



Dans le cadre du débat du 23 janvier 2008

Mercredi des parents :

« Le malaise des adolescents, leur manque de confiance en eux »

LA BIBLIOTHÈQUE VOUS PROPOSE DES DOCUMENTS SUR LE SUJET :

SUR LA CONFIANCE EN SOI :

Imparfaits, libres et heureux

155.2 AND

André, Christophe
(O. Jacob, 2006)

Etre enfin soi-même. Ne plus se soucier de l'effet que l'on l'ait. Agir sans craindre ni l'échec ni le jugement. Ne plus trembler à l'idée du rejet. Et trouver tranquillement sa place au milieu des autres. Ce livre va vous aider à avancer sur le chemin de l'estime de soi. A la construire, la réparer, la protéger. Il va vous aider à vous accepter et à vous aimer, même imparfaits. Non pour vous résigner, mais pour mieux évoluer. Imparfaits, mais libres et heureux...

Petits complexes et grosses déprimés

155.6 AND

André, Christophe
(Seuil, 2005)

Vous doutez de vous-même et de tout ! Vous n'osez pas dire non ! Vous fuyez les difficultés ! Manqueriez-vous de confiance en vous ?

Vous vous trouvez trop grand ou trop petit ! Vous détestez votre nez, votre bouche, vos genoux au point de ne plus oser sortir dans la rue !

Etre sûr de soi

158.2 PAS

Pasini, Willy
(O. Jacob, 2002)

Comment se développe la confiance en soi, quel est le rôle des proches, de quelle façon agit la perception que nous avons de notre propre corps ... Et comment amplifier son sentiment de sécurité intérieure ?

SUR LES PROBLÈMES LIÉS À L'ADOLESCENCE ET LES CONSEILS PRODIGUÉS AUX PARENTS :

Quand l'adolescent va mal

155.5 POM

Pommereau, Xavier
(Lattès, 1997)

A l'usage des parents pour comprendre les problèmes d'adolescence, des réponses précises qui explorent successivement les signes d'angoisse et de dépression, les plaintes corporelles, le retrait relationnel, les conduites alimentaires, la consommation de drogues, les violences, les fugues et les conduites suicidaires.

Les nouveaux ados

155.5 CAN

Canuel, Brigitte
(Bayard, 2006)

Six psychiatres et psychanalystes, spécialistes de l'adolescence et de la famille, répondent aux principales questions que se posent tous ceux qui entourent les adolescents (parents, professeurs, éducateurs) : Ont-ils envie et se sentent-ils prêts à sortir de l'enfance ? La société et les parents peuvent-ils organiser des réponses sociales et affectives pour répondre à leurs questions ?

Tracas d'ados, soucis de parents

155.5 MAR

Marcelli, Daniel
(Albin Michel, 2002)

Du désir d'indépendance à la scolarité, en passant par les relations parents-enfants, les amours et le rapport à l'argent, cet ouvrage donne des réponses aux multiples questions que se posent les parents d'adolescents.

Ado à fleur de peau

155.5 POM

Pommereau, Xavier
(Albin Michel, 2006)

Explique ce que signifie le langage de la peau chez l'adolescent, et comment l'aider dans sa quête d'identité et réagir si on trouve qu'il va trop loin. Indique quelle est la marge des parents pour établir des limites et que faire si on découvre qu'il se scarifie. Ouvre une réflexion sur la place de l'adolescent dans cette société où rites de passage et rites d'intégration ont disparu.

Parents d'ados

155.5 MOR

(La Martinière, 2005)

L'auteur a recueilli les principales questions de parents d'ados qui expriment leurs doutes, leurs craintes, leurs angoisses. L'ouvrage est structuré autour de 10 sujets : ils ne pensent qu'à l'amour, on s'inquiète pour leur avenir, on ne les reconnaît plus, nous n'avons plus aucune autorité sur eux, etc. Pour chaque thème, des réponses et des conseils, les attitudes à adopter.