struttura di questo testo ha un impianto molto semplice e la prof.ssa Sitzman ha reso davvero avvicinabili a chiunque questi contenuti. In particolare, la ricchezza della letteratura citata (paragrafi titolati *Sviluppo della conoscenza della scienza del caring*) e delle esperienze aggiunte a ciascun capitolo (*abstract di progetti del programma di formazione per caritas coach*), fanno di questo libro un prezioso "strumento di lavoro".

Anche la traduzione di questo volume ha costituito per me una sfida, specie nel rendere in modo comprensibile e “vicino” ai lettori italiani le esperienze svolte in strutture sanitarie molto diverse dalle nostre e narrate da professionisti con percorsi formativi e di carriera non paragonabili a quelli degli infermieri italiani. Ma proprio negli *abstract* dei lavori svolti per conseguire il titolo di *caritas coach* da parte di numerosi colleghi statunitensi e – particolare degno di nota – dalle prime due italiane, sta la grande ricchezza del testo. È la testimonianza che è davvero possibile attualizzare, vivere, tradurre nella pratica questo approccio assistenziale!

Rimando a quanto espresso nell'introduzione al testo precedente per le scelte di traduzione di *human caring* e il raffronto con l'assistenza infermieristica; anche gli aspetti tecnici e le scelte compiute nella traduzione e revisione hanno voluto essere coerenti con *Assistenza infermieristica: filosofia e scienza del caring* (Watson, 2013). Serve però precisare a chi è rivolto questo testo.

Nella sede formativa in cui opero, utilizziamo e suggeriamo gli scritti di Jean Watson ai docenti infermieri e agli studenti. Questo approccio facilita e arricchisce l'introduzione del concetto di assistenza infermieristica sin dal primo semestre del 1° anno di corso di laurea in infermieristica. Lo studio della teoria può iniziare o proseguire in modo proficuo nel corso di laurea magistrale. La traduzione, che ho fortemente desiderato, di questo testo di Sitzman e Watson non solo risulta una valida integrazione ed esemplificazione della filosofia e scienza del *caring*, ma costituisce un ottimo strumento per iniziarne la conoscenza. A chi lavora in ambito clinico, sia in strutture ospedaliere, che nei servizi territoriali o al domicilio, può offrire spunti per recuperare la ragion d'essere della sua intima scelta professionale. In un contesto sempre più standardizzato e specializzato, la lettura e la naturale immedesimazione con esempi ed esperienze concrete può rinnovare la motivazione a prendersi cura con passione dell'altro sofferente, può riaccendere il fuoco sacro (per usare la metafora della candela tanto amata dalla Watson) che anima i valori professionali più profondi di ciascun infermiere. Questo testo mostra che quanto scritto da Jean Watson, che gira ancora instancabilmente il mondo per affermare ciò in cui crede, è davvero attuabile anche nelle nostre realtà cliniche. Dipende da ciascuno di noi rendere ogni gesto quotidiano *caring*, cioè umano, assistenziale, anche al di fuori del nostro contesto di lavoro. Mi fa quindi particolarmente piacere l'uscita del libro per il 2020, anno in cui in tutto il mondo fervono iniziative per celebrare il bicentenario della nascita di Florence Nightingale, anno proclamato dall'Organizzazione mondiale della sanità e dall'*International Council of Nurses* “anno dell'infermiere e dell'ostetrica”. L'augurio è che sia, quindi, uno strumento per ravvivare la fiamma della *caritas* anche in Italia, dove la tradizione dell'assistenza ai bisognosi ha conosciuto figure di primo piano dedite all'assistenza e dove, ancora oggi ogni giorno, tanti infermieri offrono assistenza davvero eccellente e attenta alle persone che incontrano incarnando e vivendo quanto contenuto in questo libro.

BIBLIOGRAFIA

- Koloroutis, M. (2015) *Cure basate sulla relazione: un modello per trasformare la pratica clinica*. Milano: CEA, Casa Editrice Ambrosiana.
- Sironi C., Santambrogio G. (2019) Assistenza infermieristica: che cosa è e cosa non è nel 2018. *Professioni infermieristiche*, 72(1): 7-12.
- Sitzman K., Watson J. (2014) *Caring Science, Mindful Practice. Implementing Watson's Human caring theory*. New York: Springer Publishing Company.
- Sitzman K., Watson J. (2018) *Caring Science, Mindful Practice. Implementing Watson's Human caring theory*. 2nd edition, New York: Springer Publishing Company.
- Watson J. (2013) *Assistenza infermieristica: filosofia e scienza del Caring*. Milano: CEA, Casa Editrice Ambrosiana.