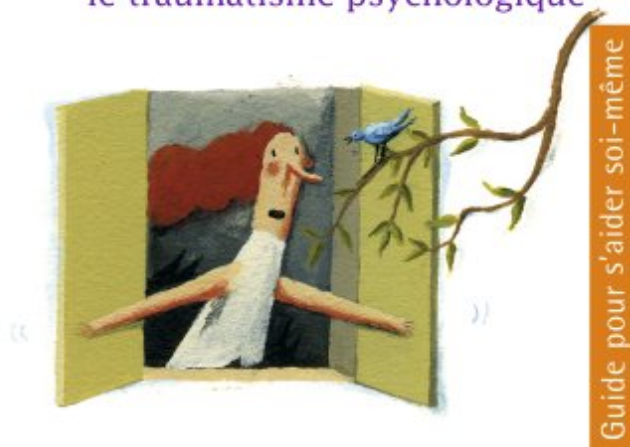


[Download] File size: 63.Mb

Revivre après un choc

Revivre après un choc

Comment surmonter
le traumatisme psychologique



Dr Aurore Sabouraud-Séguin



Download

Read Online

Par Aurore Sabouraud-Sguin
*Download PDF | ePub | DOC |
audiobook | ebooks

Dtails sur le produit Rang parmi les
ventes : #153745 dans eBooksPubli le:
2006-03-01Sorti le: 2006-03-
01Format: Ebook Kindle

[Download] Revivre aprs un choc

**Par Aurore Sabouraud-Sguin : Revivre
aprs un choc** before purchasing it in
order to gage whether or not it would be
worth my time, and all praised Revivre
aprs un choc:

Description :

Prsentation de l'diteurVous avez t victime dun accident de la route, dune agression, dune catastrophe naturelle ou dun viol. Depuis ce jour-l, rien nest comme avant. Ny pense plus ! , Cest fini , conseille votre entourage. Facile dire Mais loubli est impossible, languisse vous tenaille, et personne ne peut comprendre votre blessure morale. Pourquoi ce sentiment dtre sali(e) aprs un viol ? Pourquoi cette impression dtre coupable quand on a chapp un attentat ? Comment reprendre le volant aprs un accident de voiture ? Que faire pour que la vie recommence ? Comment empcher ces souvenirs terribles dtre obsdants ? Comment arrter ce film qui tourne dans la tte ? Comment cesser davoir peur de tout ce qui rappelle ce choc ? Aurore Sabouraud-Sguin nous livre tmoignages, explications, conseils et exercices pratiques pour apprendre revivre normalement. Aurore Sabouraud-Sguin est psychiatre, forme en thrapie cognitive et comportementale. Elle dirige un centre de soins pour les victimes de psychotraumatismes..frAccident, viol, agression, catastrophe naturelle autant de chocs aprs lesquels il n'est plus possible de vivre comme avant. Le traumatisme harcle la mmoire de la victime comme si la vie s'tait arrte avec lui. L'aide comprhensive des proches ne suffit pas

surmonter les effets de la violence subie. Il est en gnral ncessaire d'engager, pour un temps, un travail psychothrapique. La lecture de ce petit ouvrage pourra soutenir les efforts de ceux qui ont surmonter l'preuve d'un trauma ou qui veulent accompagner un de leurs proches dans cet indispensable travail. Des conseils, des comptes rendus de cas dans lesquels la victime pourra se retrouver, des tests bref de quoi mettre distance son vcu en y rflchissant et en le comparant d'autres. La psychologie associationniste qui sous-tend ce petit ouvrage est sans doute sommaire et paratra un peu courte au thoricien. Mais l'objectif de l'auteur ici n'est pas de donner comprendre ni d'expliquer mais d'aider surmonter une dtresse. On pourra, si l'on veut approfondir la question du traumatisme, se tourner vers la littrature rcnte consacre au phnomne de "rsilience": Les Vilains Petits Canards, de Boris Cyrulnik. D'un point de vue psychanalytique, les textes fondateurs de Sigmund Freud sur le trauma sont regroups dans La Premire Thorie des nvroses. Publications psychanalytiques rcntes: Face au traumatisme, de Grard Boukobza; Comprendre le traumatisme, de Caroline Garland. --Emilio BalturiPrsentation de l'diteurVous avez t victime dun accident de la route, dune agression, dune catastrophe naturelle ou dun viol. Depuis ce jour-l, rien nest comme avant. Ny pense plus ! , Cest fini , conseille votre entourage. Facile dire Mais loubli est impossible, langoisse vous tenaille, et personne ne peut comprendre votre blessure morale. Pourquoi ce sentiment dtre sali(e) aprs un viol ? Pourquoi cette impression dtre coupable quand on a chapp un attentat ? Comment reprendre le volant aprs un accident de voiture ? Que faire pour que la vie recommence ? Comment empcher ces souvenirs terribles dtre obsdants ? Comment arrter ce film qui tourne dans la tte ? Comment cesser d'avoir peur de tout ce qui rappelle ce choc ? Aurore Sabouraud-Sguin nous livre tmoignages, explications, conseils et exercices pratiques pour apprendre revivre normalement. Aurore Sabouraud-Sguin est psychiatre, forme en thrapie cognitive et comportementale. Elle dirige un centre de soins pour les victimes de psychotraumatismes.