



---

# NOTES DE LECTURE

---

## *L'adolescent entre marge, art et culture*

Une clinique des médiations en groupe  
Erès, Collection La vie devant eux, Avril 2013.

Co-dirigé par E.Granier et C.Sternis, ce livre nous parle de la passionnante et turbulente clinique adolescente, celle qui nécessite une adaptation du cadre, si précieux dans sa délicate combinaison de fermeté et de souplesse. Temps de créativité et de tous les possibles, âge d'un entre-deux et de transformation, l'adolescence suscite bien des inspirations, à en voir la multitude et la diversité d'ateliers à médiations expressives inventés que présente cet ouvrage. Leurs points communs : l'accompagnement des adolescents par la contenance du groupe, la médiation culturelle et artistique dans ses potentiels créatifs, la recherche d'un repérage théorique solide et un engagement thérapeutique certain, et oserais-je dire politique, à travers la mise en œuvre de dispositifs de soin visant à proposer un cadre solide, sécurisant, mais ouvert, favorisant le déploiement des potentialités plutôt qu'une surveillance. Leurs différences : des objectifs divers selon le lieu de prise en charge, des médiateurs artistiques variés allant des arts plastiques (peinture, dessin, argile, sculpture...) aux arts du corps (danse, slam, vêtements-couture, musique, athlétisme), en passant par le jeu, la radio, le jeu vidéo et l'écriture, les sensibilités et personnalités de chaque professionnel. Parmi la généreuse trentaine d'auteurs, nous retrouvons plusieurs anciens de l'EPP, tels que Julien Morael, Maud Ségurel, Laura Treich, Claude Sternis elle-même.

*Laura TREICH*

---

---

## *Mener une démarche de pleine conscience. Approche MBCT.*

Christine MIRABEL-SARRON, Aurélie DOCTEUR, Loretta SALA,  
Eryc SIOBUD-DOROCANT. Préf. Pr Zindel Segal. Paris, Dunod, 2012, 144 pages.

Bien connue des membres de l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive (AFTCC) dont elle a été présidente, Christine Mirabel-Sarron est psychiatre, praticien hospitalier à la Clinique des Maladies Mentales et de l'Encéphale (CMME) de l'hôpital Sainte Anne à Paris. Egalement ancienne présidente de la Société Médico-Psychologique (SMP) et docteure en Psychologie clinique et pathologique, elle enseigne dans différentes universités de médecine et de psychologie. Elle est accompagnée dans l'élaboration de cet ouvrage par trois collègues psychothérapeutes TCC et enseignants hospitalo-universitaires de la CMME, Aurélie Docteur et Loretta Sala, psychologues cliniciennes et docteures en psychologie, et Eryc Siobud-Dorocant, psychiatre.

Spécialistes des prises en charge émotionnelles, comportementales et cognitives des patients souffrant de troubles de l'humeur, uni- ou bipolaires, les auteurs présentent ici la façon dont la méditation de pleine conscience peut s'intégrer aux prises en charges psychothérapeutiques dans l'approche de thérapie cognitive basée sur la pleine conscience (Mindfulness-Based Cognitive Therapy, MBCT).

Clair, guidé par des questions structurant la présentation (« Pour qui ? », « Pourquoi ? », « Comment ? »), l'ouvrage est pédagogique et articule modèles et supports théoriques aux mises en application pratiques, cliniques et thérapeutiques.

De façon plus détaillée, les auteurs décrivent la définition et l'historique de cette approche, qui trouve ses racines dans les voies traditionnelles méditatives, et son articulation aux modèles et interventions des thérapies comportementales et cognitives ; le déroulement et les différentes phases concrètes du programme MBCT, séance par séance ; les modalités d'évaluation de la pratique et les effets thérapeutiques observés au décours de l'intervention, en particulier son impact favorable sur les processus ruminatoires induisant la rechute dépressive. Egalement, en fin d'ouvrage, une présentation synthétique rapporte les résultats des recherches et études d'efficacité dans l'application auprès de personnes souffrant de troubles dépressifs uni- et bipolaires ou de troubles anxieux.

Soutenant la reconnaissance des auteurs dans l'approche spécifique de la pleine conscience en psychothérapie, l'ouvrage est préfacé par Zindel V. Segal, co-élaborateur de l'approche MBCT, Ph. D., professeur de psychiatrie à l'université de Toronto et titulaire d'une Chaire d'études sur la dépression.

Ce livre ne manquera pas d'intéresser les personnes souhaitant un éclairage précis sur l'approche de pleine conscience en psychothérapie et, plus particulièrement, les thérapeutes qui pourront trouver là une aide concrète à la mise en place de prises en charge adaptées aux patients.

***Rollon POINSOT,***

Psychologue (Marseille),  
Psychothérapeute TCC-ACT,  
Instructeur MBCT et MBSR,  
[www.pleineconscience-paca.com](http://www.pleineconscience-paca.com)