

BIBLIOGRAPHIE

Cette bibliographie non exhaustive est en soi un outil thérapeutique

Ouvrages généraux sur les TCC

« Psychothérapie, trois approches évaluées » Une Expertise Collective de l'Inserm 2004
Granier E, Petit Guide de Thérapie comportementale et cognitive à l'usage des patients
Cottraux J, Les thérapies comportementales et cognitives, Masson, Paris, 1998
André C, Les thérapies cognitives, Éditions Bernet-Danilo, Paris, 1998
Cottraux J, Les thérapies cognitives, Retz, Paris, 2001.
Cottraux J, Thérapie cognitive et émotions : la troisième vague. Masson, Paris, 2006.

Troubles anxieux

André C, Psychologie de la peur, Odile Jacob, Paris, 2004
André C & Muzo, Petites angoisses et grosses phobies, Seuil, Paris, 2002
R Stern, Maîtriser Ses Phobies, Edition Marabout, 2000
André C & Légeron P, La peur des autres : trac, timidité et phobie sociale, Éditions Odile Jacob, Paris, 2000 (3e édition)
Frank Tallis, Comment Vaincre Vos Peurs, Editions Leduc, 2007
Baker R, Les crises d'angoisse, Empreinte, Paris, 2001
Chneiweiss L & Tanneau É, Maîtriser son trac, Éditions Odile Jacob, Paris, 2003
Ladouceur R, Bélanger L & Léger E. Arrêtez de vous faire du souci pour tout et pour rien. Odile Jacob, Paris, 2003
Zumbrunnen R & Fouace J, Comment vaincre la peur de l'eau, Éditions de l'Homme, Montréal, 1999
Zumbrunnen R, Pas de panique au volant, Odile Jacob, Paris, 2002

Les Troubles obsessionnels et compulsifs

Chapelle F : Les TOC. Éditions Milan, Toulouse, 2004
Lamagnère F, Manies, peurs et idées fixes, Retz, Paris, 1994
Sauteraud A. Je ne peux pas m'arrêter de laver, vérifier, compter. Odile Jacob, Paris, 2002 (2ème éd)
Sauteraud A. Le TOC : le manuel du thérapeute. Odile Jacob, Paris, 2005

Attaque et ou trouble panique +/- Agoraphobie

Apfeldorfer, Pas de panique, Hachette, Paris, 1986
Peyré F, Faire face à l'agoraphobie, Retz, 2006.
Peyré F, Faire face au trouble panique, Retz, 2002.
Émery JL, Maîtrisez vos peurs. Vaincre la panique et l'agoraphobie. Odile Jacob, Paris, 2002 (2ème éd).
Emery J'ai Peur JL, Vaincre Le Trouble Panique Et L'agoraphobie, Edition Odile Jacob, 2008

Le stress post-traumatique

Seguin-Sabouraud A, Survivre après un choc, Faire face au traumatisme psychologique, Odile Jacob, Paris, 2001

Troubles dépressifs

Mirabel-Sarron C, La dépression : comment en sortir, Odile Jacob, Paris, 2002
Cungi C & Note I. Faire face à la dépression. Retz, Paris, 1999
André C, Vivre heureux. Psychologie du bonheur, Éditions Odile Jacob, Paris, 2003
Burns D, Se libérer de l'anxiété sans médicaments, Lattès, Paris, 1996
Servant D, Guérir Le Stress, L'anxiété Et La Dépression Sans Médicaments Ni Psychanalyse, Édition poche, 2011
Alexander Levy, Surmonter Le Deuil De Ses Parents ; Un Tournant Décisif De Notre Vie D'adulte, Interéditions, 2000
Aurore Sabouraud-seguin, Revivre Après Un Choc ; Comment Surmonter Le Traumatisme Psychologique, édition Odile Jacob, 2006

Personnalité, émotions et tempérament, procrastination

Aron EN, Ces gens qui ont peur d'avoir peur, Masson, Éditions de l'Homme, Montréal, 2000
Fanget F. Toujours mieux ! Psychologie du perfectionnisme. Éditions Odile Jacob, Paris, 2006.
Koeltz B, Comment ne pas tout remettre au lendemain, Édition Odile Jacob, 2006

Troubles des conduites alimentaires

Samuel-Lajeunesse B & Foulon C (éds). Les conduites alimentaires, Masson, Paris, 1994
Mirabel-Sarron C, Bien manger, Bayard, Paris, 1999
Apfeldorfer G, Maigrir c'est dans la tête, Odile Jacob, Paris, 1997
Apfeldorfer G, Je mange donc je suis, Payot, Paris, 1991
Apfeldorfer G, Anorexie, boulimie, obésité, Flammarion, Paris, 1995
Apfeldorfer, Maigrir c'est fou !, Odile Jacob, Paris, 2000
Nef F & Simon Y. Comment sortir de la boulimie, Odile Jacob, Paris, 2004
Perroud A. Faire face à l'anorexie et la boulimie. Retz, Paris, 2004.
Perroud A. Faire face à la boulimie. Retz, Paris, 2002.
Schmidt U & Treasure J. S'en sortir repas après repas, Estern, Paris, 1998
Simon Y & Nef F. Comment sortir de l'anorexie, Odile Jacob, Paris, 2002

Difficultés conjugales et sexuelles

Boisvert JM & et Beaudry M, Psychologie du couple, Éditions du Méridien, Montréal, 1988
Cuzacq ML, Les manipulateurs, Editions Edigo, 2011
Fauré C, Maintenant ou jamais, Editions Albin Michel, 2011
Fauré C, Le couple brisé, Editions Albin Michel, 2002
Fanget F, Oser la vie à deux, Editions Odile Jacob, 2010
Poudat FX, Mieux vivre sa sexualité, Editions Odile Jacob, 2004

Personne âgée

Psychologie clinique de la personne âgée de Philippe Cappeliez, Philippe Landreville et Jean Vézina Edition Masson, 2000

Alzheimer. Thérapie comportementale et art-thérapie en institution de Henryka-Katia Lesniewska (1 novembre 2003) Paris, 2003.

Médecine comportementale

Burgess M, Chalder T. Réussir à surmonter la fatigue chronique avec les TCC. Interéditions, 2007.

Chneiweiss L, Dormir n'est plus un rêve, Albin Michel, Paris, 1993

Royant-Parola S, Comment retrouver le sommeil, Odile Jacob, Paris, 2002

Jacques Poujol ; Claire Poujol, Pratiquer Et Vivre La Relation Aide, Edition Marabout, 2000

Addictions

Cungi C. Faire face aux dépendances. Retz, Paris, 2000

Pia Mellody, Vaincre La Dépendance, Edition J'ai lu, 2004

Michel Lejoyeux, Du Plaisir A La Dépendance ; Nouvelles Addictions, Nouvelles Therapies, Editions Poche

Aubin HJ, Dupont P, et Lagrue G, Comment arrêter de fumer ? Éditions Odile Jacob, Paris, 2003

Jean-loup De Dervaux, Pour En Finir Avec Le Tabac, Edition Marabout, 2001

Lagrue G, Arrêter de fumer, Odile Jacob, Paris, 1998 et 2000

Adès J et Lejoyeux M. Encore plus ! Jeu, sexe, travail, argent. Odile Jacob, Paris, 2001

Graziani P et Eraldi D, Comment arrêter l'alcool ? Odile Jacob, Paris, 2003

Guide à l'usage des patients alcooliques www.inpes.sante.fr

Ladouceur R et coll. Le jeu excessif, Montréal, Éditions de l'Homme, 2000

Stress et gestion du stress

Albert É, Guide de la gestion du stress, City and York, Dublin, 1995

Graziani P et Swendsen J. Le stress : émotions et stratégies d'adaptation. Paris, Nathan, 2004.

André C, Lelord F, & Légeron P, Le stress, Privat, Toulouse, 1998

André C, Légeron P & Lelord F, La gestion du stress, Éditions Bernet-Danilo, Paris, 1995

Chapelle F & Monié B. Bon stress, mauvais stress : mode d'emploi. Paris, Odile Jacob, 2007.

Chneiweiss L & Tanneau É. Vivre sans stress. Le Cavalier Bleu, Paris, 2003.

Cungi C, Savoir gérer son stress, Retz, Paris, 1998

Servant D : Gestion du stress et de l'anxiété. Paris, Masson, 2005.

Légeron P, Le stress au travail, Paris, Odile Jacob, 2001.

Cungi C, Savoir se relaxer, Retz, Paris, 2003

Servant D, Relaxation et méditation, trouver son équilibre émotionnel. Odile Jacob, 2007

Maex E. Mindfulness : apprivoiser le stress par la pleine conscience. Bruxelles, De Boeck, 2007.

Paulhan I et Bourgeois M, Stress et coping, PUF, collection Nodules, Paris, 1995

Estime de soi, affirmation de soi et relations aux autres

Affirmation de soi

Boisvert JM & et Beaudry M, S'affirmer et communiquer, Éditions de l'Homme, Montréal, 1979.

Alberti RE & Emmons ML, S'affirmer : savoir prendre sa place, Le Jour Éditeur, Montréal, 1992

Fanget F. Affirmez-vous ! Odile Jacob, Paris, 2002 (2ème éd)

Fanget F. Osez ! Odile Jacob, Paris, 2003

Fanget F & Rouchouse B. L'affirmation de soi : une méthode de thérapie. Paris, Odile Jacob 2007.

Cungi C. Savoir s'affirmer, Retz, Paris, 2001 (2ème éd.)

Cariou-Rognant AM, Chaperon AF, Duchesne N. L'affirmation de soi par le jeu de rôle. Paris, Dunod,2007.

Estime de soi

André C & Lelord F, L'estime de soi, Odile Jacob, Paris, 1999

Christophe Andre ; Francois Lelord ,L'estime De Soi ; S'aimer Pour Mieux Vivre Avec Les Autres

Confiance en soi

Frederic Fanget ,Oser ; Therapie De La Confiance En Soi, Edition Odile Jacob, 2006

Nathaniel Branden , Les 6 Cles Confiance En Soi, Edition J'ai lu, 1999

Haddou Marie , Avoir Confiance En Soi, Edition J'ai lu

André C. Imparfais, libres et heureux. Pratiques de l'estime de soi. Paris, Odile Jacob, 2006.

Apfeldorfer G, Les relations durables, Odile Jacob, Paris, 2004

Cungi C. Surmonter sa timidité. Paris, Retz, 2005.

Macqueron G, Roy S. La timidité : comment améliorer ses relations avec les autres. Paris, Odile Jacob, 2004.

Nazare-Aga, Les manipulateurs sont parmi nous, Éditions de l'Homme, Montréal, 1997

Nazare-Aga, Approcher les autres, est-ce si difficile ?, Éditions de l'Homme, Montréal, 2004

Zaczyk C. Comment avoir de bonnes relations avec les autres. Paris, Odile Jacob, 2005.

Cet article a été téléchargé à partir du lien : <http://psy76.fr/bibliographie/>

L'utilisation de cet article reste sous l'autorisation de son auteur et propriétaire : psy76.fr