



## « ETRE PARENTS AUJOURD'HUI »

Fond documentaire mis à disposition au Point Accueil Famille en lien avec la parentalité. Ce fonds regroupe des ouvrages variés qui peuvent être empruntés par tous, gratuitement. N'hésitez pas à nous faire part de propositions de références de livres pour enrichir cette malle.

Les ouvrages sont classés sous les rubriques suivantes :

• LE DEVELOPPEMENT DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT	Page 2
• PARENTALITE ET FAMILLE	Page 6
• EDUCATION	Page 12
• MONOPARENTALITE et Famille recomposée	Page 14
• SEPARATION (divorce deuil...)	Page 16
• AMOUR ET SEXUALITE	Page 19
• SCOLARITE	Page 21
• HANDICAP	Page 23
• ADOPTION	Page 25
• FRATRIES	Page 26
• ALIMENTATION ET SANTE	Page 29
• PREVENTION	Page 31

## ***Parents ados 100 mots pour se comprendre***

*Editions Bayard, 300 pages.*

S'il était facile d'être parent d'adolescent, ça se saurait ! Voilà un outil précieux pour entrer dans l'univers des 14/20 ans ; mieux les connaître et avoir de meilleures relations avec eux. De A comme « acné » à W comme « Wow », tous les mots de l'adolescence sont là et donnent accès à des enquêtes approfondies, des témoignages de lycéens et des interviews de psy, d'éducateurs, d'enseignants. A mettre entre les mains de tous les parents qui veulent comprendre leurs adolescents.

## ***La culture de vos ados***

Gérard Neyrand ; *Editions Fleurus*

Comment les parents et les éducateurs peuvent-ils se positionner face à l'influence qu'exercent sur les ados le groupe des copains et la pression de la culture jeune ? Comment éviter l'intrusion et le conflit tout en restant attentif aux fréquentations et aux sorties ? Comment enfin soutenir les ados dans leurs premiers engagements identitaires, affectifs et culturels, en évitant l'écueil du copinage ou de la ringardise ?...

## ***Eveil et socialisation***

### ***La place des enfants dans les modes d'accueil.***

Gérard Neyrand, Nathalie Fraïoli ; *Pros pages Editions*

En France, les modes d'accueil du jeune enfant suscitent de nombreuses insatisfactions chez les parents et soulignent des inégalités d'un foyer à l'autre.

A partir de ce constat, deux sociologues mènent l'enquête. Quelles sont les différentes pratiques d'accueil de la petite enfance ? Et les familles concernées ? Les foyers issus de milieux défavorisés cumulent les difficultés...Face à ces difficultés, ces injustices, comment les familles fonctionnent-elles ? Les auteurs laissent aussi la parole aux responsables des structures d'accueil...

Cet ouvrage s'avère un outil précieux pour les professionnels de la petite enfance, les enseignants et les chercheurs. Ils y trouveront l'analyse des différents types de regard que les adultes peuvent porter sur la socialisation de l'enfant selon les modalités de son accueil.

## ***Petites histoires pour devenir grand (tome 1)***

Sophie Carquain, *Editions Le Livre de Poche, 397 pages*

On voudrait que l'enfance soit sans nuages. Elle est pourtant jalonnée de questions, d'angoisses et de chagrins qui font souffrir, mais aussi grandir. Pour y faire face et les surmonter, les enfants ont besoin de pouvoir en parler... Ou qu'on leur en parle. Parce que l'imagination est le mode privilégié pour communiquer avec eux, les petites histoires de Sophie Carquain les aident, mine de rien, mieux qu'un propos pédagogique. Des difficultés de la nuit aux grands problèmes du monde (guerre, publicité, obsession de l'argent...), en passant par la jalousie, le divorce, le racket, ou la différence, l'enfant est avide de vérité. Grâce à ce livre, les parents trouveront un support pour aborder les soucis quotidiens des enfants, dans leur langage. Ils puiseront dans les pages « Côté parents » des éléments de réflexion pour mieux les comprendre.

## ***Petites histoires pour devenir grand (tome 2)***

Sophie Carquain, *Editions Le Livre de Poche*, 402 pages

Veiller à la santé et à la sécurité des enfants : c'est le rôle des adultes. Mais comment éviter ces petites phrases répétitives et usantes : « Va te brosser les dents », « pas trop de télé », « moins fort, ton baladeur », « ne touche pas au tabac » ?... Comment leur faire comprendre que tout cela est nécessaire, comment aller chez l'ophtalmo et parfois l'orthophoniste ou le psy, ou encore de savoir se protéger contre les comportements abusifs des adultes ? Parce que l'imagination est le mode privilégié pour communiquer avec nos enfants, les histoires de Sophie Carquain les aident, mieux qu'un propos pédagogique, à prendre soin d'eux. L'auteur nous offre ici un support, plein d'humour et de poésie, pour aborder, par le biais du conte, toutes les questions de santé et de sécurité.

## ***L'adolescence,***

Pr Philippe Jeammet, *Editions j'ai Lu*, 271 pages

Pourquoi rejette-t-il son corps ? Qui sont ses amis ? Est-il dépressif ? L'adolescence, période de tous les changements, est une phase profondément délicate tant pour les enfants que pour leurs parents. A ces questions quotidiennes, le professeur Philippe Jeammet apporte des réponses claires et précises, véritables repères qui permettront à chaque famille d'évoluer plus sereinement dans cette période d'incertitudes. Un ouvrage indispensable pour rappeler les mécanismes et les enjeux de cette crise essentielle.

## ***Votre enfant et son sommeil***

T Berry Brazelton, Joshua D Sparrow, *Editions Fayard*

Comment aider un bébé à « faire sa nuit » ?

Pourquoi l'acquisition par l'enfant de nouvelles compétences peut-elle perturber son sommeil ?

Un enfant peut-il dormir dans le lit de ses parents ?

Quelle est la position de sommeil la plus sûre ?

Que faire en cas de somnambulisme ou de cauchemars ?

Comment gérer les « peurs du soir » ?

Qu'est-ce que les terreurs nocturnes ?

Comment apprendre à un enfant à s'endormir et à se rendormir seul ?

## ***Adolescence et prise de risques***

Annie Birraux, Didier Lauru, *Editions Albin Michel*

La prise de risques à l'adolescence fait partie de la construction de soi. Elle permet d'expérimenter son propre rapport à la réalité et aux autres. Mais la frontière entre l'aventure et le danger est souvent ténue et peut mener à des passages à l'acte parfois fatals, des comportements suicidaires, ou des addictions.

Des spécialistes d'interrogent ici sur les enjeux de ces conduites, leur degré de gravité et l'attitude à adopter lorsque l'adolescent se met trop en danger. Ils mettent l'accent sur la prise en charge psychothérapeutique qui peut lui faire comprendre le sens de tels comportements, mais ouvrent aussi des pistes sur les moyens de les prévenir.

Avec les contributions d'Annie Birraux, Paola Carbone, Didier Drieu, Muriel Eglin, Lise Haddad, Florian Houssier, Nathalie de Kernier, Didier Lauru, Jean-Yves Le Fourn, François Marty et Olivier Ouvry.

## ***Apprivoiser son ado, les secrets des parents efficaces***

Pascale Roux\*, *Editions Jouvence*

Les parents vivent souvent avec crainte l'entrée de leur enfant en adolescence. C'est que, généralement, c'est une période de changement, de crise, de révolte et de comportements-limites ; cela engendre des disputes, de l'incompréhension et une difficulté à communiquer ; d'où un sentiment d'impuissance pour les parents et un mal-être partagé...

Apprivoiser son ado, c'est d'abord reconnaître que l'enfant d'autrefois n'est plus tout à fait le même. C'est aussi prendre conscience qu'être son père/sa mère ne suffit pas pour nourrir une belle relation avec lui. Cette relation, il faut l'inventer, la construire, la soigner.

C'est enfin réaliser que chacun, ado et parent, est responsable de cette relation et de sa qualité.

Ce livre offre une meilleure compréhension de l'adolescence et des solutions concrètes pour éviter les conflits, du moins les relations difficiles parents-ados.

En bref, tous les ressorts « psy » pour être un père/une mère « cool » ... et efficace !

## ***Pour nos ados, soyons adultes***

Philippe Jeammet ; *Editions Odile jacob*

C'est toujours un peu soi-même qu'on aime dans son enfant et ce sont souvent ses propres besoins affectifs qu'on cherche à combler par cet amour. A l'adolescence, plus que jamais, cet amour doit être tempéré par la compréhension des vrais besoins de son enfant pour se développer et épanouir ses potentialités.

Pour vivre, les adolescents ont besoin que les adultes sachent tenir leur place et imposer, comme nécessaires et naturels, leur soutien, leur accompagnement, leur autorité. Plus que tout, ils ont besoin que ces mêmes adultes témoignent, par leur existence, de l'intérêt que la vie a en elle-même, indépendamment des échecs, des souffrances, des déceptions inévitables. Philippe Jeammet, l'un des plus grands spécialistes français de l'adolescence, nous livre ici un témoignage unique pour les adolescents, les parents, pour nous tous.

## ***« J'ai tout essayé »***

Isabelle Filliozat ; *Editions Poche Marabout*

Comment sortir des batailles autour de l'habillement ou des disputes au moment de partir pour école ?

Les parents ont tendance à interpréter les comportements excessifs ou énervants des enfants comme des manifestations d'opposition, de mauvaise volonté, d'insolence. D'autres se culpabilisent et cherchent le traumatisme. Et s'il y avait d'autres causes ? Les récentes découvertes de la neurophysiologie et de la psychologie expérimentale éclairent d'un jour nouveau ces conduites exaspérantes.

## ***Mensonges et vérité***

Nathalie Kuperman ; *Editions Ecole des loisirs*

Aujourd'hui, la vie de Clarisse a changé à cause d'un contrôle de lecture. Elle a rendu une copie blanche à Mlle Gorse, l'institutrice des CM2 B. Clarisse n'aime pas lire, mais elle aime encore moins les zéros. Et pourtant, c'est ce qui l'attend et ce qui l'inquiète. Car il va falloir l'avouer à maman, une sorte de voyante extralucide experte en secrets et en cachotteries.

Alors Clarisse a une idée : elle ment. Rien qu'un petit mensonge de rien du tout pour faire fuir les soupçons de maman. Elle lui dit qu'elle est fâchée avec Anna, sa meilleure amie, et voilà ! Tout le monde sait que les mensonges, même les plus petits, entraînent toujours des mensonges plus gros, parfois terribles et douloureux. Et s'ils menaient aussi à la découverte d'une vérité incroyable ?

Un livre pour les enfants qui aiment déjà lire tous seuls.

## ***La vie dans le désordre, voyage en adolescence***

Pr Marcel Rufo ; *Editions Le livre de poche*

On envie aux adolescents leur jeunesse, riche de promesses, mais on oublie un peu vite que cette période de la vie est douloureuse, qu'elle est synonyme de perte : perte de la pensée magique de l'enfance, des illusions sur soi et sur le monde.

C'est pourquoi l'adolescence constitue un terrain favorable à l'apparition de troubles psychiques exprimant la fragilité inhérente à cet âge, le doute sur soi, sur ses capacités à plaire, à aimer et à être aimé.

Mais un grand nombre de ces troubles, parfois spectaculaires, sont en fait transitoires. A charge pour le psychiatre d'accompagner ce processus de maturation qu'est l'adolescence.

A la fois livre de souvenirs et de réflexion sur l'exercice de son métier, *La vie en désordre* est un plaidoyer pour une psychiatrie humaniste, inventive et optimiste, éloignée des dogmes.

## ***Paroles pour adolescents ou le complexe du homard***

Françoise Dolto, Catherine Dolto et Colette Percheminier ; *Editions Folio Junior*

Un adolescent, disait Françoise Dolto, c'est un homard pendant la mue : sans carapace, obligé d'en fabriquer une autre, et en attendant confronté à tous les dangers. Découverte de soi, sexualité, révolte, tentations à la violence, de la drogue ou de la dépression : à tous ces défis, Françoise et Catherine Dolto essayent de répondre. Elles s'adressent aux adolescents, mais aussi à leurs parents et aux éducateurs. Parler directement aux adolescents au lieu de parler d'eux : telle aura été la dernière audace de la grande psychanalyste, auteur de *Lorsque l'enfant paraît* et de *La cause des enfants*.

### ***La compétence des familles, temps, chaos, processus***

Guy Ausloos ; *Editions Erès*, 173 pages,

« Faire de la thérapie n'est pas résoudre des problèmes ou corriger des erreurs mais se plonger dans le mystère des familles et de leur rencontre. Ceci implique de passer d'une thérapie où le thérapeute observe à une thérapie où le thérapeute s'observe pour refléter à la famille compétente cette perception qui permet de laisser émerger « l'auto solution ». »

Ainsi dans ce livre qui reflète sa carrière déjà longue de praticien et de théoricien systémique, Guy Ausloos exhorte le lecteur à se laisser pénétrer par le mystère de la famille compétente plutôt qu'à rechercher des recettes pour traiter la famille dysfonctionnelle.

### ***Les troubles de la parentalité, approche clinique et socio-éducative***

Alain Bouregba ; *Editions Dunod*, 181 pages.

La parentalité désigne l'ensemble des processus de maturation psychique propres à la fonction parentale.

Cet ouvrage en dessine rigoureusement les contours, afin d'étudier les modalités de prise en charge des dysfonctionnements de la parentalité : troubles de l'élaboration narcissique déterminés par un état psychotique ou limite, troubles de la grossesse et du post-partum, violences intrafamiliales, inceste...

### ***La fonction parentale***

Gérard Poussin ; *Editions Dunod*, 260 pages

L'ampleur des dysfonctionnements familiaux et la croissance du nombre de séparations et des divorces rendent plus que jamais nécessaire une meilleure compréhension de la fonction parentale.

Gérard Poussin envisage ici la fonction parentale au quotidien, à travers ses conséquences psychologiques sur l'enfant et sur ses parents. Sa réflexion, fondée sur une pratique clinique originale, permet de mieux percevoir les besoins de l'enfant notamment dans les cas de *démision* ou de *carence* parentale.

### ***Lorsque la parentalité paraît***

Sous la direction de Linda Morisseau préface de Bernard Golse ; *Editions PUF*, 216 pages.

Ce livre rassemble les travaux cliniques et de recherches les plus récents menés par les équipes expérimentées en périnatalité. Il fait une large place au travail conjoint entre équipes de psychiatrie, pédiatrie et maternité.

### ***La cause des enfants***

Françoise Dolto ; *Editions Pocket évolution*, 597 pages.

Jamais, peut-être, n'avait-on parlé d'une façon aussi belle et aussi juste de l'enfant. De sa vérité, de son désir. Au risque de choquer. Confrontée à un collectif d'enquête sur de multiples sujets- la représentation de l'enfant dans l'histoire, sa place dans notre société, l'accueil à la naissance, l'école-

Françoise Dolto, à travers son propre passé, son expérience de psychanalyste d'enfants, de mère de famille aussi, réagit.

A sa manière habituelle, énonçant des vérités parfois difficiles à entendre, défendant jusqu'au bout la cause des enfants contre une éducation qui pervertit par excès de protection, contre le culte de la norme unique, la soumission aux modes du jour, l'imposition du modèle parental. Toutes ces réponses, toutes ses solutions sont guidées par une seule idée : en respectant l'enfant, on respecte l'être humain.

### ***Lorsque l'enfant paraît, tome 2***

Françoise Dolto ; *Editions Points*, 209 pages.

Dans ce deuxième tome de réponses aux lettres reçues à France Inter, Françoise Dolto a rassemblé et approfondi certaines questions : l'ordre et le désordre, la fausse idée d'un développement « normal », l'adolescence, les interrogations des enfants sur la sexualité. Elle éclaire les rôles respectifs.

### ***Les grands-parents dans tous leurs états émotionnels***

Vittoria Cesari Lusso, préface de Norah Lambelet Krafft ; *Editions Jouvence*, 127 pages.

L'arrivée d'un petit-enfant bouleverse toujours le quotidien des grands-parents ! Et que dire du premier qui fait monter en grade dans la hiérarchie familiale ! Voici les débuts d'une longue histoire : la grand-maternité ou grand-paternité, qui sera marquée à plusieurs reprises par des feux d'artifice de sentiments et d'émotions : rires, joies et émois, tremblements, stress et angoisses...

### ***Etre parent aujourd'hui, amour, bon sens, logique***

Alain Braconnier, 296 pages.

Etes-vous un parent parfait ? Impossible.

Mais vous pouvez être, aujourd'hui, le meilleur parent qui soit, en donnant de l'amour tout en étant réaliste ; en pensant à vos enfants et à vous-même. Regardez le monde à travers leurs yeux, mais aussi à travers les vôtres ; favorisez les rires et ne craignez pas les pleurs ; faites des câlins mais n'oubliez pas de punir. C'est en cultivant l'humour plus que la colère, c'est en apprenant à exercer le pouvoir de convaincre, meilleur que le pouvoir de contraindre, que vous pratiquerez le soft power plus souvent efficace que le hard power.

Un parent peut se sentir heureux et satisfait lorsqu'il donne de l'amour à ses enfants qui, en échange, par leurs comportements, le lui rendent bien. Construisez votre éducation sur les trois piliers fondamentaux : la confiance en soi de l'enfant, le sens des responsabilités et le goût de sourire.

### ***C'est de famille ! Héritage et transmission familiale,***

*Editions Autrement*, 47 pages

Ce que l'on hérite de notre famille nous donne des repères fondamentaux pour mieux comprendre d'où l'on vient. Mais l'héritage n'est pas seulement matériel. On hérite aussi d'une culture et d'un patrimoine génétique qui se transmettent de génération en génération et nous inscrivent dans une histoire. Comment se passe un héritage ? Qu'est-ce que la généalogie ? Héritons-nous des caractères

de nos parents ? Nos aptitudes relèvent-elles de l'inné ou de l'acquis ? Et comment faire quand on ne connaît pas ses parents ?

Pour y réfléchir des textes concis, des exemples et des anecdotes, des extraits de livres, des informations sur l'évolution des lois. Et un carnet d'adresses.

### ***Le dico des nouveaux grands parents***

*Editions Fleurus, 351 pages*

Vous êtes jeunes, dynamiques et en pleine forme. Pour vous, être grands-parents ce n'est pas seulement un état mais un rôle à part entière que vous souhaitez investir totalement sans toujours très bien savoir comment. Vous êtes... les nouveaux grands parents ! Ni manuel des parfaits grands-parents, ni mode d'emploi des petits-enfants, voici un dico pour vous aider à inventer mille et une façons de construire une relation privilégiée avec vos petits-enfants.

### ***Petit manuel à l'usage des grands-parents***

Etienne Choppy et de Hélène Lotthé-Covo, *Editions Le Livre de Poche, 344 pages*

Accourir à la maternité, découvrir le visage d'un nouveau-né et le prendre dans vos bras... Vous avez déjà vécu ces moments, mais il s'agissait alors de la naissance de votre bébé. Cette fois, c'est à son tour de devenir père ou mère : vous allez découvrir le rôle de grand-parent. Des questions inédites surgissent : comment se situer face aux parents ? Jusqu'où peut-on aller dans les conseils ? Les grands-parents ont-ils un droit d'ingérence ? Comment aider les petits-enfants face aux difficultés de la vie ? Comment intervenir dans la transmission de l'histoire familiale ? Loin des idées reçues, ce livre vous propose des conseils concrets mais aussi une réflexion sur la fonction symbolique des grands-parents.

### ***Informations Sociales n°154 : Le travail parental : représentations et pratiques, juillet-août 2009, CNAF.***

Le travail parental est entendu ici comme le travail des adultes-parents en charge d'enfant(s). Considérable en termes de tâches pratiques (occupation) et de charge mentale (préoccupation, disponibilité), engageant la définition de soi comme parent, mère ou père, et la perpétuation « réussie » de soi, il est loin de se réduire à une activité matérielle vite délogée et vide de sens. Ce numéro d'informations sociales vise, en premier lieu, à dresser les frontières et les contenus de ce travail parental. Il porte également un regard critique sur les discours sociaux normatifs et professionnellement segmentés qui entendent cadrer les pratiques parentales et « apprendre aux parents à être parents ».

### ***Soutenir et contrôler les parents***

#### ***Le dispositif de parentalité***

Gérard Neyrand ; *Editions Erès*

Gérard Neyrand analyse ici la montée en puissance de la notion de parentalité depuis son investissement par les sciences humaines dans le cadre d'une clinique du lien, jusqu'à sa popularisation politico-médiatique récente dans une perspective de soutien mais aussi de contrôle des parents...



Cet ouvrage rend compte des différentes modalités d'intervention possibles sur la parentalité et de leurs éventuelles contradictions, tant au niveau de l'enfant et de la diversification des acteurs parentaux provoquée par les ruptures conjugales et les progrès de la médecine de la procréation, que de la gestion collective des rapports parents-enfant qui se trouvent jugés, voire sanctionnés en cas d'échec ou de dérives.

### ***L'enfant, la mère et la question du père***

Gérard Neyrand ; *Education et Formation puf*

Un bilan critique de l'évolution des savoirs sur la petite enfance

### ***Le dialogue familial un idéal précaire***

Gérard Neyrand ; *Editions Eres*

...Si l'idéal contemporain d'une famille qui s'autorégule par le dialogue se doit d'être partagé par tous, il paraît difficile à tenir pour beaucoup, et se trouve brutalement remis en question dans certaines situations comme les séparations conjugales. La place du père et celle de la mère ainsi que les nouvelles formes de vie familiale constituent des enjeux sociaux qui peuvent faire polémique. La société montre alors toute son implication dans l'organisation de la vie privée : rappel des cadres de la vie sociale par la justice, délégation aux intervenants publics et privés de la mission d'aide et de soutien aux couples et aux familles en difficultés.

L'ouvrage montre comment les différents acteurs : conjoints, parents, enfants, adolescents, intervenants, se débrouillent avec cet objectif paradoxal d'échanges égalitaires non seulement entre les sexes mais aussi entre les générations. ...Pris dans ces tiraillements, le dialogue familiale s'affirme d'autant plus comme une nécessité, mais se révèle en bien des cas un idéal précaire.

### ***Familles et petite enfance, Mutations des savoirs et des pratiques***

Gérard Neyrand, Michel Dugnat, Georgette Evest, Jean-Noël Trouve ; *Editions Eres*

Les transformations de la famille et la place de l'enfant sont devenues des préoccupations de gestion publique agitant à la fois le monde politique et le champ scientifique...

Il est vrai que les changements sociaux ont bouleversé les cadres de référence...Des questions fondamentales émergent dans cette perspective nouvelle concernant la sexualité, la filiation, les soins au bébé, l'autorité parentale, la paternité et la maternité, la place de l'entourage familial et social, l'importance prise par les professionnels de la petite enfance.

Cet ouvrage entend interroger ces mutations.

### ***La famille malgré tout***

Gérard Neyrand ; *Editions arléa-corlet*

...Relation conjugale, relation parentale, relation avec la lignée, le couple constitue aussi l'espace privilégié de l'expérience sexuelle et de la gratification affective. Sa fragilité grandissante débouche sur une fréquence accrue des séparations et des divorces (un sur trois en province et deux sur trois à Paris, dit-on).

Cette évolution se trouve en contradiction avec la nécessité pour l'enfant d'un maintien du lien avec chacun de ses parents. Par ailleurs, la durée de la cohabitation familiale tend à s'accroître avec l'allongement de la scolarité et la précarisation de l'entrée dans la vie active.

Après qu'on l'ait beaucoup attaquée, on s'aperçoit aujourd'hui que la famille constitue un pilier irremplaçable de la vie en société. Malgré tout.

### **Maternité et parentalité**

Gérard Neyrand, Yvonne Knibiehler ; *Editions ENS*

...Les textes ici réunis essaient, chacun à sa manière, d'interpréter certaines transformations récentes de la fonction maternelle et des représentations qu'elle inspire, en les mettant en relation avec le cadre nouveau que constitue la parentalité contemporaine. Ce tour d'horizon multifocal permet d'appréhender à la fois combien la maternité est une construction culturelle et combien il demeure nécessaire de prendre en compte sa spécificité physique pour pouvoir en produire une analyse, dans un contexte qui voit les contours de la parentalité se complexifier chaque jour davantage.

### **L'heure des parents**

Christian Bruel, Nicole Claveloux ; *Editions Thierry Magnier*

Quand Camille s'invente de nouveaux parents, ils sont pus ébouriffants les uns que les autres ! Et pourtant que moins que papa et maman...

### **La naissance d'une mère**

Daniel N.Stern, Nadia Bruschiweiler-Stern ; *Editions Odile Jacob*

Lorsque votre bébé se met à hurler, tous les regards se tournent vers vous. Parce qu'on attend de vous que vous sachiez quoi faire. Vous apprenez sur le tas, sans être toujours sûre d'exercer au mieux votre nouveau métier. Parce que vous êtes devenue mère et que tout s'est passé si vite.

Destiné d'abord aux nouvelles mamans, La naissance d'une mère a pour objectif d'aider à vous préparer aux bouleversements qui vous attendent et qui vont vous transformer. Depuis les fantasmes qui accompagneront votre grossesse jusqu'aux premières interactions qui suivront la naissance de votre bébé, vous comprendrez, étape par étape, tous les changements psychologiquement qui vont permettre cet événement majeur : devenir mère.

### **Il n'y a pas de parent parfait**

Isabelle Filiozat ; *Editions Poche Marabout*

Nous aimerions ne trouver en nous, pour nos enfants, qu'amour et tendresse. Mais tout n'est pas si simple. Il n'est pas toujours possible de s'aimer dans le rôle de parent. Nous nous surprenons parfois à agir d'après des modèles parentaux issus de notre propre enfance, alors qu'on s'était promis de faire le contraire. Pourquoi tant de passion ? Parce que, au-delà des théories, il y a notre inconscient. Nos blessures, notre histoire.

Isabelle Filiozat propose des pistes de réflexions et des exercices pratiques afin de retrouver la liberté d'être le parent que nous désirons être.

### **Secrets de famille, mode d'emploi**

Serge Tisseron, *Editions Poche marabout*

Combien de parents dont l'enfant « va mal » seraient très étonnés d'apprendre que son comportement peut être lié à un secret, caché deux générations auparavant pour ne pas « inquiéter inutilement » les descendants !

Qu'est-ce qu'un secret de famille ? Comment se découvre-t-il ? Quel trouble peut-il transmettre ?

Ce livre, clair et positif, raconte et explique comment les secrets de famille peuvent agir sur plusieurs générations. L'auteur nous donne un mode d'emploi des secrets : comment aller à leur rencontre et éviter ainsi qu'ils ne pèsent sur le destin de nos enfants.

### ***Faut-il avoir peur de nos enfants ?***

#### ***Politiques sécuritaires et enfance***

Gérard Neyrand ; *Editions La découverte*

...l'idée d'une détection dès le berceau de la délinquance future...cet ouvrage revient sur les remous que les visées sécuritaires ont provoqués et propose, de manière offensive, une analyse critique d'une telle politique. Les principaux domaines en lien avec l'enfance sont ainsi passés au crible par différents spécialistes, qu'ils soient sociologues, enseignants, praticiens hospitaliers, pédopsychiatres, magistrats...

### ***Savoir dire non aux enfants***

Robert Langis ; *Editions Quebecor*, 155 pages.

Cet ouvrage a été écrit pour vous venir en aide, parents d'aujourd'hui. Il vous propose des solutions pratiques pour faciliter votre tâche et pour augmenter le plaisir de vivre auprès de vos enfants.

Vous y découvrirez un savoir-faire simple, utile et efficace. Loin de faire l'éloge d'une autorité dominante et écrasante comme celle qui prévalait il n'y a pas si longtemps, l'auteur suggère plutôt une autorité saine et efficace où le bonheur de la famille, la collaboration et le respect peuvent coexister. Savoir dire non aux enfants vous permettra d'ajuster votre autorité afin de régler ou d'atténuer certaines difficultés que vous éprouvez avec les vôtres. Vous verrez que pour bien les éduquer et pour leurs inculquer des valeurs fondamentales, il est essentiel de savoir leur dire non.

### ***Eduquer sans punitions ni récompenses***

Jean Philippe Faure, *Jouvence Editions*, 95 pages

L'éducation traditionnelle est prisonnière du schéma punitions-récompenses. Dans ce petit livre, fondé sur les apports de la communication Non violente, l'auteur propose une approche globale de l'éducation, qui prend réellement en compte les motivations des enfants et des jeunes, l'apprentissage des relations et la découverte de soi-même.

Il invite à un enseignement qui ne soit plus essentiellement l'accumulation d'un savoir défini par des autorités extérieures aux intéressés, mais plutôt une exploration joyeuse, appuyée sur une écoute des élans et des besoins des enseignants comme des élèves. Cette éducation veut permettre le développement d'une intelligence de la pensée autant que du corps, des émotions et, bien sûr, du cœur.

Un livre à destination des enseignants, des éducateurs et des parents.

### ***Petits tracas et gros soucis de 8 à 12 ans***

Christine Brunet et de Anne-Cécile Sarfati, *Editions Le Livre de Poche*, 565 pages

Plus vraiment des enfants, pas encore des adolescents : l'éducation des 8-12 ans pose des problèmes que la théorie et l'expérience ne suffisent pas forcément à résoudre. Parce qu'ils hésitent à les laisser grandir trop vite dans une société où tout les y incite (mode, marketing, télévision...), les parents ne savent pas toujours comment réagir. A travers une centaine de questions traitant tous les aspects de la vie quotidienne les auteurs nous disent concrètement quoi dire et quoi faire dans toutes les situations délicates :

- Elle veut s'habiller en lolita ;

- Il est accro aux marques ;
- Il veut aller vivre chez son père ;
- Elle se trouve trop grosse...

Un guide psychologique unique en son genre, qui permet à chacun de trouver la réponse qui lui convient.

### ***Mimi l'oreille***

Olga Lecaye et Grégoire Solotareff ; *Edition Lutin poche*

Ouvrage pour enfants pour expliquer la différence.

### ***3-6-9-12 Apprivoiser les écrans et grandir***

Serge Tisseron ; *Editions Eres*

En quelques années, les technologies numériques ont bouleversé notre vie publique, nos habitudes familiales et même notre intimité. Les parents et les pédagogues en sont souvent désorientés.

La règle que j'ai appelée « 3-6-9-12 » donne quelques conseils simples, articulés autour de quatre étapes essentielles de la vie des enfants : l'admission en maternelle, l'entrée au CP, la maîtrise de la lecture et de l'écriture, et le passage en collège.

A nous d'inventer de nouveaux rituels.

### ***Bébé pleure***

Pr Marcel Rufo et Christine Schilte ; *Editions Hachette Famille*

Le comprendre : Spleen du nourrisson, douleurs, colères ou angoisses de séparation : toutes les clés pour décrypter ses pleurs.

Les bons gestes : Prodiguer les gestes adéquats afin de l'apaiser et le rassurer : de la naissance à plus de deux ans, les recommandations pour ne plus être désemparé.

Des conseils de spécialistes : en 50 questions-réponses, les solutions de Marcel Rufo pour comprendre les émotions de son enfant et construire avec lui les bases de l'attachement.

### ***Monoparentalité précaire et femme sujet***

Gérard Neyrand, Patricia Rossi ; *Editions Eres*

L'augmentation de la monoparentalité va de pair avec une précarisation accrue de beaucoup de femmes élevant seules leurs enfants. Pour elles, occuper la position de chefs de famille est d'autant plus difficile qu'elles n'y ont généralement pas été préparées, et que la précarité économique se conjugue avec un isolement relationnel et une fragilisation psychologique...

Dans cet ouvrage, les auteurs explorent des pistes possibles pour une meilleure prise en charge de ces femmes chefs de famille par les intervenants sociaux.

### ***Famille recomposée, guide de premiers secours pour une vie harmonieuse***

Agnès de Viaris, *Editions Les carnets de l'info*, 284 pages.

Pour recomposer une famille, il faut un temps de gestation pendant lequel les univers étrangers fusionnent pour construire une histoire commune. Les acteurs doivent tous faire le deuil de la famille idéale, celle des rêves de leur enfance et composer avec la réalité complexe et imparfaite.

Chacun mêle sa propre histoire, chargée d'émotions personnelles, dans le chaudron familial et le résultat est parfois explosif ! Cet ouvrage s'adresse à tous les membres d'une famille recomposée, qu'ils soient parent, beaux-parents, enfant ou bel-enfant...

L'auteur, psychologue et spécialiste de la famille propose et détaille de nombreux conseils pratiques et idées pour faciliter votre vie de famille.

Eviter de juger, ne pas se laisser aller à la culpabilité, donner des limites aux enfants et les laisser à leur place d'enfant, faire connaissance avec l'histoire de chacun, développer l'autonomie pour guider et accompagner l'enfant vers sa vie d'adulte... En fait, la famille recomposée, c'est une histoire de liens à créer, une histoire de renards et de petits princes qui s'appivoisent.

### ***Ma mère se remarie ! La famille recomposée***

*Editions Autrement*, 47 pages

En France, il y a beaucoup de parents qui se séparent, qui divorcent. Souvent, ils rencontrent un autre homme ou une autre femme, qui a déjà des enfants, et avec lesquels il faut vivre. Alors, des questions se posent : « Est-ce qu'on doit obéir à son beau-père ou à sa belle-mère ? Est-ce qu'on peut choisir de rester avec son père ou sa mère ? Quels sont les droits des enfants ? »

Pour y réfléchir des textes concis, des exemples et des anecdotes, des extraits de livres, des informations sur l'évolution des lois. Et un carnet d'adresses.

### ***Le scandale du silence Familles monoparentales***

Christine Kelly, *Editions Léo Scheer*, 213 pages.

Ce livre donne un visage humain aux problèmes qui agitent les débats actuels, qu'il s'agisse de la pauvreté, de la précarité, du chômage, de l'insécurité, de la délinquance ou tout simplement du mal-

être. La condition des familles monoparentales se trouve être au cœur de ces souffrances. Ces familles, issues de séparations souvent dramatiques, font l'objet d'un véritable tabou qui freine les possibilités de leur trouver des solutions économiques, juridiques ou sociales. Christine Kelly a décidé de rompre avec ce qu'elle désigne comme « le scandale du silence », celui des décideurs et des responsables, mais aussi des intermédiaires qui entourent ces questions.

### ***Un seul parent à la maison, Assurer au jour le jour***

Jocelyne Dahan, Anne Lamy, *Editions Albin Michel*.

Pas toujours facile d'élever seul ses enfants...

Le parent se sent parfois fatigué et écrasé par une charge de travail et des responsabilités qui ne sont plus partagées au quotidien. Mais bonne nouvelle : contrairement à ce que l'on a avancé ces dernières années, la situation n'entraîne pas forcément un cortège de problèmes chez les enfants !

Ce livre tord le cou à bien des idées reçues sur le sujet et propose des pistes concrètes pour mieux vivre au jour le jour :

- Comment ne pas s'«enfermer dans un duo trop fusionnel ?
- Comment laisser sa place au parent absent ?
- Comment ne pas oublier sa propre vie ?
- Comment éviter le piège de la surprotection ?
- Comment assumer seul l'autorité ?
- Comment se débrouiller avec un budget serré ?
- Quels sont les risques pour l'identité sexuée de l'enfant ?
- Comment aborder l'adolescence ?...

### ***Un air de familles***

Béatrice Boutignon ; *Editions le baron perché*

Les animaux de ce livre à jouer s'alignent par familles, toutes semblables et toutes différentes. Au lecteur de les distinguer grâce aux indices du texte. Des familles monoparentales aux « tribus », en passant par les familles homoparentales et recomposées, personne n'est laissé de côté !

Un album sensible et tendre pour s'amuser, mais aussi pour apprendre de nos différences.

## SEPARATION

### ***La séparation, j'en parle avec mon enfant***

Elisabeth Darchis et Gérard Decherf ; *Editions Nathan*, 89 pages.

La séparation est une épreuve douloureuse pour le couple comme pour les enfants. Faire face, trouver les mots, rassurer son enfant quand on est soi-même accablé par la peine ou la culpabilité n'est pas toujours facile. Beaucoup de questions se posent alors : dois-je dire à mon enfant que je n'aime plus son père ? Y-a-t-il des solutions meilleures que d'autres dans la garde alternée ? Comment mon nouveau conjoint doit-il se comporter avec mon enfant ?

Des conseils pratiques, des réponses simples, concrètes, adaptées à l'âge de l'enfant, pour aborder sereinement tous les grands enjeux que soulèvent une séparation et la recomposition d'une nouvelle famille.

### ***L'enfant face à la séparation des parents, une solution la garde alternée***

Gérard Neyrand ; *Editions la Découverte*, 265 pages.

Dans ce livre, fondé sur la seule recherche qui s'est centrée en France sur ce sujet, Gérard Neyrand analyse en détail les arguments avancés par les partisans et les détracteurs de la résidence alternée, donnant la parole aux parents et aux enfants, aux juges et aux avocats. Cette nouvelle édition fait l'objet d'une préface inédite de l'auteur, qui s'attache à montrer comment ont évolué les positions des uns et des autres, dans une période où lentement la résidence alternée se diffuse, y compris dans les milieux autrefois les plus réticents.

### ***Les couples mixtes et le divorce***

Gérard Neyrand, Martine M'Sili ; *Editions L'Harmattan - Collection Logiques Sociales*

...un dicton : qui se ressemble s'assemble ! Dans cette perspective, c'est en raison même de leurs différences d'origine que les mariages mixtes seraient voués à l'échec.

Prenant en acte cette croyance, et de l'absence de statistiques générales sur la divortialité des mariages mixtes, les auteurs démontent les différents éléments de cette représentation sociale en remontant dans l'histoire de la mixité et du divorce, à la lumière des acquis de la sociologie. Ils nous offrent les résultats d'une vaste enquête portant sur la situation des couples franco-étrangers depuis le milieu des années 70. Leurs conclusions ne manquent pas de heurter les plus fortes convictions et d'ébranler l'édifice des certitudes depuis longtemps établies.

### ***L'enfant face à la séparation des parents***

#### ***Une solution, la résidence alternée***

Gérard Neyrand ; *Alternatives sociales*

Dans ce livre, Gérard Neyrand analyse en détail les arguments avancés par les partisans et les détracteurs de la résidence alternée, donnant la parole aux parents et aux enfants, aux juges et aux avocats.



Un livre indispensable pour permettre aux parents concernés et aux professionnels de mieux comprendre les conditions et l'intérêt pour les enfants d'une telle solution de résidence, ainsi que les enjeux qu'elle recouvre.

### ***Séparons-nous... mais protégeons nos enfants***

Stéphane Clerget, *Editions Albin Michel*, 263 pages.

Lorsque ses parents se séparent, l'enfant réagit plus ou moins bien, selon sa personnalité, son âge, son sexe, mais aussi la situation familiale, les causes de la séparation et les remaniements qu'elle entraîne. Parce que séparation ne rime pas forcément avec désolation, Stéphane Clerget, psychiatre pour enfants et adolescents, aborde toutes les interrogations des parents soucieux de protéger leur enfant :

- Quel est l'impact d'un divorce sur l'enfant selon son âge ?
- Quand et comment lui annoncer la décision ?
- Quels sont les droits de l'enfant et comment lui expliquer la loi ?
- Quelle formule de garde choisir ?
- Comment définir les relations avec l'autre parent ?
- Quelles sont les erreurs à éviter ?
- Quand et comment présenter le nouveau conjoint ?
- Et ses enfants ?
- Comment les grands-parents peuvent-ils se situer par rapport à l'ex ?
- Comment repérer les réactions à retardement de l'enfant ?

Aux questions de l'enfant, formulées ou non, à celles des parents, mais aussi des grands-parents, des beaux-parents, des proches... Stéphane Clerget répond avec précision et sensibilité afin d'aider chacun à mettre de côté les conflits pour n'avoir à cœur que l'intérêt de l'enfant ?

### ***Adèle mortadelle***

Audrey Calleja ; *Editions L'atelier du poisson*

Ouvrage pour enfants sur la séparation des parents.

### ***Les questions des petits sur la mort***

Marie Aubinais ; *Editions Bayard jeunesse*

Entre trois et six ans, les enfants découvrent que la mort fait partie de la vie. Et les voilà posant mille questions, auxquelles il est souvent difficile de répondre. Ce livre invite les petits, à travers six contes, à réfléchir à ces questions existentielles.

### ***Et après...***

Malika Doray ; *Editions Didier Jeunesse*

Ouvrage pour enfants sur la mort et le deuil.

### ***Etre parents après la séparation***

Jacques Biolley ; *Editions Hachette*

Comment agir en parent responsable après la rupture du couple ? Comment permettre à l'enfant de rester lié à ses deux parents ? Comment réussir une « famille recomposée » ?

A travers de nombreuses situations de vie, ce guide met en évidence les paroles ou les gestes qui aideront l'enfant. Il propose des conseils concrets pour être parent lorsqu'on vit séparé. Un livre très utile pour une meilleure coparentalité au quotidien.

### ***Le cœur, le sexe, et toi et moi...***

Gérard Neyrand ; *Editions Corlet-Marianne*

...En ces temps de sida, on pourrait avoir tendance, compte tenu de la tonalité dominante des médias en la matière, à considérer le désir sexuel comme un phénomène en soi, isolable du reste de l'individu. A travers ses différentes déclinaisons psychologiques, médicales, techniques, hétéro ou homosexuelles, à travers même ses fantaisies plus ou moins innocentes entre adultes consentants ce dossier s'attache à valoriser le lien entre la fonction érotique et l'irréductible grandeur de la personne humaine.

### ***Comment parler à nos enfants de l'amour et de la sexualité***, en respectant le jardin secret de chacun, 2<sup>ème</sup> édition.

Professeur Henri Joyeux, *Edition François-Xavier de Guibert*

Faut-il aller au-devant des questions des enfants sur les « choses de la vie » ?

Au Pr Henri Joyeux, qui a rencontré, en vingt ans, plus de 500 000 d'entre eux, les jeunes de tous âges et de tous horizons répondent sans hésiter : oui et le plus tôt possible, en respectant le jardin secret de chacun.

Nous insistons, en disant : aujourd'hui, il faut devancer les enfants et les former progressivement, et suffisamment tôt, dans le domaine de la sexualité. Il est plus facile de commencer tôt. Vous pourrez continuer plus naturellement après.

Aujourd'hui, il y a urgence, car même si l'enfant ne pose pas de questions, il est, en effet, très tôt agressé par le monde extérieur (bien plus tôt que vous ne le pensez). L'informer, c'est l'aider à construire son « immunité ».

Ce n'est ni en faisant l'autruche, ni en encourageant l'impudeur qu'on parviendra à informer sainement les jeunes, pour les aider à trouver leur équilibre affectif et sexuel.

Ils veulent tout savoir. Nous ne pouvons nous dérober, car les informations qu'ils reçoivent par leur environnement, l'école, les copains, les médias, sont le plus souvent insuffisantes, donc déstabilisantes et déformantes. L'homosexualité masculine ou féminine, l'inceste, la sodomie, etc., font-ils partie de la normalité ? Les jeunes, sur tous ces sujets, sont souvent très troublés ; ils ont l'impression qu'on leur cache des choses, que le débat manque de clarté.

La prévention des maladies sexuellement transmissibles (MST-IST) et, en particulier, du SIDA, passe par une information saine et sérieuse. L'équilibre affectif des jeunes est devenu une nécessité vitale pour la santé publique de demain.

L'information sexuelle est donc, certainement, un des enjeux individuels et collectifs majeurs pour l'avenir de notre civilisation. Face à ce défi, les parents, souvent désarmés, sont en première ligne. Dans ce livre, le Professeur Henri Joyeux leur permet de comprendre l'urgence et de trouver les premiers éléments d'une méthode originale et positive pour y répondre.

### ***Tout ce que vous ne devriez jamais savoir sur la sexualité de vos enfants***

Pr Marcel Rufo ; *Editions livre de poche*

Nous mettons au monde des petites filles et des petits garçons, mais nous sommes bien les seuls à le savoir. Car les bébés, eux, ignorent qu'ils ont un sexe. Ils vont le découvrir et se l'approprier peu à

peu, à travers des expériences fondamentales qui les amèneront d'une sexualité infantile, faite essentiellement de sensorialité, à la sexualité agie de l'adolescence.

Premier sourire, allaitement, apprentissage de la propreté, traversée de la période de l'œdipe, phase de latence, puberté, premières relations sexuelles... Marcel Rufo retrace les moments forts de ce passionnant parcours et les conquêtes qui s'y rattachent, sans oublier tout ce qui peut entraîner des troubles dans le développement de l'identité sexuelle de l'enfant – attouchements, viol, mais aussi maladie ou handicap. Enfin, il répond aux questions très précises que les parents se posent : est-il normal qu'un enfant se masturbe ? Doit-on le lui interdire ? Peut-on prendre un bain avec lui ? Est-ce inquiétant s'il refuse d'aller sur le pot ? Quelles conséquences peuvent entraîner la vision d'un film pornographique ?

On retrouve ici ce qui fait la force de Marcel Rufo : des exemples choisis, issus de sa pratique quotidienne, une grande clarté, le refus du dogmatisme et une véritable originalité dans la pensée. Pour lui, la sexualité est un mystère et doit le rester. Son livre devient ainsi un plaidoyer pour la pudeur et le respect de l'intimité de chacun.

### ***Qu'apprend-on à l'école maternelle ?***

Ministère de l'Éducation Nationale, préface de Luc Chatel, Les programmes officiels 2009-2010 ; *XO Editions*, 77 pages.

L'école maternelle occupe une place centrale au sein de notre système éducatif. Elle est beaucoup plus qu'une structure d'accueil : elle est le lieu des premiers apprentissages. C'est pour cela qu'elle dispose de véritables programmes d'enseignement qui sont présentés dans cet ouvrage. Le rôle de l'école maternelle, c'est d'aider votre enfant à devenir un élève et de le préparer à l'apprentissage des savoirs fondamentaux qui lui seront enseignés à partir du cours préparatoire.

Une école pour tous, la réussite pour chacun : voilà l'ambition de l'école républicaine aujourd'hui. Cette ambition commence à l'école maternelle, qui est le premier maillon d'un parcours qui mènera votre enfant jusqu'au baccalauréat. Bonne rentrée à tous.

### ***Des parents dans l'école***

Sous la direction de Martine Kherroubi, *Editions Eres*

Les relations Familles/Ecole sont au cœur des débats actuels sur l'éducation. Si tout le monde s'accorde sur la nécessité de renforcer la coopération entre les parents et les enseignants, aucune étude systématique n'avait été conduite sur la diversité des pratiques mises en œuvre dans les écoles.

La fondation des France a demandé à des chercheurs d'observer et d'analyser les modalités concrètes de ces coopérations dans dix-huit établissements primaires retenus pour leurs nombreuses actions destinées à favoriser l'entrée des parents dans l'école.

Ce livre présente les résultats de ces recherches. La richesse des analyses tient au croisement des points de vue des parents et des professionnels.

On y découvre la façon dont s'organise quotidiennement cette relation dans des écoles aux caractéristiques contrastées, les enjeux et les facteurs de cette coopération et ses conséquences sur la scolarité des enfants.

Aux prises avec les réalités scolaires et familiales d'aujourd'hui, *Des parents dans l'école* ouvre aux lecteurs enseignants, parents, acteurs des collectivités locales, des pistes de réflexion et d'actions.

### ***La réussite scolaire expliquée aux parents***

Alain Lieury, *Edition Dunod*

Faut-il une méthode syllabique ou globale pour la lecture ?

Les enfants ont-ils une meilleure mémoire que leurs parents ?

Les élèves ont-ils une mémoire visuelle ou auditive ?

L'apprentissage par multimédia est-il meilleur ?

Pourquoi certains élèves sont-ils passionnés et d'autres, démotivés ?

Voilà des questions que, parent ou enseignant, vous vous êtes peut-être posées. Ce livre répond à toutes ces interrogations (et à bien d'autres encore) en traitant ici, de manière ludique et pédagogique, des grands thèmes de la psychologie à l'école : la lecture et ses méthodes, la mémoire, l'apprentissage par l'image et le multimédia, l'attention et la motivation, la passion et le découragement.

## ***Tu réussiras mieux que moi***

Pr Marcel Rufo ; *Editions Anne Carrière*

En pédopsychiatrie, la question des difficultés scolaires constitue un motif fréquent de consultation. Troubles des apprentissages, décrochage, phobie scolaires, précocité intellectuelle, question des notes et du redoublement, orientation...

Pour les parents d'aujourd'hui, l'école est un sujet prioritaire. Ils attendent d'elle que leurs enfants s'y épanouissent et y réussissent, avant d'en sortir avec un diplôme. L'école actuelle atteint-elle ces objectifs ?

Marcel Rufo nous parle de ses points faibles pour proposer d'y remédier. Quelle aide peut apporter une consultation en pédopsychiatrie pour répondre aux difficultés scolaires ?

## ***Naître différent***

Sous la direction de Patrick Ben Soussan, *Editions Erès*, 60 pages

Comment dire l'indicible de cette rencontre fondatrice entre un enfant porteur d'un handicap et ses parents ? Comment partager cette expérience impensable, comment l'élaborer, lui donner du sens ? Quelles peurs, quelles résistances suscite le handicap ? Comment dès lors l'accueillir ? Comment aider les parents, les fratries, les familles mais aussi les équipes à faire en sorte que le handicap nommé n'assigne pas le nouveau-né à la différence, ne le condamne pas à être autre, irréductiblement, aux yeux de tous ? Pédiatres, psychiatre et psychanalyste proposent ici des élaborations croisées à ces situations surchargées d'affects.

## ***Frères et sœurs de personnes handicapées***

Sous la direction de Charles Gardou ; Editions Eres

La naissance d'un enfant handicapé n'est pas seulement l'affaire des parents, des soignants et des éducateurs qui l'accompagnent : les frères et les sœurs se retrouvent d'emblée, à leur insu, engagés dans une aventure aux conséquences multiples. Pèsent sur eux les profonds remaniements, la révolte et le désespoir provoqués par l'intrusion du handicap au cœur de la famille. Quels en sont les retentissements sur la construction psychique de chacun des membres de la fratrie, sur leur manière d'être au monde, sur leur identité sociale, leurs modes relationnels, leurs rôles sociaux et leur devenir ?

Pour explorer les mystères de ces vécus fraternels, Charles Gardou a demandé à des acteurs directement concernés de faire un retour sur leur passé et de revisiter « leur roman familial ». Sans faux-fuyants, sans écran interposé, mais avec authenticité, pudeur et capacité de distanciation, ils dévoilent leur expérience existentielle singulière, mettant ainsi au jour ce qui reste habituellement dans l'ombre et que ne peuvent ignorer ceux qui ont la charge de les aider.

## ***Le handicap par ceux qui le vivent***

Charles Gardou ; *Editions Eres*

La parole est ici exclusivement donnée à des femmes et des hommes en situation de handicap. Experts, au sens premier du terme, ils « éprouvent », ils savent par expérience les résonances d'une déficience motrice, physique, auditive, visuelle, intellectuelle ou psychique. Quelle est leur réalité existentielle ? En quoi leur condition spécifique influe-t-elle sur leur place, leur statut et leurs rôles ? Quelles stratégies adaptatives mettent-ils en œuvre ? Quelle image se font-ils du monde ? Comment conçoivent-ils les normes et les valeurs, l'égalité et la liberté ? C'est autour de ces interrogations et bien d'autres encore que Charles Gardou a conçu et réalisé ce projet éditorial avec eux. Leurs propos préviennent contre la pensée toute faite et rappellent une évidence qui fait nécessité : une part essentielle du savoir se trouve chez ceux qui vivent cette réalité humaine.

Ces pages, qui procèdent d'une anthropologie du très proche, nous conduisent des nuances de la singularité aux couleurs de l'universel : l'Homme est né pour la liberté. C'est vrai pour tous les êtres humains et ceux qui vivent le handicap au quotidien n'y font pas exception.

## ***Tous différents !***

Todd Parr ; *Editions Bayard Jeunesse*

Dans la vie on peut être adopté, on peut avoir des roues, ou de grandes oreilles, on a le droit d'être différent. Et toi, en quoi es-tu différent ?



## ***L'adoption***

Delphine Rouquès, *Editions Albin Michel*, 393 pages.

Pour que l'adoption soit une nouvelle chance pour un enfant, il a besoin d'être compris, aidé. Et ses parents aussi. Delphine Rouquès, psychologue, spécialiste de l'adoption, consultante au sein d'une ONG, donne aux parents les outils nécessaires pour accueillir et accompagner au mieux l'enfant adopté :

- Selon son origine,
- Son âge et celui des parents au moment de l'adoption,
- La constellation familiale,
- Les étapes qu'il traverse, de la petite enfance à l'âge adulte,
- Ses difficultés particulières et ses troubles.

Mais ce livre éclaire également les parents sur leurs propres sentiments :

- Lors de la préparation à l'adoption,
- Au moment de l'accueil de l'enfant,
- Sur la relation qu'ils ont chacun avec lui,
- Et face aux questions qui peuvent surgir dans le couple.

Ce guide psychologique irremplaçable accompagnera les parents dans leur cheminement, mais aussi les adoptés devenus adultes qui y reconnaîtront des éléments de leur histoire.

## ***En attendant Timoun***

Geneviève Casterman ; *Editions Lutin poche*

Timoun veut dire « enfant » en créole. Adopter un enfant, c'est toute une aventure. Une longue attente peuplée de rêves, d'espoirs, de doutes, de craintes. Puis, un jour, c'est le départ, la rencontre...

## ***Vivre et grandir dans l'adoption***

Cécile Delannoy et Catherine Vallée ; *Editions La découverte*

Longtemps, le discours sur l'adoption a été cantonné au registre du « conte de fées », où tout échec était imputé aux familles adoptantes ; mais les regards ont progressivement changé, et il est désormais possible d'évoquer les difficultés vécues au sein des familles. C'est alors la théorie de l'attachement qui est le plus souvent invoquée pour en comprendre les origines, non sans raison : il ne va pas de soi, pour un enfant, de redonner sa confiance à des adultes après avoir vécu abandon et ruptures de ses premiers liens.

Il semble cependant que l'attachement n'explique pas tout. Les auteures de l'ouvrage veulent défricher un terrain nouveau, en faisant l'hypothèse que les jeunes adoptés – notamment à l'international –, mais aussi les jeunes pupilles, pourraient éprouver un malaise identitaire et vivre des conflits d'appartenance. Bâtir son identité sans ressemblance évidente à ses parents, appartenir, au moins dans l'imaginaire, à deux familles, trouver sa place dans une société qui vous identifie comme « étranger » : autant de défis difficiles pour les jeunes adoptés. Une réflexion issue d'expériences croisées, pour mieux comprendre nos enfants issus de l'adoption et, peut-être, aider les familles qui en traversent les eaux difficiles.

### **Relations frères-sœurs**

Catherine Dumonteil-Kremer, *Editions Jouvence poche*, 158 pages.

Accompagner plusieurs enfants, faire face à leurs disputes ou répondre à leurs besoins, parfois différents, voilà un vrai défi que de nombreux parents doivent relever au quotidien ! Mais comment ne pas y perdre toute son énergie ? Comment maintenir constante son attention à leur égard ? En d'autres mots, comment s'y prendre pour éviter les conflits fraternels, souvent occasionnés par l'arrivée d'un nouveau-né, et instaurer au sein familial une relation saine, complice et conviviale ? Les relations frères-sœurs ne sont pas vouées à l'échec, bien au contraire. Convaincue, l'auteur, elle-même mère d'une famille nombreuse, partage dans ce livre ses expériences et découvertes, propose des astuces, jeux et conseils toujours très proches du quotidien des parents. Elle revient notamment sur ces toutes petites choses auxquelles on ne veut parfois pas accorder de temps ou d'importance, et les considère sous un œil différent. Elle insiste aussi sur l'idée qu'apprendre aux enfants à aimer et à s'aimer les aidera à grandir et à subvenir, plus tard, à leurs propres besoins affectifs et respectifs. Elle nous invite enfin à entrer dans la danse de la fraternité d'un pas plus assuré !

### **Frères et sœurs, chacun cherche sa place**

Françoise Peille, *Editions Hachette parents*, 288 pages

Quelle place a-t-on dans sa fratrie et que signifie-t-elle ?

- Un frère, une sœur, à quoi ça sert ? La rivalité et la jalousie sont-elles inévitables dans la fratrie ?
- Que l'on soit enfant unique ou issu d'une famille nombreuse, que l'on n'ait que des sœurs ou que des frères, que l'on soit adopté, jumeaux, triplés... chacun a une place unique dans sa fratrie qui influe sur la vie tout entière.

### **Bébé Cadum**

Stéphanie Blake ; *Editions Ecole des loisirs*

Ouvrage pour enfants concernant l'accueil d'un nouvel enfant dans la famille.

### **Tu m'aimes ou tu m'aimes pas ?**

Carl Norac et Claude K.Dubois ; *Editions Lutin poche*

Lola vient d'avoir un petit frère. Elle trouve qu'il lui ressemble. Elle veut lui donner Grand Loup, son plus beau jouet. Mais Théo ne le veut pas. Il pleure. « Je crois qu'il ne m'aime pas », se dit Lola.

### **Jalousies et rivalités entre frères et sœurs**

Adèle Faber et Elaine Mazlish ; *Editions Stock*

Une des grandes sources de stress dans les familles, ce sont les incessantes disputes entre les enfants. Les moqueries, les provocations, les chamailleries qui n'en finissent pas, pèsent lourdement sur la vie familiale. Pour ramener à tout prix la paix, les parents tour à tour supplient, crient, menacent, punissent, prennent parti, mais rien ne semble avoir d'effet. Au bout d'un certain temps,

la plupart des parents se résignent : les conflits entre frères et sœurs leur semblent le prix à payer lorsqu'on veut plusieurs enfants.

Adèle Faber et Elaine Mazlish refusent l'idée que rien ne peut être entrepris dans ce domaine. Fortes de leur expérience, –elles ont enseigné pendant des années la communication familiale– les deux auteurs se sont rendus compte que certaines attitudes, certains comportements étaient efficaces pour atténuer la rivalité qui oppose frères et sœurs.

Ce livre raconte de façon très directe les réunions au cours desquelles les parents font part de leur expérience et comment les auteurs y répondent.

Des dialogues vivants, des bandes dessinées décrivent les nombreuses formes de jalousie et montrent comment favoriser la coopération plutôt que la compétition ; comment aider les enfants à exprimer sans violence les sentiments négatifs qu'ils ressentent ; comment être juste sans pour autant être obligé de traiter les enfants tous de la même façon ; comment aider l'enfant agressif et l'enfant passif ; comment faire tomber la colère des enfants qui se battent et comment les motiver pour qu'ils trouvent eux-mêmes la solution à leurs différends. Tout le long du livre, on apprend à encourager les comportements de coopération et à faire naître une attitude de bonne volonté entre frères et sœurs.

Ce livre se lit comme un reportage et peut changer beaucoup dans l'atmosphère des familles.

### ***Les aînés et les cadets***

Marc Sznajder ; *Editions Odile Jacob*

« En tant que pédiatre, je fais le constat suivant : les enfants qu'il m'est donné de voir à mon cabinet présentent très souvent des traits de caractère particuliers selon leur rang de naissance. Ces différences, les mamans elles-mêmes les soulignent volontiers. » M.S.

S'appuyant sur sa longue pratique de pédiatre, mais aussi sur les études scientifiques les plus récentes, Marc Sznajder se propose de revenir ici sur le profil psychologique des enfants selon la place qu'ils occupent dans la fratrie.

Quelles sont donc les qualités reconnues majoritairement aux aînés ? Et celles attribuées aux cadets, benjamins compris ? Lesquels sont les plus extravertis ? Les plus curieux ? Les plus obéissants ? Comment, enfin, explique-t-on ces différences ?

### ***Frères et sœurs, une maladie d'amour***

Pr Marcel Rufo avec la collaboration de Christine Schilte, *Editions Le livre de poche*

Frères et sœurs : leurs relations sont le résultat d'une grande intimité qui n'est pas choisie mais imposée. Et tout le problème est là ! On pourrait même dire que la fratrie est une maladie – une maladie d'amour chronique.

Tout commence avec l'arrivée du second, un véritable cataclysme pour celui qui devient l'aîné. Comment peut-il accepter de partager l'amour de ses parents ?

Tout au long de la vie, les liens fraternels sont mis à rude épreuve. C'est le cas lorsque la maladie frappe la fratrie, ou si elle compte un ou des enfants adoptés. C'est vrai aussi au moment de l'éventuelle séparation parentale, lorsqu'un frère ou une sœur quitte le foyer pour fonder un couple, et jusqu'à l'ouverture du testament des parents.

Marcel Rufo, avec la collaboration de Christine Schilte, nous entraîne – en s'appuyant sur de nombreux cas cliniques, des mythes et des contes – au cœur de ces relations qui touchent chacun d'entre nous dans ce qu'il a de plus intime.

### ***L'alimentation idéale des jeunes***

Eric Darche, *Editions Lanore*, 340 pages

Y a-t-il vraiment une alimentation spécifique des jeunes ? En principe pas vraiment, même si les quantités varient un peu en fonction de l'âge. Malheureusement dans les faits, les jeunes adoptent, une alimentation qui semble-t-il, leur a été « soigneusement » étudiée dans bien des cas, et qui peut les rendre dépendant sur le plan neurochimique.

Comme croire qu'avec une alimentation déséquilibrée et dévitalisée, comme le proposent les aliments raffinés, hyper gras et sucrés que bien des jeunes consomment, ils peuvent prétendre par la suite, à un véritable équilibre. Outre la présence de toutes les classes alimentaires (glucides, protides, lipides), il semble sage et urgent d'apporter une attention particulière à l'aspect qualitatif des aliments proposés aux jeunes, sans quoi on ne peut espérer vraiment qu'ils jouissent d'une vraie santé, physique et mentale.

### ***Libérons l'assiette de nos enfants ! Le dico de l'alimentation des 3 – 10 ans***

Laurence Haurat psychologue-Nutritionniste, Laura Annaert Mamanchef, Préface de Michel Cymes, *Editions de la Martinière*.

### ***L'allaitement maternel***

Claude Suzanne, Didier-Jean Jouveau, *Editions Jouvence*

Contrairement à ce que l'on peut entendre parfois, promouvoir l'allaitement exclusif au sein les premiers mois de la vie de l'enfant n'est pas un retour au passé.

Il s'agit au contraire d'une démarche radicalement neuve, susceptible de donner aux femmes une formidable confiance en leurs capacités, tout en créant une nouvelle génération de bébés plus épanouis et plus en santé.

### ***Allergies alimentaires des enfants, comment nourrir ses enfants sans risques et conserver une vie sociale***

Dr Christine Rizk, *Editions J.Lyon*

Le nombre d'enfants et d'adultes allergiques à un ou plusieurs aliments ne cesse d'augmenter. Il a doublé en moins de 20 ans. On considère que les allergies alimentaires touchent 4 à 6 % des enfants et de 1 à 3 % de la population adulte. Elles ont des répercussions multiples : familiale, sociale, scolaire, financière, qualité de vie. Pourtant, des solutions existent.

Ce guide pratique, fruit d'un vécu quotidien auprès de familles d'enfants allergiques, vous aidera à : Identifier l'allergie alimentaire par des tests standardisés et une consultation diététique pour établir un diagnostic adapté.

- Différencier les fausses des vraies allergies.
- Surveiller et connaître l'évolution de l'allergie.
- Préparer une trousse d'urgence.
- Savoir lire les étiquettes.
- Découvrir le PAI (projet d'accueil individualisé) à l'école.
- Concocter des recettes délicieuses sans les aliments allergènes (œufs, lait, gluten, etc...)
- Préserver la vie sociale de l'enfant : participation aux activités scolaires et extra-scolaires, voyager sans soucis à l'étranger, conserver une harmonie familiale.

## **Remèdes de famille**

La bibliothèque naturelle du Dr Henry Puget avec R. Teyssot ; *Editions de la Martinière*

Saviez-vous que la tomate peut lutter contre l'acné et que les infusions d'estragon sont très efficaces contre l'aérophagie ? Bref, que nos grands-mères avaient souvent raison de vouloir soigner les maux du quotidien sans médicament, simplement avec ce qu'elles trouvaient dans leur cuisine ou dans leur potager.

De l'aérophagie à la conjonctive, de la diarrhée à l'insomnie, en passant par la sinusite, le torticolis ou la laryngite, le docteur Henry Puget et Régine Teyssot ressuscitent les remèdes ancestraux qui marchent, et en expliquent l'efficacité d'un point de vue scientifique.

Grâce aux remèdes de famille, chacun pourra se soigner malin, en toute sécurité et le plus naturellement du monde !

## **Le bébé gastronome**

Sandrine Monnery-Patris ; *Editions Philippe Duval*

L'alimentation des très jeunes enfants suscite de nombreuses interrogations : pourquoi Lou dévore-t-elle son plat d'épinards alors que Diego refusera catégoriquement d'y goûter ? Comment se fait-il qu'hier encore, Lou raffolait du gratin de courgettes alors qu'elle fait aujourd'hui la grimace dès qu'elle sent son odeur ? Et que faire avec Diego, qui dit « non » à tous les nouveaux plats qu'on lui propose ?

Faut-il forcer un enfant à finir son assiette ? Comment peut-on proposer l'alimentation variée et équilibrée recommandée par les nutritionnistes quand un enfant refuse de goûter ? Il faut l'avouer, nourrir nos chers petits peut parfois s'avérer être un vrai casse-tête !

### ***Drogues, Alcool : En parler en famille***

Dr François Besançon, InterEditions, 183 pages

Parler en famille des dépendances est le meilleur moyen d'aider son enfant ou un proche à ne pas en devenir la victime. Mais comment le faire efficacement et être écouté ? Cet ouvrage vous apprend tout ce qu'il est nécessaire de savoir.

- Quand prendre les devants pour prévenir son enfant avant qu'il ne soit trop tard ;
- Comment lui apprendre, dès 11 ans, à refuser le premier joint ;
- Quelles sont les différences drogues et leurs effets ;
- Comment apprendre à un ado à ne pas franchir le seuil du « premier verre en trop » ;
- Comment convaincre une femme enceinte de vivre hors alcool ;
- Comment communiquer avec un proche déjà dépendant et comprendre ce qu'il vit ;
- Comment réussir ensemble à l'en sortir, en associant famille, professionnels et groupes d'entraide.

### ***L'effet cacahuète, questions sur les drogues et les autres dépendances, à l'usage des adolescents et des parents***

Jean-Claude Matysiak, Edition Pascal

Si parfois, certains d'entre nous s'alarment à l'excès devant la moindre conduite jugée excessive de leur enfant, il nous faut dire que la majorité des ados qui commence à déraiper vers une *dépendance*, ne s'en rendent pas vraiment compte.

Si il faut connaître les dangers, le plus important reste sûrement de comprendre pourquoi les dépendances peuvent nous attirer au point, pour certains, d'en devenir esclave. Adolescents et parents, nous avons tous envie de savoir : « Comment ça marche ? » Mais, la *dépendance* ne tombe pas du ciel. Bref, pourquoi devient-on *accro* ou *addict* ?, ce sera la première partie de cet ouvrage.

Pour l'ado, ce dialogue sera une façon de ne pas garder un problème ou une interrogation pour soi, sans réponse. En effet, le risque serait d'imaginer des choses fausses, ou d'obtenir des réponses de copains mal informés ou déjà eux-mêmes en difficulté.

Pour l'adulte, entendre, comprendre et répondre, c'est tout simplement être parent. Ici, les addictions psychologiques et physiques seront « listées », analysées, pour mieux prévenir et se prémunir...