



*Sous la direction de
Jean MARVAUD*

L'Esprit du Temps
PSYCHOLOGIE

Relaxation

Actualité et innovation. Volume 2

Sous la direction de Jean Marvaud

- Année : 1995
- Pages : 320
- Collection : Psychologie
- Éditeur : L'Esprit du temps
- ISBN : 2908206536

La relaxation psychothérapique est aujourd'hui l'un des courants les plus prometteurs dans le domaine des psychothérapies. Cet ouvrage est constitué de deux volumes complémentaires qui développent les grands thèmes et les indications des relaxations psychothérapiques : Ce deuxième volume aborde la relaxation chez l'enfant, chez l'adolescent, chez le sujet âgé ; relaxation et thérapies cognitives et comportementales, anxiété et somatisation, états de conscience modifiés, méthodologie. Y sont notamment expliquées les méthodes du training autogène de Schultz, de la relaxation à inductions variables de M. Sapir, de la psychothérapie de relaxation de J. Ajurriaguerra, les méthodes de Jarreau-Klotz, des mouvements passifs d'H. Wintrebert, les approches psychanalytiques ou psychothérapiques en relaxation : training autogène progressif d'Y. Ranty... Les indications qui s'y rapportent sont développées. Ces deux volumes constituent aujourd'hui la référence en matière de relaxation