

” Couples en difficultés : accepter ses différences

Andrew Christensen

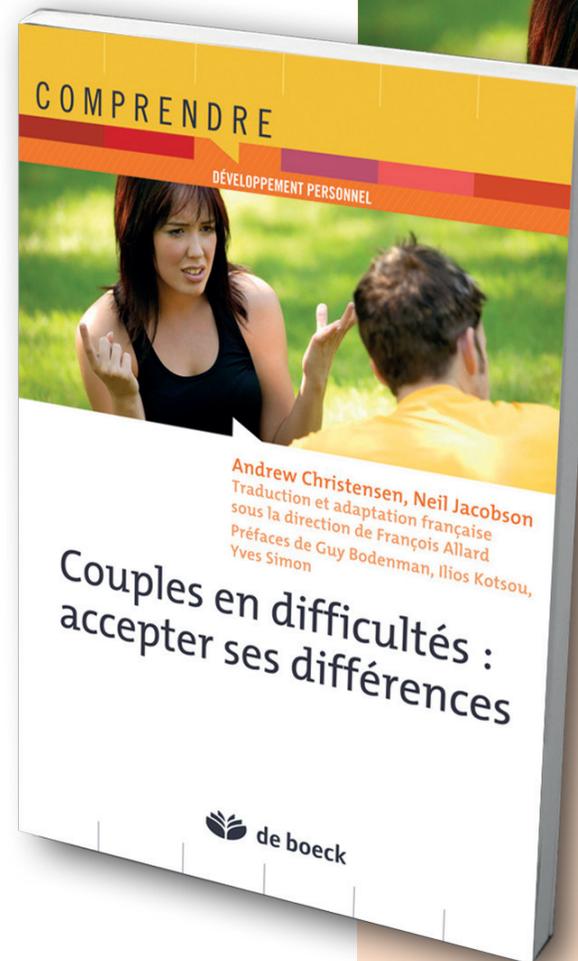
Professeur de psychologie à l'Université de Californie, Los Angeles (UCLA). Il mène des recherches sur les conflits dans le couple et la thérapie de couple.

Neil Jacobson

Décédé en 1999, il était professeur de psychologie à l'Université de Washington.

François Allard

Psychothérapeute cognitiviste et comportementaliste en libéral, il pratique la psychothérapie comportementale intégrative de couple de Christensen et Jacobson qu'il a introduite en France et en Belgique.



INFOS ET COMMANDES

- Chez votre libraire
- Au près de notre service clientèle :
Belgique : 0800 99 613 • Étranger : +32 (0)2 548 07 13
- Sur notre site www.deboeck.com

Nos délégués pédagogiques sont à votre disposition :

► Enseignement supérieur et universitaire :

BELGIQUE

Éric Van der Auwera • eric.vanderauwera@deboeck.be • +32 (0)474 77 01 61

FRANCE

Jérôme Baron • jerome.baron@deboeck.com • +33 (0)6 72 01 93 39

Sébastien Llech • sebastien.llech@deboeck.com • +33 (0)6 74 36 62 65

Gilles Visy • gilles.visy@deboeck.com • +33 (0)6 88 80 73 36

Yves Marena • yves.marena@deboeck.com • +33 (0)6 27 47 49 89

SUISSE

Pierre Gavillet • pgavillet@servidis.ch • +41 (0)7 93 20 59 42

CANADA

Etienne Breault • etienne.breault@pearsonerpi.com • +1 514 334 2690 poste 362



Vivre à deux est rarement simple ! L'amour ne gomme pas les différences et nous avons trop souvent tendance à vouloir changer l'autre. L'originalité et la force de l'approche d'Andrew Christensen et de Neil Jacobson est de rejeter cette volonté du changement seul au profit du changement et de l'acceptation de l'autre de manière simultanée ! Accepter que l'autre n'est pas soi, qu'il est différent, c'est là une richesse sur laquelle construire une relation harmonieuse.

La thérapie comportementale intégrative de couple s'inscrit pleinement dans la troisième vague des thérapies cognitivo-comportementales et propose un modèle efficace de résolution ou d'apaisement, à long terme, des problématiques de couple. Nos différences ne sont pas forcément incompatibles. À nous de les accepter pour ce qu'elles sont, juste des différences, et de faire preuve de compréhension et de tolérance.

Cet ouvrage s'adresse tout autant aux couples qui souhaitent transformer leurs situations conflictuelles qu'aux professionnels de la relation d'aide grâce aux nombreux exemples et outils qui y sont présentés. La postface explicative du modèle de la Thérapie comportementale intégrative du couple intéressera tout particulièrement les thérapeutes.

Préfaces
Remerciements
Présentation de la traduction française
Introduction
Préambule
Trois versions de la même histoire

PARTIE 1 • ANATOMIE D'UNE DISPUTE

CHAPITRE 1
« Tu as tort ! »
Lorsque les problèmes relationnels sont considérés comme des défauts

CHAPITRE 2
« Comment peut-on se conduire ainsi ? »
Lorsque les problèmes relationnels sont considérés comme des incompatibilités

CHAPITRE 3
« Pouvoir donner sans perdre ? »
Amour et pouvoir, sources d'incompatibilités

CHAPITRE 4
« Je veux mais je ne veux pas »
Incompatibilités, ambivalences et confusions

CHAPITRE 5
« Tu sais vraiment comment me faire souffrir »
Problèmes dans la relation et vulnérabilités

CHAPITRE 6
Un remède pire que le mal
Les solutions toxiques deviennent à leur tour de nouveaux problèmes relationnels

PARTIE 2 • DE LA DISPUTE À L'ACCEPTATION

CHAPITRE 7
Un délicat équilibre
Acceptation et changement

CHAPITRE 8
Une histoire qui est propre à notre couple
Acceptation et compréhension

CHAPITRE 9
Marcher dans les pas de votre partenaire
Acceptation et compassion

CHAPITRE 10
Changer la perspective du conflit
Tolérance et acceptation

PARTIE 3 • ACCEPTATION ET CHANGEMENT DÉLIBÉRÉ

Lorsqu'on peut enfin accepter de changer

CHAPITRE 11
Le dilemme du changement délibéré
De l'acceptation au changement

CHAPITRE 12
Comment les bons conseils peuvent être mauvais pour votre relation
Accepter la faillibilité des règles

CHAPITRE 13
Pourquoi de nouvelles approches du problème peuvent conduire exactement à la même chose
Utiliser votre propre histoire pour engager un changement authentique

CHAPITRE 14
Les batailles perdues peuvent faire gagner une guerre
Comment le changement et l'intimité peuvent émerger d'une défaite

PARTIE 4 QUAND ACCEPTER N'EST PLUS POSSIBLE

CHAPITRE 15
Rien ne justifie de subir la violence
Agir plutôt que tolérer l'inacceptable

CHAPITRE 16
S'adresser à un psychothérapeute de couple ou à un psychothérapeute individuel ?
Le recours aux professionnels

Postface
Thérapie Comportementale Intégrative de Couple

Annexes
Bibliographie des chapitres
Bibliographie générale
Adresses utiles
Table des matières

 **de boeck**

En librairie ou sur www.deboeck.com