

La thérapie prospective est une nouvelle méthode d'accompagnement des individus et des groupes.

La psychanalyse met l'accent sur le passé comme explication des maux du présent. D'autres méthodes, notamment la gestalt et la pleine conscience, insistent sur le présent, sur l'ici et maintenant, sur la méditation contemplative. Ces approches sont intéressantes mais ne font que la moitié du chemin. La thérapie prospective les intègre et les complète en promouvant le futur comme temps de vie, de résolution des conflits, de réalisation des projets et comme opportunité d'épanouissement. Tout au long de l'ouvrage, des exemples et des exercices rendent les idées concrètes et la méthode immédiatement applicable.



Alain Delourme est psychologue clinicien, Docteur en psychologie, DEA en philosophie éthique. Formateur et superviseur de praticiens. Auteur de sept ouvrages sur les psychothérapies et sur la supervision.

ISBN : 978-2-343-02760-9
28 €



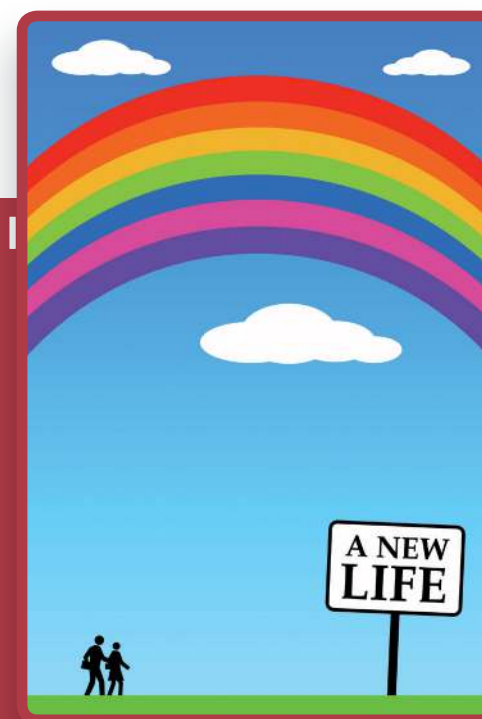
La thérapie prospective
Répondez présent à votre futur

Alain Delourme

Alain Delourme

La thérapie prospective

Répondez présent à votre futur



Les impliqués
Éditeur