

<p><b>ESTIME DE SOI</b></p> <p><b>LIVRE</b></p> <p>« Une centaine de trucs simples pour améliorer les relations avec votre adolescent (11 ans et moins) »</p> <p>BEAULIEU, Danie, Éditions Académie Impact : Québec, 1999, 40 ages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>Ce livre constitue un véritable guide pratique pour vous aider à mieux vivre cette période riche de changements et de découvertes. Présenté de manière humoristique et accessible, les « 100 trucs » ont déjà aidé des milliers de parents, d'éducateurs, d'enseignants et de grands-parents à relever le défis du quotidien comme les situations exceptionnelles de l'adolescence. Voici un aperçu des thèmes qui sont abordés par le biais d'exercices concrets et de trucs simples et efficaces :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>Les changements et les apprentissages à réaliser à l'adolescence</i></li> <li>➤ <i>Trucs pour gérer les comportements énervants et les erreurs des ados</i></li> <li>➤ <i>Huit attitudes gagnantes des parents</i></li> <li>➤ <i>Les stratégies parentales qui fonctionnent</i></li> <li>➤ <i>Les clés pour entrer dans le monde de l'ado</i></li> <li>➤ <i>Etc.</i></li> </ul>
<p><b>ESTIME DE SOI</b></p> <p><b>LIVRE</b></p> <p>« <i>Techniques d'impact pour intervenir en psychothérapie, relation d'aide, santé mentale.</i> »</p> <p>BEAULIEU, Danie, Les Éditions Académie Impact : Québec, 1997, 312 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>Thérapeutes et intervenants en psychothérapie, relation d'aide et santé mentale, intensifiez l'impact de vos interventions auprès de vos clients grâce à ces 300 Techniques d'impact originales, polyvalentes et redoutablement efficaces!</i></p> <p><i>Des outils visuels et kinesthésiques qui amplifient vos messages et vous permettent de rejoindre plus rapidement ceux et celles qui viennent solliciter votre aide.</i></p>

<p><b>ESTIME DE SOI</b></p> <p><b>LIVRE</b></p> <p>« Programme estime de soi et compétence sociale chez les 8 à 12 ans »</p> <p>BEAUREGARD, Louise-Anne, BOUFFARD, Richard et DUCLOS, Germain, Éditions Hôpital Sainte-Justine, 2000, 192 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>Présenté en seize thèmes, le programme ESTIME DE SOI ET COMPÉTENCE SOCIALE a pour objectif d'aider l'enfant à développer une meilleure estime de soi, à reconnaître son unicité, à développer ses habiletés sociales, à intégrer le processus de résolution de conflits et à découvrir son réseau d'aide.</i></p> <p><i>Par le biais de bandes dessinées et de diverses activités l'enfant trouvera, dans le cadre de ce programme, un lieu où s'exprimer librement.</i></p> <p><i>Comprend un guide de l'animateur et un cahier d'activités reproductible en un seul volume.</i></p>
<p><b>ESTIME DE SOI</b></p> <p><b>OUTIL</b></p> <p>« L'estime de soi de nos adolescents »</p> <p>Guide pratique à l'intention des parents</p> <p>DUCLOS, Germain, LAPORTE, Danielle et ROSS, Jacques, Hôpital Ste-Justine, Centre hospitalier universitaire : Université de Montréal, 1995, 178 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>Nos adolescents sont en quête de leur identité et ils ont besoin, sur ce chemin qui est parfois très ardu, d'une bonne estime de soi.</i></p> <p><i>Comment faire vivre un sentiment de confiance aux jeunes, comment les aider à se connaître, comment leur apprendre à coopérer et, enfin, comment les guider dans la découverte de stratégies qui mènent au succès?</i></p> <p><i>Ce guide pratique, avec les informations qu'il contient, ainsi qu'avec les exercices et les questionnaires d'évaluation auxquels il vous convie, s'adresse à vous qui voulez aider vos adolescents.</i></p>

<p><b>ESTIME DE SOI</b></p> <p>« <b>En finir avec vos complexes</b> »</p> <p>LANCHON, Anne, Paris : Éditions de la Martinière Jeunesse, Collection Hydrogène, 2003, 110 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><b>LIVRE</b></p> <p><i>Ce livre fait l'inventaire de tous les complexes possibles et offre des solutions pour y remédier. Cet ouvrage est surtout destiné aux adolescents pour qu'ils puissent surmonter leurs complexes. La lecture de ce livre permet de rassurer les adolescents et d'aider les adultes à les comprendre.</i></p>
<p><b>ESTIME DE SOI</b></p> <p>« <b>Je suis aimable, je suis capable</b> »</p> <p><b>Parcours pour l'estime et l'affirmation de soi</b></p> <p>MONBOURQUETTE, Jean, LADOUCEUR, Myrna et DESJARDINS-PROULX, Jacqueline, Éditions Novalis : Montréal, 1998, 362 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><b>LIVRE</b></p> <p><i>Les auteurs pensent surtout aux jeunes confrontés à divers problèmes : décrochage scolaire, drogue, suicide, relations sexuelles précoces, etc. Que veut dire au juste "s'estimer" ? C'est d'abord apprécier toutes les dimensions de son être, reconnaître sa dignité personnelle et voir à se faire respecter. Sur le plan de l'action, une haute estime de soi pousse à prendre plus de risques intelligents et à mener ses projets à terme. Je suis aimable, je suis capable présente 34 thématiques d'animation comportant chacune plusieurs rencontres destinées à des auditoires de tout âge. Chaque rencontre contient diverses stratégies propres à améliorer l'estime et l'affirmation de soi. Celles-ci s'inspirent en grande partie de la programmation neurolinguistique ainsi que d'autres écoles de psychologie, mais sont faciles à mettre en œuvre. Un récit métaphorique précède chaque thématique afin de permettre aux participants de saisir par intuition le contenu présenté.</i></p>

<p><b>SANTÉ SEXUELLE</b></p> <p>« <b>Comment survivre quand on est un garçon</b> »</p> <p>RIGON, Emmanuelle, COSTA-PRADES, Bernadette, ARENES, Jacques, Édition Albin Michel, Collection Comment survivre, 2003, 160 pages.</p> <p style="text-align: right;"><b>(Verso)</b></p>	<p><b>LIVRE</b></p> <p><i>Tu as parfois envie de tout casser? Tu te trouves minus à côté des autres? Tous tes copains ont une copine et pas toi? Tu es persuadé que tes parents auraient préféré une fille? Tu pensais jusque-là qu'il valait mieux garder ces questions pour toi. Erreur! Tous les copains rencontrent les mêmes problèmes, mais ils n'osent pas en parler. Il n'y a pas que les filles qui ont des soucis dans la vie... Voici un livre qui te donne plein d'astuces pour surmonter tes petits ennuis et tes gros problèmes. Maintenant, c'est à toi de jouer!</i></p>
<p><b>SANTÉ SEXUELLE</b></p> <p>« <b>Nous, les 11-15 ans</b> »</p> <p>BAZAR, Rosa, Édition de la Martinière Jeunesse, Collection Oxygène, 1999, 103 pages.</p> <p style="text-align: right;"><b>(Verso)</b></p>	<p><b>LIVRE</b></p> <p><i>Entre les fous rires avec les copains, un corps qui se transforme, la vie au lycée, l'apprentissage de l'indépendance, les injustices de la vie et du monde, les interrogations sur l'avenir, c'est pas toujours simple d'être un adolescent. La collection oxygène est là pour vous aider. Elle examine avec précision et souvent avec humour vos sujets de préoccupations quotidiens et vous propose conseils. Astuces et solutions simples à des situations parfois compliquées.</i></p> <p><i>A comme Amour, D comme Droit, F comme Famille, K comme « Kiffer my life », V comme Violence... Entrez dans l'abécédaire des 11-15 ans : vous y découvrirez des sujets actuels, des thèmes universels, des statistiques et de véritables témoignages d'ados. Mais à quoi pensent les 11-15 ans? Comment voient-ils leur avenir? Un livre pour mieux comprendre la génération d'aujourd'hui, une génération drôle, lucide et engagée.</i></p>

<p><b>SANTÉ SEXUELLE</b></p> <p><b>LIVRE</b></p> <p><b>« Le journal d'Arthur et Chloé : L'amour et la sexualité expliqués aux ados »</b></p> <p>BRENOT, Philippe, Édition Odile Jacob, 2004, 205 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>Secrets d'amour est un livre d'initiation à l'amour, « interdit aux adultes » pour les 10-13 ans. Il s'agit d'une sorte d' « éducation sentimentale » d'aujourd'hui qui répond, sous une forme romanesque, aux questions que se posent les pré-adolescents : qu'est-ce que ça fait quand on est amoureux? Comment on embrasse sur la bouche? Qu'est-ce que faire l'amour? Comment fait-on des caresses? etc.</i></p> <p><i>Secrets d'amour est un bref roman épistolaire. Arthur et Chloé sont en cinquième et amoureux depuis le premier jour. Ils découvrent l'amour et la vie en confessant dans leur cahier secret leurs différences et leurs ressemblances, leurs interrogations et leurs inquiétudes, leurs premiers émois, leur vision du sexe et de l'amour.</i></p>
<p><b>SANTÉ SEXUELLE</b></p> <p><b>LIVRE</b></p> <p><b>« Qu'est-ce qu'aimer? »</b></p> <p>CASTEL, Anissa, Édition Louis Audibert, Collection Brins de philo, 2002, 43 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>Les interrogations de votre enfant vous embarrassent. Il souhaite des réponses précises, convaincantes, sans tricher. Il aimerait en parler plus longuement avec vous. Ou tout simplement vous désirez évoquer certains sujets avec lui. Vous hésitez, vous doutez parfois de vos arguments, vous ne trouvez pas toujours les mots justes. Anissa Castel, philosophe, propose dans ce petit livre une réflexion et des éléments de réponse aux questions concernant le sentiment amoureux, dans un langage clair, accessible et vivant. Une formule originale, un livre complice pour aider à grandir.</i></p>

<p><b>SANTÉ SEXUELLE</b></p> <p><b>« Les garçons et les filles tous égaux »</b></p> <p>CLAUSENER-PETIT, Magali, Éditions Milan, Collection Milan Essentiels Junior, numéro 32, 2003, 40 pages</p> <p style="text-align: right;"><b>LIVRE</b></p> <p style="text-align: right;"><b>(Verso)</b></p>	<p><i>Impossible de ne pas le remarquer : les filles et les garçons ne se ressemblent pas! Mais ils sont complémentaires et ne peuvent vivre les uns sans les autres. Cependant, si les femmes ont acquis les mêmes droits que les hommes, il reste encore beaucoup à faire pour que les deux sexes aient un rôle égal dans la société. Cet « Essentiel Milan Junior » explique pourquoi filles et garçons sont différents physiquement et comment ces différences ont marqué notre histoire. Il aidera aussi le jeune lecteur à comprendre qu'aujourd'hui nous avons tous des clichés dans la tête sur la place des femmes et des hommes, et que notre façon de voir le monde doit changer pour faire disparaître les inégalités. Parce que, filles ou garçons, nous sommes tous des êtres humains!</i></p>
<p><b>PSYCHOLOGIE DES ADOLESCENTS</b></p> <p><b>« Nos enfants aussi ont un sexe »</b></p> <p>CLERGET, Stéphane, Édition Pocket, Collection Pocket, 2003, 307 pages.</p> <p style="text-align: right;"><b>LIVRE</b></p> <p style="text-align: right;"><b>(Verso)</b></p>	<p><i>« En lisant ce livre, vous allez entendre parler de sexualité infantile. L'association de ces deux mots peut paraître dissonante, voire choquante. Ils ont chacun leur univers bien distinct dans notre esprit. L'infantile est bercé dans les limbes de notre mémoire, non loin des anges qui, comme chacun le sait, n'ont pas de sexe... La sexualité est notre quotidien d'adulte, tour à tour lénifiante ou infernale. »</i></p> <p><i>« Étudier la sexualité infantile permet de mieux comprendre le développement global de l'enfant et de mieux l'accompagner lors de ce parcours essentiel pour l'adulte qu'il sera. Car la personnalité de l'enfant est indissociable de son développement affectif et sexuel. La notion même d'identité d'un individu repose en partie sur la notion d'identité sexuée, c'est-à-dire sur la prise de conscience par l'enfant de l'existence de deux sexes dans l'espèce humaine, de leurs différences et de leurs points communs, et du sexe qui est le sien, ainsi que de la façon dont il se représente ces notions. »</i></p>

<p><b>PSYCHOLOGIE DES ADOLESCENTS</b></p> <p>« <b>La sexualité des enfants</b> »</p> <p>HAYEZ, Jean-Yves, Éditions Odile Jacob, 2004, 320 pages</p> <p style="text-align: right;"><b>(Verso)</b></p>	<p><b>GUIDE</b></p> <p><i>Faut-il juste accepter, discrètement et avec confiance, l'évolution spontanée de la sexualité naissante des enfants? Faut-il chercher à parler et à interagir avec son enfant? Que réguler? Et à quel titre? Au terme de trente ans d'écoute, Jean-Yves Hayez nous fait partager ici son approche réaliste de la sexualité infantile, sans langue de bois ni dramatisation excessive. Un livre pour tous ceux qui ne pensent pas que « le sexe, c'est mal », mais qui estiment qu'il y a des valeurs et des limites à apprendre.</i></p>
<p><b>SANTÉ SEXUELLE</b></p> <p>« <b>Filles et garçons, êtes-vous si différents?</b> »</p> <p>MONTARDE, Hélène et GAYET, Sandrine, Éditions de la Martinière Jeunesse, 2001, 255 pages.</p> <p style="text-align: right;"><b>(Verso)</b></p>	<p><b>LIVRE</b></p> <p><i>La famille, les études et l'avenir, l'amour et les sentiments : tant de choix importants à faire, de questions cruciales qui se soulèvent à l'âge de toutes les incertitudes. La collection Ados apporte aux 14-16 ans des repères, des éléments de réponses à leurs interrogations de jeunes adultes, et des clés pour dialoguer avec les parents.</i></p> <p><i>Existe-t-il encore des différences entre les deux sexes? Même si tous les ados reçoivent le même enseignement, s'orientent-ils pour autant vers des filières identiques? Pourront-ils réaliser leurs rêves, sans tenir compte de leur milieu social, et bien sûr de leur sexe? Hélène Montarde leur explique les origines, les raisons et la nécessité de cette différence.</i></p> <p><i>Cet ouvrage regroupe témoignages, informations scientifiques, sociologiques, culturelles pour aider les ados à comprendre que la différence des sexes permet de se construire une identité et de trouver une place au sein de la société. Apprécier la différence pour mieux connaître cet autre, d'un autre sexe : c'est ainsi que les adultes de demain apprendront à comprendre et cultiver leur différence.</i></p>

<p><b>RELATION AMOUREUSE</b></p> <p><b>« L'amour et l'amitié »</b></p> <p>LABBÉ, Brigitte, PUECH, Michel et AZAM, Jacques, Édition Milan, Collection Les goûters philo, 2005, 56 pages</p> <p style="text-align: right;"><b>(Verso)</b></p>	<p><b>LIVRE</b></p> <p><i>L'Amour et l'amitié, un tout nouveau « Goûter Philo », d'emblée dans une version cartonnée et avec son cahier 8 pages en plus, pour réfléchir sur ce que sont, philosophiquement, l'amour et l'amitié et se rendre compte que les yeux de nos amis(es), les yeux de nos amoureux(ses) sont les meilleurs miroirs du monde : on y découvre quelqu'un que les autres ont envie d'aimer, on y voit quelqu'un que les autres aiment. Qu'est-ce qui peut apporter, à la fois, la joie, la tristesse, le plaisir, la souffrance, le bonheur, le malheur, l'espoir, le désespoir, les craintes, les regrets, les envies, la paix, la colère, le calme, le stress, la fierté, la honte... ? L'amour, l'amitié.</i></p>
<p><b>SANTÉ SEXUELLE</b></p> <p><b>« Comment survivre quand on est une fille »</b></p> <p>RIGON, Emmanuelle, COSTA-PRADES, Bernadette, ARENES, Jacques, Éditions Albin Michel, Collection Comment survivre, 2003, 160 pages.</p> <p style="text-align: right;"><b>(Verso)</b></p>	<p><b>LIVRE</b></p> <p><i>Ton corps change et tu ne trouves pas ça terrible? Ta copine attire tous les garçons et pas toi? Tu penses que tes parents auraient préféré avoir un garçon? Tu aimerais qu'on respecte plus ton intimité? Détends-toi! Grandir, ce n'est pas tous les jours facile. Voici des idées astucieuses qui t'aideront à surmonter les petits problèmes et les gros soucis de ta toute nouvelle féminité. Pour te sentir plus à l'aise et mieux comprendre tes réactions. A toi de jouer!</i></p>

<p><b>SEXISME ET STÉRÉOTYPES</b></p> <p><b>LIVRE</b></p> <p>« Filles = Garçons? »</p> <p>VINCENT, Béatrice, DIEUAIDE, Sophie et DUBOIS, Bertrand, Éditions : Paris : Autrement, Collection : Junior- Société, 2001, 47 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>Autrefois les femmes n'avaient pas droit à l'instruction et les hommes étaient envoyés à la guerre. Aujourd'hui, filles et garçons vont dans les mêmes écoles, femmes et hommes travaillent ensemble, la loi sur la parité a été votée mais des questions restent posées</i></p> <p><i>Avec des textes concis, des exemples, des informations sur l'évolution des lois et des idées dans le monde, ce titre sensibilise les enfants aux problèmes de l'égalité des sexes, leur fait comprendre qu'ils ont un rôle à jouer et les aide à former leur jugement.</i></p>
<p><b>RELATION AMOUREUSE</b></p> <p><b>LIVRE</b></p> <p>« Le premier amour »</p> <p>ALBERONI, Francesco, Éditions Plon, 1999, 210 pages</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>« On n'oublie jamais son premier amour »... Mais quel est ce premier amour? Celui pour lequel on accepte, au jardin d'enfants, de quitter ses parents, celui qui nous trouble sur les bancs de l'école ou celui qui correspond aux émois de l'adolescence ? À chaque âge de la vie correspond un amour. Apparaissant chaque fois sous une forme nouvelle, il est toujours à la source d'un même ravissement.</i></p> <p><i>Dans cet essai, Francesco Alberoni aborde cette grande question, encore peu étudiée, de l'amour qui naît et évolue en même temps que la vie. Aux réflexions et analyses qui font le point sur les liens amoureux depuis l'enfance jusqu'à l'adolescence, s'ajoutent des témoignages directs, celui de Debora, dix ans, qui tombe continuellement amoureuse depuis l'âge de trois ans, ou encore celui d'Isabella, quinze ans, qui resta enfermée dans sa chambre pendant quatre ans à la suite d'un chagrin d'amour.</i></p>

<p><b>PSYCHOLOGIE DES ADOLESCENTS</b></p> <p><b>LIVRE</b></p> <p>« <b>Comment vivre avec ses parents?</b> »</p> <p>AMBLARD, Odile, Éditions de la Martinière Jeunesse, Collection Hydrogène, 2002, 120 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>À l'adolescence, les relations avec vos parents deviennent parfois conflictuelles : pas facile d'accepter les limites quand on a envie de tout faire vite et en même temps! Tout devient sujet sensible : les sorties, l'argent de poche, les résultats scolaires, la vie de famille avec ses visites obligées aux grands-parents... Alors, comment faire comprendre à vos parents que vous êtes capable d'affronter le monde sans eux?</i></p>
<p><b>PSYCHOLOGIE DES ADOLESCENTS</b></p> <p><b>LIVRE</b></p> <p>« <b>On n'est plus des bébés</b> »</p> <p>AMBLARD, Odile et GUYOT, Céline, Éditions de La Martinière Jeunesse : Paris, Collection Oxygène, 1997, 103 pages.</p> <p>(Verso)</p>	<p><i>À l'adolescence, tout se complique. Alors que la vie de famille était douce et harmonieuse, la maison devient soudain un terrain miné. La petite sœur que vous adoriez devient envahissante... Maman n'a plus droit aux confidences et papa passe son temps à vérifier vos horaires. Vous voulez votre indépendance et vos parents, eux, vous prennent encore pour des bébés. Un livre pour mieux vivre les mille et un soucis de la vie de famille.</i></p>