

JEAN COTTRAUX

LES ENNEMIS INTÉRIEURS

OBSESSIONS ET COMPULSIONS



D 114 255233 0

EDITIONS
ODILE JACOB



TABLE

Introduction : LA PENSÉE ENNEMIE	9
--	---

PREMIÈRE PARTIE Les pensées refusées

Chapitre premier : DE LA POSSESSION DÉMONIAQUE AU TROUBLE OBSESSIONNEL-COMPULSIF	17
<i>Obsession et religion</i>	17
Exorcismes - Scrupules et confession - Les péchés de sœur Marie-Ursule	
<i>La monomanie d'Esquirol</i>	22
<i>Janet et la psychasthénie</i>	23
La fonction du réel - Une thérapie cognitive- comportementale avant la lettre ?	
<i>Freud et la névrose obsessionnelle</i>	27
Le négatif de la perversion - La psychanalyse a-t-elle des résultats dans les obsessions-compulsions ?	
<i>De la névrose obsessionnelle au TOC</i>	31
Les obsessionnels célèbres - Crainte et tremblement - « Citizen Hughes » ou l'envers du rêve américain	
Chapitre 2 : LES MULTIPLES VISAGES DU TOC	39
<i>De tout temps et en tout lieu ?</i>	39

<i>Un paysage très varié</i>	41
Les laveurs - Intérieurs - Les vérificateurs - Chauffard sans le savoir - Les ruminateurs - Pouvons-nous chuter hors du monde ? - Les obsédés de l'ordre, de la symétrie et de la perfection - Les procrastinateurs - Les collectionneurs - Le musée intime - Les obsessions sexuelles - Spermifuge	
<i>L'âge du début</i>	50
Obsessions enfantines - Aziza et le Coran - Les premières consultations	
<i>L'évolution d'un trouble</i>	53
Une stabilité fluctuante - D'éventuelles complications - La maladie de Gilles de la Tourette - Les vrais risques	
<i>Les limites du TOC</i>	57
 Chapitre 3 : FRANCHIR LE SEUIL	59
<i>L'effet Knock</i>	60
<i>Quand faut-il parler de TOC ?</i>	62
Identification d'un trouble - Toute préoccupation morbide est-elle TOC ? - Et les malades imaginaires ? - Cent soucis	
<i>Les signes de reconnaissance</i>	66
Tous les TOC doivent-ils être traités ? - Êtes-vous TOC ?	
 Chapitre 4 : Y A-T-IL UN TROUBLE DE PERSONNALITÉ SOUS-JACENT ?	71
<i>Qu'est-ce que la personnalité ?</i>	72
Un contrat à durée indéterminée - Les onze types pathologiques	
<i>Onze personnalités en quête de TOC</i>	77
<i>La personnalité obsessionnelle-compulsive</i>	78
Le style compulsif - De précieuses compétences sociales - La soumission à l'autorité - Quelle vie de couple ! - Bien assortis	
<i>La personnalité schizotypique</i>	85
Au-delà du réel - Le syndrome X-files - Fausta et le démon	
<i>Pensée magique et religion</i>	90
<i>Entre nature et culture</i>	92

DEUXIÈME PARTIE

Le cercle magique

Chapitre 5 : LE FAUX COUPABLE	95
<i>Exercices spirituels et pensée imperceptible</i>	95
La tyrannie du minuscule	
<i>Émotions et perturbations de l'habituatation</i>	99
<i>Des interprétations erronées</i>	102
Qu'est-ce que la cognition ? - Le traitement de l'information - La porte étroite - Un modèle valide ? - Le questionnaire des pen- sées intrusives et de leur interprétation	
<i>Le TOC est-il une toxicomanie de la pensée ?</i>	113
Chapitre 6 : BIOLOGIE DES PENSÉES REFUSÉES	117
<i>La matrice du temps</i>	118
Génétique des obsessions-compulsions - Génétique et person- nalité - Des générations de TOC ?	
<i>Le spectacle du cerveau</i>	121
Une méthode dynamique - Les cartes du cerveau - Le toc au repos... - Et en action ! - La visualisation des pensées obsédantes - Les effets du traitement - Bilan provisoire	
<i>Les anomalies de la neurotransmission</i>	135
Des médiateurs très spécialisés - Le contrôle des impulsions - Hommes et bêtes Limites du modèle sérotoninergique	
<i>Hypothèse PANDA</i>	139
<i>Biologie et psychologie</i>	141
Chapitre 7 : RESPONSABILITÉ ET IMPULSIVITÉ	143
<i>L'impulsivité</i>	143
Les antisociaux - Rien ne va plus ! - De l'impulsivité à la compulsivité - Le manque de contrôle - Au tribunal - Le modèle de l'impulsivité perçue	
<i>La validité d'une hypothèse</i>	150
Mémoire et doute - Sous l'œil de la caméra - De l'impulsivité perçue aux schémas cognitifs	
<i>Le maillon manquant ?</i>	156

TROISIÈME PARTIE

Rompre les charmes

Chapitre 8 : MOLÉCULES ET BISTOURI	161
<i>Les antidépresseurs sérotoninergiques</i>	161
Les cinq molécules efficaces - Génétique et personnalité - Les traitements combinés - Face à l'échec - Les cas difficiles - Quand arrêter les antidépresseurs	
<i>Y a-t-il une place pour la psychochirurgie ?</i>	167
La leucotomie préfrontale - La leucotomie stéréotaxique - La cingulotomie stéréotaxique - Le Gamma-Knife - Problèmes d'éthique - Fuir le nid de coucou	
<i>Aider les molécules</i>	171
Chapitre 9 : THÉRAPIE COMPORTEMENTALE : AFFRONTER LA PEUR	173
<i>Pratiques comportementales</i>	176
La collaboration en question - L'explication du modèle - Les grands principes - L'analyse fonctionnelle - Séances d'exposition - Contrats familiaux et thérapie de couple - Interventions à domicile - Hospitalisation - Sali à domicile - Face aux différentes formes de TOC - L'homme aux chiens - Little John	
<i>Bilan des thérapies comportementales</i>	195
Peut-on prévoir les résultats ? - Les limites	
<i>Le médecin de soi-même</i>	198
Chapitre 10 : THÉRAPIE COGNITIVE : LA PENSÉE RETROUVÉE	201
<i>Pratiques cognitives</i>	202
Pensées conscientes et inconscientes - Les cinq étapes - Une collaboration empirique - La flèche descendante - L'accouchement socratique - Séances et thérapie	
<i>De l'émotion à la signification</i>	208
Un scénario obsédant	
<i>Culpabilité et responsabilité</i>	211
À la racine du mal - Exposition et résolution de problème	
<i>A la buena de Dios !</i>	215
Conclusion : LE REFUS DU HASARD	221

TABLE

267

ANNEXES	227
<i>Conseils pratiques aux personnes souffrant d'un TOC et à leurs familles</i>	229
<i>Liste des principales obsessions et compulsions</i>	241
<i>Les adresses utiles</i>	246
<i>Le TOC sur Internet</i>	248
<i>Bibliographie commentée</i>	250
NOTES ET RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES	253

CET OUVRAGE
A ÉTÉ ACHEVÉ D'IMPRIMER
SUR ETOY-PAGE
PAR L'IMPRIMERIE FLOCH À MAYENNE
EN AVRIL 1998