

Livre

Auteur(s) : Nabati, Moussa (Auteur)**Titre(s)** : Réussir la séparation [Texte imprimé] : pour tisser des liens adultes / Moussa Nabati.**Editeur(s)** : 61-Lonrai Normandie roto impr.). ; [Paris] : Fayard, DL 2018.

Résumé : La vie est une cascade ininterrompue de séparations. Il s'agit à chaque étape de tourner une page pour en commencer une nouvelle. La séparation représente toujours une épreuve dans les trois sens du terme : elle est souffrance d'abord, ressentie telle une déchirure, test ensuite, révélant les failles et la solidité de l'individu, passage initiatique enfin, occasion privilégiée de se reconstruire. Pourquoi une rupture sentimentale, un licenciement, le départ des enfants devenus grands, la retraite, une perte d'argent ou celle d'un proche sont-ils vécus parfois si douloureusement ? Pourquoi certains s'enferment-ils dans des dépendances affectives ou addictions diverses : la nourriture, le sexe, les médicaments, les jeux vidéo... Moussa Nabati montre, grâce aux riches témoignages de ses patients, que ces blocages ont pour origine l'échec de l'attachement premier à la mère ; la rupture de cette relation fondatrice maintient le sujet dans la fusion, l'empêchant de se lier aux autres de façon équilibrée ou de les quitter dans la sérénité. Toute angoisse de séparation, d'abandon, de solitude provient dès lors de la survivance des blessures anciennes. Seuls le retour à son intérieur, la pacification de son passé et la réhabilitation de sa mère intérieure permettent de réussir à tisser enfin des liens adultes. Moussa Nabati est psychanalyste. Docteur en psychologie, il est l'auteur de nombreux ouvrages dont *Le Bonheur d'être soi* (Fayard, 2006-Prix Psychologies 2007 ; *Le Livre de poche*, 2008), *Guérir son enfant intérieur* (Fayard, 2008 ; *Le Livre de poche*, 2009) et *Renouer avec sa bonté profonde* (Fayard, 2016 ; *Le Livre de poche*, 2017).

Sujet(s) : Séparation (psychologie) Dépendance (psychologie)

Exemplaires

Bibliothèque	Espace	Emplacement	Support	Cote	Utilisation	Situation	Date de retour	Consultation
Saint-Corneille	Adulte		Livre	155.6 NAB	Prêt normal	En rayon		