

Catherine Hervais

« Vivre et communiquer avec un proche boulimique-anorexique »

Psychologue, l'auteur sait combien il peut être éprouvant de vivre avec un proche boulimique-anorexique mais aussi que l'on peut s'en sortir et réagir de manière ajustée. **Son livre répond, avec des mots simples, aux questions que l'on se pose** quand on est confronté à ce problème : qu'est-ce que la boulimie-anorexie ? Mes soupçons sont-ils fondés ? **Que faire ? Que dire ?** Quels sont les traitements possibles ? Pourquoi fait-elle cela ?



Ancienne boulimique-anorexique, elle explique l'univers intérieur des personnes qui se droguent avec la nourriture et propose des clefs pour réagir dans les situations critiques de la vie quotidienne, quand :

- il ou elle a besoin de faire une crise,
- elle ne veut pas manger,
- elle se fait vomir,
- elle s'isole et ne veut plus communiquer,
- elle s'automutile ou est très violente,
- elle demande de l'aide, etc.

Déculpabilisant, tourné vers l'action, porteur d'espoir, ce livre fait comprendre ce qui se cache derrière l'obsession de la nourriture et apprend à se protéger du stress et de l'angoisse. Il propose pour l'entourage une véritable boîte à outils : **foire aux questions médicales, webographie, bibliographie, coordonnées en cas d'urgence.**

Catherine Hervais est psychologue, membre de la Fédération française de Psychologie et de Psychanalyse, vice-présidente de l'École parisienne de Gestalt, spécialisée depuis vingt-cinq ans dans la psychothérapie des personnes boulimiques-anorexiques.