

Livre

Auteur(s) : Malbos, Eric (1975-...) (Auteur) ;Oppenheimer, Rodolphe (1975-...) (Auteur)

Titre(s) : Psychothérapie et réalité virtuelle [Texte imprimé] : anxiété, TOC, phobies et addictions / Dr Eric Malbos, Rodolphe Oppenheimer.

Editeur(s) : Paris : Odile Jacob, DL 2020 (37-Monts : Impr. Présence graphique). ; Paris : Odile Jacob, DL 2020. ; 37-Monts : Impr. Présence graphique.

Résumé : Comment ne plus avoir peur de prendre l'avion, la voiture ou l'ascenseur ? Comment supporter la vue d'une araignée, d'un serpent ? ne plus passer tout son temps à nettoyer, vérifier, ranger ? ne plus être dépendant de la cigarette ? Comment être plus serein, insouciant et léger ? Avec les technologies numériques, un nouvel avenir se dessine pour le traitement des troubles anxieux et des addictions. L'approche croisée des thérapies cognitivo-comportementales et de la psychanalyse avec l'utilisation de la réalité virtuelle offre une méthode innovante qui permet de soigner efficacement les peurs, les phobies, les TOC et les addictions. Comment ces psychothérapies se déroulent-elles, quels sont leurs principes, qu'en disent les études scientifiques ? Ce guide de référence détaille pas à pas, de manière concrète et accessible, les étapes de la thérapie intégrant les environnements virtuels 3D, ainsi que le matériel nécessaire à son application. Un livre pour ceux qui cherchent à comprendre et à utiliser facilement de nouvelles solutions pour retrouver un bien-être mental.

Notes : Bibliogr., filmogr. et webliogr. p. 393-401.

Sujet(s) : Réalité virtuelle en médecine Dépendance (psychologie) Névroses



Exemplaires

Bibliothèque	Espace	Emplacement	Support	Cote	Utilisation	Situation	Date de retour	Consultation
Saint-Corneille	Adulte		Livre	616.89 MAL	Prêt normal	En rayon		