



**MOI**

**Philippe PRESLES**

**En librairie en janvier 2021**

## **LE LIVRE**

---

### ***Apprendre à vivre avec son meilleur ami et son pire ennemi***

Nous vivons tous les jours avec notre Moi. Il est notre voix intérieure, notre regard sur le monde, notre histoire personnelle où se mêlent nos peurs, nos souffrances, nos joies et nos espoirs. Pourtant, nous ne savons pas grand-chose de ce monde intérieur qui nous caractérise et qui agit en arrière-plan de notre quotidien. Parfois pour le meilleur, mais aussi pour le pire. Philippe Presles s'appuie sur la psychologie du développement, les neurosciences et de nombreux exemples, notamment personnels, pour nous guider dans la découverte des potentiels insoupçonnés de notre Moi.

Faire de ce Moi un ami, plutôt qu'un ennemi, est un talent essentiel pour bien vivre sa vie.

## **L'AUTEUR**

---

**Philippe Presles**, médecin, psychothérapeute, est l'auteur, entre autres, de *Tout ce qui n'intéressait pas Freud* (Robert Laffont).

**Agnès Olivo** ☎ 06 23 94 49 11  
[agnes.olivo@albin-michel.fr](mailto:agnes.olivo@albin-michel.fr)