

adolescents in general, and the treatment of adolescent depression with cognitive therapy in particular. The third and largest part, *Macrostages and Microtechniques in Therapy* (164p), details the initial, middle and final stages of therapy, with many examples. Part IV deals with three areas of comorbidity—substance abuse, sexual victimization, and affective illness/suicidality. Part V discusses cognitive therapy for depressed adolescents in hospital, and the general management and pharmacological treatment of depressed adolescents. The sixth and final part has some notes on treatment failures, tips for the novice cognitive therapist, and the authors' answers to questions commonly asked about cognitive therapy with depressed adolescents.

This book truly is a manual. It is exceptional in its thorough and prescriptive account of therapy with adolescents and the use of cognitive therapy for depression in this age group. As such, it would be an excellent resource for psychotherapists, who have training and experience in cognitive therapy, and who work primarily with out-patient adolescents. It would also be useful to psychotherapists and others involved in counselling adolescents, without training in cognitive therapy, who wish to develop their knowledge of this form of therapy.

The writing is good and clear throughout, despite the large number of authors and no apparent editor. The book is well organized in its overall design and use of headed chapter sections. Consistent with its intent to be a manual, the book provides short lists of selected readings at the end of chapter, which is sufficient for most practitioners.

Given its extensive introduction to therapy with adolescents, this text appears to have been designed for cognitive therapists, experienced with adults, who now want to learn how to practice with adolescents. Therapists with experience with adolescents may want to skip some sections. On the other hand, the book contains many valuable suggestions for working with adolescents which reflect thorough knowledge of this age group. For example there is the idea of communicating a diagnosis of depression in a way that empowers the adolescent; and the principle that problem-solving is more applicable than cognitive therapy to adolescents whose dysphoria is a realistic response to a current negative life situation or event.

Spain, A., Hamel, S. & Bédard, L. (1994). *Devenir: Approche éducative en développement de carrière au féminin*. Sainte-Foy: Les Presses de l'Université Laval.

Évalué par: Mireille Cyr, Ph.D., Université de Montréal.

Dans cet ouvrage de près de 100 pages, les auteures nous proposent un programme d'intervention novateur destiné aux jeunes femmes âgées de 18 à 30 ans. Ce livre est principalement destiné aux intervenantes en orientation ou en counseling de carrière qui seront sûrement enthousiasmées par la démarche proposée. En effet, "Devenir" est un programme d'intervention

en counseling de carrière qui se veut à la fine pointe des nouvelles connaissances acquises sur le développement psychosocial des femmes et particulièrement sur l'importance que revêt la dimension relationnelle dans le développement et le cheminement des femmes. Cette nouvelle approche comble donc une lacune importante dans notre compréhension et notre intervention de conseillères et conseillers auprès des jeunes femmes.

Le counseling de carrière auprès des femmes est ici conceptualisé comme une intervention qui dépasse le seul choix d'un métier pour s'étendre à la vie de la personne. L'originalité du programme repose entre autres sur les trois fondements théoriques qui le sous-tendent soit la prépondérance et l'omniprésence de la dimension relationnelle dans les perceptions que les jeunes femmes ont d'elles-mêmes et de leur avenir, la perspective globale (carrière, amour, famille, vie sociale) avec laquelle elles envisagent cet avenir et la nature imprévisible et sinueuse de la trajectoire de vie professionnelle des femmes. L'originalité du programme dépend également de la formule pédagogique qui tente de favoriser de façon maximale les modes d'apprentissage des femmes qui reposent sur l'expérimentation personnelle, l'échange d'opinions avec d'autres, l'observation participante. L'ensemble de ces activités favorisent l'établissement de liens entre les concepts, les théories et le vécu personnel.

Le livre sert d'outil de référence du programme "Devenir." Celui-ci est explicité dans le *Guide d'animation de l'atelier d'orientation pour jeunes femmes* qui fait plus de 600 pages. Le volume est divisé en six chapitres où les auteures décrivent la démarche de recherche qui a précédé la création du programme, les fondements théoriques, les principes d'intervention de l'approche éducative en développement de carrière. Le dernier chapitre illustre la démarche et convie la lectrice ou le lecteur à expérimenter l'approche. Le premier chapitre porte sur les origines de la recherche menée par les auteures et sur les études qui nous ont permis d'acquérir ces nouvelles connaissances du développement spécifique des femmes et de leur besoin relationnel. Ce chapitre laisse la lectrice et le lecteur avec un certain inconfort. En effet, la présentation de ces recherches n'est qu'effleurée et aucune référence spécifique n'est indiquée quant à l'origine de ces connaissances. Bien qu'une bibliographie soit offerte à la fin du livre, la lectrice ou le lecteur qui désire en apprendre plus sur un aspect donné, devra choisir ses lectures au hasard. En outre, les trois fondements théoriques de l'intervention qui concluent ce chapitre pourraient apparaître à certains reposer sur une analyse trop brève. Les chapitres deux et trois servent à décrire la conceptualisation du programme et mettent en lumière les aspects novateurs de celui-ci. Cette intervention en counseling de carrière met l'accent sur un projet de vie intégrant les sphères d'activités que sont la carrière, la vie amoureuse, la vie sociale et la maternité tout en tenant compte de la dimension relationnelle. Le chapitre quatre présente la formule, les objectifs, les thèmes, les activités, la métaphore de l'arbre, la démarche d'orientation et la séquence pédagogique que propose ce programme. Soulignons ici que le programme proposé en est un de groupe offert selon un mode intensif à raison de quatre jours par semaine et ce pour quatre semaines. Le but est de favoriser l'insertion socio-professionnelle des

jeunes femmes par une démarche d'orientation intégrant les considérations relationnelles et tous les aspects de leur vie future. Pour atteindre ce but, 23 objectifs spécifiques sont poursuivis. Ces objectifs sont répartis sous trois thèmes que sont la compréhension de soi, la connaissance de l'environnement et l'éducation à la planification. Ainsi, les participantes sont conviées à développer une meilleure connaissance d'elles-mêmes, des occupations et du monde du travail afin d'être en mesure d'établir leur propre planification d'avenir et d'initier ce projet. À la lecture de ce chapitre et des chapitres suivants, la lectrice et le lecteur seront en mesure d'apprécier la qualité et la minutie du travail qui a été réalisé par les trois auteurs. Dans ce programme structuré, aucun aspect n'a été laissé au hasard. En effet, la séquence des activités a été minutieusement prévue de même que la présentation des objectifs, du déroulement et de la durée des exercices, le matériel requis pour les animatrices et pour les participantes. L'examen du *Guide d'animation de l'atelier d'orientation pour jeunes femmes*, qui comprend l'ensemble du programme d'intervention nous permet d'apprécier d'autant plus cet effort de développement que le programme comporte une cinquantaine d'activités qui font appel à des moyens diversifiés allant d'exposés, à des témoignages, à des activités de création artistique, etc.

"Devenir" est un programme incontournable pour toutes personnes qui s'intéressent à l'orientation de carrière auprès des femmes. L'approche éducative présentée dans cet ouvrage repose sur des connaissances nouvelles des plus pertinentes pour les femmes. Les auteures ont su allier leurs compétences de chercheure et d'intervenante à leur propre dimension relationnelle pour répondre aux besoins d'orientation des jeunes dont leur projet de vie est en devenir. Elles ont conçu un programme novateur et extrêmement bien structuré. Cette approche se doit d'être connue et utilisée dans tous les milieux d'orientation et de counseling d'emploi.

Caudill, Margaret A., M.D., Ph.D. (1995). *Managing Pain before It Manages You*. New York: The Guilford Press. With a Foreword by Herbert Benson. 215 pp., \$26.95

Reviewed by: Gary Brandstadt, Victoria, B.C.

This is an excellent resource book for the professional, full of detail in a dozen important areas. The book covers: how pain develops, what really increases and decreases pain, relaxation and exercise techniques, communication skills, problem-solving techniques, setting realistic goals. It highlights the three key issues that need to be addressed in effective pain management —(a) regaining and enhancing self-esteem, (b) having ongoing realistic goals, (c) developing effective problem-solving skills.

As the book explains, the experience of pain is the result of a very complex neuro-biochemical process. *Chronic* pain begins to bring in emotional, psychological and social processes as well. And all must be understood for pain to be managed effectively (for example, whether the sufferer has beliefs