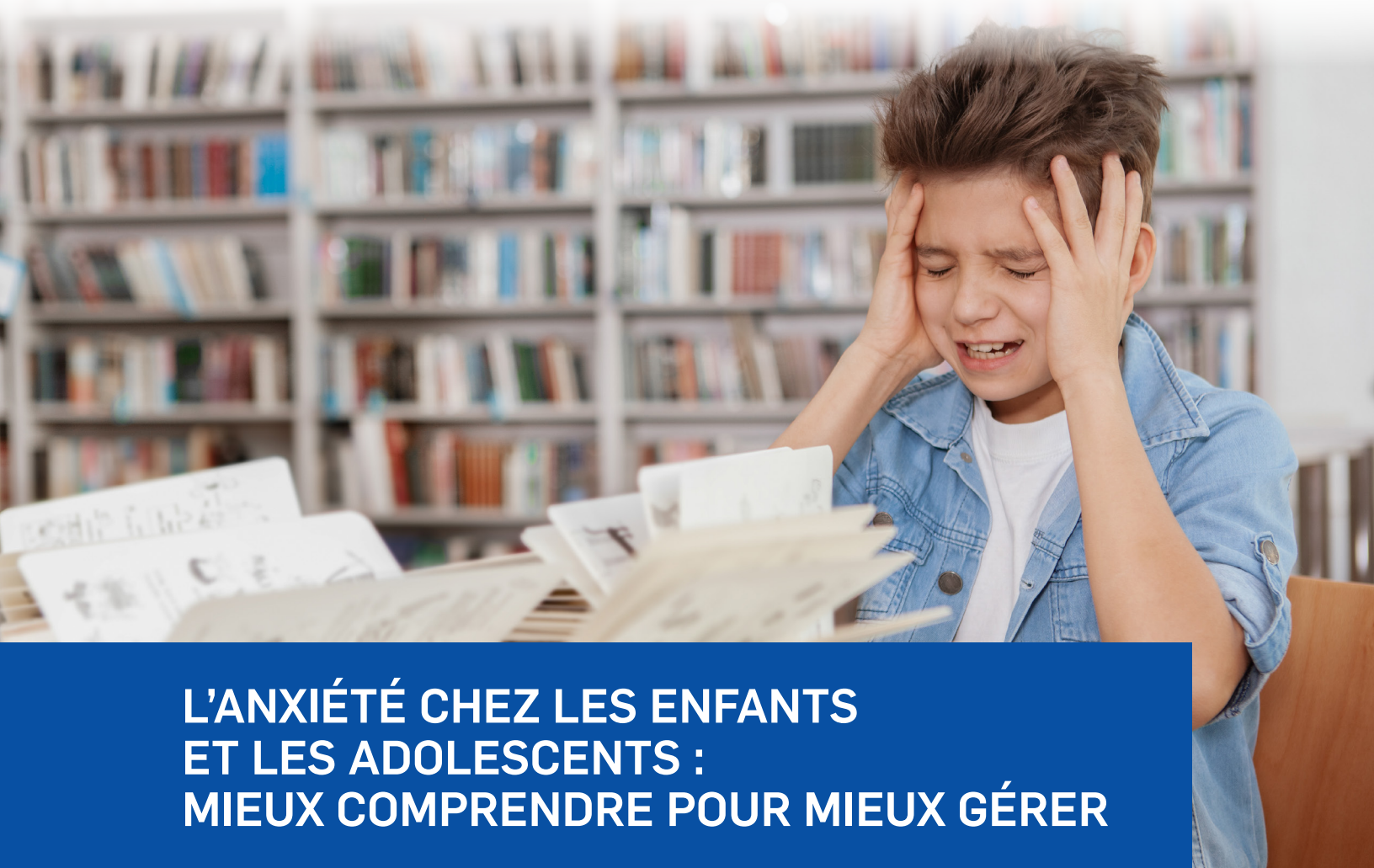




COFFRE à OUTILS

POUR ACCOMPAGNER LES JEUNES DANS LEURS BESOINS ÉMOTIONNELS ET RELATIONNELS



L'ANXIÉTÉ CHEZ LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS : MIEUX COMPRENDRE POUR MIEUX GÉRER

OUTIL 20 – RECUEIL DE LITTÉRATURE POUR INTERVENANTS ET PARENTS

OUTIL : De prévention | D'intervention

PUBLIC CIBLE : Adulte

PERSONNES VISÉES : Parents, enseignants et autres intervenants

CONCEPTION

Julie Beaulieu, Ph. D.
Sarah Kirouac, B. Éd.



INTENTIONS DE L'OUTIL

- Comprendre la peur, le stress et l'anxiété de l'enfant ou de l'adolescent.
- Accompagner l'enfant ou l'adolescent dans la saine gestion de ses peurs, de son stress ou de son anxiété.

GROUPE D'ÂGE CIBLÉ

- Adultes (intervenants et parents).

DESCRIPTION DE L'OUTIL

Ce recueil de littérature présente d'abord une liste de références permettant aux intervenants et aux parents de mieux comprendre la peur, le stress ou l'anxiété de l'enfant ou de l'adolescent dans le but de mieux l'accompagner et le soutenir dans la saine gestion de son stress ou de son anxiété. Ensuite, des outils pratiques sont proposés dans le but que l'intervenant ou le parent puisse guider concrètement l'enfant ou l'adolescent dans la compréhension, l'identification et la gestion de ses peurs, de son stress ou de son anxiété.

RESSOURCES POUR LES INTERVENANTS ET LES PARENTS

Même pas peur! - Anne Bacus-Lindroth (2005), Éditions Marabout

Les troubles anxieux expliqués aux parents - Chantal Baron (2001), Éditions du CHU Ste-Justine

10 questions sur l'anxiété chez l'enfant et l'adolescent. Mieux comprendre pour mieux intervenir
Caroline Berthiaume (2017), Éditions Midi trente

L'enfant sous pression - Dona G. Corwin (2006), Éditions de l'Homme

Attention, enfant sous tension! Le stress chez l'enfant - Germain Duclos (2011), Éditions du CHU Ste-Justine

L'enfant anxieux : Comprendre la peur de la peur et redonner courage - Jean E. Dumas (2012), Éditions De Boeck

Maman j'ai peur, chéri je m'inquiète. L'anxiété chez les enfants, les adolescents et les adultes
Nadia Gagnier (2007). Les Éditions La Presse

75 trucs et stratégies d'adaptation : Pour composer avec le stress, l'anxiété et la colère
Janine Halloran (2019), Éditions Midi trente

Anxiété: La boîte à outils - Ariane Hébert (2016), Éditions de Mortagne

Maman, j'y arriverai jamais : Face à la peur de l'échec, comment redonner confiance à votre enfant
Marc Litière (2004), Éditions De Boeck

Quand l'adolescent va mal... L'écouter, le comprendre, l'aimer - Xavier Pommereau (2003), Éditions j'ai Lu

L'enfant et l'adolescent anxieux : les aider à s'épanouir - Dominique Servant (2005), Éditions Odile Jacob



GUIDES D'ACCOMPAGNEMENT POUR UNE SAINTE GESTION DU STRESS OU DE L'ANXIÉTÉ

L'anxiété et le stress chez les élèves - Chantal Besner (2016), Éditions Chenelière Éducation

Incrovable Moi maîtrise son anxiété - Nathalie Couture et Geneviève Marcotte (2011), Éditions Midi trente

Extraordinaire Moi calme son anxiété de performance - Nathalie Couture et Geneviève Marcotte (2014), Éditions Midi trente

Super Moi surmonte sa timidité - Nathalie Couture et Geneviève Marcotte (2015), Éditions Midi trente

Attention : Estime de soi en construction - Stéphanie Deslauriers (2013), Éditions Midi trente

Mindfulness- La pleine conscience pour les enfants - David Dewulf (2015), Éditions De Boeck

Opération - Mieux te connaître pour mieux agir. Trousse de connaissance de soi et d'analyse des comportements
Geneviève Dufour (2012), Éditions Midi trente

Pourquoi j'ai mal au ventre? : guide pratique de l'anxiété chez l'enfant de 7 à 12 ans
Susie Gibson Desrochers (2011), Éditions Logiques

Guide d'accompagnement pour la prise en charge des troubles anxieux chez l'enfant
Mylène Guinchereau (2012), La Boîte à Livres Éditions

Champion pour maîtriser ses peurs - Dawn Huebner (2009), Éditions Enfants Québec

Aider l'enfant anxieux. Guide pratique pour parents et enfants - Sophie Leroux (2016), Éditions du CHU Ste-Justine

Calme et attentif comme une grenouille. La méditation pour les enfants... avec leurs parents
Éline Snel (2013), Éditions Transcontinental

Respirez. La méditation pour les parents et leurs ados - Éline Snel (2015), Éditions Transcontinental