

SOMMAIRE

	Auteur-Collaborateur	V
	Abréviations	VII
	Introduction	1
CHAPITRE 1	La méditation de pleine conscience	13
CHAPITRE 2	Méditation de pleine conscience et psychothérapies	47
CHAPITRE 3	Applications pratiques et déclinaison de l'approche thérapeutique MBSR	79
CHAPITRE 4	Méditations, pathologies et santé : état des lieux clinique et recherches futures	129
CHAPITRE 5	L'acceptation psychologique et la pleine conscience dans les thérapies cognitives et comportementales des troubles de l'humeur et de l'anxiété	163
	Conclusion	183
	Index	189