

L'AMITIE - BIBLIO

Essentielle, constructive, fusionnelle ou toxique... Quelle part de nous se joue dans ce lien puissant ?

Anne-Laure Buffet

Collection Comprendre et agir



Résumé

L'une des relations les plus importantes de notre vie

L'amitié est l'un des liens les plus puissants que l'on sera amené à connaître. Mais comment naît-elle et comment se construit-elle ? Que dit-elle de nous et de notre rapport à l'autre, et à quel point influe-t-elle sur notre évolution personnelle ? Durable ou éphémère, distendue ou intense, immédiate ou progressive, l'amitié nous permet d'exister au monde, de construire notre individualité et d'exercer notre empathie. Elle peut aussi être parfois douloureuse, blessante ou nocive, mais elle devient peut-être dès lors formatrice. Dans tous les cas, elle révèle une part de nous, de nos valeurs, de nos désirs, une part de qui nous sommes.

Dans cet ouvrage, Anne-Laure Buffet, à travers des témoignages et des histoires d'amitié de tous types, nous invite à explorer en quoi ce lien marque nos vies et construit nos trajectoires.

L'auteur

Anne-Laure Buffet est thérapeute, conférencière et formatrice spécialisée dans l'accompagnement de personnes victimes de violences psychologiques. Elle est notamment l'auteure des ouvrages *Les prisons familiales* et *Ces séparations qui nous font grandir*, parus dans la même collection.

©<https://www.eyrolles.com/Loisirs/Livre/l-amitie-9782416004414/>