

Les secrets de la psychanalyse

Aujourd'hui, qui n'est pas encore passé sur le divan ? Inventée il y a plus d'un siècle par Sigmund Freud, la psychanalyse est incontournable pour un épanouissement personnel ou pour soigner de nombreux maux de l'esprit. Du difficile choix du thérapeute au déroulement d'une séance, découvrez tous nos informations et nos conseils. A lire avant de partir à la découverte de son inconscient.

Vous avez dit psychanalyse ?

La psychanalyse a plus de cent ans. Inventée par Sigmund Freud, elle s'est considérablement développée après la seconde guerre mondiale. Mais en quoi consiste-t-elle exactement ? Comment se déroule une séance ? A qui s'adresse cette thérapie ? A lire avant de s'allonger sur le divan.

- [La thérapie psychanalytique](#)
- [Choisir son analyste](#)
- [Un film pour découvrir la psychanalyse](#)
- [Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur la psychanalyse](#)

► Encyclopédie 

► [La psychanalyse](#)

► Nos articles pour en savoir plus 

[Le désir de vivre : quand Josiane Balasko incarne Françoise Dolto](#)

► Nos dossiers pour en savoir plus 

[Les psys sont partout !](#)



Vices et vertus...



Si les fondements de la psychanalyse et son intérêt semblent aujourd'hui affirmés, de nombreuses controverses agitent les spécialistes. Certains remettent en cause la validité de cette méthode, s'attaquant directement au père fondateur, Freud. Quand ce ne sont pas les scientifiques qui cherchent à évaluer son efficacité, en la comparant à d'autres méthodes...

- [On entre en psychanalyse comme dans une secte !](#)
(Interview de Jean Paulhac)
- [La psy passée au crible](#)

Les dérivés de la psychanalyse

La psychanalyse a aujourd'hui évolué. Si ses principes restent profondément les mêmes, certaines psychothérapies ont su adapter la forme aux besoins particuliers. Du psychodrame aux méthodes verbales en passant par la psychoboxe, découvrez ces nouvelles approches...

- [La psychothérapie classique analytique](#)
- [Les psychothérapies verbales ou d'inspiration analytiques](#)
- [Le psychodrame](#)
- [La psychoboxe, pour comprendre sa violence](#)



Ils ont fait la psychanalyse



La psychanalyse ne s'est pas faite en un jour ! Outre l'incontournable Sigmund Freud, de nombreux spécialistes se sont penchés sur les mystères de l'inconscient et ont permis d'affiner l'approche thérapeutique. Découvrez les grands noms qui ont forgé cette discipline...

| Sigmund Freud | |
|---------------------------------|----------------------------------------|
| Françoise Dolto | René Arped Spitz |
| Anna Freud | Bruno Bettelheim |
| Mélanie Klein | Jacques LACAN |
| Erik Erikson | Donald Woods Winnicott |

► Nos dossiers pour en savoir plus

[Comment choisir son psy ?](#)

► Discutez-en sur nos forums

- > [Forum Développement personnel](#)
- > [Forum Gérer ses émotions](#)
- > [Forum Dépression, déprime, stress](#)
- > [Forum Psychothérapies](#)