



Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue

Catherine Hervais

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue Catherine Hervais

Couverture illustrée couleur. Photo auteur 4e plat. Avec la collaboration de Caroline Lopez. Buchet/Chastel 1999.

 [Telecharger Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincu ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vain ...pdf](#)

Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue

Catherine Hervais

Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue Catherine Hervais

Couverture illustrée couleur. Photo auteur 4e plat. Avec la collaboration de Caroline Lopez. Buchet/Chastel 1999.

Téléchargez et lisez en ligne Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue Catherine Hervais

314 pages

Revue de presse

La honte d'avaler des monceaux de nourriture, vomir dans la douleur, se dégoûter dans la solitude, croire qu'on n'en finira jamais avec la boulimie, Catherine Hervais est bien placée pour raconter les affres de ce mal du siècle. Elle-même ancienne boulimique, devenue psychologue, a fait un long parcours initiatique dans les thérapies de tout type et anime des groupes afin que les personnes boulimiques puissent enfin trouver leur salut. L'auteur fait un point sur son cheminement et expose les témoignages de ses patientes qui ont enfin pu partager leur détresse et en terminer avec leur enfer. Les boulimiques ne souffrent pas d'un trouble du comportement alimentaire, mais d'un problème de personnalité. Elles vivent coupées d'elles-mêmes, se sentent vides. Généreux et dynamique, ce livre est un plaidoyer pour que les boulimiques sortent de leur isolement et apprennent à se reconstruire, à devenir enfin elles-mêmes, à retrouver un sens à leur vie.

--*Psychonet.fr* -- *Psychonet.fr* Présentation de l'éditeur

« Je m'appelle Catherine Hervais, j'ai 58 ans, je suis psychothérapeute, et la boulimie, je connais bien. Pendant quinze ans, j'en ai bavé, je l'ai vécue jusqu'à la nausée. Et c'est parce que j'ai été une toxico de la bouffe que j'ai voulu comprendre... »

Un nouvel éclairage sur la vraie nature de la boulimie, sur la féminité et sur l'importance d'une bonne communication mère-enfant au tout premier âge de la vie. Quatrième de couverture

Je m'appelle Catherine Hervais, j'ai cinquante ans, je suis psychothérapeute, et la boulimie, je connais bien. Pendant quinze ans, j'en ai bavé, je l'ai vécue jusqu'à la nausée. J'ai vu quantité de médecins, nutritionnistes, psychiatres sans jamais oser leur avouer mon vrai problème. Je disais que c'était l'enfer, mais ne précisais pas à quoi ressemblait mon enfer : Je n'osais pas dire que je vivais pour manger, mangeais pour vomir, vomissais pour remanger. Je voyais la boulimie comme mon problème principal, alors que je regardais le monde, depuis ma petite enfance, avec les yeux effrayés de quelqu'un qui n'est pas fait pour cette vie-là. Je me sentais tombée de la planète Mars, toujours au spectacle sans rien comprendre au film.

C'est parce que j'ai été une « toxico de la bouffe » que j'ai voulu comprendre : j'ai fait des analyses, plusieurs de ces thérapies dites « nouvelles » qu'on pratique aux États-Unis, et j'ai compris. Mieux, je m'en suis sortie. Aujourd'hui j'anime des groupes à Paris selon une technique de psychothérapie intensive que j'ai créée pour les boulimiques, qui s'apparente à celle que l'on pratique souvent avec les alcooliques et les toxicomanes aux États-Unis. Je veux par ce livre, illustré de nombreux témoignages, apporter un nouvel éclairage sur ce qu'est vraiment la boulimie, la féminité d'une manière générale, et sur l'importance d'une bonne communication mère-enfant au tout premier âge de la vie.

Download and Read Online Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue Catherine Hervais

#2Y7ZCI1EAQF

Lire Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue par Catherine Hervais pour ebook en ligneLes toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue par Catherine Hervais Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue par Catherine Hervais à lire en ligne.Online Les toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue par Catherine Hervais ebook Téléchargement PDFLes toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue par Catherine Hervais DocLes toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue par Catherine Hervais MobipocketLes toxicos de la bouffe - La boulimie vécue et vaincue par Catherine Hervais EPub **2Y7ZCI1EAQF2Y7ZCI1EAQF2Y7ZCI1EAQF**