



## **CRISE AU TRAVAIL ET SOUFFRANCE PERSONNELLE**

**Isabelle MÉTÉNIER**

Collection « *Faire face* »

**En librairie le 2 septembre 2010**

### **LE LIVRE**

Une crise professionnelle ébranle souvent globalement le sujet.

S'interroger plus largement sur ce qui se joue pour la personne dans cette conjoncture peut l'aider à dépasser la crise, à surmonter sa souffrance.

Comprendre les origines de nos motivations et saisir le sens de nos actions quotidiennes dans le travail (tant sur le plan du travail en lui-même que sur les relations tissées à cette occasion) nous éclaire sur nous-mêmes. Face émergée de l'iceberg, la vie professionnelle est l'expression de notre personnalité. Nous disons à longueur de journée qui nous sommes sans pour autant en avoir conscience et sans que les autres le découvrent forcément. Au fur et à mesure de nos évolutions professionnelles, nous changeons quelque chose à notre vie psychique et à nos interactions avec nos proches. A moins que ce ne soit l'inverse...

En tout cas, les deux interagissent et sont en osmose.

Notre appartenance familiale, notre histoire, est toujours dessinée en toile de fond, que nous le voulions ou non. La reconnaître permet d'évoluer différemment, en allant dans le sens où nous le voulons vraiment. Car se libérer de ses carcans intérieurs passe par un renoncement à nos loyautés inconscientes. Abandonner ses peurs, c'est offrir aussi à ses enfants la possibilité de se dégager d'une histoire qui les a précédés pour leur permettre d'explorer le monde du travail à leur manière.

Ce livre vient alimenter la réflexion de tous ceux qui s'interrogent sur leur profession et leur donne des outils de réflexion et des pistes d'évolution personnelle.

### **L'AUTEUR**

**Isabelle Méténier** psychosociologue, psychothérapeute et coach. Après avoir accompagné pendant vingt ans des personnes en souffrance professionnelle, elle aide les personnes à comprendre leur histoire et faire des choix plus adaptés à ce qu'ils sont réellement.

Elle propose une vision élargie de l'accompagnement professionnel, forme et supervise des coachs sensibles à son approche.

Isabelle Méténier exerce à Paris et se déplace régulièrement en Europe et au Canada, pionnier sur les questions d'évolution professionnelle pour les jeunes et les adultes.

En 2006, elle a publié *Histoire personnelle, destinée professionnelle* aux éditions Démos.

Agnès Olivo ☎ 01 42 79 10 03 / 10 53

[aolivo@albin-michel.fr](mailto:aolivo@albin-michel.fr)

Régions, Suisse, Belgique : Caroline Hardoy ☎ 01 42 79 19 12

[chardoy@albin-michel.fr](mailto:chardoy@albin-michel.fr)