



BIBLIOGRAPHIE
« CONDUITES A RISQUE
& PARENTALITE »

epi[!]ca.cg59.fr

Pôle prévention des addictions
Département du Nord

PRESENTATION

Cette **bibliographie** thématique comporte aussi bien des documents apportant un regard d'experts sur la problématique que des supports variés (guides pédagogiques, jeux, kits, vidéos, ...) destinés à accompagner de manière ludique la mise en œuvre d'actions de prévention. Un pictogramme permet de visualiser le type de document proposé :



Ouvrage / Rapport / Acte de colloque



Livre jeunesse



Guide pédagogique



Kit pédagogique



Jeu



Vidéo



Brochure / Dépliant

Tous les documents cités sont consultables et/ou empruntables au centre de ressources du Pôle Prévention des Addictions – EPICéA (voir présentation en page finale).

• PARENTALITE	p. 3
• GENERALITES	p. 3
• ADOLESCENCE	p. 6
• COMMUNICATION.....	p. 11
• DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES PSYCHO-SOCIALES.....	p. 12
• PARENTALITE & CONDUITES A RISQUES	p. 17
• GENERALITES.....	p. 17
• CONSOMMATION DE PRODUITS PSYCHO-ACTIFS.....	p. 19
• ADDICTIONS SANS PRODUIT	p. 23
• TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE.....	p. 25
• PRESENTATION DU CENTRE DE DOCUMENTATION	p. 26

• GENERALITES



Animer des groupes de paroles de parents : silence ... on parle ! / SELLENET C. - L'HARMATTAN, 2004

Réflexions sur le rôle et le fonctionnement de groupes de paroles de parents à partir de l'expérience de quatre groupes différents. Ce livre décrit entre autre les pratiques des parents, leurs craintes, leurs réflexions, leurs doutes et leurs impasses. L'auteur donne également des outils et des pistes de réflexions sur l'animation de groupes de parents.

Doc. N°3864 / PAR.26 SEL



100% Parents - Association 100 % Parents, 2009

Ce jeu créé par des parents (habitants de St Jean de la Ruelle dans le Loiret) pour les parents, est destiné à favoriser les échanges d'expériences et la réflexion autour de pratiques éducatives. Il donne l'occasion d'aborder différents thèmes éducatifs dans un climat convivial et ludique. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse : l'objectif reste un échange de points de vue sur une question et une amorce de solution.

Doc n°5223 / PAR.03 ASS



Comprendre et guider le jeune enfant : à la maison, à la garderie / BOURCIER S. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 2004, 161 p.

Livre destiné aux parents et éducateurs d'enfants de la naissance à cinq ans. Il aborde les réactions des enfants ainsi que les apprentissages entre autres de l'autonomie, de l'affirmation de soi, du partage, de se faire des amis dans une perspective heureuse de résolution de problèmes.

Doc n° 3702 / PAR.01.04 BOU



Détache-moi ! : se séparer pour grandir / RUFO M. - A. CARRIERE, 2005, 264 p.

Les relations entre une mère et son enfant sont au départ d'ordre fusionnel. Mais il faut grandir et, pour cela, se séparer. Le développement de l'enfant apparaît en fait comme une suite de séparations : séparation du ventre maternel, du sein, d'un morceau de soi-même lors de l'apprentissage de la propreté... Toute séparation est une épreuve dont il sort grandi et plus humain. Le métier des parents consiste à lui permettre de se détacher d'eux afin qu'il puisse conquérir son autonomie et sa liberté. Les histoires d'enfants, d'adolescents mais aussi d'adultes racontées dans cet ouvrage montrent les différents aspects des séparations et les questions qu'elles suscitent.

Doc. n°3676 / PAR.12 RUF



Les enjeux de la parentalité / HOUZEL Didier - ERES, 1999, 200 p.

L'ouvrage propose des axes de référence théorique, à partir de l'analyse détaillée de cas clinique, sous forme de propositions concrètes pour mieux soutenir parents et enfants en souffrance. Des repères destinés aux acteurs sociaux pour étayer leur réflexion et leur engagement dans un travail de réseau, notamment lorsqu'ils sont confrontés à des situations où la parentalité est fragilisée.

Doc. N°866 / PAR.12 HOU



Etre parent. Mode d'emploi / RENAUD H., GAGNE J.P. - QUEBECOR, 2001, 194 p.

Ce livre s'adresse aux parents de jeunes enfants ainsi qu'à ceux qui ont des adolescents à la maison. Proposant un test, il permet aux parents d'évaluer avec précision où sont les "marques", ce qui leur permettra d'intervenir adéquatement pour corriger le problème à la source. Les explications et méthodes exposées dans ce livre

obéissent à l'intention de : comprendre ce qui pousse les enfants à manifester des comportements dérangeants ; guider les enfants vers des comportements adéquats ; récupérer, c'est-à-dire de se reprendre si l'enfant montre des manques affectifs ou des comportements inadaptés quel que soit son âge.

Doc n° 1736 / PAR.01 REN



Félix, Zoé, Boris et les vôtres.... / FEDERATION DES INITIATIVES LOCALES POUR L'ENFANCE - F.I.L.E., 2002

Cet outil est sous forme de jeu de table. Il s'adresse à des institutions ou associations travaillant avec des parents ainsi qu'à des organismes souhaitant organiser des rencontres, des débats ou des réunions avec des parents. L'animateur pourra adapter le jeu en fonction de son public, en sélectionnant certaines questions qu'il désire aborder, ou en en créant de nouvelles. Outil qui permet sous une forme ludique et faisant appel aux compétences des parents, de créer un lieu d'échange, d'information et de formation sur les pratiques éducatives. L'objectif principal est de susciter la réflexion sur les démarches éducatives et les comportements des parents à l'égard des enfants. Il s'agit également de les aider à mieux exploiter leurs compétences parentales.

Doc n° 4088 / PAR.03 FIL



Guide Info-parents I : L'enfant en difficulté / Gagnon M., JOLIN L., LECOMPTE L.L. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 1999, 167 p.

Construit autour de soixante thèmes portant essentiellement sur l'enfant qui présente des difficultés sur le plan de la santé physique ou mentale, ce guide propose un vaste choix de ressources (livres, associations, sites internet) destinées aux parents, ainsi qu'à toute personne travaillant auprès d'enfants et d'adolescents en difficulté.

Doc n° 1228 / PAR.01 GAG



Guide Info-parents II : Vivre en famille / Gagnon M. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 2000, 180 p.

Ce "Guide Info-Parents II" est entièrement consacré à la vie de famille (traditionnelle, monoparentale ou recomposée). Il contient plus de 900 références (associations, livres pour les parents, livres pour les enfants, sites Web) regroupées sous une cinquantaine de thèmes.

Doc n° 1229 / PAR.01 GAG



Mon enfant est triste : comprendre et aider l'enfant déprimé / VERA L. - ODILE JACOB, 2001, 262 p.

Comment reconnaître qu'un enfant est déprimé ? Comment l'aider au cas par cas ? Comment l'aider à changer sa façon de penser ? Que faire quand on ne peut plus faire face tout seul ? Ce livre donne des réponses pour permettre aux parents de dédramatiser quand la dépression est sans gravité, redresser le fil des choses quand il est encore temps, savoir demander de l'aide.

Doc n° 4841 / PAR.24.04 VER



Parents efficaces : une autre écoute de l'enfant / Gordon T. - MARABOUT, 352 p.

Réédition d'un best-seller américain qui a pour ambition de donner une méthode infaillible pour améliorer la communication et les rapports entre parents et enfants. Il aide les parents à éduquer leurs enfants : - en favorisant leur bien-être et leur épanouissement ; - en améliorant et en optimisant la communication.

L'auteur entend donner des conseils pratiques applicables immédiatement et non de grands principes. Il dispense également tout un programme pratique pour résoudre tous les conflits. Il insiste sur l'importance de pratiquer une écoute active : indispensable pour que l'enfant leur exprime des choses essentielles et d'utiliser un langage par lequel il se sent aimé et respecté tel qu'il est ; l'art de lui parler pour qu'il vous écoute à son tour ; un comportement qui peut l'aider à trouver et développer sa véritable identité.

Doc n° 4842 / PAR.01.04 GOR



Parents efficaces au quotidien : volume 2 / Gordon T. - MARABOUT, 1999, 347 p.

Dans ce second volume, le Dr Gordon, psychologue, présente des témoignages de parents qui ont éprouvé et appliqué avec succès ses conseils. Ils ont ainsi pu obtenir plus de coopération et moins de conflits avec leurs enfants ; mais aussi écouter et comprendre les émotions qui les bouleversent, affirmer leurs droits de parents tout en respectant ceux de leurs enfants et établir des règles applicables et appliquées.

Doc n° 1233 / PAR.01 GOR



Parents en jeu / RESEAU INTERQUARTIERS DE NANTES, BARTHELEMY-RUIZ C., EDILUDE - ATELIER BRICOLAGE, 2003

Jeu de plateau qui permet aux parents d'échanger sur leurs relations avec leurs enfants. Ce jeu peut-être joué par 4 à 16 joueurs (2 à 4 équipes), avec un animateur. Les cartes sont classées en 5 thèmes : violence, cohérence, respect, communication et autorité. Chaque thème est abordé au travers de 8 types d'exercices : choisir une attitude en fonction d'un problème concret, réfléchir de façon créative au vocabulaire employé, se mettre à la place des protagonistes d'une situation, faire le tour des personnes et des structures-ressources de la parentalité et voyager dans le temps et l'espace pour découvrir d'autres façons de concevoir les relations parents/enfants.

Doc n° 3074 / PAR.03 RES



Petite enfance - 2ème série - ANTHEA, 2006, 36 mn

Ces films courts (6 mn environ), accessibles et très pédagogiques peuvent être utilisés comme supports d'animation lors de rencontre entre les parents et les spécialistes de la petite enfance travaillant dans les crèches, les haltes-garderies, les ludothèques, les services de PMI notamment. Les informations essentielles qu'ils délivrent sont complétées dans des fiches auxquelles les professionnels peuvent se référer pour animer les échanges qui suivent la diffusion. Les thèmes abordés sont : - l'alimentation de l'enfant ; - la sécurité affective de l'enfant ; - à la découverte des autres ; - à la découverte de soi ; - l'agressivité de l'enfant ; - le monde virtuel et l'enfant

Doc. N°4379 / CPS.03.04 ANT



Pour que votre enfant n'ait plus peur / LEVEAU J. -: ODILE JACOB, 2005

Petites et grandes peurs sont au cœur de toutes les enfances. L'aide des parents est essentielle : il faut comprendre, rassurer, expliquer. Parfois aussi, la peur prend trop de place : elle empêche l'enfant de grandir et de s'épanouir. Que faire alors pour l'aider ? Le Dr Jacques Leveau explique pourquoi et comment il faut encourager votre enfant à se confronter progressivement à sa peur, pour arriver à la surmonter. Pour chaque situation un programme d'action simple et efficace, inspiré des thérapies cognitives et comportementales.

Doc. N°4757 / JEU.24.04 LEV



T'as pas cent francs ? Petit traité à l'usage des parents / CHARTOIRE R., WOOLFENDEN P. - Arnaud Franel, 1999, 95 p.

L'argent, sujet tabou tient une place importante dans notre société et dans la vie des enfants. Ce livre répond à toutes les questions que se posent les parents : comment justifier l'argent de poche ? et sous quelle forme le donner ? Comment expliquer que les phénomènes de mode aient tant de prise sur l'adolescent ? ...Il va aussi au fond des choses pour mieux cerner le rôle de l'argent dans les relations familiales et sociales. Il aborde le problème en termes économiques, psychologiques et sociologiques.

Doc n° 1757 / PAR.16 CHA

• ADOLESCENCE



L'adolescence au quotidien : de quelques principes utiles à l'usage des parents /
VAILLANT M. - SYROS, 1998, 201 p.

Ce livre prétend aborder les questions habituelles auxquelles sont confrontés les parents d'adolescents : le corps caché, les désirs contradictoires, les manifestations pubertaires, la sexualité, ...Refusant les solutions simplifiées qui réduisent une personne aux problèmes qu'elle pose, un adolescent aux questions de l'adolescence, l'auteur montre qu'il n'y a pas de normes, qu'il n'y a pas non plus de fatalisme.

Doc n° 1728 / PAR.01.05 VAI



Adolescence, parole et éducation : penser de nouvelles frontières / AUBRET
Jean-Pierre - L'HARMATTAN, 2006, 330 p.

Comment établir ou garder le contact avec les adolescents, malgré des comportements souvent déroutants de demande et de refus de dialogue? Il s'agit de se montrer inventif et de ne pas se réfugier derrière des savoirs tout faits. A partir de diverses expériences, l'auteur met en lumière des scénarios typiques d'interaction de paroles qui témoignent d'une recherche d'accord malgré les tensions et les conflits : la Conversation, l'Entretien coopératif et la Dispute.

Comment établir et garder le contact avec les adolescents malgré leurs comportements parfois déroutants ? Comment les écouter sans penser et parler à leur place ? A partir de son expérience d'éducateur spécialisé, l'auteur met en lumière des scénarios typiques "d'interaction de paroles" entre adultes et adolescents : la conversation, l'entretien coopératif et la dispute.

Doc n° 3816 / PAR.14 AUB



Adolescences : repères pour les parents et les professionnels : transformations, besoins, confrontations, générations, troubles, amours, communication, maladies /
JEAMMET P. - LA DECOUVERTE, 2002, 212 p.

L'adolescence est une période propice aux changements et le risque existe de voir se figer des conduites négatives qui altèrent ou empêchent le développement des potentialités du sujet. Sur la base d'une étude épidémiologique réalisée par des médecins praticiens, cet ouvrage montre les lignes directrices de ce qui se joue à cette étape pour l'adolescent, garçon ou fille. Tente de prouver que ce qu'a pu vivre un adolescent ne fige pas forcément son destin et qu'il garde une partie de son avenir en main.

Doc. n°2720 / JEU.12 JEA



Adolescents et famille / RUFO M. - CERIMES, 2005, 68 mn

Conférence donnée le 13 janvier 2005 par Marcel Rufo. Notre époque est sans doute une extraordinaire fabrique d'adolescence. Elle commence de plus en plus tôt à manifester des signes précurseurs de leur entrée dans cette période de la vie : gel sur les cheveux dès le CM1, sortie le samedi soir dès le CM2, petite amie en 6ème ! Ils n'en finissent plus d'être adolescents puisqu'à leur trentième année, ils envisagent un autre DEA ou une ré-orientation professionnelle ou un voyage autour du monde. Il est possible que nous ayons les adolescents que l'on mérite et que le jeunisme actuel des anciennes générations sont en compétition avec le goût de changement, de prise de place et de pouvoir que représente l'adolescence. Un autre aspect original des familles consiste dans les extraordinaires progrès des familles quant aux enfants. On veut les comprendre plutôt que les éduquer mais on croit aussi qu'on est parent un jour, parent toujours ; Du bébé à la maturité, des changements sont nécessaires dans les attitudes et dans la nécessité de savoir se séparer pour mieux s'autonomiser.

Doc. n°4557 / JEU.01 RUF



Ados : des conseils et des témoignages de parents pour ne jamais rompre le fil de la communication / SCHAPIRO-NIEL A. - MARABOUT, 2003, 381 p.

Propose sous forme d'abécédaire, des conseils aux parents pour établir (ou rétablir) le dialogue avec leur enfant adolescent. Aborde les questions relatives à la vie quotidienne des adolescents d'aujourd'hui et examine les rapports parents/ados. Le fil conducteur de l'ouvrage étant surtout pour le parent de ne pas oublier qu'il est lui aussi passé par cet âge difficile.

Doc n° 2721 / PAR.01 SCH



Comment entendre ce que votre ado ne vous dit pas ? / GUTTON P. – Ed. Fleurus, 2004, 139 p.

Entre parents et adolescents, il y a dans la majorité des cas une crispation des relations et, en même temps, des fortes demandes de relations nouvelles. Certains ados se construisent aussi en dehors du toit ; d'autres font appel à plus de vigilance et à de nouveaux types d'échanges. Plus que des conseils, ce livre tente de donner des recettes pour rétablir un lien avec l'adolescent qui n'en a pas forcément envie à cette période de sa vie.

Doc n° 3200 / PAR.14 GUT



Comment vivre avec ses parents ? / AMBLARD O. - DE LA MARTINIÈRE JEUNESSE, 2002, 109 p.

Ce livre de réflexion autour des relations familiales répond de manière concrète aux questions des adolescents et de leurs relations avec leurs parents. Au travers de thèmes tels que "affirmer sa différence", "conquérir son territoire", "de nouvelles relations", ce document aborde le changement du corps, le look, les émotions, l'évolution des relations, ...

Doc. n°2599 / JEU.24 AMB



Comprends mieux tes parents / AZEMA F. – Ed. MILAN, 2000, 32 p.

Mieux comprendre ses parents peut aider à prendre du recul dans les relations établies. Certes ils commettent des erreurs et leurs réponses ne sont pas toujours appropriées ... Pourtant, ils font souvent de leur mieux. Ce petit livre, riches de conseils et de pistes de travail (quizz, conseils méthodologiques pour un exposé, lexique, ...) permettra à l'enfant de voir ses parents sous un nouveau jour.

Doc. n°1328 / JEU.24 AZE



Comprendre son enfant 11-17 ans : les grandes étapes de l'adolescence / SAHUC C. - STUDYPARENTS, 2006, 218 p.

Psychologues, psychiatres, spécialistes de l'enfance, offrent aux parents des repères nécessaires pour comprendre les comportements de leurs enfants à l'adolescence. Ils y trouveront les clés pour agir, seuls ou avec l'aide d'un professionnel. Avec des adresses d'association d'aide pour les parents et les enfants.

Doc n° 4065 / PAR.01 SAH



La culture de vos ados / NEYRAND G. - Editions Fleurus, 2002, 177 p.

L'adolescence est une source d'inquiétude pour les parents qui ont souvent le sentiment de perte de contrôle face à leurs adolescents.

Le groupe de copains devient pour l'adolescent LA référence, le lieu de nouvelles identifications et d'affirmation de normes culturelles adolescentes, parfois déroutantes pour les parents. Ce livre a pour objectif d'aider les parents à se positionner au sein de ces influences pour apporter à leurs ados l'écoute attentive et efficace dont ils ont besoin et éviter l'intrusion et le conflit, sources de tensions familiales.

Doc n° 1819 / PAR.01 NEY



Devenir parent d'adolescent. Sans parcours du combattant / COSTA-PRADES B. – Ed. MILAN, 1999, 126 p.

La puberté entraîne des métamorphoses qui doivent s'accompagner d'un changement dans les relations, d'une nouvelle distance. Comment réagir à ses sautes d'humeur? Quelles limites fixer à ses désirs de liberté? Comprendre les enjeux de cette période cruciale de la vie de leur enfant permettra aux parents de répondre avec succès à ces questions. Avec un objectif : l'accompagner sur les chemins de l'indépendance et de l'autonomie.

Doc n° 1393 / PAR.01 COS



Difficile adolescence : signes et symptômes de mal-être. Guide pour les parents, enseignants et éducateurs / ASSOCIATION PHARE, 2001, 178 p.

Ce guide consacré aux adolescents en souffrance, en difficulté d'être, propose des points de repères pour aider les parents, enseignants et éducateurs à repérer les signes de détresse et savoir comment intervenir pour éviter le passage à des actes extrêmes pouvant aller jusqu'à l'autodestruction. La première partie de l'ouvrage rappelle tout d'abord en quoi l'adolescence est une délicate métamorphose dans différents registres (corporel, psychologique, relationnel, sentimental et sexuel). La deuxième partie est consacrée aux difficultés scolaires, aux problèmes de santé, aux crises et déviances diverses, aux consommations et conduites à risque. Enfin, la dernière partie s'attache à l'aggravation de ces troubles jusqu'aux conduites les plus dangereuses et les plus dramatiques. De nombreuses annexes (lexique, références bibliographiques, personnes et adresses utiles) complètent ce guide pratique.

Doc n° 1670 / PAR.01 PHA



En ce moment, mon ado m'inquiète ! : à tort ou à raison ? / POMMEREAU, Xavier, DELPIERRE L. - ALBIN MICHEL, 2004, 136 p.

L'adolescence est un âge ingrat et pas seulement pour celui qui la traverse mais aussi pour l'entourage. Ce livre propose des pistes pour faire face aux situations de dérapage les plus fréquentes. Car plus on intervient vite et de manière appropriée, moins on court le risque de voir s'installer des troubles au long cours. Que faire si... :

- Il/elle multiplie les piercings, les tatouages ; - Il/elle a un gros chagrin d'amour ; - Il/elle dort mal ; - Il/elle passe sa vie sur Internet ; - Il/elle broie du noir seul dans sa chambre ; - Il/elle fume des joints, boit de l'alcool, ...

Doc n° 3679 / PAR.24 POM



Eux et nous : questions d'ados, paroles d'adultes / FRANCOIS J.P. - ERES, 2007, 255 p.

Les adolescents ont leurs propres codes et manières de fonctionner. Cet ouvrage tend à prouver qu'il ne sert à rien de vouloir comprendre les adolescents. L'auteur a rassemblé courriers, devoirs, entretiens, questionnaires... recueillis auprès de centaines d'adolescents. Il s'appuie sur ses études en psychologie et les travaux des chercheurs les plus récents pour éclairer et analyser ces témoignages.

Doc. n°5038 / JEU.01 FRA



Gérer les adolescents difficiles / COMPERNOLLE T., LOOTENS H. - De Boeck, 2004, 134 p.

Cet ouvrage est centré sur l'éducation des adolescents aux comportements excessifs. Il renferme de nombreux conseils pratiques destinés à améliorer la relation entre un adolescent et ses parents ainsi que diverses méthodes pour résoudre les problèmes rencontrés avec lui. Les auteurs insistent sur la coopération entre parents et éducateurs et dénoncent les contradictions dans les messages éducatifs.

Doc n° 3708 / PAR.03.05 COM



Guide de l'ado à l'usage des parents / CLERGET S. - CALMANN-LEVY, 2008, 307 p.

Comment réagir si mon enfant devenu adolescent est insolent, ne fait plus rien en cours, perd confiance en lui, prend des drogues, veut suivre un régime ... ? Ce livre, destiné aux parents d'adolescents (12-18 ans environ), et plus généralement à toute personne chargée de l'éducation d'adolescents, donne des conseils précis et détaillés ainsi que des réponses pratiques à la plupart des situations rencontrées.

Doc n° 4594 / PAR.01.05 CLE



Manuel de survie : pour des parents d'ados qui pètent les plombs - YAKAPA, 2008, 77 p.

Petit guide illustré à l'attention des parents d'adolescents qui pètent les plombs qui n'a pas la prétention de donner des recettes imparables, mais quelques points de repères pour améliorer l'ambiance familiale. A chaque page, on trouve un thème commenté, illustré de petits exemples pratiques et accompagné d'un dessin humoristique. Sur le ton de l'humour, ce petit guide contient beaucoup de conseils pratiques essentiels.

Doc n° 4606 / PAR.03.06 YAK



Mes parents disent non à tout / NAUMANN-VILLEMIN C. - MILAN JEUNESSE, 2006, 43 p.

Collection de documentaires destinée aux préadolescents et pré-adolescentes. Le refus sur tous les tons et à tout propos, voilà ce qu'on a l'impression d'entendre en permanence quand on est un préado. A cet âge charnière, on a envie de tout et tout de suite : s'habiller selon ses goûts, sortir entre amis, s'acheter un portable, surfer sur Internet, avoir son jardin secret... On a des envies de jeune adulte, mais on est encore proche de l'enfance. D'où une incompréhension quelquefois de la part des parents. Cette opposition systématique est une des préoccupations majeures des préados. Ce livre donne des pistes et des arguments aux préados pour entamer le dialogue et négocier avec ces parents. Un livre pour apprendre aux parents à dire oui.

Doc. n°3846 / JEU.24 NAU



Parents d'ados : de la tolérance nécessaire à la nécessité d'intervenir / BOISVERT C. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 2003, 206 p.

S'adresse aux parents d'adolescents pour les aider à faire la différence entre un comportement normal et pathologique. Décrit dans une première partie les rites initiatiques et la crise d'adolescence. S'intéresse aux transformations du corps et à leurs implications psychologiques, à la sexualité. Décrit également les transformations de la pensée et sur le plan relationnel, la santé mentale, les crises identitaires et les facteurs à risque de dépendance aux drogues. Dans une seconde partie l'auteur donne des pistes pour reconnaître un adolescent qui présente une pathologie : maladies mentales, anxiété et dépression

Doc n° 2769 / PAR.01 BOI



Parents d'ados, ces questions auxquelles vous êtes confrontés / MORRIS A. - DE LA MARTINIÈRE JEUNESSE, 2005, 265 p.

Ce hors-série « Hydrogène » est un terrain de dialogue et de médiation entre parents et ados, en s'adressant cette fois-ci non pas directement aux ados, mais à leurs parents. Que dire ? Que répondre ? Comment réagir ? Les réponses d'hier ne sont pas celles d'aujourd'hui. Les enfants interpellent les parents sur leurs idées, leur éducation, leurs valeurs, leur rôle de parent. C'est pour aider les parents à y voir plus clair, à répondre à ces nouveaux comportements que l'auteur propose des repères, des conseils, sans imposer une seule et même façon de penser ou de réagir.

Doc n° 3872 / PAR.01 MOR



Parents d'ados : maintenir le cap pendant la tempête - UNION NATIONALE DES MUTUALITES SOCIALISTES, 01/2009

Cette brochure a été conçue pour les parents d'adolescents qui se posent des questions sur leurs enfants. Ils y trouveront des informations pour mieux comprendre ce qui se passe à l'adolescence et appréhender ce moment complexe. Elle offre également des pistes de solution à expérimenter mais prévient qu'il n'existe pas de recettes miracle.

Doc. N°4953 / PAR.01 MUT



Parents, vos ados ont besoin de vous ! : franchir le cap ensemble / DELAROCHE P. - Ed. Nathan, 2008

Cet ouvrage propose aux parents des pistes pour accompagner sereinement leur enfant pendant l'adolescence. Entre l'envie d'exister seul et le deuil de l'enfance, cette période est souvent synonyme de turbulences. L'auteur le rappelle : le rôle des parents est primordial pour franchir ce cap. Ecoute, soutien, qualité de l'amour, limites à poser sont autant d'éléments indispensables pour aider les enfants et adolescents à devenir un jour des adultes autonomes.

Doc. n°5004 / PAR.01 DEL



Le petit livre pour mieux vivre les secrets de famille / TISSERON S. - BAYARD, 2007, 51 p.

Chacun a ses secrets. Les " bons " secrets nous rendent heureux, les " mauvais " nous pèsent, et ils pèsent aussi souvent sur nos proches. Quand les parents sont préoccupés par un secret douloureux, les enfants le sentent toujours... L'auteur, psychanalyste, indique que des secrets cachés parfois depuis des générations peuvent avoir une influence négative sur la vie de l'enfant. Il explique comment aller à la rencontre des non-dits afin d'éviter qu'ils ne pèsent sur les plus jeunes.

Doc. n°4076 / PAR.12 TIS



Pour nos ados, soyons adultes / JEAMMET P. - ODILE JACOB, 2008, 314 p.

L'auteur, spécialiste de l'adolescence, détaille les contradictions propres à cette période difficile. Pour l'ado lui-même, mais aussi pour ses parents, en manque de réponses à leurs propres questions. L'adolescence est devenue une épreuve rituelle qui renvoie les adultes à propre crise existentielle... Les règles éducatives sont plus difficiles à justifier, la distance nécessaire entre les générations devient floue. Or, toute provocation de l'ado est un appel lancé à l'adulte. Il convient donc de restaurer le vrai rôle de ce dernier, avec sa force et sa parole assumées, nous dit l'auteur. L'adolescent pourra s'appuyer sur cette parole et cette force rassurantes pour conquérir sa liberté.

Doc n° 4647 / PAR.01 JEA



Psycho-ados : lâchez-moi ... mais ne me laissez pas tomber / SCIALOM P. - ARCHIPEL, 2005, 279 p.

L'auteur, psychologue clinicien et psychanalyste, décrypte le comportement des adolescents, leurs excès, leurs difficultés et leur mal-être à travers la description de nombreux cas.

Au cours des chapitres, il passe en revue les problèmes rencontrés par ses jeunes patients (échec scolaire, piercings et tatouages, troubles alimentaires, sexualité) et leurs prises de risque (fugues, drogues, comportement suicidaire, enfreintes à la loi, tags...). Les psychothérapies des adolescents sont décrites de l'intérieur et en détail. Elles montrent comment se tisse la souffrance ou, au contraire, comment des symptômes, graves en apparence, peuvent se dénouer si l'on prend simplement la peine d'écouter, de poser des limites, et de proposer de réponses.

Doc n° 3490 / JEU.12 SCI



Savoir communiquer avec les adolescents : comprendre les conduites adolescentes, instaurer le dialogue, donner des repères, savoir apporter une aide / TARTAR GODDET E. - RETZ, 2002, 174 p.

Un livre clé pour survivre à la période cruciale de l'adolescence. L'auteur expose des situations concrètes et invite le lecteur à réfléchir sur son propre comportement face à une situation difficile.

Doc n° 4058 / PAR.01 TAR



Tracas d'ados, soucis de parents / MARCELLI Daniel, DE LA BORIE G. - ALBIN MICHEL, 2002, 314 p.

Donne des réponses aux questions que se posent les parents d'adolescents. Reprend une à une, toutes les phases et les données nécessaires pour comprendre cette période difficile : santé, puberté et sexualité ; vie de famille ; amitiés et amours ; passions et activités. Donne des conseils pratiques pour se comporter (seul ou à deux) face à des adolescents ou pour réagir à leur petites ou grosses "bêtises" ou encore pour les scolariser et les orienter.

Doc n° 2791 / PAR.01 MAR



Votre adolescent vous inquiète ? / BOCHEREAU D. - UNAFAM ; FONDATION DE FRANCE, 2002, 52 p.

L'objectif de cet ouvrage est d'expliquer avec des mots simples la complexité des processus psychiques de l'adolescence et l'apparition d'états pathologiques. La brochure reprend aussi les idées fausses les plus répandues sur l'adolescence et donne les vraies réponses.

Doc n° 2139 / PAR.24 UNA

• COMMUNICATION



Aide-moi à te parler ! : la communication parent-enfant / JULIEN G. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 2004, 129 p.

Il ne peut y avoir pour l'enfant de développement harmonieux sans une bonne communication avec ses parents. Or, il s'agit là d'un aspect souvent négligé aujourd'hui par les parents, voire carrément occulté par des conditions de vie trop exigeantes. Pour rapprocher parents et enfants et ainsi retrouver une communication de qualité, l'auteur, fort de son expérience de pédiatre, présente des moyens à mettre en œuvre dans la vie quotidienne, aux différentes étapes du développement pour pallier ce manque et rétablir des ponts.

Doc n° 3853 / PAR.01 JUL



C'est comme ça, ne discute pas ! ou les 36 000 meilleures façons de (ne pas) communiquer avec son enfant / SALOME J. - ALBIN MICHEL, 1998, 175 p.

L'auteur nous présente, sous la forme de remarques douces-amères, un panorama complet des situations familiales accompagné d'une réflexion sur les rapports parents-enfants.

Doc n° 856 / PAR.01 SAL



Comment entendre ce que votre ado ne vous dit pas ? / GUTTON P. – Ed. Fleurus, 2004, 139 p.

Entre parents et adolescents, il y a dans la majorité des cas une crispation des relations et, en même temps, des fortes demandes de relations nouvelles. Certains ados se construisent aussi en dehors du toit ; d'autres font appel à plus de vigilance et à de nouveaux types d'échanges. Plus que des conseils, ce livre tente de donner des recettes pour rétablir un lien avec l'adolescent qui n'en a pas forcément envie à cette période de sa vie.

Doc. n°3200 / PAR.14 GUT



Conflits dans la famille : faites la médiation, pas la guerre ! : manuel pour sortir des querelles / TRELAUN B. - CHRONIQUE SOCIALE, 2003, 156 p.

Fournit des repères pour prévenir et réguler les conflits dans la famille. Pour sortir des confrontations entre enfants, entre adultes, entre enfants et adultes, sans violence ni perdant. Montre que les attentes affectives au sein de la famille ont évolué proportionnellement au rétrécissement de la cellule familiale et au fait qu'aujourd'hui on ne se marie plus uniquement par intérêts économiques mais plus dans une logique d'amour. On repère aujourd'hui une frustration affective plus importante liée au rythme de la vie active, à l'éclatement de la famille (avec notamment la multiplication des familles monoparentales) et bien sûr, au manque de communication qui peut mener au passage à l'acte. Montre que le conflit fait partie, de toute façon, du climat familial et que la violence est un dérèglement du conflit ou un dysfonctionnement de la communication.

Doc n° 2799 / PAR.24 TRE



Mon enfant s'oppose : que dire ? que faire ? / GEORGE G. - ODILE JACOB, 2000, 269 p.

L'opposition de l'enfant est inévitable mais aussi nécessaire pour son développement. Cet ouvrage veut déculpabiliser les parents et permettre de découvrir comment décoder ce que son enfant cherche à exprimer par un système aussi paradoxal que le refus ou l'opposition et surtout apprendre à appliquer la bonne méthode, celle qui mène à un véritable changement de comportement

Doc n° 1597 / PAR.24 GEO



Parler aux ados pour qu'ils écoutent, les écouter pour qu'ils parlent / FABER, A. - Relations Plus, 2008, 218 p.

Cet ouvrage aborde les relations parents-adolescents et notamment les problèmes de communication auxquels ils sont confrontés. A partir de suggestions simples et pratiques, illustrées par des petites BD, les auteurs proposent des techniques pour établir une communication saine et durable sur des sujets aussi sensibles que la sexualité, les drogues ou les couvre-feux.

Doc. n°5051 / PAR.01 FAB



Savoir communiquer avec les adolescents : comprendre les conduites adolescentes, instaurer le dialogue, donner des repères, savoir apporter une aide / TARTAR GODDET E. - RETZ, 2002, 174 p.

Un livre clé pour survivre à la période cruciale de l'adolescence. L'auteur expose des situations concrètes et invite le lecteur à réfléchir sur son propre comportement face à une situation difficile. L'auteur est psychologue clinicienne et psychosociologue. Elle est présidente de la Fédération protestante de l'enseignement. Elle livre ici un livre clé sur la communication entre jeunes et adultes.

Doc. n°4058 / PAR.01 TAR

• **DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES PSYCHO-SOCIALES**



Aidez votre ado à avoir confiance en lui : comment garder le contact et l'encourager efficacement / LARABI C. - INTEREDITIONS, 2005, 219 p.

Les parents désorientés par leur enfant à l'adolescence ne savent pas comment l'aider et l'encourager de façon efficace. A l'exposition des fondements nécessaires à une bonne confiance de soi, l'auteur joint des techniques de communication et d'écoute pour aider les parents à «trouver par quel bout le prendre» et réussir à donner confiance en lui à leur enfant.

Doc. N°4694 / CPS.03.05 LAR



Brin de jasette junior - GROUPE NESTOR;GIGAMIC, 2007

Brin de jasette junior est un jeu de société édité par une société canadienne et dont le but principal est de "faire parler les enfants" âgés de 7 à 14 ans dans un environnement ouvert et sécurisant.

Le joueur choisit une carte dans la catégorie déterminée par le dé et choisit ensuite une des trois questions sur la carte. Tout à tour, les participants sont invités à y répondre. Quand tout le monde a répondu, le joueur qui a posé la question choisit une des pierres et la remet à la personne dont il a le plus apprécié la partie. Le joueur qui a le plus de pierre à la fin de la partie est nommé "personnalité du jour".

Doc. n°5092 / CPS.03.04 BRI



Classeur d'activités pour le développement des compétences psychosociales chez les enfants de 8 à 10 ans et de 11 à 13 ans - PARTAGES 51, 2006

Ce dossier propose une sélection d'approches, d'idées et de pistes, découvertes et expérimentées au fil des années, qui permettent à des professionnels-relais (animateurs, enseignants, infirmiers, éducateurs) de développer, dans leur cadre d'intervention habituel, des activités favorisant le développement de compétences psychosociales et l'estime de soi auprès d'enfants de 8 à 10 et de 11 à 13 ans.

Les activités sont organisées en 4 grands chapitres qui correspondent aux différentes catégories de cartes questions proposées dans le jeu Partages : - S'informer- Se connaître. - Vivre ensemble - Choisir

Pour chaque piste, activité, approche proposée, sont indiqués le nom de l'activité, ses objectifs, la préparation, le matériel nécessaire, le déroulement et, si besoin, quelques indications pour adapter l'activité au groupe d'âge ciblé, les possibles variantes ou prolongations de l'activité.

Doc. N°3996 / CPS.03.04 PAR



Clever Club - I.S.P.A, 2005

"Clever Club » est un outil pédagogique et préventif développé pour les structures d'accueil des repas du midi, les centres de loisirs, les maisons de quartier ou tout autre lieu prenant en charge des enfants.

Le but est que les enfants passent un agréable moment tout en développant des compétences relationnelles et affectives dans un climat de détente et de jeux. Les aptitudes développées grâce à cet outil sont :

- l'estime de soi
- l'identification des conflits et des capacités à les résoudre
- la collaboration et la solidarité
- l'affirmation de soi au sein d'un groupe
- la conscience que chacun est unique et qu'il possède des ressources qui lui sont propres
- le respect des différences...

Doc. N°5104 / CPS.03.04 ISP



Comment développer l'estime de soi de nos enfants : guide pratique à l'intention des parents d'enfants de 6 à 12 ans / LAPORTE D., SEVIGNY L. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 1998, 120 p.

La période de la vie qui s'échelonne de 6 à 12 ans constitue une étape cruciale dans le développement de l'estime de soi. L'image de soi physique et émotive s'enrichit de l'image de soi intellectuelle ; l'enfant est ainsi amené à réfléchir, à porter des jugements pratiques, à rechercher les règles de jeu et à coopérer. Ce guide contient des informations, des réflexions, des suggestions d'attitudes et de comportements ainsi que de nombreux exercices et questionnaires d'évaluation.

Doc n° 1572 / CPS.03.04 LAP



Contes sur moi : programme de promotion des compétences sociales - Direction de la santé publique de Montréal ; CECOM, 2006

Le programme québécois " Contes sur moi " s'adresse aux enseignant-e-s et intervenant-e-s en maternelle et en primaire. Il a pour objectif de faciliter l'intégration harmonieuse de l'enfant à la vie en société en développant ses habiletés sociales et ses aptitudes à la gestion constructive et non-violente des problèmes.

Le programme s'articule autour de cinq thèmes :

1. La connaissance et l'estime de soi
2. La reconnaissance et l'expression des sentiments

3. Sensibilité envers les autres
4. La générosité et l'entraide
5. Processus de résolution de problèmes relationnels

Le programme se compose de quatre guides d'intervention (un pour chaque niveau : Maternelle, CP, CE, CM). Chaque guide décrit le programme et les conditions de sa mise en œuvre, comprend des activités et animations, et un volet parent pour permettre une implication concrète des parents et l'instauration d'une continuité entre l'école et la maison.

Un DVD d'information et de promotion accompagne l'ensemble ; il montre la mise en œuvre de séquences du programme et donne la parole à ceux qui l'ont conçu ainsi qu'aux intervenants, parents et enfants qui l'ont expérimenté.

Doc. N° 5156 / CPS.03.04 DIR



Eduquer à la confiance : en soi, en l'autre, aux autres / GOBRY D. - CHRONIQUE SOCIALE, 1999, 224 p.

La pédagogie d'écoute et de communication présentée dans cet ouvrage est le résultat d'une pratique de plus de 10 ans, tant en école qu'en collège et lycée, utilisable en milieu scolaire et extrascolaire.

La première partie décrit les principes généraux de cette pédagogie : la famille, l'école et tout autre lieu de vie sociale se doivent d'abord d'être des espaces de parole et d'écoute. Chacun pourra y faire l'expérience de la conscience et de la confiance en soi, dimensions indispensables à tout apprentissage (éducation, prévention, enseignement, formation).

Dans les deux autres parties sont présentées des fiches méthodologiques destinées à "l'accompagnateur" et des fiches d'activités à remplir par les enfants et les jeunes (9-10 ans). Ecoute, communication, acceptation des différences... C'est, au total, une quarantaine de séquences à organiser sur l'année scolaire. Le cheminement est adaptable pour tenir compte aussi bien du temps disponible que de chacune des individualités présentes dans le groupe.

Doc. n° 3856 / CPS.03 GOB



L'estime de soi des 6-12 ans / LAPORTE D., SEVIGNY L. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 2002, 102 p.

La période de 6 à 12 ans constitue une étape cruciale dans le développement de l'estime de soi. En effet, l'image de soi physique et émotive s'enrichit de l'image de soi intellectuelle, l'enfant étant amené à cet âge à réfléchir, à porter des jugements et à coopérer.

Ce livre, qui veut aider les parents à vivre en harmonie avec leur enfant, leur propose une démarche simple mais complète: connaître son enfant et reconnaître ses forces et ses qualités; le traiter avec considération et respect; l'aider à s'intégrer dans la famille, le groupe, la société; lui faire vivre des succès.

Doc n° 3854 / CPS.03.04 LAP



L'estime de soi des adolescents / DUCLOS G., LAPORTE D., ROSS J. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 2005, 89 p.

Les adolescents sont en quête de leur identité et ont besoin donc d'une bonne estime de soi. Cet ouvrage est destiné aux parents afin qu'ils puissent les aider à y parvenir.

Il contribue ainsi à l'établissement de meilleures relations entre parents et adolescents.

Doc n° 4390 / CPS.03.05 DUC



Favoriser l'estime de soi des 0-6 ans / LAPORTE D. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 2002, 98 p.

Ce guide est un outil pratique destiné principalement aux parents. Il leur permet de suivre les progrès que le tout-petit accomplit dans le développement d'une identité positive.

L'ouvrage contient des informations, des réflexions, des suggestions d'attitudes et de comportements ainsi que de nombreux exercices, mini-tests et questionnaires d'auto-évaluation.

Doc n° 2809 / CPS.03.04 LAP



8^e Dimension – Valorémis, 2006

Conçu par une équipe de soignants, ce jeu de plateau est destiné à favoriser l'expression, la communication, la réflexion, les représentations des adolescents. A l'aide de questions qui portent sur des sujets de la vie quotidienne qui les touchent tout particulièrement, il invite les jeunes à communiquer en groupe, à prendre la parole, à faire des choix, à les argumenter, les justifier, les défendre. Le but du jeu est de développer une argumentation susceptible de convaincre les autres joueurs et d'emporter leur adhésion (vote oui). Les questions (240 en tout) sont regroupées en grandes thématiques : - Sociétés et modes de vie - Valeurs/Symboles - Famille/Proches - Amis/Copains - Personne/Individu - Scolarité/Travail - Institutions/Règles. En éducation pour la santé, ce jeu est particulièrement adapté pour mener des actions visant le renforcement des compétences psychosociales. Quelques questions abordent la consommation de produits psycho-actifs (alcool, tabac, cannabis) ou l'usage abusif des jeux vidéo, d'Internet, du portable.

Doc. 4202 / CPS.03.05 MAR



Me débrouiller, oui, mais pas tout seul ! : du bon usage de l'autonomie / BUZYN

Etty - ALBIN MICHEL, 2001, 180 p.

Des conseils aux parents au sujet du développement de l'autonomie chez l'enfant. L'auteur met les parents en garde contre les pièges de l'autonomie trop précoce, car si le fait de ne pas lui en donner assez l'empêche de grandir, trop lui en donner, le fait grandir trop vite. Comment bien doser pour que l'enfant s'épanouisse? "Entre abandon et surprotection, l'autonomie de l'enfant est un compromis qui évolue à mesure qu'il grandit et dont le dosage conditionne son épanouissement."

Doc n° 3430 / CPS.01 BUZ



Petites histoires pour devenir grand (2) : des contes pour leur apprendre à bien s'occuper d'eux / CARQUAIN S. - ALBIN MICHEL, 2005

Cet ouvrage propose plus de quarante petits contes sur le thème de la santé, l'hygiène, la croissance, la sécurité, le bien-être psychologique, etc. A travers des personnages qui leur sont chers (lapins, fées, sorcières, grand méchant loup ...), les enfants comprennent et apprennent ... Chaque thématique abordée est suivie de pages "côté parents" afin de leur donner à eux aussi des éléments de réflexion permettant d'aider leurs enfants.

Doc. N°3722 / SAN.03.04 CAR



Petites leçons de vie : pour l'aider à s'affirmer / CARQUAIN S. - ALBIN MICHEL, 2008

Grandir n'est pas chose facile ... Devant les tracas de leurs enfants, les parents sont souvent désespérés. Ces quarante contes truffés d'humour et de poésie abordent toutes les facettes du lien à l'autre, de l'anxiété de la séparation à la difficulté de dire "non" en passant par les amitiés orageuses ou la nécessité d'être poli. Chaque texte est accompagné de conseils aux parents leur donnant des éléments de réflexion.

Doc. N°5183 / CPS.03.04 CAR



Pour que votre enfant n'ait plus peur / LEVEAU J. - ODILE JACOB, 2005, 170 p.

Petites et grandes peurs sont au cœur de toutes les enfances. L'aide des parents est essentielle : il faut comprendre, rassurer, expliquer. Parfois aussi, la peur prend trop de place : elle empêche l'enfant de grandir et de s'épanouir. Que faire alors pour l'aider ? Le Dr Jacques Leveau explique pourquoi et comment il faut encourager votre enfant à se confronter progressivement à sa peur, pour arriver à la surmonter. Pour chaque situation un programme d'action simple et efficace, inspiré des thérapies cognitives et comportementales.

Doc n° 4757 / JEU.24.04 LEV



Quand les tout-petits apprennent à s'estimer : guide théorique et recueil d'activités pour favoriser l'estime de soi des enfants de 3 à 6 ans - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 1997

Cet ouvrage, qui s'adresse particulièrement aux éducateurs qui œuvrent en petite enfance, propose cinquante activités et propositions concrètes, une quinzaine de dessins à reproduire, des objectifs pour favoriser le sentiment de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de réussite.

Doc. N°3001 / CPS.03.04 DUC



Que savoir sur l'estime de soi de mon enfant ? / DUCLOS G. - Ed. de l'Hôpital Sainte-Justine, 2008

Construit sous forme de questions/réponses, l'auteur, psycho-éducateur de renom, répond aux interrogations que se posent les parents sur l'estime de soi. Quelles sont les attitudes parentales qui favorisent la confiance chez l'enfant ? Quel rôle joue la motivation ? Quelles sont les attitudes parentales favorables et défavorables à l'estime de soi ?

Doc. N°5043 / CPS.03.04 DUC



Valeurs et sentiments des 2 à 5 ans : comment parler des émotions avec votre enfant / SCHLEIFER M. - PRESSES DE L'UNIVERSITE DU QUEBEC, 2007, 315 p.

Cet ouvrage propose des exercices, contes et exemples, pour aider l'adulte à dialoguer ou à répondre aux petits.

L'auteur définit d'abord avec des mots simples ce que sont un sentiment, une valeur, une valeur morale, l'empathie. Il expose ensuite sa réflexion tout en donnant des conseils pratiques sur la façon de développer un jugement sûr chez les petits. Ce livre s'adresse aussi bien à des parents qu'à des éducateurs ou à toute personne en contact avec les enfants et qui souhaite leur inculquer des valeurs universelles telles que l'honnêteté, la politesse et la responsabilité.

Doc n° 4078 / CPS.03.04 SCH

C O N D U I T E S A R I S Q U E S

• GENERALITES



Alerte aux jeux dangereux / DUWELZ M. ; MARTINET P. - Le Cercle des Auteurs, 2005, 298 p.

Après la mort de son fils, décédé après avoir joué au jeu du foulard à l'école, l'auteur s'est engagé dans une lutte quotidienne contre les jeux dangereux, par la prévention et l'information aux parents.

Doc. N°4567 / Cote CAR.21 DUW



Altorix - CRIJ Bourgogne, 2002

Altorix est un jeu composé de 32 cartes comportant chacune une affirmation. A tour de rôle, les joueurs, à qui on a distribué l'ensemble des cartes, déposent à tour de rôle une carte sur l'une des trois cartes laissées sur la table : d'accord, pas d'accord, sans avis. Ainsi s'instaure un dialogue entre les participants permettant d'évoquer les thèmes qui intéressent les adolescents comme la liberté, la dépendance et l'indépendance, le plaisir, la fête, le stress, la pression, la réussite, l'échec...

Doc. N°5124 / Cote PRO.03.05 GER



Armorisk's - ANPAA 35, 2006

Armorisk's est un jeu de plateau proposant un parcours fléché en Bretagne historique. Au fil de leurs itinéraires, les participants devront répondre à des questions de connaissances ou s'exprimer sur des conduites à risques. Cet outil permet l'expression des représentations, favorise l'esprit critique et combat les idées reçues, notamment sur l'alcool et la sexualité. Il contribue à renforcer la capacité des adolescents à identifier, gérer les risques et à développer des comportements responsables et citoyens. Avec des adultes, cet outil permet de développer et valoriser leur rôle et leurs compétences éducatives par rapport à la période de l'adolescence.

Doc. N°4601 / Cote CAR.03 ANP



Ces ados qui jouent les kamikazes / Hachet P. - Editions Fleurus, 2001, 188 p.

Cet ouvrage traite de l'adolescence et de ses prises de risques. Grâce à de nombreux cas cliniques, l'auteur apporte des réponses concrètes, non seulement pour aider les adolescents, mais également leurs parents. Tous les risques sont abordés - ceux pris par défaut, ceux pris par excès - nous y retrouvons aussi bien les troubles de la conduite alimentaire que la consommation d'alcool, de cannabis du jeune adulte. Pourquoi ce goût du risque ? Auprès de quels professionnels trouver des conseils, un soutien, des informations ? Psychologue et docteur en psychanalyse, l'auteur tente de répondre à ces questions.

Doc n° 1559 / CAR.01.05 HAC



Histoire de dire / CNDT, MEZCAL STUDIO - MEZCAL STUDIO, 2001

Composé de 92 cartes format 13 x 13 cm, ce jeu-expression permet d'animer une séance de prévention, d'impressions personnelles et d'échanges collectifs sur le thème des conduites à risque dans le cadre des relations parents/adolescents. L'utilisation de ces cartes de couleur composées de messages et de visuels permet de susciter une réflexion autour des problématiques adolescentes.

Cet outil convient à un groupe d'une quinzaine de personnes composé de parents et/ou d'adolescents, pour une séance de 2 heures environ. 3 cartes de présentation donnent des indications méthodologiques pour l'animateur de la séance.

Doc n° 1485 / CAR.03.05 CND



Jeunes en danger : les familles face aux conduites à risque / ASSAILLY J.P. - Imago, 2007, 245 p.

L'ordalie est un passage obligé à l'adolescence, l'auteur en examine les principaux aspects. La mise en danger de soi chez les jeunes prend plusieurs formes : la recherche du péril au volant, dans la pratique des sports extrêmes, dans la sexualité non protégée, la consommation de substances psycho-actives et le glissement insidieux des incivilités mineures à la délinquance. Il observe comment la famille favorise ou, au contraire, endigue l'irruption parfois inattendue de la violence juvénile. S'appuyant sur des recherches récentes, il s'interroge sur la question controversée de l'héritage biologique, puis analyse le lien qui se construit dès la petite enfance et ses conséquences à long terme. Il considère ainsi le cours de la vie familiale, les effets de l'entente ou de la discorde, mais aussi, au-delà des consignes et des injonctions parentales, l'importance de la transmission par l'exemple.

Doc. N°4708 / CAR.01 ASS



Jeux dangereux : quand l'enfant prend des risques / LE HEUZEY M.F. - ODILE JACOB, 2009, 152 p.

Jeux dangereux, sports à risque, pratiques sexuelles non protégées, consommation d'alcool ou de drogues, scarifications, anorexie, conduites suicidaires ... Comment lui faire prendre conscience des risques et l'armer l'enfant contre ces dangers, sans être intrusif ni surprotecteur ? L'auteur de cet ouvrage donne des conseils aux parents pour aider leurs enfants à se découvrir et à grandir sans se mettre en danger.

Doc. N°5007 / CAR.01.05 LEH



Mallette pédagogique de prévention Jeu du foulard - APEAS, 2008

Le "jeu du foulard" est un étranglement volontaire, réalisé seul ou à plusieurs, dont l'objectif est de vivre une expérience, de connaître des sensations nouvelles. Répandue dans le monde entier, la pratique du "jeu du foulard" est difficile à détecter car il ne s'agit pas d'un comportement violent ou suicidaire, mais simplement d'un jeu dangereux. Il touche principalement un public d'enfants et d'adolescents de 4 à 20 ans. Cette mallette propose un ensemble de documents (brochures d'information, documentaire, clip et film de prévention) destinés à interpeller les adultes et les enfants sur ces pratiques extrêmement dangereuses.

Doc. n°4612 / CAR.21 ASS



Nos enfants jouent à s'étrangler en secret : le jeu du foulard : témoignages / COCHET F. - François-Xavier de Guibert, 2001, 262 p.

Le livre de Françoise COCHET constitue le premier ouvrage témoignant du jeu du foulard : son fils Nicolas, de 14 ans et demi, s'est pendu dans sa chambre parce qu'il voulait tester les effets hallucinatoires d'un jeu de strangulation.

Doc. N°4566 / CAR.21 COC



Sectes, gourous, etc. : éviter aux ados de se laisser piéger / BITON D. - ALBIN MICHEL, 2003, 204 p.

Les adolescents connaissent des troubles identitaires importants et c'est pour cette raison qu'ils sont une cible privilégiée pour les sectes. Démontre qu'entre la bande, le groupe à dérive sectaire ou la secte réellement organisée la frontière est parfois assez mince et que l'adolescent peut facilement s'y méprendre. Se divise en cinq parties : les victimes, description et définition d'une secte, les dangers, les méthodes d'embrigadement et des solutions pour en sortir. Ce guide pratique s'adresse aux jeunes comme à leurs parents pour repérer et éviter les pièges des sectes.

Doc. n°2627 / JEU.03 BIT



7 à toi - ANPAA 35, 2004

Ce jeu pour la prévention des conduites à risque à l'école élémentaire, est un support pour permettre aux enfants de 9-11 ans de : repérer leurs besoins ; d'identifier des situations de frustrations (limites/interdits, évènements extérieurs, angoisse/peur/crainte) ; d'explorer différents moyens de répondre à ces situations.

L'objectif est de développer les ressources et les compétences pour gérer soi-même les angoisses et les peurs et faire ainsi des choix pour sa santé et éviter le recours à des substances psycho-actives.

Parler avec les enfants des sensations agréables ou des sentiments négatifs qui accompagnent certaines situations est probablement plus efficace que de leur décrire les effets néfastes des substances psycho-actives qu'ils ne connaissent pas encore.

Doc. N°3650 / CAR.03.04 ANP



Le syndrome de la mère poule : apprendre aux ados à faire face aux risques et aux responsabilités / UNGAR M. - LES EDITIONS DE L'HOMME, 2008, 247 p.

Destiné aux parents, ce livre explore les moyens à prendre pour trouver un équilibre entre assurer la sécurité des adolescents et leur procurer ce dont ils ont besoin pour connaître les plaisirs exaltants de l'enfance. L'auteur y explique que les jeunes qui vont au bout de leurs limites (et qui, ce faisant, terrifient leurs parents) sont sans doute les jeunes les mieux préparés à affronter la vie.

Doc n° 4595 / CAR.03.05 UNG



Le Tadikwa / COMMUNAUTE D'AGGLOMERATION DU CHOLETAIS – Valorémis, :2006

Tadikwa (comprendre T'addictes quoi) est un jeu sur la prévention des addictions initié par la Communauté de l'Agglomération du Choletais dans le cadre du Conseil intercommunal de sécurité et de prévention de la délinquance. Il a pour objectif de favoriser le dialogue et les échanges entre parents et enfants autour d'un grand nombre de conduites et pratiques à risque : tabac, alcool, vitesse routière, abus de médicaments, usage d'internet, sexualité... et d'inciter les jeunes à réfléchir sur leurs propres comportements. Les joueurs doivent répondre à des questions sur les conduites à risques et obtenir le plus de votes favorables de la part des autres joueurs...

Doc. N° 3906 / CAR.03.05 COM



Les vrais dangers qui guettent l'adolescent : les connaître pour les prévenir / FLEURQUIN V. – Milan, 1999, 123 p.

Chaque adolescent est unique. Changement, ouverture, envol, ce franchissement semé d'embûches désoriente parfois l'adolescent et ses parents. Certains écueils menacent d'aboutir à une impasse de déboucher sur des désordres : drogue, dépression, fugue, anorexie, violences de toutes sortes. Comment détecter le danger à temps? Comment entretenir la confiance et inventer au jour le jour des motifs d'espérance ? Ce livre apporte des explications pour comprendre, des passerelles pour communiquer, des pistes pour s'en sortir.

Doc. N°1041 / CAR.01.05 FLE

• CONSOMMATION DE PRODUITS PSYCHO-ACTIFS



Alcool, drogues chez les jeunes : agissons / BAILLY D. - ODILE JACOB, 2009, 285 p.

La consommation abusive d'alcool ou de drogues est souvent révélatrice chez l'adolescent de difficultés affectives, relationnelles et/ou sociales. Ces consommations peuvent conduire l'adolescent à la dépendance. Ce livre propose des éléments de réponse pour repérer et comprendre les comportements d'abus et d'addiction. Il s'adresse aux parents, aux enseignants, aux professionnels de la santé et, plus généralement, à tous ceux qui sont concernés par les problèmes de l'adolescence. Un livre utile pour agir et mettre en place des stratégies de prévention et de soin.

Doc n°4999 / PRO.01.05 BAI



Le cannabis et les autres drogues / BENYAMINA A. - SOLAR, 2005, 197 p.

"Pour agir, il faut d'abord avoir une prise de connaissance claire et objective sur le problème des drogues. Quelle que soit la situation, savoir reconnaître les signes d'alerte, tant physiques que comportementaux, est essentiel pour agir au plus tôt. Comprendre les contextes, savoir comment agir au quotidien, notamment pour aider à la prise en charge, connaître les différents traitements sont ensuite les étapes indispensables pour intervenir de façon adaptée. Cet ouvrage propose aux parents et à tous ceux qui souhaitent prévenir les consommations de drogues de l'adolescent, notamment du cannabis, une approche réaliste et concrète".

Doc n° 3203 / CAN.05.05 BEN



Le cannabis expliqué aux parents en 60 questions / MANIGAND D., HYBORD G. - RETZ, 2007

La consommation de cannabis, drogue illicite la plus utilisée en Europe, est en constante augmentation chez les adolescents. Au cours de rencontres sur le terrain et d'entretiens individualisés avec des parents, les auteurs ont recueilli les principales questions que se posent les parents d'adolescents consommant du cannabis : quels sont ses effets réels ? A quoi reconnaît-on qu'un enfant se drogue ? Peut-il perdre la mémoire ou devenir fou s'il fume trop ?, ... Pour les parents qui veulent savoir quelle attitude adopter sur le sujet avec un adolescent ; cet ouvrage a été conçu pour leur venir en aide.

Doc n° 4385 / CAN.04.05 HYB



Ces ados qui fument des joints / Hachet P. - Editions Fleurus, 2000, 185 p.

"Pourquoi les adolescents sont-ils si nombreux à fumer du cannabis ?" "Le joint crée-t-il une dépendance du corps et de l'esprit ?" "Peut-on arrêter du jour au lendemain ?" "Quels retentissements a-t-il sur la vie affective, scolaire et sociale ?" "Et si la justice s'en mêle?" "Ma fille est-elle devenue toxicomane ?" "Notre fils a changé ; comment savoir s'il prend du cannabis ?" "Après de qui pouvons-nous trouver des informations sérieuses et une aide réelle ?" "Il dit fumer pour faire la fête, mais j'ai l'impression qu'il se coupe des autres." "Le dialogue est impossible avec mon fils : dois-je interdire, attendre ou faire appel à un psychologue ?" Ni réactionnaire ni laxiste mais ancré dans une longue pratique clinique, ce livre apporte des repères stables, des conseils rassurants et de vraies réponses à toutes les questions que les parents d'adolescents se posent. Que l'on soit touché de près ou de loin par le cannabis, cette réflexion offre des bases précieuses pour amorcer un débat en famille. L'auteur insiste sur les formes d'aide et de soutien psychologique que peuvent recevoir les jeunes consommateurs de joints en proie à un mal-être ainsi que leurs parents. Loin de diaboliser ou de banaliser le cannabis, il invite les ados à grandir autrement et les parents à les aimer avec vigilance. Des adresses utiles sont proposées en fin d'ouvrage.

Doc n° 1219 / CAN.04.05 HAC



Comment parler des drogues à nos enfants / BEAUCHESNE Line - Editions du Méridien, 2003, 105 p.

Fournit aux adultes une information complète afin de leur permettre de tenir un discours cohérent à propos des drogues, à leurs enfants. Présente les éléments qui constituent la base d'une bonne prévention. Aide les parents à comprendre le contexte dans lequel les drogues sont consommées. Définit le concept de dépendance et décrit les produits. L'idée générale de ce guide est qu'il faut baser la prévention sur l'apprentissage du choix et non sur la dissuasion dont le caractère spectaculaire ou simpliste peut braquer l'enfant.

Doc n° 2728 / PRO.03.05 BEA



Dépendances : tous accros ? Drogues, alcool, tabac, jeux et cyberdépendance / BARMAN J.-D. - SAINT-AUGUSTIN, 2008, 174 p.

Donner des repères aux parents et éducateurs en évitant le piège des idées reçues sur les dépendances, tel est l'objectif de l'auteur qui travaille depuis plus de trente ans dans le domaine de la prévention des dépendances et de l'aide aux toxicomanes en Suisse.

Doc n° 4645 / CAD.01 BAR



10 astuces de parents pour parler de la drogue avec ses enfants / PAROISSIEN E.

- FLEURUS, 2006, 78 p.

Il comprend que fumer est mauvais sans connaître encore toutes les drogues. Il a des copains qui fument du cannabis et vous savez que des drogues circulent aux alentours du collège. Comment aborder le sujet des drogues avec ses enfants ? Voici 10 astuces de parents pour parler de la drogue avec ses enfants et leur apprendre à dire non. [Résumé d'éditeur]

Doc n° 3705 / PRO.03.05 PAR



Drogues et adolescence : réponses aux questions des parents / GAUDET E. - Ed.

de l'Hôpital Sainte-Justine, 2002, 121 p.

Ce livre de poche apporte, sous forme de questions-réponses, des informations et conseils aux parents d'adolescents, confrontés au manque de communication et aux interrogations sur les comportements de leurs jeunes. L'expérience de 20 ans de l'auteur lui permet d'exprimer des idées simples et concrètes pour que les familles sachent où trouver de l'aide si elles le souhaitent.

Doc n° 2477 / PRO.05.05 GAU



Les drogues et vos enfants / ROGERS P. D. - BROQUET, 2008, 221 p.

Ce guide a pour vocation de dispenser aux parents d'adolescents une information claire sur les usages des psychotropes. Le ton est clair, le langage accessible et les auteurs tentent d'être non critiques vis à vis des usages. Ils insistent également sur le fait que les parents ont un rôle primordial à jouer dans l'éducation de leurs enfants à ce sujet. Ils décrivent aussi des cas pratiques et donne des conseils sur les stratégies à avoir lors de consommations avérées ou non.

Doc. N°4804 / PRO.03.05 ROG



Eduquer face aux drogues et aux dépendances : je te dis non car je t'aime /

STRATEN WAILLET G. van der - CHRONIQUE SOCIALE, 2002, 158 p.

Face aux jeunes qui consomment des drogues et de l'alcool, qui décrochent de l'école, se montrent violents ou vivent une sexualité irresponsable, beaucoup d'adultes manifestent des signes d'inquiétude, de perte de repères et d'impuissance. Est-ce de ma faute ? Mes repères sont-ils encore valables aujourd'hui ? Ai-je le droit de les imposer ? Comment avoir un dialogue s'il / elle ne m'écoute pas ? Les ados ont en face d'eux un monde adulte en crise, qui ne remplit plus son rôle de repère. Par leurs comportements excessifs, ils interpellent les adultes et les invitent à devenir les partenaires solides dont ils ont besoin pour se développer et trouver une manière de vivre harmonieuse. Ce livre, où se mêlent témoignages et réflexions, propose des idées nouvelles telles "l'amour responsable" ou la "confrontation bienveillante" ainsi qu'un projet éducatif basé sur la relation, la discipline, les émotions, la responsabilité et les valeurs. Il s'adresse aussi bien aux "éducateurs naturels" que sont les parents ou les jeunes eux-mêmes, qu'aux "éducateurs professionnels" : enseignants, éducateurs spécialisés ou autres travailleurs sociaux.

Doc n° 2470 / CAD.05.05 STR



L'effet cacahuète : questions-réponses sur les drogues et les autres dépendances : à l'usage des adolescents et des parents / MATYSIAK Jean-Claude - Ed.

Pascal, 2005, 125 p

Ce livre explique les causes et les mécanismes des dépendances qui touchent plus particulièrement les adolescents. Il montre les effets de la dépendance sur le cerveau et aborde notamment les principales substances provoquant addictions psychologique et physique comme le tabac, l'alcool, le cannabis et les autres drogues interdites. Il se veut "avant tout un outil pour favoriser le dialogue entre les parents et adolescents, sur la drogue et les autres dépendances" : il ne s'agit pas simplement de "dire que la drogue c'est dangereux", mais encore d'expliquer pourquoi c'est bien de ne pas en prendre. Mais surtout il aide à aborder les questions que l'on se pose et souligne l'importance de pouvoir en parler.

Doc n° 3441 / CAD.01 MAT



Face au haschich en collège et lycée : comprendre, repérer, agir / BASTRENTA G.

- CRDP GRENOBLE, 2005, 205 p.

Cet ouvrage apporte des clés pour les parents et enseignants, ainsi que des stratégies pour les établissements. C'est aussi le témoignage d'une actrice présente depuis plus de quinze ans dans la lutte contre la toxicomanie. Un livre très utile pour tous ceux qui partagent le quotidien des adolescents. Quelle position notre société adopte-t-elle face à la toxicomanie ? Pourquoi le haschich est-il interdit en Occident ? Comment se situent les jeunes face aux adultes ? Comment prévenir, comment agir, comment soigner ? A toutes ces questions l'auteur apporte les réponses qu'une longue expérience sur le terrain lui permet de formuler. Les crises, le lien amoureux, la relation à autrui, les drogues : tout ce qu'il faut savoir pour se bâtir un positionnement adulte qui permette aux adolescents de se construire.

Doc. n°3207 / CAN.03.12 BAS



Faut-il avoir peur du cannabis ? / LALLEMAND A. - L'Hèbe, 2003, 87 p.

Le problème du cannabis semble être avant tout lié à un manque d'information. Ce guide s'adresse aux parents qui ont des enfants qui en consomment (ou qui soupçonnent leurs enfants d'en consommer). Tente de donner une information simple, débarrassée de toute idéologie, qui les aide à réagir de manière adéquate et sans excès à ce problème : description du produit, des effets, prix, dépendance, législation, comment en parler...

Doc. n°2968 / CAN.01 LAL



Mon enfant aussi ...? Les questions des parents sur la toxicomanie et les drogues / VONTOBEL J. - Ed. Pro Juventute, 2001, 102 p.

De nombreux parents se sentent dépassés par les questions qui touchent à la toxicomanie et aux drogues. Ils éprouvent des sentiments de peur et d'impuissance. Ils se posent de nombreuses questions : comment devons-nous nous comporter ? Comment devons-nous agir ? Mais surtout et avant tout : que faire pour que cela n'arrive pas ? L'usage d'une drogue est un signal d'alarme ; il s'agit de prendre au sérieux les difficultés et les problèmes des adolescents et de restaurer un climat de confiance. L'adolescence est un temps de passage et de transformation, un tournant souvent difficile à négocier pour les jeunes, mais aussi pour les parents et les éducateurs. Sans apporter de solution miracle, cette brochure s'efforce de répondre de façon aussi simple que possible aux soucis des parents.

Doc. N°5099 / PRO.05.05 VON



Qu'est-ce que ça sent dans ta chambre ? Votre ado fume-t-il du hasch ? / MARCELLI D. - ALBIN MICHEL, 2006, 136 p.

La chambre d'un ado ressemble souvent à la tanière d'un ours mal léché, où l'on sent l'odeur du tabac froid et peut-être même du haschich... Les parents qui s'interrogent ne savent pas toujours comment réagir ni quelle attitude adopter face à leurs enfants, surtout lorsqu'ils ont eux-mêmes consommé du cannabis dans leur jeunesse. Ce livre aborde toutes les questions qu'ils se posent à propos de ce que l'on appelle bien improprement les " drogues douces " : Faut-il tolérer une substance illicite, bien que banalisée ? Que penser aujourd'hui du cannabis ? Quels sont les vrais dangers ? Est-ce que votre ado fume ? Comment en discuter avec lui ? Pourquoi fume-t-il ? Comment l'aider à dire non ?

Doc n° 3832 / CAN.05.05 MAR



Quand les Parents en parlent - I.S.P.A, 2007

Ce film de 27 minutes donne la parole à de parents confrontés à la consommation de cannabis de leurs enfants. Trois familles, trois histoires particulières mais une même question: comment réagir ? Autour de ces témoignages, trois spécialistes apportent leur éclairage. DVD accompagné d'un petit livret d'informations.

Ce film s'adresse à tous les parents d'adolescents qui s'inquiètent de la consommation de cannabis chez les jeunes, et qui se demandent que faire lorsqu'ils se retrouvent eux-mêmes confrontés à ce problème avec leur enfant. Il a pour objectifs d'ouvrir le débat et permettre aux parents de s'exprimer sans retenue sur le thème, mais il rappelle aussi aux parents concernés qu'il faut apprendre à ne pas se sentir coupables et leur suggère des pistes d'action pour permettre à la famille de surmonter ce problème.

Doc. N°5169 / CAN.03.09 ISP



Tabac, drogues, alcool : réussir à en parler en famille / BESANCON F. - 2006, 183

p.

Cet ouvrage a pour but d'aider les membres adultes d'une famille et notamment les parents à trouver une démarche appropriée et des arguments solides pour prévenir leurs proches contre les dangers de l'alcool et de la drogue. Court, concret et bien documenté, il permet de dépasser le stade du conseil bien intentionné mais peu efficace pour rentrer dans la prévention "active" dès 11 ans. Il donne aussi les clés pour communiquer avec un proche déjà dépendant, car se faire entendre d'une telle personne nécessite une approche particulière.

Doc n° 3810 / PRO.05.09 BES



Tu ne seras pas accro, mon fils : peut-on éviter à nos enfants de devenir dépendants ? / MATYSIAK Jean-Claude - ALBIN MICHEL, 2002, 157 p.

S'intéresse à toutes les dépendances et souligne l'importance pour les parents de ne pas négliger les produits licites et les addictions sans produit. Décrit le concept de dépendance et les comportements à risques chez les adolescents. S'intéresse ensuite aux drogues licites ou illicites et aux dépendances sans produit tel qu'un usage abusif des jeux vidéos ou de la télévision. S'interroge enfin sur la l'impact réel d'une prévention.

Doc n° 1930 / CAD.03.05 MAT



Un ado qui se drogue : comment font les parents / LEROY P. - Desclée de Brouwer, 2002, 94 p.

Témoignages de parents confrontés à la consommation de produits psycho-actifs chez leurs enfants. Ces expériences sont différentes suivant la rencontre du produit (cannabis, ecstasy, héroïne) et le type d'usage. Comment réagir ? Quelle attitude juste adopter entre compréhension et condamnation ? Entre dramatisation excessive et tentation de ne rien voir pour ne rien abîmer ? Les parents se sentent fortement interpellés et désemparés face à leur adolescent qui expérimente un produit psycho-actif, bien souvent parce qu'ils se sentent responsables de ce qu'ils croient être un mal-être.

Doc n° 1579 / PRO.T LER

• ADDICTIONS SANS PRODUITS



Enfants, ados, l'Internet sans danger : protéger ses enfants sur le net tout en s'amusant / Association E-Enfance, Calysto - ASSOCIATION E-ENFANCE, 2007

Pour protéger les enfants et adolescents qui naviguent sur Internet, l'association E-Enfance a créé ce DVD destiné aux parents. D'une durée de 45 mn, il est construit comme une émission de télévision au cours de laquelle Valérie Payet lance des reportages qui répondent aux multiples questions que se posent les parents :

- que font mes enfants avec leur blog ?
- pourquoi sont-ils collés à l'ordinateur en rentrant de l'école ?
- à quoi jouent-ils sur leur mobile ?
- y a-t-il des risques ?

Le tout illustré par des témoignages de parents et d'adolescents qui montrent combien les premiers ignorent tout des pratiques des seconds.

Des professionnels donnent également toute une série de conseils, comme installer le contrôle parental sur l'ordinateur mais aussi sur le téléphone mobile.

A la fin, les parents peuvent vérifier au cours d'un quiz avec Yannick Noah et Hélène Ségara qu'ils sont devenus des "cyber-parents" avertis.

Doc n° 4549 / ASP.14.05 EEN



Faut-il interdire les écrans aux enfants ? / STIEGLER B., TISSERON S. – Ed. Mordicus, 2009, 112 p.

En France, les enfants passent en moyenne plus de 1200 heures par an devant leurs écrans (télévision, ordinateur, console, téléphone portable). Devant cette nouvelle donne, les parents s'inquiètent : faut-il interdire les écrans ou au moins limiter leur accès ? Les écrans constituent-ils un frein au développement intellectuel et

émotionnel des enfants ? Influencent-ils leur réussite scolaire ? Pour répondre à ces questions, Bernard Stiegler, philosophe, et Serge Tisseron, psychiatre et psychanalyste, apportent deux approches, deux points de vue pour appréhender la question.

Doc. N°185 / ASP.14 STI



Jeux vidéo et ados : ne pas diaboliser, pour mieux les accompagner / PHAN O. –

Ed. Pascal, 2009, 127 p.

Pour la majorité des adolescents, les jeux vidéo restent une source de plaisir, loin de l'image néfaste qui les rend responsables de la violence des adolescents d'aujourd'hui. Cependant, la personnalité et l'environnement du joueur peuvent parfois poser problème et rendre le joueur dépendant. Ce guide propose d'ouvrir des espaces de compréhension mutuels entre parents et enfants en définissant les limites de ce qui relève d'une pratique addictive et de ce qui reste une pratique ludique.

Doc. N°045 / ASP.14.05 PHA



Lâche un peu ton ordinateur ! : comment mettre des limites ? / COPPER-ROYER

B., FIRMIN-DIDOT C. - ALBIN MICHEL, 2006, 131 p.

L'ordinateur est devenu pour beaucoup d'enfants et d'adolescents un des loisirs les plus attractifs. Ce guide offre des conseils utiles afin de gérer ce nouvel outil de la vie familiale : comment mettre en garde face aux divers dangers, qu'ils soient entre autres violents ou compulsifs, comment faire face aux accros des jeux vidéos, quelle est la place des parents devant cet outil bien mieux maîtrisé actuellement par les enfants ?

Doc n° 4481 / ASP.14 COP



Manuel à l'usage des parents dont les enfants regardent trop la télévision /

TISSERON S. - BAYARD, 2005, 149 p.

L'enfant a toujours un besoin d'explorer et les parents ont généralement pour rôle de limiter ses champs d'investigation. Ils fixent les interdits que l'enfant transgresse en cachette. L'adolescent découvre ainsi le tabac l'alcool, les sorties nocturnes et la sexualité. Le problème de la télévision est que les images constituent des supports de significations et de modèles qui entrent en permanence en compétition avec ceux des parents. En outre, entre parents et jeunes, partager du tabac ou de l'alcool ne fait pas partie de la vie quotidienne alors que c'est le cas des images, tout genre confondus. Ce livre qui se veut un guide pratique, tente d'aider les parents de très jeunes enfants ou d'adolescents, à avoir les bonnes réactions par rapport aux images car c'est à partir de ces réactions que le jeune construit ses repères. Contient également des chapitres sur la presse, la publicité et le cinéma, les jeux vidéo, les jeux de rôle et Internet.

Doc n° 3193 / ASP.14.04 TIS



Mes enfants sont accros aux jeux vidéo : guide des premiers secours à l'intention des parents déboussolés / OULLION J.-M. – Les Carnets de l'info, 2008, 191 p.

Cet ouvrage propose des conseils, des exemples et des témoignages pour dédramatiser l'inquiétude des adultes face aux comportements excessifs des jeunes en matière de jeux vidéo. Il décrit les signes révélateurs de comportements à risque et propose un panorama des jeux vidéo et jeux en réseau pour comprendre leur succès. Il examine les principaux préjugés sur les effets des jeux vidéo et présente des cas d'addiction.

Doc. N°476 / ASP.14.04 OUL



Les 90 questions que tous les parents se posent : téléphone mobile, Internet, jeux vidéo / HENNO J. - TELEMAQUE, 2007

Ce livre traite de la difficulté d'être des parents responsables aujourd'hui dès que l'on aborde le vaste sujet des loisirs et de l'électronique. Une première série de questions traite des technologies de l'information de façon générale, puis de la musique et de la vidéo en ligne. L'auteur répond aussi aux questions sur le téléphone mobile, Internet et l'école, les jeux vidéo et les mondes virtuels. L'intérêt de ce petit ouvrage, c'est qu'il mêle des réponses très techniques et des considérations plus générales sur l'éducation.

Doc. N°490 / ASP.14 HEN



Vinz et Lou sur Internet – Internet sans crainte, 2007

Le programme "Vinz et Lou sur Internet" a pour objectif de contribuer à l'éducation critique des 7-12 ans aux nouveaux médias. Sans langue de bois ni discours moralisateur, le programme emprunte un ton humoristique pour amener les jeunes à se poser les bonnes questions et à acquérir les bons réflexes dans leur usage d'Internet. Quels usages ? Pourquoi ? Comment ? Qu'est-ce qui est privé, qu'est-ce qui est public ? Internet dit-il toujours la vérité ? Que peut-on publier en ligne ? ... Les aventures de Vinz (12 ans) et de sa petite sœur Lou (6 ans) viennent illustrer les situations auxquelles sont confrontés les jeunes Internautes.

Le programme propose un ensemble d'outils disponibles sur Internet ou sous forme de kit, pour mettre en place facilement des ateliers interactifs de sensibilisation.

Doc. N°5015 / ASP.14.04 TRA



Zap l'écran, vive la vie : GSM, télé, ordi, comment les maîtriser ? / GILLY P. - COULEUR LIVRES, 2008

Ce livre procure aux adultes dépourvus quelques connaissances de base sur cet univers des écrans qui paraît insaisissable à celui qui n'y baigne pas mais qui, en même temps, semble tout faire pour en réserver l'accès à une tribu d'initiés. Il ébauche également des pistes pour sortir des problématiques liées aux écrans : l'auteur relève les initiatives existantes pour s'éduquer aux médias et éduquer son esprit.

Doc. N°5086 / JEU.14 GIL

● **TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE**



Anorexie, boulimie : vous pouvez aider votre enfant / DOYEN C., COOK-DARZENS S. - INTEREDITIONS, 2004, 258 p.

Enrichi de nombreux témoignages et conseils pratiques, cet ouvrage constitue un guide pour aider les parents à déterminer si leur enfant présente des troubles des conduites alimentaires, rechercher l'aide médicale ou thérapeutique appropriée, convaincre l'enfant d'accepter de l'aide, participer au traitement, guider l'entourage dans leur soutien à l'enfant. Des conseils de lecture et des adresses utiles sont proposés en annexes.

Doc n° 4786 / ALI.22 DOY



Anorexie et boulimie : guide à l'attention des parents - UNION NATIONALE DES MUTUALITES SOCIALISTES, 05/2008, 47 p.

L'objectif principal de cette brochure destinée aux parents est de les aider à mieux cerner les enjeux des troubles de l'alimentation et à aller à la rencontre de leur enfant. Chaque trouble alimentaire (anorexie, boulimie et anorexie-boulimie) y est d'abord décrit dans ses différents stades. On y trouve ensuite des propositions de pistes pour réagir à la situation, mieux gérer la relation, la culpabilité, trouver de l'aide...

Doc n° 4798 / ALI.22 UNI



Les troubles du comportement alimentaire : de la naissance à l'adolescence / SIROLI L. - Eyrolles, 2006, 234 p.

Les troubles du comportement alimentaire (ou TCA) sont aussi fréquents que nombreux... De la naissance à l'adolescence, ce guide peut aider à analyser le comportement alimentaire de son enfant. Il décrit les différents troubles répertoriés par les psychologues pour permettre de les décrypter et, le cas échéant, d'y faire face. Exemples et témoignages à l'appui, il vous donne les clés d'une attitude juste, positive et efficace.

Doc n° 4482 / ALI.22.04 SIR

LE CENTRE DE RESSOURCES

Le Pôle Prévention des Addictions (EPICéA) du Département du Nord, a pour missions principales la diffusion de l'information et la mise à disposition de ressources documentaires sur les conduites addictives. Le centre de ressources documentaires dispose d'un fonds documentaire spécialisé composé d'ouvrages, de rapports, d'études, de revues et de matériels pédagogiques (vidéo, DVD, jeux, Cd-rom,...).



Il propose également l'emprunt de malles thématiques constituées d'un large éventail de documents (ouvrages, supports multimédia, jeux, kits, brochures, ...) destinés aussi bien à un public d'adultes qu'à des jeunes. Ces malles peuvent constituer un soutien pour la mise en place d'une sensibilisation, d'une animation, ou d'un travail approfondi sur la thématique. Cinq malles ont d'ores et déjà été élaborées :



- « Prévention des conduites addictives » (enfants/ados)
- « Prévention des conduites addictives » (jeunes/adultes)
- « Prévention du tabagisme »
- « Usages du multimédia »
- « Développement des compétences psycho-sociales »

Nous distribuons aussi des brochures et des affiches concernant la prévention des addictions, la quantité variant selon les stocks disponibles.

Pour découvrir nos activités :

Site Internet : www.epicea.cg59.fr

Pour vous accueillir :

(du lundi au vendredi de 14 h à 17h30 et le matin sur rendez-vous)

EPICéA - Les Caryatides (1^{er} étage)

24, Boulevard Carnot - LILLE

Pour nous contacter :

Accueil Documentation : 03 59 73 81 97 ou 98 ou 99

Fax : 03 59 73 82 02

E-mail : epicea@cg59.fr