

Introduction aux thérapies comportementales et cognitives (TCC)

CYRILLE BOUVET

Édition Dunod



Dans le champ des psychothérapies, les thérapies comportementales et cognitives (TCC) connaissent un succès grandissant en France, tant auprès des patients que des professionnels, des services hospitaliers, des universités de psychologie et des centres de formation qui les enseignent. Mais d'où viennent-elles ? Pourquoi ce succès ? Comment expliquent-elles les troubles psychiques ? Comment se déroule une thérapie ? Quelles sont les stratégies et les techniques utilisées ? Quel type de relation ont ensemble thérapeute et patient ? En quoi ces approches sont-elles différentes des autres approches, comme la psychanalyse ? Les TCC sont-elles efficaces ? Chères ? Rapides ? Pourquoi dit-on qu'elles sont « scientifiques » ? Comment s'engager dans une psychothérapie et trouver un psychothérapeute TCC ? Ce livre répond simplement et clairement à ces questions. Il s'adresse aux étudiants de psychologie et de médecine, aux futurs psychothérapeutes TCC et aux autres psychothérapeutes curieux.

Mis à jour le 12 octobre 2016

<https://clipsyd.parisnanterre.fr/actualites/publications/introduction-aux-therapies-comportementales-et-cognitives-tcc>