

Disponible le 23 mars 2011, ce manuel de Jean-Louis Monestès et Matthieu Villatte est le premier manuel ACT en français à destination des thérapeutes.



Présentation de l'éditeur: ACT est l'acronyme d'un nouveau modèle de psychothérapie et de compréhension du langage et des émotions : la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement. Issue des travaux en psychologie fondamentale, et en lien constant avec la recherche, l'ACT a montré son efficacité depuis une vingtaine d'années pour toutes les catégories de troubles psychologiques. L'approche de l'ACT consiste à changer la façon dont le patient considère ses émotions et ses pensées. Au lieu de lutter en vain pour faire disparaître les événements psychologiques perçus comme négatifs, il s'agit d'apprendre progressivement à dégager cette énergie pour s'engager dans des actions qui comptent réellement pour chacun. Ainsi, l'ACT est avant tout une thérapie de l'action. D'événements psychologiques à contrôler et parfois à fuir, les émotions et les pensées deviennent progressivement des expériences à vivre, quelles soient a priori souhaitées ou non. Illustré de nombreuses vignettes cliniques et d'exercices, ce manuel aidera les thérapeutes à intégrer l'ACT à leur pratique clinique, tout en présentant un nouveau corpus conceptuel pour comprendre l'implication du langage et des émotions en psychopathologie.

Pour le commander sur amazon.fr, cliquez [ici](#) .