



Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique

Aurore Sabouraud-Séguin

Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique Aurore Sabouraud-Séguin

 [Télécharger Revivre après un choc : Comment surmonter le tra...pdf](#)

 [Lire en ligne Revivre après un choc : Comment surmonter le tr...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique** Aurore Sabouraud-Séguin

179 pages

Amazon.fr

Accident, viol, agression, catastrophe naturelle... autant de chocs après lesquels il n'est plus possible de vivre comme avant. Le traumatisme harcèle la mémoire de la victime comme si la vie s'était arrêtée avec lui.

L'aide compréhensive des proches ne suffit pas à surmonter les effets de la violence subie. Il est en général nécessaire d'engager, pour un temps, un travail psychothérapeutique. La lecture de ce petit ouvrage pourra soutenir les efforts de ceux qui ont à surmonter l'épreuve 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 à distance son vécu en y réfléchissant et en le comparant à d'autres. La psychologie associationniste qui sous-tend ce petit ouvrage est sans doute sommaire et paraîtra un peu courte au théoricien. Mais l'objectif de l'auteur ici n'est pas de donner à comprendre ni d'expliquer mais d'aider à surmonter une détresse. On pourra, si l'on veut approfondir la question du traumatisme, se tourner vers la littérature récente consacrée au phénomène de "résilience" : *Les Vilains Petits Canards*, de Boris Cyrulnik. D'un point de vue psychanalytique, les textes fondateurs de Sigmund Freud sur le trauma sont regroupés dans *La Première Théorie des névroses*. Publications psychanalytiques récentes : *Face au traumatisme*, de Gérard Boukobza ; *Comprendre le traumatisme*, de Caroline Garland. --*Emilio Balturi*
Présentation de l'éditeur

Vous avez été victime d'un accident de la route, d'une agression, d'une catastrophe naturelle ou d'un viol. Depuis ce jour-là, rien n'est comme avant. " N'y pense plus ! ", " C'est fini ", conseille votre entourage. Facile à dire... Mais l'oubli est impossible, l'angoisse vous tenaille, et personne ne peut comprendre votre blessure morale. Pourquoi ce sentiment d'être " sali(e) " après un viol ? Pourquoi cette impression d'être coupable quand on a échappé à un attentat ? Comment reprendre le volant après un accident de voiture ? Que faire pour que la vie recommence ? Comment empêcher ces souvenirs terribles d'être obsédants ? Comment arrêter ce " film " qui tourne dans la tête ? Comment cesser d'avoir peur de tout ce qui rappelle ce choc ? Aurore Sabouraud-Séguin nous livre témoignages, explications, conseils et exercices pratiques pour apprendre à revivre normalement. Biographie de l'auteur

Aurore Sabouraud-Séguin est psychiatre, formée en thérapie cognitive et comportementale. Elle dirige un centre de soins pour les victimes de psychotraumatismes.

Download and Read Online **Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique** Aurore Sabouraud-Séguin #6TKZ4SYIEAH

Lire Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique par Aurore Sabouraud-Séguin pour ebook en ligne Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique par Aurore Sabouraud-Séguin 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 Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique par Aurore Sabouraud-Séguin à lire en ligne. Online Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique par Aurore Sabouraud-Séguin ebook Téléchargement PDF Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique par Aurore Sabouraud-Séguin Doc Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique par Aurore Sabouraud-Séguin Mobipocket Revivre après un choc : Comment surmonter le traumatisme psychologique par Aurore Sabouraud-Séguin EPub
6TKZ4SYIEAH6TKZ4SYIEAH6TKZ4SYIEAH