



## La thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT



**Télécharger**



**Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# La thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT

*Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte*

**La thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT** Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte

 [Télécharger La thérapie d'acceptation et d'engageme ...pdf](#)

 [Lire en ligne La thérapie d'acceptation et d'engage ...pdf](#)

**Téléchargez et lisez en ligne La thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte**

---

224 pages

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 quinzaine d'années pour toutes les catégories de troubles psychologiques. L'ACT consiste à **changer la façon dont le patient considère ses émotions et ses pensées**, en l'aidant à trouver une flexibilité psychologique. 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, qui enrichissent l'existence. 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, qu'elles soient a priori souhaitées ou non. Illustré de nombreuses vignettes cliniques et d'exercices, cet ouvrage destiné au clinicien vous aidera à intégrer concrètement l'ACT à votre pratique clinique, tout en présentant un nouveau corpus conceptuel pour comprendre l'implication du langage et des émotions en psychopathologie. Biographie de l'auteur

Jean-Louis Monestès est psychologue dans le service universitaire de psychiatrie d'Amiens et membre de l'équipe CNRS "Neurosciences fonctionnelles et pathologies".

Matthieu Villatte est psychologue et docteur en psychologie, clinicien et chercheur dans le laboratoire de Steven C. Hayes à l'université de Nevada, États-Unis.

Download and Read Online La thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte #0Y9NMT7A5RX

Lire La thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT par Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte pour ebook en ligneLa thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT par Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres La thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT par Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte à lire en ligne.Online La thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT par Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte ebook Téléchargement PDFLa thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT par Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte DocLa thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT par Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte MobipocketLa thérapie d'acceptation et d'engagement, ACT par Jean-Louis Monestès, Matthieu Villatte EPub

**0Y9NMT7A5RX0Y9NMT7A5RX0Y9NMT7A5RX**