

Daniela Danis

Addiction et codépendance

EXERCICES POUR SE RÉTABLIR

Cahier de Psychologie de l'Addiction

Daniela Danis

Cahier de Psychologie de l'Addiction, Edition YES, You can !, 2015, 171 pages

Dans ce livre au style simple, efficace et agréable à lire, Daniela Danis nous livre des clés essentielles pour repérer, comprendre et accompagner les nombreuses problématiques de l'addiction et de son complément fréquent : la codépendance.

Ce livre s'adresse autant au grand public qu'aux professionnels, et en particulier aux personnes affectées par ces problèmes.

Addiction et codépendance

EXERCICES POUR SE RÉTABLIR

Bruno de Raemy

L'intention centrale de ce livre est d'apporter un message d'espoir pour les addicts qui souhaitent devenir abstinents, pour leurs proches désemparés qui peuvent enfin entrevoir la « fin du tunnel » ainsi que pour les soignants qui peuvent se familiariser avec le modèle Minnesota pour traiter les personnes concernées.

Tous les thèmes en relation avec ce sujet sont abordés - les aspects psychologiques et comportementaux de l'addiction, le déni, la cuite sèche, la rechute, le deuil, la colère, l'Enfant-Roi, la codépendance, les enfants des addicts et des codépendants. Pour chacun de ces thèmes, l'auteur nous livre des listes simples de comportements observables et de ressentis probables nous permettant d'identifier et de nous familiariser avec les caracté-

ristiques cognitives et psychologiques de ces affections. Les chapitres se terminent par un questionnaire aidant à se situer soi-même sur ces thèmes.

L'ouvrage se complète par trente pages d'exercices pratiques, offrant ainsi dans son ensemble une véritable psychopédagogie de l'addiction et de la codépendance.

Daniela Danis est psychologue et psychothérapeute. Elle a été pendant vingt ans psychologue responsable à l'Unité des Maladies de la Dépendance à la clinique de la Métairie (Nyon, Suisse). Elle est membre fondateur de l'Association des Psychothérapeutes pour le Traitement des Addictions (APTA) à Genève. Elle a publié de nombreux articles sur la maladie de la dépendance, la codépendance et le déni ainsi que le livre *Au cœur de la codépendance*.

REVUE de l'ASSOCIATION SUISSE DES PSYCHOTHÉRAPEUTES
N°3 - Juin 2016