

## Bibliographie

Dernière mise à jour : 06-11-2021

Quelques livres utiles Principaux ouvrages parus en langue française Le journal de l'association : cliquez ici

Maman, ma chambre est mal rangée...

Edilivre-Paris

2017 - 160 pages

ISBN : 9782414030927 Comment vivre au quotidien avec des TOC (troubles obsessionnels compulsifs) sévères et résistants ? Cette prison mentale est considérée par beaucoup comme bénigne. Il n'est rien. Ce témoignage vous relate le parcours du combattant que doivent mener une patiente et sa famille atteinte de cette maladie. Ces dernières années, d'énormes progrès ont pu être réalisés grâce à la grande détermination du corps médical. L'auteur invite toutes les personnes et leurs proches à découvrir les épreuves et péripéties parfois plus qu'insolites liées aux TOC, qui pourront vous faire, soit rire, soit pleurer. L'auteur :

Audrey Gonet est née le 16 novembre 1981 à Reims, au sein d'une famille aimante. Elle a une sœur cadette avec qui elle entretient une relation fusionnelle. Elle entreprend des études littéraires puis change d'orientation en faisant des études de commerce. Elle travaille alors pour des grandes enseignes, notamment de décoration et de bricolage. Elle se retrouve dans un milieu qui n'est pas vraiment le sien. Elle rêve secrètement d'évoluer dans un univers artistique. Elle est passionnée par l'écriture, la peinture, le dessin et tout ce qui a trait à l'art en général. Sa maladie l'empêchant d'être pleinement épanouie depuis sa plus tendre enfance, en 2011, elle prend sa vie en main et décide d'écrire à un grand professeur spécialiste des TOC. Sa vie ne sera plus jamais la même. Retrouver l'espoir: Abécédaire de la psychiatrie positive

Odile Jacob - collection : OJ.PSYCHOLOGIE

2016 - 250 pages

ISBN : 978-2738133885 Un abécédaire pour comprendre les troubles psychiques et réfléchir aux meilleures solutions possibles. La psychiatrie positive se veut un nouvel éclairage sur ce domaine souvent méconnu et redouté, qui insiste sur les ressources de chacun et sur l'espoir porté par les soins et la recherche. Il vise à dédramatiser et à déstigmatiser la psychiatrie.

Ce livre s'adresse à toutes celles et ceux qui souhaitent mieux connaître les diagnostics et les traitements existant, pour eux-mêmes, leurs proches ou leurs patients, de manière résolument optimiste et bienveillante. L'auteur :

Antoine Pelissolo est psychiatre, chef de service au sein de l'Hôpital universitaire Henri Mondor à Créteil et Professeur de médecine à l'université Paris Est. Il est par ailleurs membre du comité de pilotage de la Fondation FondaMental, et président de l'association française des troubles anxieux et de la dépression. Il a écrit, dans la collection « Guides pour s'aider soi-même », Bien se soigner avec les médicaments psy et, avec Stéphane Roy, Ne plus rougir et accepter le regard des autres. Savoir pour guérir. Les troubles obsessionnels compulsifs

Mona Editions - laréponsedupsy

2015 - 144 pages

ISBN : 9782954986524 Que sont les TOC ou « Troubles Obsessionnels Compulsifs » ? Quels en sont les symptômes ? D'où vient cette maladie ? Et surtout comment elle se soigne ? Guidé par une présentation compacte et aisée à parcourir, ce livre se propose de donner toutes les informations importantes sur cette pathologie. Le lecteur pourra y trouver tout ce qu'il est nécessaire de connaître sur ce trouble, depuis les hypothèses scientifiques les plus actuelles sur ses causes jusqu'aux différentes thérapies efficaces existantes, sans oublier les démarches auprès des spécialistes et les adresses utiles des associations de familles et de patients. L'auteur :

Lionel Dantin est psychiatre, praticien hospitalier au Centre Hospitalier Ravenel à Mirecourt dans les Vosges. Thérapeute comportementalo-cognitiviste de formation, il a effectué en Belgique et en Suisse de nombreux stages en thérapie brève stratégique ainsi qu'en méditation de pleine conscience. Fort d'une longue expérience dans la prise en charge des troubles anxieux et phobiques, il est également l'auteur d'un autre ouvrage consacré à la psychothérapie des troubles obsessionnels compulsifs (Vaincre les TOC, 2014). Ouvrage disponible sur internet

Les TOC, Troubles obsessionnels compulsifs en 40 pages

Editions UPPR

2015 - 40 pages - e-book (format e-PUB)

ISBN : 978-2-37168-197-2 Comment comprendre ces phénomènes, que la psychiatrie contemporaine désigne sous le nom de "Troubles Obsessionnels-Compulsifs" ? D'où viennent-ils ? Comment peut-on éviter qu'ils surviennent ? Lorsqu'ils sont présents, comment y mettre un terme ? Ce sont les principales questions abordées dans cet ouvrage en présentant de façon très vivante, à partir d'une situation typique de trouble obsessionnel-compulsif, les grandes connaissances scientifiques dont nous disposons actuellement en psychologie, en psychiatrie, en neurosciences, en épidémiologie, en sciences sociales pour comprendre ces problématiques, leurs manifestations, la manière dont elles se développent de l'enfance à l'âge adulte, les approches thérapeutiques disponibles pour y remédier, et les modalités sociales de gestion du retentissement qui leur est associé. Les auteurs :

Margot Morgiève est docteur en sociologie des sciences est chercheuse post-doctorante au Centre de recherche, médecine, sciences, santé, santé mentale, société (CERMES3) et à l'Institut du Cerveau et de la Moelle épinière (ICM).

Xavier Briffault est chercheur en sciences sociales et épistémologue de la santé mentale au CNRS, rattaché au CERMES3 (Centre de recherche, médecine, sciences, santé, santé mentale, société). Ouvrage uniquement disponible en téléchargement via internet :

[http://www.uppreditions.fr/livre/978-2-37168-197-2\\_les-toc-troubles-obsessionnels-compulsifs/](http://www.uppreditions.fr/livre/978-2-37168-197-2_les-toc-troubles-obsessionnels-compulsifs/)

Vaincre

les TOC. Avec les thérapies cognitivo-comportementales et stratégiques

Editions In Press

2014 - 230 pages &ndash; 14 x 20,5 cm

ISBN : 978-2-84835-301-2 *Rituels, obsessions... les troubles obsessionnels (TOC) touchent plus de 2 % de la population. Comment combattre efficacement ce fléau obsessionnel ? Comment s'y retrouver parmi la multiplicité des thérapies existantes ? Quels sont les moyens les plus adaptés pour aller vers la guérison ? Cet ouvrage répond à toutes les questions que l'on peut se poser sur cette pathologie. Qu'est-ce qu'un Toc ? Comment l'expliquer ? Que faire quand le patient est lui-même demandeur d'aide ? Que faire lorsqu'il croit au bien-fondé de ses obsessions ? Quelle thérapie proposer pour soigner un enfant, un adolescent ou un adulte souffrant de Toc ? Quelle est la place de la famille dans l'accompagnement du patient. Toutes les approches thérapeutiques sont expliquées : les thérapies comportementales, les techniques de restructuration cognitive, les thérapies brèves stratégiques ou encore la méditation pleine conscience. Cas cliniques et exemples mettent en lumière leurs résultats respectifs. Un ouvrage clair et complet destiné à la fois au clinicien, au patient et à ses proches. Les auteurs :*

Le docteur Lionel Dantin est psychiatre, praticien hospitalier en Centre Hospitalier Spécialisé en Lorraine. Une part importante de son activité de psychiatre est consacrée à la psychothérapie des troubles obsessionnels compulsifs. Il a publié de nombreux articles sur ce sujet dans des revues scientifiques.

Le professeur Roland Jouvent est titulaire d'une chaire en psychiatrie à la Pitié-Salpêtrière, directeur du Centre de recherche « Emotions », conférencier et auteur de nombreux ouvrages scientifiques.

Comprendre et traiter les Troubles Obsessionnels Compulsifs

Anne-Hélène Clair, Vincent Trybou, Christophe Demonfaucon

Collection: Psychothérapies, Dunod

2013 - 392 pages - 152x240 mm

EAN13 : 9782100587919

Cet ouvrage intègre les connaissances neuroscientifiques, cliniques et pratiques les plus actuelles sur la compréhension et la prise en charge de cette maladie. Les différents modèles explicatifs classiques sont détaillés et enrichis par les nouvelles données scientifiques et cliniques. Après une revue des techniques thérapeutiques éprouvées (psychothérapies, médicaments), les auteurs proposent de nouvelles actions en psychothérapie (nouvelle approche de la thérapie comportementale et cognitive, prise en compte de l'entourage du malade comme facteur toxique ou thérapeutique).

Ouvrage disponible via internet sur le site des éditions DUNOD <http://www.dunod.com/sciences-sociales-humaines/psychologie/psychotherapie/comprendre-et-traiter-les-troubles-obsessionnels-compulsifs>.

Bibi : TOC Story : Fin 2008, Thomas, 13 ans ½, éveille l'inquiétude de ses parents par son échec scolaire et ses comportements anormaux (rituels de purification, peur de la contamination, agressions verbales). Un pédopsychiatre pose le diagnostic de trouble obsessionnel compulsif (TOC) et Thomas est dit « phobique », de toute forme de contamination, mais aussi de son père. La famille entrera alors dans un monde inconnu qui effraie, celui de la psychiatrie. Un livre attachant et émouvant, mais aussi instructif, sur la psychiatrie et sur l'éducation, un récit original, léger et sérieux en même temps, une histoire vraie, écrite par la maman. Ouvrage plus disponible à la vente, mais téléchargeable gratuitement sur le site <http://tocstory.org>.

Dr Elie HANTOUCHE, Caline MAJDALANI, Régis BLAIN : "J'apprends à vaincre ma cyclothymie, guide pratique". Editions J. Lyon.

Vous avez des hauts et des bas : vos niveaux d'humeur et d'énergie sont de perpétuelles oscillations... Vous êtes dans l'hypersensibilité, l'intensité, les excès en tout, mais ce n'est jamais stable. Vous avez du mal à vous définir : malade ou normal? Vous pensez être cyclothymique, mais vous êtes mal compris par les autres. On vous prend pour lunatique, égoïste, insaisissable, narcissique, trop original, bizarre, hystérique, dépressif, grand inquiet, borderline...

Cette méthode pratique et inédite d'autosuggestion va faciliter la régulation quotidienne de vos émotions, de vos pensées et de vos actes, ainsi que l'amélioration de la sphère privée, tant relationnelle, amoureuse que professionnelle. Pour la première fois dans un livre sur le TOC, un carnet de bord est proposé afin de se libérer pas à pas de ces troubles. Que vous ayez des TOC ou que vous soyez proche d'une personne atteinte de ces troubles, ce livre pratique vous aidera à les gérer au mieux au quotidien. Des témoignages, des explications sur la maladie, sur les pratiques de soin : thérapie comportementale et cognitive, médicaments, des conseils pour les proches, des réponses à de nombreuses questions, un glossaire... Un ouvrage complet à lire et à faire lire... Les auteurs, l'AFTOC et des spécialistes du TOC : Dr Elie Hantouche, psychiatre et Vincent Trybou, psychologue. Aux éditions Josette Lyon

Dr Elie HANTOUCHE et Vincent TRYBOU : Soigner sa cyclothymie; sept clés pour retrouver le contrôle de soi.

Editions O. Jacob. Mars 2009.

Ce guide permet de surmonter sa cyclothymie grâce à une approche thérapeutique concrète. Pour reprendre le contrôle de ses humeurs, de ses émotions; pour mieux vivre sa vie. La cyclothymie, pour le pire et pour le meilleur. Bipolarité et créativité.

Le Dr Elie Hantouche, psychiatre, et Régis Blain, fils de l'acteur et du cinéaste Gérard Blain, ayant eu à cœur de mieux connaître la cyclothymie (aujourd'hui conseiller de presse et de communication dans le monde politique) ont, en duo, développé la notion de la créativité dans le cadre de la cyclothymie, de la bipolarité. Une traversée sur les eaux mouvementées des troubles de l'humeur, avec la force du témoignage de Régis Blain, de l'envie de faire partager des connaissances rarement proposées dans un ouvrage grand public, et de l'expérience du Dr Elie Hantouche sur ce sujet important. Un passage nécessaire sur la connexion anxio-bipolaire (AFTOC citée) rappelant que, 10% des personnes souffrant de TOC souffrent également d'un trouble bipolaire (type II - DSM IV), et 50% entrent dans le cadre du spectre bipolaire élargi (hypomanie brève + cyclothymie). Pour celles et ceux qui veulent mieux connaître la cyclothymie, la bipolarité, les traitements, et leur versant positif, la créativité.

La cyclothymie, pour le pire et le meilleur / Dr Elie Hantouche & Régis Blain / Editions Robert Laffont / Avril 2008. L'anxiété. Vaincre ses peurs, soucis et obsessions au quotidien.

CTAH, Dr Elie Hantouche. Le Dr Elie Hantouche et l'équipe du CTAH (Centre des Troubles Anxieux et de l'Humeur - <http://www.ctah.eu>) proposent un ouvrage permettant de couvrir le thème important des troubles anxieux qui concerne de très nombreuses personnes. L'anxiété, de tous niveaux, étant par ailleurs une des grandes pourvoyeuses des consultations médicales. Ouvrage couvrant les différents troubles anxieux :

Comment différencier les pathologies de l'anxiété et celles du stress ? Peut-on être anxieux sans être stressé ? Petit ou grand anxieux ? (traits communs, états nerveux). Existe-t-il un ou plusieurs types d'anxiété ? Attaques de panique / agoraphobie. Trouble obsessionnel compulsif (TOC). Phobie sociale. Trouble de l'anxiété généralisée. Phobies simples / spécifiques. Trouble du stress post-traumatique.

Modèle pour chaque trouble : cas cliniques - signes typiques - évolution - causes - conseils adaptés L'anxiété / Collectif du CTAH, Dr Elie Hantouche, (participation de l'AFTOC) / Format 14X21 cm / 200 pages / 18€

Dr Elie HANTOUCHE et Barbara HOUYET : Cyclothymie; Troubles bipolaires des enfants et adolescents. Editions Josette Lyon (janvier 2007). 263 pages. 17 euros

Le Dr Elie Hantouche, psychiatre spécialiste des troubles de l'humeur, du TOC, et Barbara Houyet, maman de deux enfants bipolaires (BPJ), se sont associés pour écrire un ouvrage très pédagogique et pratique. Toutes les questions que l'on peut se poser sont décrites et, s'il est à destination des enfants et adolescents, il a également tout son intérêt pour les adultes bipolaires et leurs proches dans leur démarche de compréhension. Une annexe avec des questionnaires d'évaluation permet un premier repère qui sera utile de remettre à votre médecin. Les troubles associés sont abordés dans le cadre de l'approche du diagnostic : trouble obsessionnel compulsif, trouble du déficit de l'attention/hyperactivité, trouble oppositionnel avec provocation, borderline, troubles paniques, phobie sociale, etc.

La lecture de cet ouvrage sera très utile pour toutes celles et ceux qui veulent comprendre le trouble bipolaire chez l'enfant et l'adolescent, participer à une meilleure prise en charge de votre ou vos enfants ou, pour tout simplement vous informer avec un livre joignant la compétence d'un spécialiste à l'expérience d'une maman avec nombreux exemples et témoignages.

Antoine PELISSOLO. Médicaments psy. Editions Odile Jacob (octobre 2005).

D'une lecture très abordable, l'ouvrage du Dr Antoine Pelissolo, psychiatre à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière (Paris) répond à toutes les appréhensions développées face aux médicaments psy et vous accompagne de la première ordonnance à l'arrêt du traitement.

Vos questions obtiennent des réponses : Antidépresseurs, somnifères, tranquillisants : en ai-je vraiment besoin ? Que vont-ils m'apporter ? Vais-je les supporter ? Combien de temps devrai-je les prendre ? Puis-je devenir dépendant ? Ne vaut-il pas mieux guérir sans médicaments ? Jean TIGNOL. Éditions Odile Jacob (février 2006).

Le Docteur Jean Tignol apporte, à notre connaissance, le premier ouvrage grand public traitant de la dysmorphophobie (terme impropre, ce n'est pas une phobie). Ce livre est donc important compte tenu des enjeux de santé concernant le soin, mais également la multiplication des interventions de chirurgie esthétique inhérentes à ce trouble et qui ne le soignent pas. Le TOC est souvent cité (10% des personnes souffrant de TOC souffriraient également de BDD (Body Dysmorphic Disorder dont la traduction littérale est : trouble [de] dysmorphie corporelle). Ce livre peut-être lu par toutes les personnes intéressées par le BDD et le TOC. Il sera lu absolument par toutes les personnes concernées par le BDD.

Elie HANTOUCHE : Troubles bipolaires, obsessions et compulsions. Editions Odile Jacob (janvier 2006)

Le Dr Elie Hantouche est spécialiste du TOC et des troubles bipolaires. Son ouvrage explique l'attention qu'il faut apporter aux troubles associés qui restent la règle en matière de troubles mentaux, et plus particulièrement l'association entre TOC et troubles bipolaires. Spécialiste reconnu des deux pathologies, il s'appuie sur sa longue expérience des personnes souffrant de TOC sévères et des nombreuses enquêtes dont il a été le promoteur ou l'un des acteurs importants. Il s'appuie particulièrement sur les études ABC-TOC et TOC&ROC élaborées avec l'Aftoc et place le diagnostic et l'observation clinique fine au centre de toute bonne démarche thérapeutique. L'ouvrage bien rythmé par des témoignages et des expériences vécues de la maladie apporte l'éclairage vivant de la grande souffrance et des galères thérapeutiques des patients avant de trouver un traitement adéquat. Médecin de conviction, il défend avec toute son expérience acquise, la nécessité absolue de dépister les personnes souffrant de bipolarité, de TOC

bipolaire, pour éviter des vies broyées et brisées par des diagnostics inadéquats suivis de traitements pharmacologiques aggravants. Dans les années 80, on lui disait qu'il voyait des TOC partout, dans les années 90, on lui disait qu'il voyait des bipolaires partout. Aujourd'hui, nul doute que des confrères vont lui dire qu'il voit des TOC bipolaires partout. Mais que les collègues qui s'expriment de la sorte réfléchissent sur eux-mêmes et se demandent bien s'ils ne voient pas des schizophrènes ou des dépressifs partout ! Ou mieux encore, qu'ils ne voient rien du tout ! La bataille clinique entre dépression et troubles bipolaires a commencé au XIX<sup>ème</sup> siècle sans avoir besoin des antidépresseurs. Les psychiatres « modernes » oublient souvent la marche, l'évolution et le pronostic des maladies, et délaissent l'histoire de la psychiatrie. Le Dr Elie Hantouche rend hommage au Pr Gilbert Ballet, qui fût l'un des premiers spécialistes à faire la connexion entre TOC et bipolarité, au début du siècle dernier. Un éclairage fondamental pour une meilleure connaissance des deux troubles et du TOC bipolaire .

Comment

atteinte de TOC . Editions Josette Lyon (novembre 2005)

Ce livre pratique, coordonné par l'Aftoc, contient quatre grands chapitres :

- Le premier chapitre donne toutes les clés pour les proches leur permettant de mieux vivre, comprendre et aider l'enfant, l'ado, l'adulte souffrant de TOC. Les psychologues Anne de Grégorio et Jean-Marc Timmermans sont thérapeutes cognitivo-comportementalistes et ont une longue expérience du traitement des TOC par leur pratique quotidienne. Ils nous livrent un travail exceptionnel et rarement étudié concernant les proches d'une personne souffrant de TOC, et la nécessité de compréhension et de participation de l'entourage dans les démarches de soins, lorsque cela s'avère possible. Incontournable.
- Le second chapitre, élaboré par le Dr Elie Hantouche, précise les traitements pharmacologiques du TOC, dont il est un des meilleurs spécialistes. Indispensable.
- Le troisième chapitre fait place à quatre témoignages de proches dans leur vécu, leur combat face à la maladie et leur soutien auprès de celui qui souffre. Essentiel.
- Le quatrième chapitre apporte de nombreuses réponses aux questions des proches (et des souffrants) face à la maladie. Une bibliographie commentée, un glossaire et de nombreuses adresses utiles viennent compléter l'ensemble de l'ouvrage. Un guide pour aller plus loin dans votre compréhension et l'accès aux coordonnées utiles pour vos futures démarches.

Rémi NEVEU : Faire face aux TOC. Editions Retz (novembre 2005)

Remi Neveu a souffert lui-même de TOC. Adhérent de l'Aftoc et faisant des études de psychologie et d'ingénieur, il a aussi participé à des groupes thérapeutiques au sein d'une clinique spécialisée. À ce titre, il a très vite perçu que son expérience thérapeutique pouvait apporter beaucoup d'aide aux personnes souffrant de TOC. Ce livre marque une étape dans l'histoire de la littérature spécialisée dans le TOC. C'est en effet une personne ayant souffert elle-même de TOC qui s'engage à expliquer, avec la collaboration de ses thérapeutes, la démarche thérapeutique de thérapie cognitive et comportementale qui lui a permis de s'en sortir et, maintenant, d'aider les autres. Un livre pratique éminemment utile pour celui qui veut sortir de l'enfer des TOC avec l'aide écrite de celui qui s'en est sorti. Préface du Dr Jean Cottraux.

M. BOTBOL : Comprendre la nature et l'origine des TOC, aider son thérapeute pour choisir un traitement adapté . Éditions Solar (janvier 2005). Collection réponses à vos questions sur...

Le Dr Michel Botbol est psychiatre, psychanalyste, président du comité santé des jeunes de la Fondation de France et directeur de la clinique Dupré à Sceaux où l'enseignement des adolescents souffrant de troubles psychiatriques se conjugue avec les soins. Le Dr Botbol apporte de nombreuses réponses pour les familles, souhaitant comprendre et aider leur enfant/ado souffrant de TOC. Les données sont récentes, l'expérience des adolescents est perceptible, de bons conseils sont apportés tout au long de l'ouvrage. Le regard clinique et les quelques éléments historiques sont portés par la formation de l'auteur, ses convictions, et se fonde sur les travaux d'inspiration psychanalytique, sans pour autant négliger et s'éloigner des formes thérapeutiques telles les TCC ou l'approche pharmacologique. L'ouvrage offre donc un intérêt très ouvert aux différentes formes de thérapies et permet d'apporter des connaissances et des moyens de compréhension pour chacune d'entre elles. On peut ne pas toujours être en accord avec l'auteur, en particulier sur la pertinence des psychothérapies d'inspiration psychanalytique concernant le TOC chez l'enfant/ado, mais l'ouvrage offre un point de vue à découvrir, et des réponses pertinentes tout au long de sa lecture.

SAUTERAUD : Le Trouble obsessionnel-compulsif, Le manuel du thérapeute. Editions Odile Jacob (Décembre 2004).

L'ambition de l'auteur est d'apporter au thérapeute tous les éléments nécessaires à une compréhension du trouble, de la clinique, de la TCC et des traitements pour le TOC, le tout éclairé par l'expertise, la présentation de données actualisées avec de nombreuses références. Ce travail approfondi est appuyé par une mise en page aérée et facile d'accès en lecture. C'est l'expérience d'un thérapeute TCC pour les thérapeutes qui transparaît, les expériences personnelles ne sont pas négligées pour expliquer la méthode ou les difficultés. C'est vivant, didactique, aidé par un index complet. C'est également un ouvrage qui fait intervenir la bibliothérapie en suivant, étape par étape, l'ouvrage grand public du même auteur « je ne peux pas m'arrêter de laver, vérifier, compter » même édition. Cela permet une interaction et un appui bibliographique pour le patient et son thérapeute, un lien de références en quelque sorte. L'ouvrage du thérapeute en écho à l'ouvrage du patient n'est plus alors un simple recueil de connaissances, mais un outil thérapeutique, un appui pour l'alliance entre thérapeute, patient, entourage.

Les TOC quand le quotidien tourne à l'obsession. Éditions les Essentiels Milan (Octobre 2004)

Un tour d'horizon complet sur le TOC, des données actualisées, facile à lire, à transporter, et d'un prix très abordable, voilà un ouvrage pour tous qui mérite le détour.

L.VERA : Trouble Obs

et l'adolescent. Éditions Dunod. Collection Psychothérapies (Juin 2004).

Ce livre est le premier ouvrage de synthèse en France traitant du Trouble Obsessionnel Compulsif chez l'enfant et l'adolescent. Il couvre l'ensemble des aspects : hypothèses, modèles, évaluations, clinique, thérapie, médicaments, etc. et permet d'accéder à de bonnes connaissances actualisées pour toutes les familles avec un enfant ou un ado souffrant de TOC.

Pour les enfants :

Dr Aureen PINTO-WAGNER "Gravir une montagne de soucis pour dominer ses TOC"

Traduction : Bernadette Mestre-Clavier / Editions du Puits Fleuri/ janvier 2003 / 48 pages / 9,50€ + frais de port.  
Commandez l'ouvrage par fax ou courrier aux Editions du Puits Fleuri, 22 avenue de Fontainebleau - 77850 HERICY.  
Tél : 01.64.23.61.46

vivre avec un TOC ( O. Jacob. Janvier 2000, réédité en 2002)).

Ouvrage complémentaire du suivant. L'auteur le présente ainsi : "C'est un mode d'emploi, un manuel d'utilisation de ce trouble. Pour tous ceux qui savent ce que souffrir veut dire. Un livre pour prendre en charge soi-même son trouble. Car il est parfois difficile d'en parler. Ou bien il est difficile d'être écouté. Ce livre est destiné aux personnes atteintes d'obsessions-compulsions.... C'est enfin un livre pour la famille." Cet ouvrage est en effet un guide pratique présenté sous forme de questions/réponses. Très clair, il aidera tous ceux qui ont besoin d'information.

COTTRAUX : Les ennemis intérieurs (O. Jacob, 1998).

Existe également en livre de poche chez le même éditeur (2005)

A partir de nombreux cas cliniques, l'auteur démonte les mécanismes de ma pensée obsessionnelle. Pourquoi devient-on obsédé par la saleté, le risque d'accident, l'idée de faute ou d'imperfection? Où situer la frontière entre l'obsession normale, dont nous souffrons tous plus ou moins, et le trouble pathologique? Et comment expliquer aujourd'hui la fréquence du TOC? Quels sont les traitements actuellement disponibles? Un point très complet et clair sur les connaissances actuelles concernant les TOC. A lire.

les personnalités difficiles (1996 réédité en 2000). (Odile Jacob). Un chapitre est consacré aux personnalités obsessionnelles.

F. LAMAGNERE : Manies, peurs et idées fixes (1994 réédité en 2000). (Odile Jacob).

F. LELORD : Le pur et l'impur (1993) dans "Les contes d'un Psychiatre ordinaire". (COTTRAUX)

J.L. RAPOPORT : Le garçon qui n'arrêtait pas de se laver (1991). (S. COTTRAUX)

COTTRAUX : Obsessions et compulsions (1989). (P.U.F.)