

Table des matières

PRÉFACE	7
INTRODUCTION	9
Où l'auteur se dévoile	10
PRÉAMBULE	
LA NAISSANCE DES THÉRAPIES BRÈVES	17
La guerre et l'urgence	17
Les citadelles closes	19
Une histoire d'argent, les <i>HMO</i> et Nicholas Cummings	23
De nouveaux moyens de travail	26
La recherche psychiatrique	29
Les <i>conductors</i>	32
<i>Dr Jekyll et Mr Hyde</i>	35
La Californie	42
Aujourd'hui l'Europe	44

PREMIÈRE PARTIE
SIGMUND FREUD, AUTRES THÉORICIENS
DU PSYCHISME ET LEURS BAGARRES 47

CHAPITRE 1

LES THÉRAPIES ANALYTIQUES BRÈVES 49

Freud, face à Ferenczi, Rank et Reich	49
Freud, thérapeute bref	49
Ferenczi, l'enfant terrible	50
Rank, le nietzschéen de l'analyse	52
Reich, l'orgasme pour toutes les bourses	54
On veut arrêter une analyse	57
Le moyen héroïque de la fixation d'un terme	57
Si l'on n'arrive pas à la terminer, c'est parce que...	58
Alexander et French : l'expérience émotionnelle correctrice	63
Peter Sifneos	65
Dans l'urgence de la crise émotionnelle	65
La thérapie anxiolytique brève	67
La thérapie brève avec provocation d'anxiété	68
Gilliéron et les autres analystes brefs	72
Boris Cyrulnik et la résilience	74

CHAPITRE 2

LES THÉRAPIES COMPORTEMENTALES ET COGNITIVES (TCC) 77

Les thérapies comportementales	77
Du pauvre petit Albert à la bombe d'Eysenck	77
Les lois du conditionnement	79
Les techniques d'exposition	81
Le <i>modeling</i>	87
L'entraînement à l'assertivité	88
Biofeedback et cohérence cardiaque	91
La thérapie cognitive de Beck	97
Le modèle informatique	97
Les schémas cognitifs	98
La distorsion des processus cognitifs	99
Les pensées automatiques	100

La thérapie : exemple de la dépression	101
Un mot de RET pour se reposer	108
Les thérapies comportementalo-cognitives (TCC)	109
Troubles anxieux	109
Troubles sexuels	111
Addictions	112
La troisième vague des TCC	115
Que reste-t-il encore de cognitiviste aux TCC?	116
L'analyse fonctionnelle	116
Le charme fou du thérapeute TCC	118
La magie de PowerPoint	120
TCC et psychanalyse : la guerre totale	121
CHAPITRE 3	
LES THÉRAPIES HUMANISTES	125
Les sorciers du Vieux Continent	125
L'analyse transactionnelle (AT)	128
Des tas de petites boules sur un tableau	129
Régions son compte à Joey	131
Le crapaud changé en prince	134
La petite fille qui avait décidé de devenir obèse	135
Les élastiques	139
Les contrats	140
Issues de secours et sabotage	141
Les 3 P	142
La Gestalt thérapie	142
<i>Loose your head, come to your senses!</i>	143
Le cycle de contact-retrait	146
La pathologie, des <i>Gestalten</i> inachevées	147
Reich et Rank : le retour	149
À la purge!	150
Enactment vs acting out	152
Le rêve	153
Les polarités	154
Le melting pot	155
Un exhibitionniste chez les nudistes (sur une idée de Jean Godin)	156

Le thérapeute impliqué	157
Des séances de groupe tous azimuts	157
Le Coaching	159
Brèves, l'AT et la Gestalt?	161
Bioénergie et Cri primal pour se reposer	163

DEUXIÈME PARTIE

MILTON H. ERICKSON, AUTRES PRAGMATIQUES DU SOULAGEMENT ET LEURS ÉCHANGES

Ont-ils connu le même homme?	169
------------------------------	-----

CHAPITRE 1

L'HYPNOSE

Rencontrer les besoins du patient	173
L'esprit conscient et l'esprit inconscient	174
La créativité inconsciente	175
La logique de l'Inconscient	175
Les traumatismes	176
Suspendre les limitations apprises	177
Communiquer avec l'Inconscient	177
L'état hypnotique	178
Profondeur de transe et phénomènes hypnotiques	179
Hypnotiser quelqu'un	181
Raconte-moi une histoire	182
Les suggestions hypnotiques	183
Suggestions directes	184
Suggestions indirectes	185
Le poids des mots	187
Ernest Rossi et l'influence	187
François Roustang	189
Dépression, hystérie, PTSD et troubles alimentaires, la pathologie de l'hypnose	191

CHAPITRE 2	
LE COURANT DES THÉRAPIES FAMILIALES	195
Un long mûrissement	196
Vers la déflagration	197
Gregory Bateson et Palo Alto	198
Les poulpes et les schizophrènes	198
La théorie du double lien	198
Changements de types 1 et 2	201
Apprentissages de types I, II et III	203
Cloe Madanes	204
Vraiment stratégique	205
Les cahiers cochonnés de la petite Marie	205
Virginia Satir	207
Le pot	209
Communication meurtrière et jeux familiaux	209
Les règles	211
La boîte de vers	212
Société et famille: vers un âge meilleur	213
CHAPITRE 3	
LA THÉRAPIE STRATÉGIQUE BRÈVE (TSB)	215
John Weakland, Jay Haley, Paul Watzlawick	215
Thérapie stratégique	219
L'attente positive	219
La règle des 10 séances	219
La partie d'échecs	220
Stratégie ou «trucs»?	221
Définir l'objectif	221
Arrêter les tentatives de solutions	223
Quand engager l'action	224
Manœuvres paradoxales	224
Prescrire le symptôme	224
L'amie inconnue	225
La position basse	226
Renforcer la résistance	227

Le recadrage	232
Les corvées	234
Intervenir dans le contexte	236
La famille	236
Le contexte social	238
La fin de la thérapie	238
Fixer le terme?	238
Le reliquat non résolu	238
Finir par un double lien	239
Recadrer le terme	240
Phobies, TOC et anorexie-boulimie : les chiffres de Giorgio Nardone	240
CHAPITRE 4	
LA THÉRAPIE SOLUTIONNISTE (TOS)	243
L'après Palo Alto et les trois âges de la thérapie	243
Steve De Shazer, le jazzman, ses idées simples et le <i>BFTC</i>	244
Des questions, sans arrêt	245
Acheteur, plaignant et touriste	246
Un objectif concret et minimal	247
Les questions à échelle	249
La question miracle	252
Prédire l'avenir ou le jouer à pile ou face	254
TOS et alcoolisme : le modèle de Bruges (Luc Isebaert)	255
CHAPITRE 5	
LA THÉRAPIE NARRATIVE	259
Michaël White aux Antipodes	259
Les coups de boutoir	260
Narration, histoire, raconter...?	262
Robert et Sale Taupe	265
Des cartes pour testament	270
Renverser <i>Big Brother</i>	272

CHAPITRE 6

LA PROGRAMMATION NEUROLINGUISTIQUE (PNL)	273
La modélisation de l'excellence	273
Encore des cartes	275
Le quadruplé sensoriel <VAKO>	275
Le langage	276
L'impression des cartes	276
Les opérations cognitives	276
Les transformations linguistiques	277
La synchronisation	277
L'état désiré	278
La calibration	279
Ancres et désactivation d'ancres	280
Le traitement des souvenirs traumatiques	281
La dissociation V/K	281
Le changement d'histoire de vie	283

CHAPITRE 7

EMDR, L'OVNI QUI ÉBRANLE TOUT	285
Le quart d'heure de Sophie	285
Francine Shapiro	286
Les huit phases de l'EMDR	288
L'anamnèse	288
La préparation du patient	288
Évaluation des paramètres	289
La désensibilisation par exposition	290
L'installation de la conviction positive	291
Évaluation de la tension résiduelle	291
Terminaison de la séquence	291
Le rendez-vous de bilan et de réévaluation des effets obtenus	292
L'expérience vécue de la séance	292
Comment ça marche ?	293
EMDR et hypnose	294
Sept ou huit séances avec Marlène	296

CHAPITRE 8	
TRAVAUX PRATIQUES	299
L'intégration des modèles	299
L'explosion de la prothèse	300
Show-biz	303
CONCLUSION	309
Thérapie brève ou thérapeute pressé?	309
« Qu'est-ce que c'est ? »	312
Le Père Noël	314
Le salut de l'Empire	315
Le retour de la morale	317
La nouvelle religiosité	319
Histoires pas sérieuses	321
Les toiles d'araignée	322
BIBLIOGRAPHIE	327
INDEX	339

Vous trouverez les autres titres de notre collection sur l'hypnose
et les thérapies brèves sur :

www.satas.com

(collection Le Germe)

Contenu protégé par copyright