



MAINTENANT OU JAMAIS ! ***La transition du milieu de la vie***

Christophe FAURÉ

Collection « *Faire Face* »

En librairie fin octobre 2011

LE LIVRE

On parle beaucoup de la « crise du milieu de la vie », de la « crise de la quarantaine – ou de la cinquantaine », du « démon de midi ».

Mais que sait-on vraiment de cette transition de vie qui se situe entre 45 et 55 ans ?

Les idées fausses sont légion sur ce qu'est véritablement ce temps essentiel de la vie et le vécu intime de cette transition est difficilement abordé avec les proches ou les amis. Trop de pudeur, de doutes, de peurs...

Christophe Fauré aborde les différentes dimensions de la vie concernées par cette période charnière (le corps, le couple, la relation aux enfants et aux parents, la conscience du temps compté, la réalisation de soi, y compris les pièges et les impasses à éviter...)

Un livre pour mieux comprendre et décoder les enjeux de ce temps de vie, mais aussi pour rassurer et dédramatiser cette nécessaire transition, en donnant des pistes pour la vivre en conscience, sans peur, avec le plus de profondeur possible mais sans être lourd.

L'AUTEUR

Christophe Fauré est psychiatre, psychothérapeute, à Paris.

Il a publié aux Éditions Albin Michel :

Ensemble mais seuls - 2009

Après le suicide d'un proche - 2007

Le couple brisé - 2002

Vivre ensemble la maladie d'un proche - 1998, nouvelle édition 2002

Vivre le deuil au jour le jour - 1995, nouvelle édition 2004

Agnès Olivo ☎ 01 42 79 10 03
agnes.olivo@albin-michel.fr

Régions, Suisse, Belgique : Caroline Hardoy ☎ 01 42 79 19 12
caroline.hardoy@albin-michel.fr