

Troubles bipolaires *Quand l'humeur tergiverse*

Saint-Hubert, le 22 février 2019

Le Service d'Etudes et de Documentation Sociales a le plaisir de vous présenter une sélection d'ouvrages disponibles dans son Centre de Documentation et dans les bibliothèques de la province.

Vous pouvez retrouver l'ensemble des documents sur le catalogue en ligne : www.bibliotheques.province.luxembourg.be, onglet Bibliothèque, localisation Centre de Documentation sociale. Ils peuvent être empruntés ou consultés à Arlon ou acheminés vers votre bibliothèque locale grâce au réseau provincial des bibliothèques.

Le Centre de documentation sociale est ouvert :
le mardi, mercredi et jeudi de 10h00 à 16h30
ou sur rendez-vous le lundi et le vendredi.



Service provincial Social et Santé
Etudes et documentation sociales
Square Albert 1^{er}, 1
6700 Arlon
Tél. : 063/212 298

seds@province.luxembourg.be



LEADER, Darian
Bipolaire vraiment ?

Albin Michel
2014
ISBN 978-2-226-25485-6

Essai sur les troubles bipolaires qui plongent le malade alternativement dans de terribles dépressions ou des états de surexcitation : définition, causes, symptômes.



FIEVE, Ronald R.
Comment bien vivre avec des troubles bipolaires : savoir soigner les bas pour tirer profit des hauts

Flammarion
Collection : Essais
2011

ISBN 978-2-08-124071-1

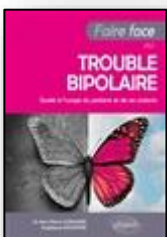
Le psychiatre, spécialiste des troubles bipolaires, présente les spécificités des personnes atteintes de trouble bipolaire II, anciennement dits maniaco-dépressifs, et en particulier de ce qu'il appelle la sous-classe dite bipolaire B-bénéfique. Il expose le diagnostic de l'hypomanie exubérante, ses effets néfastes et positifs, son traitement au lithium, etc.



EVANS, Dwight L.
WASMER ANDREWS, Linda
Dépression et troubles bipolaires chez l'adolescent : conseils pratiques pour le quotidien

De Boeck supérieur
Collection : Comprendre / Adolescence
2018
ISBN 978-2-8041-6872-8

Les auteurs décrivent les différentes formes de dépression et de troubles bipolaires chez les adolescents, et y associent des conseils pratiques pour la vie de tous les jours.



GUICHARD, Jean-Pierre
EXCOFFIER, Angélique
Faire face au trouble bipolaire : guide à l'usage du patient et de ses aidants

Ellipses
2017
ISBN 978-2-340-02221-8

Destiné aux personnes atteintes de trouble bipolaire, ce guide aide à contrôler l'évolution de la pathologie en canalisant les changements intempestifs et récurrents d'humeur.



ALVERY, Marie
GABERT, Hélène
J'ai choisi la vie : être bipolaire et s'en sortir
Payot
Collection : Psychologie
2013
ISBN 978-2-228-90984-6

Hélène et Marie ont l'image de deux femmes souriantes, épanouies et énergiques, gérant travail, enfants et loisirs. Pourtant, elles souffrent d'un dérèglement de l'humeur, appelé trouble bipolaire ou psychose maniaco-dépressive, qui concerne 1 à 7 % de la population française. Ensemble, ces deux femmes ont décidé de lever le voile et de raconter sans tabou ce qu'elles cachent le plus souvent.



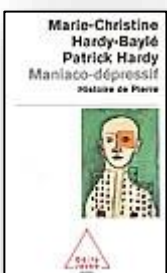
HANTOUCHE, Élie
MAJDALANI, Caline
BLAIN, Régis
J'apprends à gérer ma cyclothymie : méthode pratique
J. Lyon
2012
ISBN 978-2-84319-272-2

Présentation des caractéristiques de la cyclothymie, de son traitement et d'une méthode pratique d'autogestion de ce trouble de l'humeur. Edition augmentée d'exercices et d'une partie consacrée à la gestion émotionnelle avec des cas cliniques et une mise en pratique de techniques libératrices.



GIACHETTI, Raphaël
La maladie bipolaire : expliquée aux souffrants et aux proches
Odile Jacob
Collection : Poches Odile Jacob / Psychologie
2016
ISBN 978-2-7381-3490-5

Sous forme de questions-réponses, ce document décrit les symptômes et les causes des troubles bipolaires, afin de les expliquer aux personnes qui en souffrent et à leur entourage.



HARDY-BAYLÉ, Marie-Christine
HARDY, Patrick
Maniaco-dépressif : l'histoire de Pierre
Odile Jacob
Collection : Poches Odile Jacob
2005
ISBN 2-7381-1638-8

La maladie maniaco-dépressive concerne un Français sur cent. Cet ouvrage se propose de répondre à chacune des questions que le lecteur se pose et, ce faisant, de contribuer à une meilleure compréhension de cette maladie psychiatrique. Le récit du cas exemplaire de Pierre a pour but de décrire très précisément les étapes de la maladie.



BOURGEOIS, Marc-Louis

Manie et dépression : comprendre et soigner les troubles bipolaires

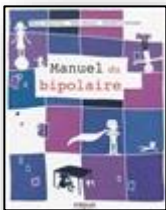
Odile Jacob

Collection : Poches Odile Jacob

2011

ISBN 978-2-7381-2588-0

Cette description des troubles bipolaires tente de faire comprendre ce qui se dérègle au plan neuropsychique pendant les crises. L'auteur décrit les symptômes majeurs ainsi que les perturbations liés à cette pathologie et présente les traitements actuellement disponibles, médicaments ou psychothérapie.



DESSEILLES, Martin

PERROUD, Nader

GROSJEAN, Bernadette

Manuel du bipolaire

Eyrolles

2017

ISBN 978-2-212-56432-7

Les médecins psychiatres proposent une synthèse sur le trouble bipolaire : son origine, son histoire, ses symptômes, son étiologie, ses mécanismes neurobiologiques et les traitements existants.



PRICE, Prentiss

Manuel du cyclothymique

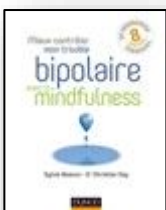
Eyrolles

Collection : Eyrolles pratique / Développement personnel

2011

ISBN 978-2-212-54861-7

Ouvrage qui propose d'apprendre aux personnes à identifier dans un premier temps leurs troubles de l'humeur comme étant ou non de la cyclothymie et à contrôler dans un second temps leurs phases euphoriques et phases dépressives par la mise en place de stratégies personnalisables.



GAY, Christian

BEACCO, Sylvie

Mieux contrôler mon trouble bipolaire avec la mindfulness : un programme personnel, 8 séances

Dunod

Collection : Mon cahier d'accompagnement

2016

ISBN 978-2-10-074136-6

Présentation d'une adaptation de la méditation fondée sur la pleine conscience pour les personnes atteintes de troubles bipolaires, en prévention d'une rechute dépressive.



DEROIN, Christine
EXCOFFIER, Angélique
Mon père fait des montagnes russes dans la tête : la bipolarité

Oskar éditeur
Collection : Pas de panique, c'est la vie !
2015
ISBN 979-10-214-0346-8

Victoire, 14 ans, écrit à sa tante ses joies et ses peines du quotidien mais elle lui raconte surtout les changements d'humeur et de comportement de son père, la dépression qui s'installe et la tristesse qui règne désormais à la maison. En réalité, il souffre de bipolarité. Une approche de la maladie adaptée aux adolescents avec des sites Internet des adresses utiles.



LENOËL, Agathe
Qui suis-je quand je ne suis pas moi ? : une bipolaire témoigne

Odile Jacob
Collection : Psychologie
2015
ISBN 978-2-7381-3336-6

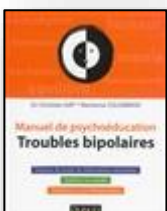
Un récit intime dans lequel l'auteure évoque ses troubles bipolaires et ses questionnements par rapport à la maladie.



MASSON, Marc
Les troubles bipolaires

Presses universitaires de France
Collection : Que sais-je ?
2018
ISBN 978-2-13-080160-3

Synthèse sur l'origine, les principales manifestations et les dernières avancées scientifiques en termes de traitements médicamenteux et psychothérapeutiques de la pathologie. Avec de nombreux témoignages issus de l'expérience clinique de l'auteur.



GAY, Christian
COLOMBANI, Marianne
Troubles bipolaires : manuel de psychoéducation : disposer de toutes les informations nécessaires, stabiliser la maladie, améliorer le suivi thérapeutique

Dunod
2013
ISBN 978-2-10-059412-2

Après des informations théoriques et pratiques sur les troubles de l'humeur, les auteurs présentent un programme de psychoéducation en vue de traiter les troubles bipolaires en quinze séances : améliorer la qualité de vie du sujet, prévenir les récurrences, optimiser le traitement médicamenteux et favoriser l'alliance thérapeutique.



FINK, Candida
KRAYNAK, Joe
Les troubles bipolaires pour les nuls
First Editions
Collection : Pour les nuls
2017
ISBN 978-2-7540-8467-3

Après une présentation des symptômes, des causes déclenchantes des troubles de l'humeur et des thérapies les plus efficaces, des conseils pratiques pour améliorer la qualité de vie des sujets au quotidien.



GUICHARD, Jean-Pierre
Vivre et comprendre les troubles bipolaires
Ellipses
2014
ISBN 978-2-7298-8421-5

Un ouvrage pour mieux comprendre les troubles bipolaires, sous tous ses aspects.

©Données Electre

Votre Centre propose également de nombreuses revues psycho-médico-sociales dans lesquelles sont abordées différentes thématiques et notamment les troubles mentaux. La liste de ces magazines peut vous être envoyée sur simple demande. Les revues peuvent être empruntées. Les articles sont disponibles sur place ou peuvent vous être envoyé sur votre boîte mail via le scanning de ceux-ci.

