



Titre : La peur d'avoir peur.
Guide de traitement du trouble panique avec agoraphobie.
3^e édition revue et remise à jour

Auteur : André Marchand
Andrée Letarte

Éditeur : Alain Stanké

Pages : 212

ISBN : 2-7604-0940-6

Année : 2004

Résumé/verso

La peur d'avoir peur décrit bien ce que les personnes atteintes de trouble panique avec agoraphobie peuvent ressentir. Ces gens craignent d'être submergés par l'émotion et les sensations de peur, redoutent même d'en mourir ou d'en garder des graves séquelles. Inquiets, ils se demandent où ils pourront trouver l'aide qui leur permettrait de s'en sortir. Ils perdent alors une part de leur autonomie en évitant des endroits, des situations qu'ils ont associées au danger perçu.

Plus de 20 000 copies plus tard, cette édition revue et corrigée leur explique clairement, simplement, pourquoi ce qu'ils vivent n'est pas dangereux. Des explications davantage détaillées et enrichies leur permettent de vaincre leur peur encore plus efficacement. Certaines stratégies sont simplifiées dans leur application, la séquence de traitements est modifiée et est centrée sur les éléments les plus efficaces, reléguant au second plan les stratégies moins centrales. Les sections traitant du diagnostic et de la médication sont également remises à jour.

La peur d'avoir peur est un guide pratique qui vise à permettre aux gens atteints de se traiter eux-mêmes ou d comprendre leur problème en s'assurant de recevoir le bon traitement en psychothérapie. C'est également un outil de référence pour les professionnels de la santé lors de l'évaluation et du traitement du trouble panique avec agoraphobie.

André Marchand est psychologue à l'hôpital Louis-H. Lafontaine et chercheur au Centre de recherche Fernand-Séguin. Il est également professeur titulaire au Département de psychologie de l'Université du Québec à Montréal et poursuit ses recherches dans le domaine de l'évaluation et du traitement des troubles anxieux.

Andrée Letarte est psychologue clinicienne à la Clinique en intervention cognitivo-comportementale de l'hôpital Louis-H. Lafontaine.