Centre d'Information et de Documentation du CRA Rhône-Alpes

Nouvelles acquisitions
Février 2025

centre de ressources autisme
RHÔNE-ALPES

Catalogue en ligne sur
https://www.cra-rhone-alpes.org/cid/opac_css

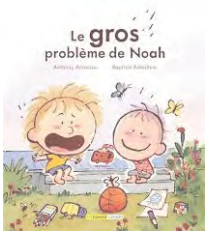
1. Andre Christophe. **Méditer, jour après jour : 25 leçons pour vivre en pleine conscience**. Paris: Collection Proche; 2023.

Voilà longtemps que chaque jour, je médite. Et depuis, tout a changé : une gorgée d'air, un bout de ciel, un regard, chaque instant de ma vie me nourrit. Méditer m'a transformé et va vous transformer, vous aussi. » Christophe André offre une initiation à la méditation en 25 leçons, éclairée et enrichie par 25 chefs-d'œuvre de la peinture. Accessible à tous, ce livre est un condensé d'art et de sagesse ; il donne aussi accès à des méditations audio lues par l'auteur. Sa lecture nous ouvre un nouveau chemin vers une vie en connexion à soi, aux autres et au monde.

2. Anselem Bernard. **Je rumine, tu rumines, nous ruminons**. Paris: Eyrolles; 2022.

Ruminer... L'expression désigne ce phénomène incontrôlable qui fait tourner en boucle nos pensées négatives et nous gâche l'existence. Les études le prouvent, les ruminations favorisent le stress chronique, compromettent notre bien-être et notre vision de la vie. Comment fonctionnent-elles et comment les arrêter ? Comme nous les tenons pour vraies, nous sommes incapables de percevoir leur pouvoir déformant et nous les autoalimentons : nous renforçons ainsi leur dimension émotionnelle et créons un cercle vicieux difficile à rompre. Ce livre, en abordant les ruminations sous l'angle de la neuropsychologie et de ses découvertes les plus récentes, nous permet de décrypter leurs mécanismes complexes. À travers sept approches concrètes et adaptées à chaque profil, l'auteur nous propose des exercices et des solutions pour retrouver la liberté de vivre et de penser.

3. Antoniou Anthony, Amsallem Baptiste. **Le gros problème de Noah**. Montréal: Bayard Canada; 2023.



Noah a un gros problème et il ne pense qu'a ça. Quel est son gros problème? Il veut jouer avec son frère Gabriel… mais ce n'est pas facile. Gabriel est autiste, et son cerveau fonctionne différemment. Les deux frères ne se comprennent pas toujours. Mais une chose est claire : Noah n'abandonnera jamais. Par où peut-il commencer ?

4. Baldy René. **Clés pour découvrir le dessin d'enfant**. Paris: Tom Pousse; 2024.

Cet ouvrage amorce une réflexion non pas sur le dessin d'enfant stricto sensu, mais sur la façon dont il a été regardé au cours de l'histoire et les effets qu'ont induits ces regards sur son statut et sa place dans la société. Cette ouverture du champ de vision reflète mes centres d'intérêt et ma subjectivité et m'autorise à intervenir aux marges de mon domaine de recherche. Ces incursions à des disciplines voisines de la mienne ont le grand avantage de croiser des regards généralement parallèles et d'atténuer ainsi le réductionnisme inhérent à toute spécialité... Nous posons des questions historiques rarement posées. Depuis quand les enfants dessinent-ils ? Comment regarder les dessins enfantins du temps jadis ? Depuis quand la société s'intéresse-t-elle au dessin de l'enfant ? Comment le dessin enfantin a-t-il rencontré les "primitifs" et les peintres d'avant-garde ? Comment le dessin était-il enseigné? Comment le dessin enfantin est-il devenu l'art enfantin ? Nous aborderons les rapports entre l'art enfantin et le talent du futur artiste. Le premier annonce-t-il le second ? Nous nous interrogerons sur le jugement des qualités esthétiques du dessin enfantin. Les dessins de l'enfant sont-ils beaux ? Comment juger de leur beauté? Nous proposons en outre des synthèses inédites sur les dessins des enfants dans la guerre et pendant la pandémie de la Covid-19, les dessins des enfants porteurs d'un trouble du spectre autistique dessinateurs exceptionnels, les dessins des enfants aveugles. Nous concluons le livre par une question qui préoccupe les chercheurs depuis un siècle. Le dessin est-il spécifiquement humain ?

5. Barbier Jacques, Champolion-Puel Annick, Fagnard Dominique, Leclercq Marie-Louise, Lefevre Christèle. **Education et thérapies intégrées auprès des personnes en situation de polyhandicap**. Paris: Tom Pousse; 2025.

Comment être en situation de polyhandicap et acteur de sa vie ? Nombreux sont les problèmes rencontrés par les équipes élaborant un projet de vie pour les personnes en situation de polyhandicap. La question essentielle n'en reste pas moins celle d'un accompagnement qui ait du sens pour tous. Les auteurs de ce livre, tous praticiens de terrain, spécialistes du polyhandicap et membres de l'ABPC, de l'AFPC et d'Envoludia ont réfléchi aux apports possibles de l'éducation conductive conçue au départ pour les personnes paralysées cérébrales. Comment adapter cette pratique qui intègre les aspects moteurs, communicationnels, psychologiques dans l'accompagnement quotidien des personnes polyhandicapées ? Quelles implications pour la personne elle-même, sa famille, les professionnels, les établissements qui en font leur projet pédagogique ? Comment se passe une journée ? Quels bénéfices pour la personne polyhandicapée adulte ? Comment cette approche répond-elle aux préconisations nationales et internationales en termes d'autonomie, d'intégration et de "pouvoir d'agir" ? Cet ouvrage, largement illustré par des photos, schémas, témoignages et références théoriques, apporte des clés concrètes pour accompagner "autrement" le polyhandicap. Premier ouvrage en français sur ce sujet, cette

approche innovante de la personne en situation de polyhandicap bouscule certaines pratiques, mais ose un regard nouveau et donne de l'espoir.

6. Barthou Evelyne. **Les pairs à l'adolescence**. Sainte-Foy (Québec): Presses de l'Université Laval; 2021.

Qui sont les pairs ? Si cette catégorie est largement mobilisée par les chercheurs et les acteurs de la jeunesse, elle n'est pas toujours précisément définie ni pensée dans sa complexité. Pourtant, nous savons que les pairs jouent un rôle clé dans cette période d'affirmation de soi et d'appropriation des codes sociaux. La sociabilité entre pairs s'offre comme un espace privilégié dans lequel il est possible d'expérimenter, d'être reconnu, de s'identifier et de se singulariser. La première partie de cet ouvrage rassemble des contributions qui traitent du rôle des pairs dans la construction de soi des adolescents et adolescentes et des pratiques juvéniles. La seconde partie questionne les opportunités offertes par la pair-aidance dans les actions de prévention et d'accompagnement. Ce collectif invite à penser les tensions qui animent les groupes de pairs, mais aussi le poids du regard que les adultes peuvent porter sur eux.

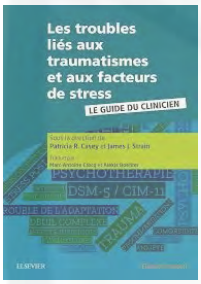
7. Berube Geneviève. **10 questions sur le mutisme selectif chez l'enfant**. Québec: Midi Trente Editions; 2019.

L'enfant mutique n'a pas de problème de langage. Il peut s'exprimer correctement avec sa famille et il n'a généralement aucune difficulté à se faire comprendre. C'est lorsqu'il se retrouve dans certaines situations qu'il cesse de parler : pour commander au restaurant, pour saluer des invités ou pour socialiser à l'école, par exemple. Peu connu et peu diagnostiqué, le mutisme sélectif est caractérisé par l'incapacité régulière d'une personne à parler dans des situations sociales spécifiques. Comme il peut interférer avec la réussite scolaire et avec la communication sociale, il est essentiel d'intervenir rapidement afin d'aider l'enfant à le surmonter. Or, les parents et les intervenants sont souvent bien peu outillés pour reconnaître les enfants mutiques ou pour intervenir avec les bons outils. Ce guide essentiel permettra aux parents, aux enseignants et aux intervenants de bien comprendre les enjeux qui affectent les enfants atteints de mutisme sélectif et d'acquérir des stratégies d'intervention concrètes, qui permettront d'intervenir de manière sensible et efficace, tant à l'école ou en milieu de garde qu'à la maison.

8. Bourne Edmund J., Vade Brigitte. **Le grand livre des troubles anxieux : Toutes les techniques pour surmonter l'angoisse, la panique, les phobies**. Paris: Eyrolles; 2023.

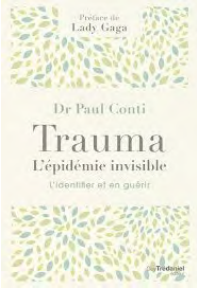
Une personne sur 10 souffre de troubles anxieux. Telle personne se réveille fréquemment au milieu de la nuit la gorge nouée sans savoir pourquoi, telle autre évite les espaces publics fermés de peur de faire un malaise, telle autre encore panique à l'idée de prendre le volant. Sous des formes diverses, l'anxiété empoisonne le quotidien, empêchant celui qui la subit de mener une vie normale. S'appuyant sur les dernières avancées scientifiques ce manuel propose une approche globale des troubles anxieux. Le lecteur trouvera toutes les techniques, approches et outils pour réduire l'anxiété, affronter les crises, et mettre en place à long terme un programme anti-anxiété.

9. Casey Patricia R., Strain James J., Crocq Marc-Antoine, Boehrer Alexis Etienne. **Les troubles liés aux traumatismes et aux facteurs de stress : Le guide du clinicien**. Issy les Moulineaux: Elsevier; 2018.



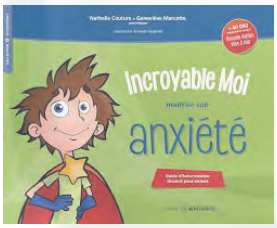
Le clinicien dispose enfin d'une aide au diagnostic et au traitement des troubles liés aux traumatismes et aux facteurs de stress qui vont bien au-delà du stress post-traumatique. Fondé sur un haut niveau de connaissances scientifiques cet ouvrage est le seul en langue française à aborder de manière pratique et clinique un large panel de ces troubles illustrés par des cas cliniques. Le premier enjeu est de distinguer une réponse normale d'une réponse pathologique. Puis le nouveau regroupement diagnostique introduit dans le DSM-5® permet l'explicitation des différents troubles et syndromes : - le trouble de l'adaptation - le trouble stress aigu - le trouble stress post-traumatique - le vécu de désagrégation - le deuil complexe persistant. Enfin les moyens pour surmonter et prendre en charge ces troubles sont exposés au clinicien avec une analyse de la résilience et des thérapeutiques les plus actuelles particulièrement de celles qui se sont avérées les plus efficaces dans des études contrôlées. Cette oeuvre se distingue par une étude fine des aspects médico-légaux des troubles liés aux traumatismes et aux facteurs de stress et des nouveaux développements dans le DSM-5® et la CIM-11 qui succèdera à la CIM-10. L'ouvrage permet de se mettre à jour des recommandations internationales en phase avec l'état actuel de la littérature scientifique internationale notamment pour ce qui est des questions neuropsychologiques pharmacologiques et cognitivo-comportementales. Il constitue un véritable outil de travail à destination des psychiatres psychothérapeutes et psychologues cliniciens qu'ils soient professionnels ou étudiants. Cet ouvrage a été publié dans sa version originale par l'American Psychiatric Association sous le titre Trauma- and Stressor-Related Disorders. A handbook for clinicians.

10. Conti Paul, Germanotta Stefani. **Trauma, l'épidémie invisible : L'identifier et en guérir**. Paris: Guy Trédaniel; 2022.



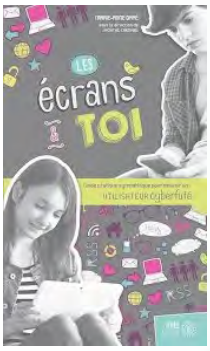
Imaginez une maladie qui, extérieurement, ne présente que des symptômes discrets, mais qui peut s'attaquer à votre corps tout entier sans que vous vous en aperceviez, une maladie qui se transmet facilement et qui peut durer toute une vie si elle n'est pas traitée. Selon le Dr Paul Conti, c'est ainsi que la société devrait concevoir les traumatismes : une épidémie invisible au pronostic potentiellement fatal. Dans cet ouvrage, il expose les recherches les plus récentes ainsi que les meilleures pratiques cliniques, et relate des dizaines d'histoires vécues pour présenter une vision plus approfondie des traumatismes. Il révéla comment ils affectent le corps et l'esprit, mais aussi comment ils se transmettent au sein d'une famille et entre amis proches, de génération en génération... Le traumatisme nous fait douter de qui nous sommes, de ce que nous méritons et de ce que nous sommes capables d'accomplir. C'est pour cela que nous devons le mettre en lumière. Dans ce contexte, le Dr Conti propose une série de changements concrets que nous pouvons apporter, étape par étape, sur les plans individuel et sociétal, pour atténuer les effets des traumatismes et prévenir ceux à venir.

11. Couture Nathalie, Marcotte Geneviève. **Incroyable Moi maîtrise son anxiété**. Québec: Midi Trente Editions; 2021.



Salut ! Je m'appelle Incroyable Moi. Je suis un enfant bien ordinaire, qui ne croit pas toujours en lui, mais je me surprends parfois à être vraiment INCROYABLE ! Tu te demandes en quoi je suis si particulier ? En fait, je suis capable de faire face à mon anxiété comme un vrai super héros... Toi aussi, tu sais, tu peux y arriver ! Dans ce livre, je vais te proposer toutes sortes de trucs pour t'exercer afin de devenir un champion ou une championne pour faire face à ton anxiété. Voici la nouvelle édition revue et mise à jour de ce guide d'intervention conçu pour aider les enfants à mieux comprendre les manifestations physiques, cognitives, émotionnelles et comportementales de l'anxiété. Chacune des sections de ce livre présente une introduction théorique à l'intention des adultes, suivie d'explications simples et imagées, dans des mots d'enfants. Plusieurs exercices concrets et des illustrations amusantes ponctuent cet ouvrage incontournable pour accompagner les enfants de manière efficace et sensible et pour les aider à accroître leur confiance en leurs ressources personnelles.

12. Daye Marie-Anne, Cardinal Jacinthe. **Les écrans et toi : Guide pratique sympathique pour devenir un utilisateur cyberfuté**. Québec: Midi Trente Editions; 2018.



Tablette, ordinateur, téléphone intelligent, jeux vidéo... Les écrans sont partout et on les utilise de toutes sortes de manières pour communiquer, pour travailler, pour apprendre et même pour avoir du plaisir ! Mais quand on y pense, c'est fou ce que ces technologies ont évolué rapidement. Te rends-tu compte ? Il y a seulement 20 ans, on n'aurait jamais cru possible de faire une vidéoconférence avec quelqu'un à l'autre bout du monde ! Avec Internet, tout devient accessible facilement. C'est merveilleux, n'est-ce pas ? En effet, c'est super d'avoir accès aux écrans, mais encore faut-il savoir s'en servir intelligemment. Voici donc un guide pratique (et super sympathique !) conçu pour t'aider à mieux comprendre ce qu'il y a derrière ces technologies, à les utiliser de manière saine et sécuritaire et à maintenir de bonnes relations avec les autres. Car on le sait bien, l'omniprésence des écrans peut parfois créer certaines tensions ! Comment faire pour préserver l'harmonie et pour devenir un utilisateur averti ? C'est ce que tu vas découvrir ici ! (PS. - Tu acquerras même des connaissances sur la saine utilisation des écrans pour mieux négocier ensuite avec tes parents et tes enseignants !)

13. Denis Hélène, Trincat Sébastien. **ZAP. Zen attitude programme**. Carvin: UMEO; 2023.

Le Dr Hélène DENIS, pédopsychiatre au CHU de Montpellier, spécialiste des troubles anxieux de l'enfant et de l'adolescent, enseignante au DU de thérapie cognitive et comportementale à la faculté de médecine de Montpellier et à l'association française de TCC (AFTCC) propose un manuel pour traiter les adolescents anxieux de 11 à 17 ans. Il s'agit d'un programme comprenant 12 séances proposant des techniques cognitivo-comportementales particulièrement adaptées aux enfants. Cet outil est transdiagnostique et peut donc permettre de traiter l'anxiété de séparation, l'anxiété sociale, les phobies spécifiques, le trouble anxieux généralisé, le trouble panique, le refus scolaire anxieux. L'adolescent suit les exercices proposés et rempli directement son cahier. Le thérapeute est là pour le guider, expliquer et éventuellement mettre la priorité sur telle ou telle séance en fonction du diagnostic. Ce type de manuel a démontré son efficacité et il en existe dans de nombreux pays en Europe et aux Etats Unis. Voici le modèle francophone que l'on attendait tous qui permet de traiter efficacement et durablement l'anxiété des jeunes. Contenu / Utilisation : Ce manuel, à remettre aux patients, contient 12 séances détaillées avec des explications et des exercices autour de la gestion de l'anxiété. Il permet au thérapeute un meilleur suivi de ses patients ainsi qu'une meilleure alliance thérapeutique et aide grandement les patients dans la réalisation des exercices entre les séances. Vous découvrirez une série de conseils et des exercices permettant d'apprendre à vaincre l'anxiété. Pour cela, vous allez apprendre à vous relaxer, à contrôler vos émotions, à déjouer les pièges de la pensée et à changer certains comportements. Adapté aux adolescents de 11 à 17 ans.

14. Deslauriers Stéphanie, Despres Geneviève. **Laurent, c'est moi !** Saint Jean sur Richelieu (Québec): Fonfon; 2019.

Laurent possède une foule de connaissances sur les plantes, il excelle en mathématiques et il aime appeler les choses par leur vrai nom. Mais son comportement singulier lui donne parfois du fil à retordre avec ses camarades de classe. Est-ce que la sortie de fin d'année au Jardin botanique pourrait permettre à Laurent d'être perçu autrement ? Un album qui plonge dans le quotidien d'un garçon autiste de manière franche et sensible.

15. Doyon Nancy. **Parent responsabilisant**. Québec: Midi Trente Editions; 2022.

Tous les parents souhaitent que leur enfant devienne une personne autonome et épanouie. Ils veulent tous que leur enfant sache prendre et assumer ses décisions et qu'il soit en mesure de faire des choix éclairés, dans le respect de lui-même et des autres. Et surtout, ils vous le diront tous : ils désirent ardemment qu'il devienne un adulte solide, confiant et libre d'être qui il est, avec ses forces, ses défis et ses aspirations. Quel est le rôle du parent dans la grande marche de son enfant vers l'autodétermination ? Comment peut-il l'accompagner avec doigté et sensibilité? Comment peut-il le guider en tenant compte des enjeux liés à son développement socioaffectif ? Dans cet ouvrage, Nancy Doyon propose aux parents et aux intervenants de découvrir les 10 étapes de l'approche responsabilisante, une démarche appuyée sur les travaux de spécialistes reconnus et sur les plus récentes découvertes en neurosciences affectives, mais surtout sur la vaste expérience de terrain qui a fait la marque de cette figure incontournable en éducation au Québec.

16. Drouot Patrick, Borrel Marie. **Le guide pratique de la cohérence cardiaque : Stress, gestion des émotions, créativité... la cardio-méditation pour mieux vivre au quotidien**. Paris: Guy Trédaniel; 2024.

Votre coeur, vous le sentez battre dans votre poitrine dès que vous y prêtez attention. Ce petit organe d'à peine 300 grammes est indispensable à la vie. Mais son rôle ne se limite pas à cette fonction de pompe. Notre coeur dispose de sa propre petite centrale électrique et de son propre réseau neuronal. Il possède ainsi sa propre intelligence. Mieux : dans la circulation permanente d'informations entre neurones du coeur et neurones du cerveau, c'est le coeur qui domine, pour peu que nous le fassions entrer en cohérence. C'est

justement le but de ce livre : fournir des outils simples pour installer la cohérence des messages électromagnétiques cardiaques. Une fois celle-ci établie, votre coeur peut réagir aux situations avec toute sa sagesse et influencer positivement le cerveau. Après des explications sur le coeur, son fonctionnement et ses relations avec le cerveau, ce livre propose 25 exercices de cardio-méditation permettant de développer le mieux-être quotidien, aussi bien au niveau physique (sommeil, fatigue, douleur...) qu'émotionnel (gérer les émotions, cultiver la paix intérieure, développer la joie...) ou relationnel (mieux communiquer, aimer vraiment...). La cardio-méditation deviendra ainsi votre alliée quotidienne, pour vous aider à mieux vivre avec votre corps, avec vos émotions et avec vos proches, et même à mieux appréhender votre avenir !

17. Filliozat Isabelle, Cazalis Fabienne, Zonk Zelda. **Pareils, pas pareils : Dys, TDAH, autisme, comprendre pour vivre ensemble**. Paris: Nathan; 2025.

On a tous une particularité, quelque chose qui nous distingue et nous rend unique, et nous avons aussi beaucoup de choses en commun, ce qui nous permet de trouver notre place dans le groupe. Mais certains ont tellement de particularités, ils " fonctionnent " de façon tellement différente qu'il leur est plus difficile de trouver leur place. Ce livre parle d'une catégorie bien particulière d'enfants, ceux que l'on dit dys, autistes et TDAH. > Tout comprendre pour mieux vivre ensemble ! Pourquoi sont-ils différents ? Comment fonctionne leur cerveau ? Comment vivre ensemble dans la même classe ? Peut-on réussir ? Oui, c'est l'inclusion ! Et chacun peut y prendre part. Ce livre va t'expliquer comment ! > L'expertise d'Isabelle Fillozat, et celle de Fabienne Cazalis, spécialiste en sciences cognitives > Lecture facilitée, adaptée aux enfants dys, ou qui ont des difficultés de lecture. Un livre pour comprendre comment fonctionnent nos cerveaux et mieux vivre ensemble. Il aborde les particularités des enfants dys, TDAH et autistes, explique comment fonctionne leur cerveau, comment vivre ensemble dans la même classe, et si on peut réussir l'inclusion. Le livre est conçu pour que chacun puisse y prendre part et comprendre ces sujets.

18. Fricotte Lisiane. **Droit des personnes handicapées. 2023**. Paris: ASH Publications; 2023.

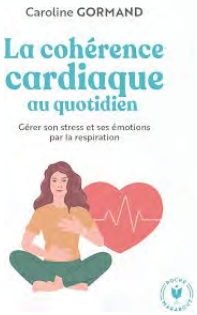
Les termes égalité, citoyenneté, participation, inscrits dans le titre même de la loi du 11 février 2005, sont aujourd'hui d'autant plus d'actualité que les droits apparaissent fragiles et que leur degré d'effectivité peut être mis à mal. Néanmoins, les échéances repoussées en 2015, en matière d'exigences d'accessibilité, approchent. Par ailleurs, la France, rappelée à l'ordre en juillet 2022 pour la non transposition de l'acte législatif européen sur l'accessibilité vient de le faire, avec des mesures d'adaptations à l'horizon 2025. A ce jour, une multitude de textes, de dispositifs et autres plateformes continuent de voir le jour ou de se déployer : citons de manière non exhaustive le calcul de l'allocation aux

Adultes Handicapés, la transformation des Etablissements et Services d'Aide par le Travail. Avec en toile de fond « France Travail » dont les contours restent imprécis et qui impactera aussi le secteur du Handicap. S'y ajoutent des décisions marquantes rendues par les juridictions (en matière de scolarisation, d'emploi, d'habitat, d'aides ou de protection juridique). Il reste à faire face à cette complexité, la dématérialisation à marche forcée contribuant au non recours aux droits sociaux, comme l'a souligné la Défenseure des droits. Le Guide Néret "Droit des personnes handicapées " est indispensable pour comprendre les implications pratiques de ces évolutions. Il décrypte les modifications récentes dans les différents domaines du Droit. Synthétique et pratique, ce guide permet aux personnes en situation de handicap et à toute personne concernée par leur accompagnement (famille, professionnels, associations, pair-aidants...) d'avoir une vision globale et concrète sur le Droit applicable, tout en facilitant la compréhension des démarches à accomplir et des éventuels recours. Que veut dire : "droits attribués à vie" ? Quel est le nouveau mode de calcul de l'allocation aux adultes handicapés pour les personnes vivant en couple ? Quel statut pour les accompagnements des élèves en situation de handicap ? Comment sont pris en compte le handicap psychique et les troubles du neuro-développement ? Quelles sont les normes applicables à l'habitat inclusif ? Quelles sont les possibilités de parcours professionnels des travailleurs en ESAT ? Comment sont déterminés les droits à retraite pour les personnes en situation de handicap ou aidantes? Autant de points abordés dans ce Guide 2023.

19. Gibson Desrochers Susie. **Pourquoi j'ai mal au ventre ? : Guide pratique de l'anxiété chez l'enfant de 7 à 12 ans**. Montréal: Editions Logiques; 2011.

Pourquoi un enfant a-t-il mal au ventre ? Comment savoir si l'anxiété qu'il manifeste est saine ou non ? Pourquoi est-il dévoré par des peurs ? Quelles sont les pistes d'intervention pour un professionnel ? Ce guide présente les divers visages de l'anxiété à laquelle sont en proie certains enfants : anxiété de séparation, phobies simple et sociale, stress post-traumatique, trouble obsessionnel-compulsif, etc. En plus de répondre aux questions des parents et des proches, il propose des solutions : une quarantaine d'activités s'adressant directement á l'enfant, autant d'outils pour diminuer son anxiété. On y apprend comment reconnaitre les agents stressants, quelles sont les actions à entreprendre face à différentes émotions et comment remplacer les pensées irréalistes et noires par des pensées réalistes et roses.

20. Gormand Caroline. **La cohérence cardiaque au quotidien : Gérer son stress et ses émotions par la respiration**. Paris: Michalon; 2023.



La cohérence cardiaque s'impose comme une méthode aux multiples bienfaits. Elle permet de retrouver l'équilibre émotionnel, d'améliorer sa concentration, de diminuer l'anxiété et l'impact du stress sur le corps, de mieux dormir et récupérer, d'être plus à l'écoute, de revenir au calme. La technique, basée sur un rythme de respiration ultra simple et efficace, est facile à mettre en place, à tout moment. 5 minutes de pratique quotidienne 3 fois par jour sont déjà bénéfiques ! Dans cet ouvrage, Caroline Gormand livre toutes les clés de cette pratique, et notamment : - Les explications essentielles pour comprendre son fonctionnement et les notions physiologiques qui s'y réfèrent. - 28 exercices pour les adultes, enfants et bébés pour pratiquer au quotidien, seul ou avec les autres.

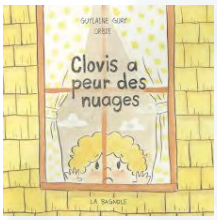
21. Grise Bolduc Marie-Ève. **Le trauma complexe chez l'enfant et l'adolescent**. Québec: Midi Trente Editions; 2022.

Lorsqu'un enfant ou un adolescent présente un trauma complexe, c'est qu'il a été exposé de manière chronique ou répétée à des traumatismes interpersonnels (p. ex. abus, négligence, violence) impliquant habituellement un parent, un membre de la famille ou une figure significative. Souvent très difficiles à vivre, ces traumas entraînent malheureusement des conséquences complexes. Ce guide permet de mieux comprendre les jeunes qui vivent des traumas complexes en prenant en considération ce qui se cache sous leurs comportements préoccupants : des besoins non comblés, des émotions trop difficiles à gérer et la perception de menaces et de dangers. Comme l'intervention auprès de ces jeunes comporte de nombreux défis, cet ouvrage propose plusieurs pistes d'intervention pour accompagner les jeunes touchés de manière sensible et adaptée à leurs enjeux. Il s'adresse donc aux parents, aux enseignants, aux éducateurs, aux intervenants, aux familles d'accueil et aux différents professionnels qui prennent soin d'eux en y mettant tout leur coeur et leur énergie.

22. Guay Guylaine, Orbie. **Est-ce que Clovis est un papillon ?** Montréal: Les éditions de la Bagnole; 2024.

Clovis adore marcher avec sa maman. Il gambade. Il sautille. Mais, surtout, il agite les mains de bas en haut, de haut en bas, de droite à gauche, de gauche à droite, et ce, sans arrêt !Alors, partout où il va, il ne passe pas inaperçu. Les enfants au parc se posent des questions. Il a un maringouin dans les bobettes ? Il vient d'une autre planète ? À moins que Clovis ne soit un papillon…

23. Guay Guylaine, Orbie. **Clovis a peur des nuages**. Montréal: Les éditions de la Bagnole; 2024.



Clovis a peur des nuages. Des petits nuages. Des gros nuages. Des nuages blancs. Des nuages gris. Des nuages noirs. Des nuages ronds. Des nuages longs. Pourquoi ? Personne ne le sait. Même pas sa maman. Alors, comment Clovis vaincra-t-il sa peur ?

24. Hagimoto Souhachi, Morita Renji, Bonavita Emmanuel. **Une fille atypique. 5.** Vanves: Pika Edition; 2024.

Le quotidien de Taku et Megumi est toujours rythmé de haut et de bas. Cette fois, Taku lui dit pour la première fois qu'il a été déçu par son comportement, ce qui provoque un terrible choc chez elle. Megumi décide de confier son désarroi à sa voisine, Mme Takamatsu, mais elle finit par blesser cette dernière sans s'en rendre compte. Alors que la jeune fille pensait avoir fait d'énorme progrès pour communiquer avec les autres, elle a finalement l'impression de ne pas du tout avoir évolué...

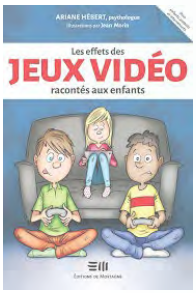
25. Hagimoto Souhachi, Morita Renji, Bonavita Emmanuel. **Une fille atypique. 6.** Vanves: Pika Edition; 2024.

Megumi et Taku s'apprêtent à vivre une nouvelle expérience : faire la connaissance d'un couple dans une situation similaire à la leur. Alors que leur avenir semblait si incertain, de nouvelles perspectives s'ouvrent à eux.

26. Harris Russ, Midal Fabrice, Lansac Jean-Loup. **Le piège du bonheur : Arrêtez de vouloir être heureux à tout prix et vivez pleinement**. Montréal: Les Editions de l'Homme; 2024.

Arrêtez de vouloir être heureux à tout prix et vivez pleinement ! Plus que jamais auparavant, on nous sommes d'être heureux. Partout et en tout temps, nous cherchons ce bonheur parfait et permanent, celui qui nous est sans cesse renvoyé sur nos fils d'actualité. Mais selon le médecin et psychothérapeute Russ Harris, notre quête du bonheur et les moyens que nous prenons pour y accéder peuvent finir par nous rendre malheureux. La recrudescence du stress, de l'anxiété et de la dépression dans nos sociétés n'est d'ailleurs pas étrangère à cette volonté d'être heureux à tout prix.Dans cette nouvelle édition entièrement revue, Russ Harris fournit un moyen d'échapper à cette recherche éperdue et impossible du bonheur. Avec un ton dynamique, il présente les idées et les techniques de la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT), couvrant encore plus de sujets et fournissant plus d'outils pratiques. Apprenez à clarifier vos valeurs, à développer votre autocompassion et à retirer une véritable satisfaction quant à la vie que vous menez. Vous y trouverez des façons de : • réduire le stress et l'inquiétude ; • gérer plus efficacement les pensées et les sentiments douloureux ; • briser les habitudes autodestructrices ; • surmonter l'insécurité et le doute de soi ; • nouer de meilleures relations ; • vous épanouir au travail et améliorer vos performances. Vous manquez de confiance en vous ? Vous luttez contre la maladie ? Vous faites face à une perte ? Vous occupez un emploi stressant ? Vous souffrez d'anxiété ou de dépression ? Ce livre dévoile les secrets d'une vie vraiment épanouissante et vous montre comment construire un bonheur authentique.

27. Hebert Ariane, Morin Jean. **Les effets des jeux vidéo racontés aux enfants**. Boucherville: Editions de Mortagne; 2024.

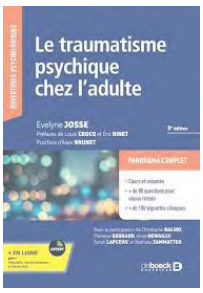


Mahée, Nicolas et Olivier adorent les jeux vidéo. Résultat : ils passent trop de temps devant les écrans. Leurs parents ont tenté de fixer des règles, mais des conflits éclatent souvent à ce propos. Heureusement, Professeur est là pour expliquer aux enfants ce qui les rend aussi accros à cette activité ! Votre enfant accorde-t-il beaucoup de temps aux jeux vidéo ? Délaisse-t-il d'autres activités pour s'y consacrer ? A-t-il des changements d'humeur lorsqu'il cesse d'y jouer ? Si vous avez répondu oui à l'une de ces questions, ce conte illustré vous permettra, à vous et à votre enfant, de comprendre les effets des jeux vidéo sur son cerveau. Vous serez ainsi plus outillé pour l'aider à faire de bons choix pour lui. Faites le plein de trucs et de stratégies pour l'aider à diminuer son temps de jeu ! Vous verrez, le quotidien de toute la famille en profitera !

28. Hingray Coraline, El-Hage Wissam, Dezarmenien Matthieu. **Le trauma, comment s'en sortir ?** Louvain-la-Neuve: De Boeck Supérieur; 2020.

Personne n'est à l'abri d'être victime d'un trauma, plus ou moins grave... Accident, victime de catastrophe, viol, agression... On n'y pense jamais mais quand cela arrive, la personne est dévastée, perdue et ne sait pas quoi faire. De plus, bien souvent l'entourage ne comprend pas, ne sait comment agir... Ce livre aidera chacun, victime et entourage, aux différents moments de la crise (en aigu, en post immédiat, à plus long terme) à : - comprendre : pourquoi je réagis ainsi ? est-ce normal ou non ? ...- agir : que faire pour m'aider ou l'aider ? comment faire face aux pensées et à ses émotions ? - traiter : quels traitement choisir (EmDR, hypnose, médicaments... .)? Quand me faire aider ?

29. Josse Evelyne, Baliko Christophe, Bernard Florence, Dewailly Anne, Lapcevic Sarah, Zammatteo Nathalie, Crocq Louis, Brunet Alain, Binet Eric. **Le traumatisme psychique chez l'adulte**. Bruxelles: De Boeck; 2023.



Si après un événement potentiellement traumatisant, certaines personnes n'éprouvent que de déplaisantes réactions de stress ou ne manifestent qu'un éphémère désordre traumatique, d'autres souffrent quant à elles de troubles chroniques sous forme de symptômes sporadiques, récurrents ou fixés en névrose traumatique. Quels sont les événements susceptibles de générer des conséquences traumatiques ? Quels sont les paramètres influençant l'apparition, la fréquence et l'intensité des symptômes traumatiques ainsi que leur maintien dans le temps ? Qu'entend-on par résilience ? Quels sont

réactions et le devenir à court, moyen et long termes des personnes accidentées, grièvement blessées, violées, torturées, agressées physiquement ou psychologiquement, malmenées par les catastrophes naturelles et les conflits armés, témoins d'un incident violent ou d'un décès inopiné ou confrontées à tout autre événement délétère ? Pour répondre à ces questions, l'auteur explore l'ensemble des connaissances théoriques accumulées en matière de traumatisme, offrant une synthèse particulièrement exhaustive mais accessible des réactions traumatiques chez l'adulte. Pratique, cet ouvrage étoffera les connaissances des étudiants, psychologues, psychiatres, médecins et assistants sociaux concernés ou intéressés par le traumatisme ainsi que tous les professionnels en contact avec des personnes traumatisées.

30. Kerbage Hala. **Mon enfant face au traumatisme**. Paris: Ellipses; 2022.

Loin d'être une liste d'évènements ou un choc que l'on subirait passivement, le psychotraumatisme est avant tout une expérience d'impuissance et d'effroi, en intrication étroite avec le développement de l'enfant. Le but de ce livre est de fournir aux parents et aux professionnels des clefs pratiques pour soutenir l'enfant exposé à un ou des évènements traumatisants afin de renforcer ses capacités d'adaptation et de restituer chez lui des sentiments de cohérence et de sécurité. L'auteure tente d'unifier un vaste corpus de connaissances sur le sujet, établi par des décennies de recherche et imprégné de son expérience clinique au Liban et en France, en restaurant des connections entre les sphères publiques et privées, entre les survivants de maltraitance infantile, d'abus sexuel, d'atrocités de guerre, d'attentats terroristes, de deuils traumatiques ou encore de harcèlement. C'est un livre sur l'expérience traumatique des enfants, une expérience humaine partagée et universelle.

31. Lopez Gérard. **Traiter les psychotraumatismes**. Paris: Dunod; 2020.

Après avoir présenté les conséquences psychologiques d'un choc traumatique et défini le cadre thérapeutique, cet atelier expose les principaux traitements actuels du traumatisme psychique : les thérapies validées par la recherche et les consensus professionnels (TCC, EMDR, thérapies psychodynamiques, hypnose ericksonienne) ; les techniques recommandées comme le débriefing, les groupes de parole, la prise en charge familiale, la relaxation et autres techniques de gestion des émotions ; le traitement de deux graves complications consécutives aux comorbidités les plus fréquentes : dépression-suicide et addictions. Cet ouvrage à visée pratique comporte de nombreux documents de travail (modèles de fiches évaluatives et de dossiers patients, tableaux synthétiques...) et de très nombreux cas cliniques. Public : Professionnels de santé, psychiatres, psychothérapeutes, psychologues, intervenants sociaux, juristes.

32. Milot Tristan, Collin-Vézina Delphine, Godbout Natacha. **Trauma complexe : Comprendre, évaluer et intervenir**. 15 ed. Sainte-Foy (Québec): Presses de l'Université du Québec; 2018.

Les traumas complexes représentent un phénomène social et de santé publique névralgique. Comment comprendre et évaluer les traumas complexes? Comment intervenir et intégrer des pratiques sensibles aux traumas dans les différents milieux où évoluent les jeunes? De quelle manière les connaissances contemporaines nous invitent-elles à agir autrement et à revoir l'organisation des services?En misant sur des expertises complémentaires et sur une perspective multifactorielle tenant compte de la complexité du phénomène, le présent ouvrage propose un tour d'horizon de l'historique des traumas complexes, de leurs répercussions, des modèles explicatifs et des programmes probants en matière d'évaluation et d'intervention. Il appelle à l'édification collective de sanctuaires où victimes, proches et intervenants se sentent acceptés, soutenus, aidés. Ce premier ouvrage en français traitant de ce sujet s'adresse à tout intervenant, chercheur, étudiant ou gestionnaire préoccupé par le bien-être des enfants et des adolescents traumatisés.

33. O'hare David. **Cohérence kid**. Vergèze: Thierry Souccar Editions; 2018.

Cohérence Kid s'adresse à vous, parents, enseignants ou soignants. Ce guide pratique va vous aider à installer et renforcer des ressources psychologiques qui serviront aux enfants (de 2 à 1 1 ans) toute leur vie. Il vous aidera aussi à résoudre les petits tracas du quotidien : peur du noir, anxiété, mal au ventre, insomnie, hypersensibilité... Vous allez apprendre aux enfants à pratiquer la cohérence cardiaque, une respiration guidée qui a de multiples bienfaits. La cohérence cardiaque aide l'enfant à s'apaiser, se recentrer, augmente l'attention, la confiance en soi, améliore l'apprentissage et la mémorisation, favorise la résilience : l'enfant qui est régulièrement en cohérence cardiaque est plus enclin à être autonome et rebondir en toutes situations. Pour doter vos enfants de tous ces superpouvoirs, le Dr David O'Hare propose 47 "respiroutines" comme Le calme papillon, Le coeur à deux bras, L'orchestre imaginaire, Le cercle de l'amitié, Le moulin à vent... Autant de jeux respiratoires qui permettent à l'adulte de guider la respiration de l'enfant et le placer en cohérence. Ces exercices ludiques et simples ont fonctionné pour des milliers d'enfants. Ils sont testés à grande échelle dans des écoles en France et au Québec.

34. O'hare David. **Cohérence cardiaque 3.6.5 : Le guide de respiration antistress**. Vergèze: Thierry Souccar Editions; 2019.

Cohérence cardiaque 3.6.5, la méthode antistress la + simple du monde Révélée par le Dr David Servan-Schreiber, la cohérence cardiaque est une pratique thérapeutique reconnue par la science et conseillée par les médecins. Cette pratique, gratuite comme l'air et inspirante, est basée sur une respiration rythmée. Ce livre vous apprend à l'intégrer à votre quotidien pour qu'elle vous délivre tous ses bienfaits. 3.6.5 c'est... 3 fois par jour, 6 respirations par minute pendant 5 minutes Les bénéfices de la cohérence cardiaque : . Gestion du stress, de l'anxiété et de leurs conséquences . Meilleur sommeil . Diminution des fringales, perte des kilos émotionnels . Mise à distance des émotions négatives . Diminution du risque cardio-vasculaire . Amélioration de l'apprentissage . Aide à la prise de décision 3.6.5 c'est tout ce qu'il y a à savoir pour faire de la cohérence cardiaque une alliée santé au quotidien !

35. Pascotto-Maurin Christine. **Gestion du temps**. Paris: Ellipses; 2023.

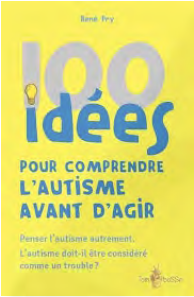
La gestion du temps est au cœur des préoccupations de beaucoup d'entre nous. C'est une discipline qui nécessite de s'interroger sur son organisation, ses pratiques et qui demande une implication sans faille. Cet ouvrage, dont l'objectif est d'aider chacun à trouver sa méthode pour s'améliorer dans la gestion de son temps, propose une multitude d'outils : - des témoignages de professionnels qui partagent leurs astuces, méthodes et pratiques ; - des rubriques "Action !" pour mettre en application les principes et méthodes exposés (SMART, OKR, MBTI ...) ; - des exemples de shémas, cartes mentales, tableaux, calendrier, etc ... afin de visualiser les tâches à réaliser sur la journée, la semaine ou le mois.

36. Poulin Marie-Hélène, Des Rivieres-Pigeon Catherine, Gendron Roxanne, Malboeuf Valérie, Desy-Masse Etienne. **Etre des alliées pour favoriser l'inclusion sociale des autistes**. Longueuil: Béliveau Editeur; 2024.

Si l'inclusion sociale des autistes est un objectif d'une importance capitale, tant pour ces personnes et leurs proches que pour l'ensemble de la société, force est de constater que son atteinte demeure aujourd'hui partielle. L'objectif de cet ouvrage est d'intégrer à la pratique psychoéducative des outils pour intervenir auprès des personnes autistes et de leurs familles de manière inclusive, en tenant compte des dynamiques sociales et cliniques spécifiques. Il se situe au carrefour des savoirs scientifiques, des savoirs

professionnels et des savoirs expérientiels des personnes autistes et de leurs proches. Les psychoéducateurs et les psycho-éducatrices y trouveront des concepts sur lesquels s'appuyer en fonction de leurs besoins et de ceux de leurs clients, pour devenir des alliées. Parmi les thèmes abordés, on retrouve les stratégies de collaboration, les réalités vécues par les familles d'enfants, d'adolescents et d'adultes autistes, et les perspectives des adultes autistes dont il faut tenir compte pour développer une pratique inclusive.

37. Pry René. **100 idées pour comprendre l'autisme avant d'agir : Penser l'autisme autrement. L'autisme doit-il être considéré comme un trouble ?** Paris: Tom Pousse; 2025.



Le titre de cet ouvrage est emprunté à un énoncé de Bronfenbrenner : " Si tu veux comprendre un phénomène, essaye de le changer. " Il ne s'agit pas de renverser le premier principe qui devrait nous guider avant de tenter ou de proposer une intervention, mais de l'appliquer aux contextes éducatifs auxquels sont nécessairement confrontées toutes les personnes qui sont chargées d'accompagner les enfants avec autisme. Avant d'affronter les contraintes développementales, les façons d'apprendre et de construire des connaissances auxquelles ces enfants doivent obéir, il est nécessaire d'avoir des informations sur ce phénomène. Comment est-il décrit ? Est-il associé à des causes identifiées ? Quand un diagnostic est posé, ce diagnostic est-il stable au cours de la vie ? Que sait-on de l'efficacité des interventions proposées à ce jour ? Quelle place prendre en tant que parents ? Comment ces enfants pensent-ils ? ... Q Ce livre est organisé en quatre parties égales : I. Le spectre, 2. Déterminants, processus, mécanismes, évolutions et trajectoires, 3. Intervenir et 4. Applications. Le développement humain, qu'il soit habituel' ou atypique, est chaotique, imprévisible, facétieux et malin. Essayer de le dompter, de le détourner, de le déjouer, de lui faire changer de trajectoire est une entreprise pleine de risques et probablement beaucoup plus compliquée que ce que l'on potinait penser. C'est en tout cas ce que montrent à ceux qui s'y essayent les résultats de la littérature spécialisée.

38. Puren Olivier. **Les droits des personnes handicapées**. Paris: Le Particulier Editions; 2024.

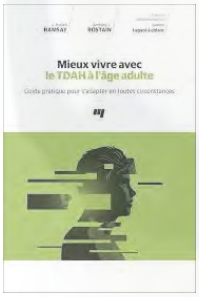
Le handicap concerne 12 millions de personnes, tous types de handicaps confondus, soit environ un Français sur six. Ces citoyens doivent pouvoir mener une vie sociale sans discrimination. Depuis la loi majeure du 11 février 2005 « pour l'égalité des droits et des chances », de nombreuses mesures ont donné aux personnes handicapées les moyens de réaliser leur projet de vie, de manière la plus autonome possible, malgré l'altération ou la limitation de leurs capacités. Cependant, aujourd'hui encore, l'information relative à leurs prérogatives est disparate, complexe et difficile à trouver. Afin que chaque personne en situation de handicap puisse connaître et faire valoir ses droits, cette nouvelle édition fait le point sur les dernières évolutions législatives en la matière : AAH individualisée,

mesures en faveur du travail en milieu ordinaire, alignement des droits des travailleurs en ESAT sur celui des salariés, amélioration des conditions de scolarisation des enfants, aide MaPrimeAdapt, reconnaissance facilitée de la qualité de travailleur handicapé (RQTH) pour les jeunes... Un ouvrage indispensable pour les personnes concernées, leurs proches et les professionnels qui les entourent.

39. Rae Tina, Smith Jessica, Mcguinness Marion. **En mode ado, t'inquiète, je gère : Guide pour être bien dans sa tête**. Louvain-la-Neuve: De Boeck Supérieur; 2021.

Tu es un ado et tu n'es pas toujours en pleine forme. T'inquiète, c'est normal ! Les hauts et les bas, le stress, les copains et les relations parfois compliquées, la famille super ou éclatée, l'école en mode paradis ou enfer, ton corps qui change et te plaît ou pas, tous les ados font face à ces difficultés. L'important, c'est de savoir comment réagir et comment prendre soin de soi. Tu as, en toi, toutes les ressources nécessaires... Il ne reste qu'à les identifier et les utiliser.

40. Ramsay J. Russell, Rostain Anthony L., Lagace-Leblanc Jeanne. **Mieux vivre avec le TDAH à l'âge adulte : Guide pratique pour s'adapter en toutes circonstances**. Sainte-Foy (Québec): Presses de l'Université du Québec; 2020.



Pour plusieurs individus, les symptômes liés au trouble de déficit de l'attention/hyperactivité (TDAH) persistent à l'âge adulte, entraînant d'importantes atteintes fonctionnelles. L'un des obstacles majeurs au bon fonctionnement des adultes ayant un TDAH est que, bien qu'ils sachent ce qu'ils ont à faire, ils arrivent difficilement à se mettre en action. Cette difficulté a des répercussions sur plusieurs sphères de leur vie et affecte leur aptitude à trouver l'aide dont ils ont besoin au quotidien et à utiliser les stratégies proposées dans les manuels et les thérapies psychosociales. Spécialistes de l'évaluation et du traitement des adultes vivant avec un TDAH, les auteurs du présent ouvrage sont des figures de proue du développement des soins psychosociaux adaptés à ce groupe de patients. Mieux vivre avec le TDAH à l'âge adulte fournit, sous la forme d'un guide, des stratégies efficaces à appliquer dans la vie de tous les jours, par soi-même ou avec l'accompagnement d'un praticien. Les auteurs y traitent, entre autres, des défis liés à certains contextes (travail, école, etc.), à la santé ainsi qu'à l'hygiène de vie, et démystifient le traitement pharmacologique.

41. Snel Eline, Van Rillaer Jacques, Boutavant Marc, Andre Christophe. **Calme et attentif comme une grenouille**. Paris: Arènes; 2024.

Une méthode simple et qui marche ! La méditation pour les enfants de 4 à 12 ans. Les enfants d'aujourd'hui sont souvent agités, dispersés, stressés. Comment les aider à s'apaiser ? Cette méthode de méditation est un outil simple et efficace qui a conquis les parents et les enfants du monde entier. Elle s'adapte aux besoins des enfants et leur procure des bénéfices immédiats. Le livre est accompagné d'exercices audio à télécharger pour les aider au quotidien et leur apprendre à savourer pleinement chaque instant de la vie.

42. Vanwalleghem Stéphanie, Deborde Anne-Sophie. **Prise en charge du TDAH par les TCCE : De l'enfance à l'âge adulte**. Issy-les-Moulineaux: Masson; 2024.

Le Trouble Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH) est caractérisé par trois symptômes majeurs : le déficit de l'attention, l'hyperactivité et l'impulsivité. Il concerne 3,5 à 5,6 % des enfants scolarisés, persiste souvent à l'âge adulte et s'accompagne fréquemment de troubles comorbides. Ce trouble est susceptible d'impacter de nombreux domaines du développement cognitif, émotionnel et social, et peut compromettre l'adaptation. C'est pourquoi, à tout âge, une prise en charge en psychothérapie peut être nécessaire pour aider la personne à gérer son trouble et ses retentissements. Après une présentation des outils d'évaluation du trouble, ce livre illustre, à travers des études de cas et des exemples de protocoles, comment les techniques des Thérapies Comportementales, Cognitives et Émotionnelles (TCCE) telles que la psychoéducation, la restructuration cognitive, l'économie de jetons, la relaxation, la méditation, la thérapie d'acceptation et d'engagement, l'entrainement aux habiletés parentales, l'affirmation de soi, le reparentage en imagerie, etc., permettent d'accompagner les personnes présentant un TDAH pour les amener à développer des stratégies d'adaptation. Fondé sur les connaissances scientifiques, les recommandations actuelles et sur l'expérience clinique des auteurs, l'ouvrage s'adresse aux professionnels (psychiatres, psychologues, psychothérapeutes...) qui souhaitent enrichir leurs compétences cliniques et thérapeutiques dans la prise en charge du TDAH, chez l'enfant et chez l'adulte, en suivi individuel ou en groupe.

43. Verret Aimée, Morin Jean. **Le deuil raconté aux enfants**. Boucherville: Editions de Mortagne; 2024.

Le chien de Maude était très malade. Quand ses parents l'ont emmené chez le vétérinaire, elle n'a jamais pensé qu'ils reviendraient sans lui. Comment passera-t-elle à travers cette lourde perte ? Avec la collaboration de sa grand-mère, Maude célébrera son compagnon en mettant au point un rituel qui lui ressemble. Votre enfant vient de dire adieu à un être cher ? Votre famille déménage dans une nouvelle ville, traverse un divorce ou connaît tout autre changement important ? L'expérience du deuil est inévitable, et chaque enfant la vit différemment, en fonction de son milieu et de son tempérament. Ce conte illustré vous permettra d'aborder la question ensemble, d'une façon simple et imagée. Grâce à la section auto-observation de ce petit livre accessible et coloré, découvrez les étapes du processus de deuil et apprenez à reconnaître les émotions et comportements qui y sont associés. Faites le plein d'interventions pour accompagner votre enfant dans son cheminement et l'aider à s'exprimer. Vous verrez, ce n'est pas si compliqué !