



© vectorfusionart

Favoriser le déploiement des compétences psychosociales chez les parents

Bibliographie

RESUME

Ce document vous présente une sélection de documents utiles apportant une aide dans la mise en place d'actions de promotion de la santé autour du développement des compétences psychosociales chez les parents.

CALVEZ Morgan

Juillet 2024

Table des matières

LES DIFFERENTES APPROCHES	1
LES NEUROSCIENCES	1
L'EDUCATION POSITIVE	1
LE DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES	2
AUTRES APPROCHES	5
LA PARENTALITE	5
LE SOUTIEN A LA PARENTALITE	5
LES 1000 PREMIERS JOURS	6
L'EDUCATION DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT	7
LE BURN-OUT PARENTAL	8
LA MISE EN ŒUVRE D' ACTIONS	9
LES RECOMMANDATIONS ET REFERENTIELS	9
LES PROGRAMMES PROBANTS	10
DES EXEMPLES DE PROJETS	11
LES OUTILS PEDAGOGIQUES	12
BROCHURE	12
CARTE ILLUSTREE	12
GUIDE PEDAGOGIQUE	15
JEU	21
LITTERATURE JEUNESSE	28
MALLETTE PEDAGOGIQUE	31
MULTIMEDIA	33
REPertoire	33

POUR ALLER PLUS LOIN...



Les différentes approches

Les neurosciences

Bales E. **Cerveau et émotions à l'adolescence : Les neurosciences au service des compétences sociales et émotionnelles dans l'enseignement.** Ellipses, 2022, 335 p.

Begue B. **Neurosciences : Un nouveau credo. Dossier.** ASH, n°3230, 22/10/2021, pp. 6-12.

Des neurosciences à l'éducation pour la santé : Comment l'attention positive favorise le développement de l'enfant ? Dossier. Priorités santé, n°59, 01/2021, pp. 1-6. [En ligne](#)

Gueguen Catherine. **Développement de l'enfant : L'apport des neurosciences.** La santé en action, n°447, 03/2019, pp. 17-19. [En ligne](#)

Gueguen Catherine. **Heureux d'apprendre à l'école : Comment les neurosciences affectives et sociales peuvent changer l'éducation.** Les Arènes, 2018, 352 p.

Sander Emmanuel, Gros Hippolyte, Gvozdic Katarina, [et al.]. **Les neurosciences en éducation.** Retz, 2018, 160 p.

Jensen Frances E., Ellis Nutt Amy. **Le cerveau de l'adolescent : Guide de survie à l'usage des parents.** Editions Jean-Claude Lattès, 2016.

L'éducation positive

Kammerer B., [et al.]. **L'éducation positive face à ses limites.** Sciences humaines, 2024, 276 p.

Kammerer B. **Enjeu : Education positive, pourquoi elle divise les psys ? Dossier.** Sciences humaines, n°361, 08/2023, pp. 23-31.

Gadeau L. **La parentalité positive à l'épreuve de la vraie vie.** Yakapa.be, 03/2023, 59 p. [En ligne](#)

Shankland R. **La psychologie positive, un levier pour la santé mentale.** Education santé, n°393, 11/2022, pp. 3-5. [En ligne](#)

Kammerer B. **L'éducation positive. Dossier.** Grands dossiers des sciences humaines, n°67, 06/2022, pp. 6-56.

Nelsen J., Pouget M. **Mon cahier de discipline positive : Exercices et outils pratiques pour une éducation ferme et bienveillante.** Marabout, 2021, 192 p.

Nelsen Jane. **La discipline positive de 3 à 6 ans : Accompagner les années de maternelle.** Editions du Toucan, 2020.

Rinaldi Romina. **Education positive, révolution ou illusion ?** Sciences humaines, n°315, 06/2019, pp. 26-31.

McGuinness M., Bouxom S. **Les règles positives de la famille.** Mangot, 2018.

Couturier Stéphanie, Adéjie. **Aidez votre enfant à coopérer sans cris ni punitions : Exercices et outils pour appliquer l'éducation positive au quotidien.** Marabout, 2018, 63 p.

Gravillon Isabelle, Gueguen Catherine, Chambry Jean [et al.]. **L'éducation positive en questions. Dossier.** L'école des parents, n°622, 01/2017, pp. 31-62.

Seigel D.-J., Payne-Bryson T., Filliozat I. **Le cerveau de votre enfant : Manuel d'éducation positive pour les parents d'aujourd'hui.** Les Arènes, 2015.

Martin-Krumm C., Boniwell I. **Pour des ados motivés : Les apports de la psychologie positive.** Odile Jacob, 2015.

Nelsen Jane, Lott Lynn, Sabate Béatrice. **La discipline positive pour les adolescents : Comment accompagner nos ados, les encourager et les motiver, avec fermeté et bienveillance.** Editions du Toucan, 2014.

Durrant Joan. **La discipline positive : Au quotidien à la maison.** Save the Children, 2013, 356 p.
[En ligne](#)

Akoun A., Pailleau I. **Apprendre autrement avec la pédagogie positive : A la maison et à l'école, (re)donnez à vos enfants le goût d'apprendre.** Eyrolles, 2013, 192 p.

Le développement des compétences psychosociales

De la petite enfance à l'adolescence

Comment développer les compétences psychosociales (CPS) ? Promotion santé Normandie, 2024. [En ligne](#)

Les compétences psychosociales (CPS) c'est quoi ? Promotion santé Normandie, 2024. [En ligne](#)

Mosley B. **La santé mentale de mon enfant : Comment apaiser son anxiété et prendre soin de ses émotions tout au long de son enfance et de son adolescence.** Eyrolles, 2024, 372 p.

Olano M. **Peut-on éduquer l'empathie ?** Sciences humaines, n°368, 05/2024, pp. 52-55.

Shankland R., Olano M. **Rebekka Shankland « Cultiver la gratitude, l'écoute et l'empathie ».** Sciences Humaines, n°365, 02/2024, pp. 66-69.

Soutenir le bien-être des jeunes par l'approche des compétences psychosociales. Carnet à destination des intervenants éducatifs. Cultures & santé asbl, 11/2023, 32 p. [En ligne](#)

Deheane-Lambertz G., Cyrulnik B., Alessandrin A., [et al.]. **Du premier âge à l'adolescence : Comment les enfants voient le monde. Dossier.** Grands dossiers des sciences humaines, n°72, 09/2023, 78 p.

Gentaz E. **Comment les émotions viennent aux enfants ? Et pourquoi les compétences émotionnelles sont la clé de leur épanouissement et de leur réussite scolaire.** Nathan, 2023, 124 p.

Calvez M., Begnic M., Bourhis C., [et al.]. **En quoi le développement des compétences psychosociales est favorable aux enfants ?** IREPS Bretagne, 2022-05, 5 p. [En ligne](#)

Barbet R. **Développer les compétences psychosociales des adolescents.** ASH, n° 3257, 2022-04-29, pp. 30-31.

Humbecq B. **L'intelligence émotionnelle à l'école et en famille. Comment accompagner l'enfant dans la gestion de ses émotions ?** Mardaga, 2022, 138 p.

Barbe L. **Accompagner les sorties des dispositifs de prise en charge : favoriser l'autonomisation des jeunes, réunir des conditions pour des sorties positives. Guide à l'attention des professionnels de l'accompagnement, de leurs structures et des institutions.** Préfet de la région Ile-de-France, Cabinet CRESS, 2021-09, 85 p. [En ligne](#)

Henry V., Vernhet C. **100 idées pour accompagner les émotions des enfants et des adolescents.** Editions Tom Pousse, 2021, 195 p.

Liratni M. **100 idées pour enseigner les habilités sociales : Communication et sociabilisation. Des enjeux éducatifs majeurs de la petite enfance à l'adolescence.** Editions Tom Pousse, 2020.

Bourque S. **Les grandes émotions des tout-petits : comprendre et soutenir les apprentissages émotionnels chez les 2-6 ans.** Midi trente, 2020, 145 p.

Castelli-Gattinara E. **Voyage au cœur des émotions des adolescents : 10 leçons pour comprendre et les aider à s'épanouir.** Hachette, 2019, 240 p.

Laporte Danielle, Sévigny Lise. **L'estime de soi des 6-12 ans.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2019, 120 p.

Aimelet-Périssol C., Aimelet A. **Emotions : Quand c'est plus fort que lui ! Aider son enfant de 3 à 11 ans à bien grandir.** Leduc S. Editions, 2018, 191 p.

Laporte Danielle. **Favoriser l'estime de soi des 0-6 ans.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2018, 112 p.

Couturier Stéphanie, Adéjie. **Aidez votre enfant à développer son empathie : Exercices et outils pour apprendre à se mettre à la place des autres.** Marabout, 2018, 63 p.

Couturier Stéphanie, Adéjie. **Aidez votre enfant à devenir autonome : Exercices et outils pour qu'il se débrouille comme un grand.** Marabout, 2018, 63 p.

Couturier Stéphanie, Adéjie. **Aidez votre enfant à gérer ses colères : Exercices et outils pour apaiser et éviter les crises.** Marabout, 2017, 63 p.

Couturier Stéphanie, Adéjie. **Aidez votre enfant à maîtriser ses peurs : Exercices et outils pour apaiser les émotions.** Marabout, 2017, 63 p.

Couturier Stéphanie, Adéjie. **Aidez votre enfant à prendre confiance en lui : Exercices et outils pour qu'il ose affronter la vie.** Marabout, 2017, 63 p.

Murray Lynne. **La psychologie des bébés : Comment les relations favorisent le développement de l'enfant de la naissance à 2 ans.** Erès, 2017, 312 p.

Gold Claudia M. **A l'écoute des émotions de l'enfant : Chagrins, angoisses, colères et autres problèmes du quotidien.** Albin Michel, 2014.

Bâtir la résilience chez les jeunes enfants : Pour les parents de jeunes enfants, de la naissance à l'âge de six ans. Nexus Santé, 2012, 23 p. [En ligne](#)

Juul J., Berlioz C. **Regarde... ton enfant est compétent : Renouveler la parentalité et l'éducation.** Chronique sociale, 2012, 192 p.

Des parents

Le développement des compétences psychosociales parentales : Un enjeu pour toute la famille. IREPS Auvergne-Rhône-Alpes, 2019, 6 p. + 4 p. [En ligne](#)

Lamboy Béatrice, Guillemont Juliette. **Développer les compétences psychosociales des enfants et des parents : Pourquoi et comment ?** Devenir, vol. 26, n°4, 2014, pp. 307-325. [En ligne](#)

De tous

Lhéréte H., Sueuer C., [et al.]. **Sommes-nous naturellement altruistes ? Empathie, coopération, solidarité...** Sciences humaines, n°368, 05/2024, pp. 39-70.

Andre C. **S'estimer et s'oublier : abécédaire de l'estime de soi et de tout le reste.** Odile Jacob, 2024, 402 p.

Tisseron S. **L'empathie.** Que sais-je ? 2024, 128 p.

Les compétences psychosociales. L'essentiel à savoir. Santé publique France, 06/2023, 8 p. [En ligne](#)

Serrok R. **Les compétences psychosociales, un levier pour la promotion de la santé.** Dossier. Education santé, n°396, 02/2023, pp. 3-7. [En ligne](#)

Lamboy B., Arwidson P., Du Roscoat E., [et al.]. **Les compétences psychosociales : état des connaissances scientifiques et théoriques. Rapport complet.** Santé publique France, 10/2022, 135 p. [En ligne](#)

Siegel Daniel, Bryson Tina Payne. **Le cerveau qui dit oui.** Les Arènes, 2019, 280 p.

Duclos Germain. **L'estime de soi, un passeport pour la vie.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2018, 248 p.

Oubrayrie-Roussel N., Bardou E.. **100 idées pour mieux comprendre et préserver l'estime de soi.** Editions Tom Pousse, 2015, 183 p.

Autres approches

Kammerer B. **Vers une éducation « evidence-based ».** L'école des parents, n°650, 01/2024, pp. 38-41.

La parentalité

Le soutien à la parentalité

Accompagner les parents en 2022. Dossier. L'Ecole des parents, hors-série n° 3, 2022-10, 66 p.

Pereira P. **La parentalité imparfaite.** Cogmies, 2022, 95 p.

Roehrig C. **Parents vous avez des compétences ! Faites-vous confiance, vous avez toutes les ressources pour donner le meilleur à vos enfants.** Larousse, 2022, 253 p.

De Montigny Francine, Gervais Christine, De Montigny Gauthier Pascale. **Devenir et être père.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2021, 276 p.

Lequette Christine. **Soutien à la parentalité. Dossier.** Revue de santé scolaire & universitaire, vol. 11, n°62, 03/2020, pp. 7-23.

Bec Emilie. **Accompagner la parentalité : Bibliographie sélective.** CREAI-ORS Occitanie, DRAPPS Occitanie, 06/2019, 14 p. [En ligne](#)

Blanc M.-A. **Être parent d'enfant(s) entre 6 et 12 ans : Note de synthèse n°10.** Union nationale des associations familiales, 2018, 11 p. [En ligne](#)

Gustin P., Bloch S. **Être parents, c'est....** Yakapa, 2017, 77 p. [En ligne](#)

Sandon A. **Place des parents en promotion de la santé : Dossier technique.** IREPS Bourgogne-Franche-Comté, 2017, 34 p. [En ligne](#)

Lamboy Béatrice. **Soutenir la parentalité : Pourquoi et comment ?** Devenir, n°1, vol. 21, 2009, pp. 31-60. [En ligne](#)

Sellenet C. **Approche critique de la notion de « compétences parentales ».** La revue internationale de l'éducation familiale, n°26, 2009, pp. 95-116. [En ligne](#)

Les 1000 premiers jours

Revel-Delhom C. **Accompagnement médico-psycho-social des femmes, des parents et de leur enfant, en situation de vulnérabilité, pendant la grossesse et en postnatal. Recommandation.** HAS-service des bonnes pratiques, 2024-01-11, 65 p. [En ligne](#)

Trompette J., Sempe S. **Repères pour l'implantation d'interventions de prévention précoce à domicile soutenant la relation parents-enfants. Feuille de route 1 000 premiers jours 2020-2022.** Santé publique France, 2023-11, 103 p. [En ligne](#)

Roehrig C. **Les 1000 premiers jours de bébé : Comprendre et accompagner son enfant dans ses premiers apprentissages.** Larousse, 04/2023, 251 p.

Huot-Marchand M. **L'enfant et les mythes dans l'Histoire humaine. Pour un éveil à la spiritualité dès ses 1000 premiers jours.** Gérard Louis éditeur, 2023, 279 p.

Oses J., Weismann R. **La graine du bonheur. Grossesse en bonne santé.** Objectif santé environnement, 2022, 20 p. [En ligne](#)

1000 premiers jours. Santé publique France, 2021. [En ligne](#)

Smith J., Cyrulnik B., Guedeney A. **Le grand livre des 1000 premiers jours de vie : Développement, trauma, approche thérapeutique.** Dunod, 2021, 364 p.

Le livret de nos 1000 premiers jours. Ministère chargé de la santé, 2021. [En ligne](#)

Appell Geneviève, Schreurer Elisabeth, Simon-Bogaers Nicole. **Les premières années de Bébé : Son bien-être et ses compétences jour après jour.** Erès, 2019, 280 p.

BEC Emilie. **Dossier de connaissance : Petite enfance (0-3 ans).** CREAL-ORS Occitanie, DRAPPS Occitanie, 11/2018, 55 p. [En ligne](#)

Cyrulnik B. **Boris Cyrulnick & la petite enfance (Part.1).** 2016. [En ligne](#)

Cyrulnik B. **Boris Cyrulnick & la petite enfance (Part.2).** 2016. [En ligne](#)

L'éducation de l'enfant et de l'adolescent

Soutenir la construction des premiers liens parent-enfant. Dossier. La santé en action, n°466, 05/2024, pp. 3-41. [En ligne](#)

Les besoins fondamentaux des enfants. Fiches pratiques. CNAPE, 2023, 41 p. [En ligne](#)

Sow M., Bergeron-Gaudin M.-E., Melancon A. **Le développement socioaffectif de l'enfant de 0 à 6 ans : un outil destiné aux acteurs en petite enfance.** INSPQ, 2022-04, 8 p. [En ligne](#)

Sow M., Melancon A., Pouliot L. **Développement socioaffectif de l'enfant entre 0 et 5 ans et facteurs associés. Synthèse des connaissances.** INSPQ, 2022, 71 p. [En ligne](#)

Guernalec-Levy G., La Grande A. **De quoi as-tu besoin ? Mieux comprendre le développement de son enfant pour une parentalité éclairée.** First, 2022, 140 p.

Doyon N. **Parent responsabilisant : Accompagnez votre enfant vers l'autonomie et l'épanouissement.** Midi Trente, 2022, 218 p.

Vella F. **Et si on changeait d'angle.** Leduc Graphique, 2022, 127 p.

Duclos Germain, Duclos Martin. **Enfants et ados responsables.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2021, 222 p.

Anton Nathalie. **Le manuel qui dézingue les stéréotypes** Eyrolles, 01/2021.

Kleindienst A.-C., Corazza L. **Petit décodeur illustré des parents en crise : Quand la crise nous invite à renouveler la relation.** Mangot, 2020, 192 p.

Gaillard Jean-Paul. **Enfants et adolescents en mutation.** Editions ESF, 2020.

Delagrave Michel. **Ados : Mode d'emploi.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2020, 192 p.

Fortin Gilles, Gauthier Yvon, Jeliu Gloria. **L'attachement, un départ pour la vie.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2020, 140 p.

Ben Amor Leila, Morin Diane, L'Abbe Yvon, [et al.]. **Comportements difficiles... Que faire ?** Editions du CHU Sainte-Justine, 2019, 242 p.

Kleindienst Anne-Claire, Corazza Lynda. **Petit décodeur illustré de l'ado en crise : Quand la crise permet d'enrichir le lien.** Mango, 2019, 186 p.

Thiry A.-S. **Et s'il était possible d'être un parent équilibré ? : Outils concrets pour un accompagnement pas à pas.** Editions Racine, 2018.

Ben-Soussan Patrick. **De l'art d'élever des enfants (im)parfaits.** Erès, 2018.

Faber J., King J. **Parler pour que les tout-petits écoutent : Un guide de secours pour le quotidien avec des enfants de 2 à 7 ans.** Editions du Phare, 2018, 420 p.

Racine Brigitte. **L'autorité au quotidien : Un défi pour les parents.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2018, 288 p.

Maheu E. **L'autorité pour une éducation non-violente : Autoriser à grandir !** Chronique sociale, 2018, 91 p.

Racine Brigitte. **La discipline, un jeu d'enfant.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2018, 156 p.

Kleindienst Anne-Claire, Corazza Lynda. **Petit décodeur illustré de l'enfant en crise : Quand la crise fait grandir.** Mango, 2017, 192 p.

Doyon Nancy. **Parent gros bon sens. 3ème édition.** Midi trente, 2017, 217 p., ill.

Gramond Anne, Audemard Géraldine. **100 idées pour mieux gérer les problèmes avec les ados.** Tom Pousse, 2017, 201 p.

Roherig Corinne. **Aider son enfant à développer sa confiance en lui ! Ecouter, comprendre, encourager.** Larousse, 2017, Ill. en coul.

Solter Aletha. **Développer le lien parent-enfant par le jeu : Le jeu d'attachement pour créer l'harmonie, gérer les conflits et résoudre les problèmes.** Jouvence, 2016, 254 p.

Racine Brigitte. **Le respect : une valeur pour la vie.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2016, 234 p.

Ferland Francine. **Simplement parent : Trucs pour accompagner votre enfant au quotidien.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2016, 167 p.

Faber A., Mazlish E., Roy R. **Parents épanouis, enfants épanouis : Votre guide pour une famille plus heureuse.** Editions du Phare, 2014, 289 p.

Faber A., Mazlish E., Coe K.-A. **Parler pour que les ados écoutent, écouter pour que les ados parlent.** Editions du Phare, 2014, 223 p.

Faber A., Mazlish E. **Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent.** Editions du Phare, 2012, 351 p.

Duclos Germain. **Attention enfant sous tension !** Editions du CHU Sainte-Justine, 2011, 146 p.

Le burn-out parental

Guillier E., Loop L., Roskam I., [et al.]. **Burn-out parental ? Dossier.** Santé mentale, n° 263, 12/2021, pp. 21-76.

Dal Zilo K., Roskam I., Mikolajczak M. **Burn-out parental : le poids d'une culture individualiste ?** Education santé, n°378, 06/2021. [En ligne](#)

Ferland Francine. **Petit guide pour parents épuisés : Vers un quotidien plus serein.** Editions du CHU Sainte-Justine, 2021, 168 p.

Lecornet Elise, Melot Corinne. **Le burn-out parental en 100 questions / réponses : Toutes les questions que peuvent se poser les parents.** Ellipses, 2019, 144 p.

Kapala F. **Burn-out parental : Quel rôle pour la promotion de la santé.** Education santé, n°352, 11/2018, p. 7. [En ligne](#)

Serrok R. **Des mères au bout du rouleau.** Education santé, n°354, 04/2016, pp. 7-9. [En ligne](#)

Mikolajczak Moïra, Roskam Isabelle. **Le burn-out parental : L'éviter et s'en sortir.** Odile Jacob, 2017, 192.

La mise en œuvre d'actions

Les recommandations et référentiels

Savoirs d'intervention / Compétences psychosociales. IREPS ARA. [En ligne](#)

Zanna O. **Eduquer par le corps à l'empathie. Favoriser le bien-être et les apprentissages contre la violence et le harcèlement.** Dunod, 2024, 140 p.

Trompette J. **Des repères solides pour déployer les interventions de prévention précoce à domicile.** La santé en action, n°466, mai 2024, pp.35-37. [En ligne](#)

Encourager les jeunes à prendre soin de leur santé. Les missions locales, la santé, les compétences psychosociales. Promotion Santé Normandie, 2024, 52 p. [En ligne](#)

Accompagner le développement des compétences psychosociales des 0-6 ans. IREPS Auvergne-Rhône Alpes, 2023, 16 p. [En ligne](#)

Instruction interministérielle N°

DGS/SP4/DGCS/DGESCO/DJEPVA/DS/DGEFP/DPJJ/DGESIP/DGER/ 2022/131 du 19 août 2022 relative à la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes - 2022-2037. Bulletin officiel santé protection sociale solidarité, n° 18, 31/08/2022, pp. 83-101. [En ligne](#)

Plan de lutte contre les violences faites aux enfants. Répertoire. Actions de prévention et de sensibilisation aux violences faites aux enfants et à la promotion de leurs droits sur les temps périscolaires et extra-scolaires. Ministère des solidarités et de la santé, 2022-01, 149 p. [En ligne](#)

Seraphin G., Robin P., De Montalembert M. **Protection de l'enfance : actualité de la recherche et de l'intervention. Dossier.** Vie sociale, n° 34-35, 2021, 293 p.

Lamboy B., Shankland R., Williamson M.-O. **Les compétences psychosociales : Manuel de développement.** De Boeck Supérieur, 2021, 203 p.

Direction de la cohésion sociale. **Dessine-moi un parent : Stratégie nationale de soutien à la parentalité 2018-2022.** Ministère des solidarités et de la santé, 2018, 64 p. [En ligne](#)

Lamboy Béatrice. **Implanter des interventions fondées sur les données probantes pour développer les compétences psychosociales des enfants et des parents : Enjeux et méthodes.** Devenir, vol. 30, 04/2018, pp. 357-375. [En ligne](#)

Gorza Maud, Houzelle Nathalie, Sempé Sandie, [et al.]. **Promouvoir la santé de l'enfant en soutenant les compétences parentales : L'action de Santé publique France.** Enfances & psy, n°77, 01/2018, pp. 37-48. [En ligne](#)

Synthèse d'interventions probantes pour le développement des compétences psychosociales. Chaire de recherche en prévention des cancers INCA/IReSP/EHESP, 2017-08, 50 p. [En ligne](#)

Accompagnement à la parentalité, petite enfance et santé : Faites connaître vos actions ! Rapport d'enquête. Société française de santé publique, 2016, 92 p. [En ligne](#)

Houzelle Nathalie. **Promouvoir la santé dès la petite enfance : Accompagner la parentalité.** Santé publique France, 2013, 192 p. [En ligne](#)

Durviaux Stephan, Jouret Delphine, Mulkay Françoise. **Pour un accompagnement réfléchi des familles : Un référentiel de soutien à la parentalité.** ONE, 12/2012, 40 p. [En ligne](#)

Les programmes probants

Quérue N., Taymi S., Popineau B., [et al.]. **Visites à domicile Panjo : un accompagnement au plus près de la famille et du nouveau-né.** La santé en action, n°466, 06/2024, pp. 24-27.

Radfort M, Poitou F. **Y'A Personne de Parfait : un programme novateur pour soutenir la parentalité.** Forum, n° 170, 2023, pp. 79-88

Lasbeur L., Pelat C. **Evaluation de l'efficacité du programme de soutien aux familles et à la parentalité 6-11 ans, en comparaison à une intervention minimale de parentalité.** Santé publique France, 2023, 5 p. [En ligne](#)

Bonnefoy M., Garrigues C., Suesser P. **Le succès de la prévention en santé familiale, infantile et juvénile : comment en prendre la mesure ?** Erès, 2023, 276 p.

Decroix C., Buchheit S., Colombo M.-C. **Accompagnement à la parentalité en Protection Maternelle et Infantile : co-construction de la logique d'intervention PERL**. Santé publique, vol. 34 n° 3, 2022-05, pp. 391-404.

Roger A., Luret B. **Programme de soutien aux familles et à la parentalité PSFP 12-16 ans. Guide d'implantation**. Fédération Addiction, ANMDA, 2022, 27 p. [En ligne](#)

Berges M., D'Hennezel C., Sirizouk M. **Le programme parler Bambin : Bilan et enseignements de l'expérimentation**. ANSA, 10/2021, 36 p. [En ligne](#)

Roehrig C. **Programme de soutien aux familles et à la parentalité (PSFP) 6-11 ans : dix ans d'expérience en France**. La Santé en action, n° 456, 06/2021, pp. 29-30. [En ligne](#)

Colin Christine. **Petite enfance : De l'efficacité des programmes de visites à domicile**. La santé en action, n°447, 03/2019, pp. 27-29. [En ligne](#)

O'Hara L., Smith E.-R., Barlox J., [et al.]. **Retour vidéo pour la sensibilité des parents et l'attachement de l'enfant**. Cochrane, 2019. [En ligne](#)

Roehrig Corinne, Pradier Christian. **Clés pour l'adaptation française d'un programme américain de soutien à la parentalité**. Santé Publique, Vol. 29, n°5, 09/2017, pp. 643-653. [En ligne](#)

Lamboy Béatrice, Guillemont Juliette, Luis Elisabeth. **Les outils CPS Mindful®**. Association francophone d'éducation et de promotion de la santé (AFEPS), 2017, 1 manuel d'implantation qui présente l'état des connaissances scientifiques et les modalités pratiques relatives à l'implantation, 1 support pour les intervenants sous forme de fiches-CPS qui sert de base pour la réalisation des séances de groupe, 1 livret pour les bénéficiaires (sous forme de fiches-CPS pour les parents) en appui aux séances de groupe ou à utiliser de façon individuelle (par les parents). [En ligne](#)

Roehrig Corinne, CODES Alpes-Maritime. **Programme de soutien aux familles et à la parentalité (PSFP)**. Comité départemental d'éducation pour la santé des Alpes-Maritimes, 2017. [En ligne](#)

Barlow J., Smailagic N., Huband N., [et al.]. **Le soutien à la parentalité pour l'amélioration de la santé psychosociale des parents**. Cochrane, 2014. [En ligne](#)

Bryanton J., Beck C.-T., Montelpare W., [et al.]. **Education parentale postnatale pour l'optimisation générale de la santé des nourrissons et des relations parent-nourrisson**. Cochrane, 2013. [En ligne](#)

Roehrig Corinne. **Programme de soutien aux familles et à la parentalité « SFP 6-11 ans » : Description et facteurs d'influence potentiels de son implantation en France**. Global health promotion, Vol. 20, n°2 suppl., 2013. [En ligne](#)

Des exemples de projets

Picot-Guiavarc'h H., Coue J., Moreau L. [et al.]. **NOMADDO, Equipe Mobile inter-structures – adolescence et addictions – Loire-Atlantique (44)**. Caps, 02/2024. [En ligne](#)

Blessemaille A., Zehar C. **Ateliers collectifs d'accompagnement à la parentalité**. Caps, 03/2023. [En ligne](#)

Sagni A., Di Nunno L. **Développer les compétences psychosociales en promotion de la santé. Document interactif sur le repérage et la capitalisation de pratiques en Auvergne-Rhône-Alpes**. IREPS Auvergne Rhône-Alpes, 2022-04, 101 p. [En ligne](#)

Action et outils pour les adultes (professionnels et parents) : Promotion des compétences psychosociales. In : Plan de lutte contre les violences faites aux enfants. Répertoire : Actions de prévention et de sensibilisation aux violences faites aux enfants et à la promotion de leurs droits sur les temps périscolaires et extra-scolaires. Ministère des solidarités et de la santé, 01/2022, pp. 127-137. [En ligne](#)

Brunet C., Lacarte L. **Un petit bout de chemin ensemble main dans la main**. IREPS Auvergne-Rhône-Alpes, 2020, 47 p. [En ligne](#)

Blanc-Février J. **Réduction des inégalités sociales de santé dès la petite enfance : Recueil d'actions des villes santé 2017**. Réseau français des Villes-Santé de l'Organisation mondiale de la santé, 2017, 74 p. [En ligne](#)

Les outils pédagogiques

Brochure

Nesme A.-L. **Renforcer l'estime de soi chez les jeunes enfants : Livret pour les parents**. Aides Alcool, 2011, 19 p. [En ligne](#)

L'objectif de ce livret est d'être diffusé par l'intermédiaire de professionnels dans le cadre d'actions de sensibilisation, de formations, d'échanges, de débats... avec les parents et/ou les acteurs de terrain. Il s'agit de les informer pour qu'ils favorisent chez les tout-petits l'estime de soi nécessaire à leur mieux-être futur.

Carte illustrée

Martineau M. **Faces : Jeu de 68 images projectives**. Souriez vous jouez, 2022, 68 images projectives.

Cet outil est un jeu d'images projectives centré sur le thème des visages et des émotions, lisibles dans un regard, une attitude ou une expression. Il envisage également le rapport à l'autre et permet d'aborder ces thèmes dans divers cadres : pour soi, dans sa culture, sa nature, son âge et ses préférences.

Veuillet-Combiér C. **Adopt'images : photos-médiation pour parler de la famille. Théorie, pratique et illustrations cliniques. Jeu photos "Familles contemporaines"**. Mardaga, 2021, 1 ouvrage de 231 p. + 72 photographies 24 X 17,5 cm.

La médiation par la photographie est une méthode clinique de soutien à la parole et à l'échange par le biais des images. Adopt'Images est un outil qui permet, sur la base d'une série de photographies, de faciliter les échanges sur le thème des néo-parentalités, de la filiation et de la famille. L'outil est construit autour d'un ouvrage "Adopt'images : photos-médiation pour parler de la famille", qui offre des ressources théoriques, méthodologiques et cliniques pour utiliser cette méthode. Il présente aussi des exemples d'applications qui illustrent l'intérêt clinique de la photo-médiation. Le livre est accompagné d'un jeu-photos "Familles contemporaines" dont les images ont été spécialement sélectionnées pour permettre l'application concrète de la méthode présentée, aussi bien en intervention individuelle qu'en situation de groupe.

Brise-glace : Il y a beaucoup de chose à dire... parlons-en ! Le monde selon les femmes, 2021, 1 fiche méthodologique 5 p., 1 carte règle du jeu, 32 cartes.

L'animation brise-glace permet aux participants de se présenter, de mieux se connaître, d'exprimer des émotions, des idées, d'aborder des thèmes de société. Les cartes peuvent aussi être utilisées comme outil d'expression durant toute l'animation ou la formation, ainsi que pour conclure celle-ci. Elle se présente sous la forme d'un jeu de 32 cartes au format A6, avec des illustrations. Il peut servir de base à des activités d'expression personnelle et collective dans le respect des préférences de chacun. Les illustrations ont été créées dans une perspective d'égalité entre les hommes et les femmes et de respect de la diversité.

Vachon N., Melin B. **Alibelo : de l'image aux mots**. Souriez vous jouez, 2020, 0 cartes photos, 25 cartes questions, 20 cartes thèmes, 1 guide d'utilisation 24 p., 1 pochette en coton.

Alibelo est un outil d'échanges et de réflexion qui s'appuie sur le photo-langage. Il permet d'utiliser des photos pour passer de l'image au mot et faciliter l'expression individuelle et collective. Il offre 60 cartes photos, 25 cartes questions et 20 cartes thèmes pour faciliter les échanges. Deux autres cartes et un guide d'utilisation sont des aides à l'animation. Alibelo® s'adresse à un public très large : professionnels de l'accompagnement, de l'animation et de la formation dans divers domaines. Les particuliers l'utilisent aussi seuls, en famille ou entre amis. Alibelo® a été conçu dans l'intention de soutenir le mieux vivre ensemble : mieux se connaître et s'apprécier, mieux communiquer, mieux comprendre les différences de point de vue pour mieux les accepter. Il facilite et stimule : - L'ouverture à soi et aux autres ; - L'expression des ressentis, des émotions, des croyances, nécessaires à toute transformation ; - La recherche de réponses, de solutions à une question ou un problème ; - L'utilisation de son intuition et de sa créativité ; - Il peut être utilisé dans une variété de contextes : Coaching individuel et d'équipes, formation et animation de groupes, groupes de codéveloppement professionnel, ateliers philosophiques...

Edery A., Constancias A. **Animaux totem**. Souriez vous jouez, 2019, 42 cartes animaux, 48 cartes adjectifs, 1 guide d'utilisation.

Animaux Totem est un portrait chinois animalier, un photolangage qui projette dans la symbolique animale. Le principe du jeu est d'associer une carte "Animal" à une carte "Adjectif" pour qualifier et personnaliser une personne, un groupe, etc. Le livret de 36 pages qui accompagne le jeu Animaux Totem permet d'approfondir chaque animal et de connaître les nombreuses utilisations du jeu : des utilisations en jeu ouvert ou fermé, des usages individuels et

collectifs, pour la famille ou l'entreprise, des utilisations pour les managers, les chefs de projet, les professionnels des RH, les praticiens en énergétique, les enseignants en yoga et arts martiaux...

Parent-Ricquet E. **Inspire4 Transitions Kids**. Inspire4transitions, 2018, 1 pochette tissu coton, 78 cartes photos couleur 10,5*10 cm, 1 règle du jeu, 1 carte liste « Les photographies ».

Ce support photos expression permet d'aborder avec les enfants et jeunes ados les relations avec les parents, les adultes et d'autres sujets variés tels que la relation aux écrans, le sport, la nature, les relations de groupe, les joies, les conflits, la famille... Chacune des 80 photos a été choisie afin de parler aux enfants et adolescents. Elles ont été testées dans une école primaire, cela a permis d'en ajuster la composition au plus près des sujets qui touchent les jeunes.

Lacovella P. **Emoticartes parents : Pour mieux se connaître !** Emotibox, 2018, 34 cartes dont 1 carte règle du jeu.

Ce jeu de cartes destiné aux parents vise à les aider à comprendre leurs émotions pour être plus à même d'aider leurs enfants à canaliser les leurs. L'outil vise ainsi à améliorer et faciliter la communication avec l'enfant, à mieux savoir gérer des situations de crise, à mieux aider l'enfant à maîtriser ses propres émotions pour éviter les caprices, les débordements, les coups de colère. Les différentes couleurs des cartes représentent les étapes du parcours émotionnel du parent : identification de l'émotion désagréable (rouge), choix de l'émotion agréable que l'on voudrait ressentir (jaune), choix d'une pratique ressourçante pour s'apaiser (bleu). Ce jeu propose également une version pour les enfants.

Wilson Pip, Long Ian. **Family Blob Cards**. Routledge, 10/2018, 57 cartes coul., H 13,5 x l 9,3 cm

Ce jeu de cartes Blob "Famille" seconde édition, est un support pour aborder les relations familiales en groupe ou en individuel. Il est une aide à l'analyse et à la réflexion sur ses propres émotions et celles des autres, au développement de l'empathie. Il peut aussi être utile à des échanges sur la parentalité et être combiné à d'autres cartes Blob pour aider à l'expression orale.

Jeu de cartes « humeur ». InneFrog, s.d., 53 cartes (8 cartes instructions, 42 cartes illustrations, 3 cartes blanches).

Le jeu de cartes "humeur" permet de travailler sur les émotions. Il utilise des visages expressifs pour expliquer comment on se sent sur le moment. Par exemple, aujourd'hui je me sens comme celui-ci parce que... mais j'aimerais me sentir comme celui-là. Ce jeu permet d'accueillir et d'accepter les émotions de chacun.e. Il s'exploite en individuel ou en groupe. En individuel, il s'agira de se poser, d'observer et de comprendre ce qui se passe en soi et comment on réagit dans le contexte auquel on se trouve. En groupe, de 20 personnes au maximum, chacun.e s'exprimera, à son tour, sur son ressenti du moment en sélectionnant une carte. Il s'utilise pour creuser les ressentis par rapport à un moment donné dans une séquence d'animation. Il faut compter 5 à 20 minutes suivant la taille du groupe. Le jeu propose aussi des cartes blanches qui permettent de donner libre cours à l'imagination. Le guide d'utilisation est bilingue (français/anglais).

Jeu de cartes « la météo ». InneFrog, s.d., 45 cartes (8 cartes instructions, 34 cartes illustrations, 3 cartes blanches personnalisables).

Le jeu de cartes "la météo" permet de travailler sur les émotions. Il utilise des métaphores liées au climat pour expliquer comment on se sent sur le moment. Par exemple, aujourd'hui c'est plein soleil, je me sens plein.e d'énergie. Ce jeu permet d'accueillir et d'accepter les émotions de

chacun.e. Il s'exploite en individuel ou en groupe. En individuel, il s'agira de se poser, d'observer et de comprendre ce qui se passe en soi et comment on réagit dans le contexte auquel on se trouve. En groupe, de 20 personnes au maximum, chacun.e s'exprimera, à son tour, sur son ressenti du moment en sélectionnant une carte. Il s'utilise en début ou fin de séance et compter 5 à 20 minutes suivant la taille du groupe. Le jeu propose aussi des cartes blanches qui permettent de donner libre cours à l'imagination. Le guide d'utilisation est bilingue (français/anglais).

Photomô. Enjoy Art, s.d., 48 cartes.

Ce photoexpression est un outil relationnel qui permet d'activer l'intelligence émotionnelle et collective. Ces cartes peuvent s'utiliser soit en groupe, soit en face à face, soit en entretien ou en groupe de parole. Les thèmes proposés sont variés : Joie, amour, famille, solitude, tristesse, espoir etc ... Il peut notamment faciliter la verbalisation des émotions, animer un atelier parole et langage ou avoir une approche thérapeutique. Cet outil peut contribuer à stimuler le langage et les fonctions cognitives en incitant à décrire ce que l'on voit, ce que l'on ressent ou ce dont on a envie.

Schermant V. **[Mille et un] 1001 chemins : maxi série.** Les filles du Baobab, s.d., 90 Cartes « Images » Couleurs (orientation portrait et paysage), Carte « Vignettes » Couleurs (orientation portrait et paysage).

Ce jeu de photos expression permet de travailler autour des chemins à prendre ou à parcourir, des images symboliques qui emmènent vers une destination, un objectif ou une réalisation. Cet outil peut être utilisé pour se présenter ou présenter une autre personne, un projet, une histoire, une thématique, un parcours, ... Au travers de la symbolique des images, il aide à la prise de parole pour favoriser un échange ou une réflexion et peut être utilisé dans le cadre d'accompagnements collectifs ou individuels.

Guide pédagogique

Halloran J. **75 trucs et activités pour développer les habilités sociales : Recueil d'activités clés en main.** Editions Midi Trente, 2021, 178 p.

Ce répertoire propose 75 activités clés en main conçus pour accompagner les enfants d'âge scolaire dans le développement de leurs habiletés sociales. Ce recueil est destiné aux intervenants, aux enseignants et aux parents. Chaque chapitre aborde une habileté sociale en particulier : la conscience de soi, les capacités d'autorégulation, la conscience sociale, les habiletés relationnelles et les habiletés de prise de décision. Une brève introduction présente l'habileté et fournit quelques pistes de réflexion pour commencer à échanger avec les jeunes. Différentes activités sont proposées : jeux et activités, défis de groupe, des outils visuels, et des activités de création. Elles sont détaillées avec des suggestions de variantes et modèles de fiches reproductibles au besoin.

La trousse pacifique pour la maison : Faciliter les relations harmonieuses et la résolution des conflits. Informations et activités destinées aux parents et aux enfants d'âge scolaire. Institut Pacifique, 2020, 39 p. [En ligne](#)

Ce recueil d'activités, créé pour accompagner la période de confinement, s'adresse aux parents d'enfants à partir de 5 ans pour aider à développer les compétences sociales et émotionnelles. Différentes activités à faire en famille sont donc proposées pour pacifier les relations familiales, développer l'écoute et l'empathie, gérer les émotions et favoriser la résolution des conflits.

Snel Eline. **L'éveil de la petite grenouille**. Les arènes, 2020, 186 p., 1 cd contenant 11 exercices.

Cet ouvrage propose des méditations, des exercices d'attention, des histoires, des temps calmes pour les enfants de 18 mois à 4 ans, ainsi que des activités parents-enfants, et des méditations pour parents. Les objectifs sont d'aider les tout-petits à explorer leur monde intérieur, d'éprouver moins de stress et de s'ouvrir aux autres. Pour les parents, les objectifs sont de gérer le stress parental, être bienveillant avec soi et les autres et de prendre soin de soi.

Prevot-Stimec Isabelle, Lelarge Elise. **De la chenille au papillon : 50 exercices pour aider mon enfant à grandir**. Interéditions, 2020, 150 p.

Cet ouvrage accompagne parents et professionnels dans la mise en œuvre de séances d'autohypnose avec un enfant. Les exercices sont classés par thème et par âge (de 4 à 17 ans) et ont pour vocation de permettre à l'enfant de mieux gérer ses émotions et faire face à des difficultés quotidiennes comme le stress, la douleur, le deuil, la peur, l'impatience, les difficultés de concentration ou de sommeil, etc.

Chevalier-Pruvo M., François C. **L'atelier des émotions : 35 activités pour aider mon enfant à exprimer ce qu'il ressent**. Eyrolles, 2019, 191 p.

Cet ouvrage pour les parents, enseignants, professionnels de la petite enfance, offre des pistes concrètes pour accompagner le développement émotionnel des enfants de 0 à 10 ans. Il aborde les émotions les plus présentes dans la vie des enfants : cultiver la joie, développer la sérénité, renforcer l'estime de soi, apprivoiser la colère, faire face à la peur, apaiser la tristesse, exprimer son amour, découvrir la patience, explorer l'ennui. Il s'appuie sur la créativité pour aider les enfants à exprimer leurs émotions et à les apprivoiser, afin d'en faire des alliées. Grâce à 35 activités, fondées sur les pédagogies actives (Montessori, Steiner-Waldorf, Reggio Emilia), le jeune lecteur découvrira sa vie intérieure et renforcera son estime de soi. Au fil des chapitres, il fabriquera ainsi un croqueur de colère, un cahier anti-cauchemars, un jardin zen, un miroir des talents... Chaque émotion sera également illustrée d'un conte : en s'identifiant aux personnages, l'enfant pourra mettre en mots ses émotions afin de trouver ses propres solutions pour se sentir apaisé et confiant.

Nielman J., Manes T. **Activités pour apaiser ma frustration : Mon cahier des émotions**. Fleurus, 2019, 24 p.

Ce livre de jeux est destiné aux enfants à partir de 3 ans accompagnés de leurs parents. A travers le personnage d'Eugène le renne, les enfants réalisent différentes activités de collage, de coloriage, de découpage. Ces différentes activités sont des alternatives pour leur permettre la gestion et l'acceptation de leurs émotions telles que la frustration. A la fin de chaque exercice, des conseils sont donnés aux parents. A la dernière page, les enfants pourront faire l'exercice de yoga qui leur est proposé pour apprendre à se libérer des leurs tensions

Couturier Stéphanie, Adéjé. **Aider votre enfant à gérer ses émotions : Conseils et exercices pour apprivoiser la sphère émotionnelle des petits**. Marabout, 2019, 355 p.

Les meilleurs outils issus de la pratique professionnelle de l'auteure, psychomotricienne et sophrologue qui s'est spécialisée dans l'accompagnement de la sphère des émotions, sont rassemblés dans ce guide à l'usage des parents. La première partie aborde les dernières connaissances sur le développement du cerveau, explique ce qu'est une émotion, à quoi elle sert et ce qu'elle nous dit. La seconde présente les principales émotions (peur, trop plein d'énergie,

colère, jalousie, empathie, confiance en soi) et les difficultés qui en découlent, que peut rencontrer l'enfant pour apprendre à les reconnaître et les apaiser. La dernière partie enfin se veut résolument pratique et offre des exercices à réaliser avec l'enfant en fonction de l'émotion rencontrée pour favoriser la communication : activités à faire en famille, jeux rigolos, ateliers créatifs, séances de relaxation et de visualisation, projets à mener avec des copains...

Snel Eline. **Proche mais pas trop**. Les arènes, 03/2019, 192 p., 1 dvd audio de 140 min.

Ce manuel d'exercices de méditation en pleine conscience est à destination des parents, éducateurs et professionnels de santé travaillant ou vivant auprès et avec des adolescents (de 12 à 19 ans). Il a pour objectif de se familiariser, à l'aide du DVD, avec la méditation en pleine conscience afin de pouvoir répondre à des situations de stress, d'anxiété ou d'émotion intenses plus justement et sereinement tout en accordant du temps à l'adolescent qui pratiquera la méditation avec l'adulte qui l'accompagne.

Nielman J., Manes T. **Activités pour calmer ma colère : Mon cahier des émotions**. Fleurus, 2018, 24 p.

Ce livre de jeux est destiné aux enfants à partir de 3 ans accompagnés de leurs parents. A travers le personnage d'Anémone l'oursonne, les enfants réalisent différentes activités de collage, de coloriage, de découpage. Ces différentes activités vont permettre à l'enfant de reconnaître les prémices de la colère chez lui et chez les autres afin de mieux les gérer. A la fin de chaque exercice, des conseils sont donnés aux parents. A la dernière page, les enfants pourront faire l'exercice de yoga qui leur est proposé pour apprendre à se détendre.

Nielman J., Manes T. **Activités pour me concentrer : Mon cahier des émotions**. Fleurus, 2018, 24 p.

Ce livre de jeux est destiné aux enfants à partir de 3 ans accompagnés de leurs parents. A travers le personnage de Titou le kangourou, les enfants réalisent différentes activités de collage, de coloriage, de découpage. Ces différentes activités mobilisent les sens des enfants tels que le toucher, l'ouïe, la vue pour leur apprendre à se concentrer. A la fin de chaque exercice, des conseils sont donnés aux parents. A la dernière page, les enfants pourront faire l'exercice de yoga qui leur est proposé pour apprendre à se canaliser.

Couturier Stéphanie, Adéjé. **Aider votre enfant à apaiser sa jalousie : Exercices et outils pour établir des relations affectives équilibrées**. Marabout, 2018, 63 p.

Ce guide pratique à destination des parents propose une série d'outils et d'exercices pour aider leur enfant à apaiser sa jalousie. Une première partie donne des définitions et des repères pour mieux comprendre la jalousie. Dans la "boîte à outils", les parents trouveront des conseils et les outils nécessaires pour l'aider à se débarrasser de sa jalousie : des exercices pour lui apprendre à devenir moins susceptible ; des conseils pour l'aider à prendre confiance en lui ; des outils pratiques pour l'apaiser et lui apprendre à mieux réagir ; des idées pour consolider les liens fraternels et le rassurer sur sa place dans la famille.

De Boisgrollier Nathalie, Treve Nicolas. **La vie cachée des émotions des grands**. Hatier Jeunesse, 04/2018, 64 p., 6 fiches jeux à monter.

Ce cahier d'activités ludiques et variées se compose de 3 parties et d'un guide pour les parents qui peuvent ainsi accompagner leur enfant dans la découverte de ses émotions mais aussi dans leur

compréhension afin de mieux les vivre. Ce cahier contient également une pochette avec des fiches de jeux à monter soi-même pour apprendre à accepter et apprivoiser les différentes émotions expliquée dans chaque partie de ce cahier tout en s'amusant. A partir de 7 ans.

Diederichs Gilles. **30 activités pour gérer ses émotions (3-10 ans)**. Mango, 2018, 40 fiches cartonnées.

L'auteur, musicothérapeute et sophrologue, propose différentes fiches pour apprendre aux enfants de 3 à 10 ans à gérer leurs émotions. Chaque fiche comprend, au recto, des explications sur les bienfaits de l'activité à l'attention des parents, et au verso, le matériel nécessaire et le déroulement. Quatre thématiques sont explorées : l'expression, l'art-thérapie, la communication, la détente.

Deroo Arnaud. **Animer un groupe de parents : Dessine-moi un parent**. Chronique sociale, 06/2017, 158 p.

Véritable outil pour des actions de soutien à la parentalité, cet ouvrage propose d'accompagner les parents à développer leur autonomie dans leurs pratiques éducatives. Il présente un parcours d'accompagnement structuré autour de 18 séances. Chacune d'elle permet aux parents de prendre conscience de leur comportement et d'améliorer leur système relationnel. Les premiers chapitres donnent des éléments méthodologiques pour animer un groupe de parents ainsi que éléments théoriques sur les concepts utilisés. La dernière partie propose les 18 "fiches outils", chacune d'elle présente l'objectif visé, la mise en route, le déroulement des activités, la matériel nécessaire et les points de vigilance.

Filliozat Isabelle, Riefolo Violène, Rojzman Chantal (et al.). **La confiance en soi**. Nathan, 2017, 90 p., autocollants.

Cet ouvrage, de la collection "Les cahiers Filliozat", propose différentes activités pour aider les enfants à développer leur confiance en eux pour être à l'aise avec eux-mêmes et avec les autres. Il contient également un chapitre pour aider les parents à cultiver les confiances de leur enfant.

Hebert Ariane, Morin Jean. **L'anxiété racontée aux enfants**. Editions de Mortagne, 2017, 54 p.

Cet ouvrage du Québec s'adresse aux enfants, aux adolescents, mais aussi à leurs parents. Il permet, à travers l'histoire de Béatrice, de découvrir les différentes facettes des troubles anxieux et des astuces pour les apprivoiser, comme apprendre à reconnaître ses sensations, à se détendre ou encore se lancer des défis.

Verret Claudia. **Gérer ses émotions et s'affirmer positivement**. Chenelière Education, 2017, 297 p., tabl., ill., bib., outils reproductibles.

Cet ouvrage s'adresse aux éducateurs et parents d'enfants de 8 à 12 ans ayant un trouble du déficit d'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH), ou des problèmes d'autocontrôle et de régulation des émotions. Il propose un programme d'entraînement aux habiletés sociales. La 1ère partie détaille les concepts, les composantes et la mise en œuvre du programme, la gestion des comportements et le rôle de l'entourage. La deuxième partie est divisée en 22 ateliers ciblés, développant un travail sur les émotions, les moyens d'apaisement, l'empathie, ou encore la résolution de conflits. L'ouvrage est complété par du matériel d'animation reproductible en téléchargement.

Laporte Danielle. **Pour favoriser l'estime de soi des tout-petits. Guide pratique à l'intention des parents d'enfants de 0 à 6 ans.** Editions de l'hôpital Sainte Justine, 2017. 135 p., bib., tab., tests

Ce guide détaille les principales notions théoriques de l'estime de soi des enfants de 0 à 6 ans. Il propose aux parents des attitudes et comportements favorisant les compétences psychosociales de leurs enfants. Au travers de questionnaires et de mises en situation, les parents sont amenés à prendre du recul sur leurs compétences parentales, et à évaluer leurs relations avec leurs enfants.

Barsotti Marie-Claire. **Petit cahier d'exercices pour aider son à écouter et transformer ses émotions par la méditation.** Jouvence, 2017, 64 p., ill., 1 CD audio 56 mn.

Par les nombreux exercices qu'il propose et les 11 méditations guidées disponibles sur le CD-Rom qui l'accompagne, ce cahier initie les enfants à la spiritualité et au développement personnel avec une approche très pédagogique. Cet outil permet ainsi aux enfants de trouver et cultiver les ressources nécessaires pour surmonter les épreuves, acquérir de la confiance en soi mais aussi de savoir se protéger des critiques.

Van Stappen A., Blondiau C., Gueguen C. **Petit cahier d'exercices de communication Non violente avec les enfants.** Jouvence, 2017, 72 p.

Ce cahier d'exercices est destiné à aider parents et professionnels de l'enfance, à pratiquer la Communication NonViolence avec les enfants. Il propose des jeux et exercices pour développer bienveillance et empathie dans les relations avec les enfants, afin de stimuler une harmonie relationnelle bénéfique pour tous ainsi qu'un développement optimal de l'enfant sur les plans affectif et émotionnel.

Malleval Dominique, Mortelecque Clarisse, Bonnabesse Marie-Laure [et al.]. **Relations éducatives conflictuelles, parlons-en ! Le dessin-langage pour réfléchir aux situations de violence éducative.** Chronique sociale, 04/2016, 1 guide pédagogique, 32 dessins coul.

Cet outil permet d'aborder les relations entre enfants et adultes, les violences éducatives et le respect individuel. Il s'utilise comme un photo-expression afin de solliciter les échanges, les débats, libérer la parole, redonner confiance et soutenir le cheminement de la pensée pour évoluer vers la non-violence et le respect. Il peut également être utilisé avec une équipe de professionnels pour travailler sur un aspect précis des pratiques professionnelles. Le livret d'accompagnement décrit les 32 dessins et propose des éléments de réflexion pour animer les échanges et des pistes pour prolonger le travail de réflexion après l'utilisation du "dessin-langage".

Duclos Germain, Laporte Danielle, Ross Jacques. **L'estime de soi de nos adolescents : Guide pratique à l'intention des parents.** Editions de l'hôpital Sainte Justine, 2016, 175 p., bib.

Cet ouvrage présente les principales notions théoriques concernant l'estime de soi des jeunes âgés de 12 à 18 ans. Il rappelle que la confiance en soi et en ceux qu'on aime est à la base de l'estime de soi et au coeur de toute la stratégie qui vise à prévenir la violence et la dépression. Ce guide propose des questionnaires et exercices qui aident les adolescents et leurs parents à pouvoir aspirer à une bonne connaissance de soi et une meilleure communication.

Neuville Cécile, Pambou Junet, Roederer Charlotte. **Je joue et je découvre mes émotions 5-8 ans.** Solar, 2016, 127 p., 1 plateau de jeu, 140 cartes.

Cet ouvrage se présente sous la forme d'un cahier pratique pour les parents qui veulent aider leurs enfants à gérer leurs émotions (colère, peurs, jalousie, stress...) et à cultiver leurs émotions positive (joie, amour, gratitude, confiance en soi...). A partir des principes de base de la psychologie positive et de l'intelligence émotionnelle, les parents réapprennent, pas à pas, à identifier, exprimer et partager leurs émotions, et y découvrent aussi les clés pour apprendre à leur enfant à en faire autant.

Snel Eline. **Respirez. La méditation pour les parents et les ados de 12 à 19 ans.** Les arènes, 2015, 78 p., ill. en coul., 1 CD Mp3.

Cet ouvrage apporte des éléments de connaissance essentiels, décrit une méthode et propose sur un CD MP3, 13 exercices simples de pleine conscience et de méditation dans l'objectif de permettre aux parents, et aux adolescents, de retrouver la sérénité face aux turbulences de l'existence. L'auteure enseigne la méditation aux enfants, aux adolescents et à leurs parents. Elle propose une série d'exercices comme : "Un bon début de journée" ; "Gérer les émotions pénibles" ; "Se mettre à la place de l'adolescent" ; "L'art d'écouter"... Les ados quant à eux y trouveront des exercices à télécharger.

Jouanne Elisabeth, Green Ilya. **100% yoga des petits.** Bayard éditions jeunesse, 10/2015, 1 livre 56 p., 1 DVD de démonstrations.

Ce livre présente des enchaînements, des exercices de relaxation et d'automassages faciles à adopter en famille. Il a pour objectif de rendre les enfants plus calmes mais aussi de réveiller leur sens, d'assouplir et de muscler leur corps, ou encore de travailler leur équilibre ainsi que leur concentration.

Roy Edith, Beaulieu Danie. **Techniques d'impact au préscolaire.** Editions Québec-Livres, 2014, 129 p., ill.

Cet ouvrage est destiné aux enseignants, aux éducateurs et intervenants auprès des enfants et des parents. Il recense 50 techniques répondant à des problématiques de gestion de groupe ou de comportements individuels. Elles permettent d'apprendre à dépasser les pulsions d'agressivité physique et savoir maîtriser des stratégies de remplacement plus sociables (par le langage, la négociation, l'échange). Chaque technique est présentée sous forme de fiche activité détaillée et sollicitée, selon la technique, la conscience de soi, la maîtrise des émotions, la motivation, l'empathie, les habiletés sociales.

Snel Eline. **Calme et attentif comme une grenouille.** Les arènes, 2012, 143 p., 1 cd contenant 11 exercices.

Cet ouvrage propose des exercices simples de méditation de pleine conscience pour les enfants de 5 à 12 ans et leurs parents, qui permettent de gérer toutes sortes de situations d'énervement, de stress, de difficulté à dormir et d'apprendre à regarder, écouter, découvrir ses émotions.

Scheibling Luc, De Vink Agnès, Appert Etienne. **Les carnets du Pr Zoulouck : L'arrivée d'un enfant.** Laisse ton empreinte, 2012, Illustré 38 p.

Cet outil, conçu comme un carnet de voyage, permet de retracer l'arrivée de l'enfant : du projet à la naissance... Au cours de ce voyage, le futur parent pourra revisiter un certain nombre de thématiques importantes : du projet de conception de l'enfant en passant par la question du sexe de l'enfant, celle du choix du prénom ainsi que toutes les autres interrogations que l'on peut avoir par rapport au futur enfant. Le but est de permettre à chaque futur parent de faire le lien entre l'enfant qu'il ou elle a été et le parent qu'il s'apprête à devenir.

Scheibling Luc, De Vink Agnès. **J'ai deux ou trois petites choses à vous dire. Voyage au cœur du malaise adolescent.** Laisse ton emprunte, 2011, 1 DVD 32 min, 1 livret pédagogique.

Composé d'un Dvd et d'un livret, cet outil réalisé suite à une rencontre publique sur la parentalité, retrace un travail d'enquête mené en partenariat avec la ville de Roubaix sur un an (2009/2010) auprès de 45 professionnels, 32 jeunes et 23 parents. L'objectif est d'offrir aux professionnels confrontés aux problèmes relationnels entre les jeunes et leurs parents, une ressource conviviale et accessible sur le thème du malaise des adolescents et des questions relatives à la parentalité. Le film d'animation mêle un personnage fictif, le Pr Zoulouck, et des témoignages réels de jeunes qui interpellent sur leurs besoins d'attention, d'écoute, de confiance, de protection, de limites, de règles, de figure d'autorité, d'exemplarité... ainsi que ceux de parents et de professionnels qui leur répondent ou s'interrogent.

Le carnet de l'estime de soi. Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi, s.d., 1 carnet, 1 fiche pédagogique, 1 guide d'accompagnement.

[En ligne](#)

Cet outil a été construit dans le cadre d'ateliers de renforcement de l'estime de soi de parents en situation de précarité mis en place. La finalité de ces ateliers est de favoriser le développement de la capacité des parents à promouvoir l'estime de soi de leurs enfants. Il permet de développer chez les parents un regard plus positif sur eux-mêmes et sur eux en tant que parents et d'encourager les parents à effectuer des liens entre les situations qui favorisent leur estime de soi dans l'atelier et les situations de vie quotidiennes.

Risler C., Arcand M., Berard M., [et al.]. **Jouer dehors en famille.** Trois rivières, s.d., 49 p. [En ligne](#)

Saviez-vous que le jeu extérieur permet aux enfants d'être deux fois plus actifs physiquement ? C'est dans cette optique que Vifa Magazine vous propose un grand répertoire de 175 idées d'activités extérieures classées par tranches d'âge et par saisons. L'outil parfait pour profiter du plein air en famille !

Jeu

Milette J.-S. **Cartons respiire !** Midi Trente, 2023, 28 cartes.

Ces cartons psychoéducatifs illustrés présentent 27 exercices de respiration inspirés des techniques de cohérence cardiaque, du yoga et de la méditation en pleine conscience. Il ont pour objectif de permettre une meilleure gestion du stress et l'anxiété, tout en améliorant divers aspects de la santé physique et mentale. A partir de 8 ans.

Casse E. **L'arc en ciel des émotions.** Emilie Cassé jeu, 2022, 1 plateau, 56 cartes (24 cartes Nuages dont 7 cartes Respiration, 4 cartes Massage, 3 cartes Pleine conscience, 3 cartes Yoga, 3 cartes Astuces et 32 cartes Actions), 7 pions, 1 dé, 1 livret d'utilisation de 12 pages.

L'objectif principal de cet outil est de permettre aux utilisateurs de mieux connaître leurs forces et leurs limites, de découvrir les autres ainsi que l'environnement qui les entoure, au travers des émotions et sentiments de base de manière ludique. Ce support propose des outils de gestion émotionnelle (yoga, exercice de respiration, des automassages...) tout en expliquant le système des chakras. Il permet également de réaliser des actions autour des émotions comme du mime ou du dessin par exemple.

Challan-Balval M. **Jeu des qualités.** Comitys, 2022, 64 cartes recto-verso, 1 notice d'utilisation de 24 pages.

Ce jeu est un outil pédagogique abordant les compétences psychosociales. Il est conçu pour : enrichir son lexique des qualités humaines ; apprendre à se connaître pour mieux s'aimer ; identifier ses compétences personnelles et professionnelles ; construire la cohésion d'un groupe et s'amuser.

De Foucauld R., Epalle Y., De Malglaive C. **2 minutes de bonheur... ensemble ! : Pour prendre le temps d'être heureux.** 2minutes de Bonheur, 2022, 60 cartes dans la boîte, 10 cartes digitales gratuites chaque mois pendant 4 mois. 2 cartes explicatives avec des bonus.

Destiné à un large public à partir de 7 ans, ce jeu de communication et de conversation basé sur la psychologie positive, invite chacun à parler des choses de la vie, du quotidien : souvenirs, anecdotes, bons moments, expériences, envies... Ludique et simple d'utilisation, il permet de favoriser le dialogue, les échanges, le partage, l'écoute, la bienveillance, de développer le lien social, la transmission entre les générations... Il peut être utilisé entre adultes et enfants, entre enfants, avec des personnes âgées, entre professionnels (pour débiter une formation par exemple). Un joueur tire une carte, les cartes étant réparties en 4 thèmes : J'imagine, En ce moment, Je raconte, Je décris. Il lit l'affirmation inscrite sur la carte (par exemple : J'imagine... une chose que j'aimerais changer, En ce moment... une activité qui me détend, Je raconte... 2 adjectifs positifs qui me caractérisent, Je décris... une valeur qui me tient à cœur). Les autres joueurs répondent ensuite chacun leur tour, à leur façon, sans être interrompu.

Zelma I., Milioni V. **Mon cher oscar.** Avec sens, 2021, 50 cartes.

Ce jeu a été créé afin de permettre à la famille, un groupe d'amis, une classe d'élèves d'aider un des membres en difficultés : anxiété, état de tristesse, épuisement professionnel, burn-out, etc. de pouvoir communiquer, de se soutenir, d'apporter des idées, de partager des astuces pour ainsi créer « ensemble » une issue pour traverser cette épreuve en restant unis et connectés. Ce jeu permet également de poser des mots sur les maux pour comprendre ce qui se vit pour chacun des membres de cet écosystème.

Anciaux V., De Schaetzen S. **J'irai au bout de mes rêves : les cartes.** Pirouette, 2021, 50 cartes dont un mode d'emploi.

Ce jeu de 50 cartes est une boîte à outils de développement personnel pour cultiver une meilleure conscience de soi, apprivoiser ses émotions, comprendre l'autre, permettre d'exprimer son autodétermination et vivre ensemble en harmonie. Il s'adresse aux personnes de 7 à 99 ans, et est ainsi destiné aussi bien à l'attention des petits que des plus grands, des professionnels que des familles. Les 50 cartes proposées sont réparties en 5 catégories : conscience de soi, maîtrise de soi, auto-motivation, empathie et relations interpersonnelles et sont indépendantes les unes des autres. Les cartes peuvent s'utiliser en individuel comme en collectif, en piochant une carte au

hasard en événement routinier, par exemple, ou en choisissant une carte en particulier, de manière intentionnelle en fonction des besoins du moment.

Dimoi : Edition enfants. Editions Tallemi, 2021, 144 cartes, 1 notice.

Ce jeu de cartes, destiné aux enfants dès 6 ans et à leurs parents, permet de créer un espace ludique de communication au sein de la famille. Grâce à 4 catégories de cartes, les enfants sont invités à partager sur leur quotidien, leurs goûts, leurs émotions, leurs rêves, leurs inquiétudes. La catégorie "Ensemble" permet d'explorer avec les enfants leur rapport aux autres, leurs besoins en matière d'accompagnement et de communication. La catégorie "Fantastique" propose des situations imaginaires qui permettront de solliciter l'esprit créatif des enfants. La catégorie "Unique" valorise les enfants en mettant en avant leurs goûts et leurs qualités. Enfin, la catégorie "Bambou" permet d'aborder des thèmes comme la confiance en soi, les émotions, les valeurs. Cet outil pourra notamment être utilisé dans le cadre d'ateliers parents-enfants ou de prise en charge éducative au sein de la famille. Plus globalement, il peut aussi être utilisé uniquement avec des enfants en rituel pour favoriser l'interconnaissance. Une édition "Familles" (à utiliser avec les adolescents à partir de 11 ans) est également disponible.

Dimoi : Edition familles. Editions Tallemi, 2021, 144 cartes, 1 notice.

Ce jeu de cartes, destiné aux adolescents dès 11 ans et à leurs parents, permet de créer un espace ludique de communication au sein de la famille. Grâce à 4 catégories de cartes, les participants sont invités à partager sur leur quotidien, leurs goûts, leurs émotions et aspirations. La catégorie "Rétro" permet de partager ses meilleurs souvenirs et anecdotes, notamment en famille. La catégorie "Toi" propose de s'ouvrir aux autres en échangeant sur ses envies, ses goûts et ses aspirations. La catégorie "Avant-première" sollicite l'imagination et la créativité. Enfin, la catégorie "Trait-d'union" permet d'explorer plus en profondeur les liens en famille, en s'interrogeant sur ce qui compte pour l'autre. Cet outil pourra notamment être utilisé dans le cadre d'ateliers parents-adolescents ou de prise en charge éducative au sein de la famille. Plus globalement, une grande partie des cartes peut aussi être utilisée uniquement avec des adolescents en rituel pour favoriser l'interconnaissance. Une édition "Enfants" est également disponible

Adery A., Edery M. **Boosters : 56 activités présentielles ou distancielles pour dynamiser vos groupes et réunions.** Soul games, 2021, 56 cartes, livret pédagogique.

Ce jeu de 56 cartes est un outil pour dynamiser les séminaires, séances, réunions ou actions de formation. Il est accompagné d'un livret pédagogique de 44 pages. Ces "boosters" d'énergie sont des activités courtes, amusantes, surprenantes et faciles à mettre en œuvre avec peu ou pas de matériel pour dynamiser les groupes et qui sont réparties en 4 catégories différentes (brise-glaces, mises en énergie, boosters pédagogiques et bien-être). Il est également précisé si l'activité est adaptée pour du présentiel ou/et du distanciel.

Freund F., Ferry S., Oriat S. **Fête foraine.** Format ludique, 2021, 9 cartes manèges, 3 cartes formes, 2 cartes aides de jeu, 13 cartes objectifs multiples, 36 cartes uniques, 18 cartes configurations, 1 règle du jeu.

Ce jeu permet de diagnostiquer la capacité à inclure dans un groupe. Fête Foraine est idéal pour sentir comment la coopération naît dans un groupe, qu'est-ce qui la déclenche, qu'est-ce qui l'entrave. Puis avançant dans le jeu, se demander comment choisir des priorités quand tous les objectifs ne sont pas réalisables. Il apporte une découverte de la coopération dans la profondeur

de cette notion (positionnement individuel, écoute, proposition au groupe, validation, mise en commun, limites du commun...). Il se joue de 2 à 6 joueurs. L'activité dure 30 min.

Freund F., Ferry S., Oriat S. **Engrénages**. Format ludique, 2021, 21 cartes personnage, 13 cartes conte, 36 cartes numéro, 2 cartes vote, 36 cubes, 1 règle du jeu.

Partant d'histoire narrative de scènes de conflits, engrenages propose aux joueur-euse-s de décrypter la notion de responsabilité, de spirale de la violence, et de désamorçage du conflit. Ce jeu permet aux participants de se laisser porter par l'univers du conte et par l'imaginaire pour s'immerger dans de multiples situations conflictuelles, de s'entraîner à distinguer les différentes dimensions d'un conflit et à définir les rôles de chacun des protagonistes, et d'imaginer des solutions en matière de prévention et de sortie de crise pour chacune des situations proposées. Il se joue de 2 à 6 joueurs et l'animation dure 30 min.

Freund F., Ferry S., Oriat S. **Songes**. Format ludique, 2021, 80 cartes illustration, 28 cartes numéro, 36 cartes émotion, 1 règle du jeu.

Songes est un jeu de société sur table permettant de questionner les modalités de communication au sein d'un groupe. Il est destiné à public large de 14 à 99 ans. C'est un jeu pour les formateurs/animateurs qui permet de mettre en commun les représentations et associations d'idées à partir d'un thème, puis de s'accorder sur une vision commune. Il permet à chacun de vivre une expression libre, de recevoir de l'écoute, de donner des feed-back. Il permet aussi de mettre en commun et de prioriser les idées fortes. Enfin, il propose de rendre visible le fait qu'une même situation peut déclencher des émotions différentes. Ce jeu permet d'explorer un thème en croisant des visions individuelles et en valorisant leur diversité sans pour autant faire l'économie d'une vision collective. Chaque groupe est invité à conscientiser la manière et les modalités de faire commun. Enfin il permet une sensibilisation à l'empathie...

Znu. **Et si on parlait ? Cartes de discussion : 80 questions originales pour avoir une chouette discussion avec votre enfant**. Chantecler, 2020, 80 cartes.

Ce jeu propose 80 sujets de discussions sous forme de questions à poser par les parents à leurs enfants. Les thèmes abordés sont : toi-même, les amis, la famille, réflexions, l'école, les loisirs.

Moissonnier V. **Coach un adolescent : 52 cartes pour gagner en autonomie**. Institut du Selfcoaching, 2019, 56 cartes : 12 cartes "objectif autonomie", 40 cartes "questions", 4 cartes "méthode".

Ce jeu de cartes constitue un outil pratique et ludique pour accompagner les adolescents et les jeunes vers l'autonomie. La première étape consiste à choisir un objectif parmi 12 propositions, comme : choisir une orientation professionnelle, mieux communiquer avec les parents ou l'entourage, se sentir mieux dans son corps, coopérer plus au sein du foyer, se respecter et se faire respecter, bien travailler ou réussir un examen, etc. L'animateur s'aidera ensuite de quatre séries de cartes (situation actuelle, situation désirée, options et obstacles, plan de réussite) pour aider le jeune à se poser les bonnes questions, à imaginer des solutions concrètes et aboutir à un plan d'actions pour réaliser l'objectif choisi. Cet outil s'adresse à toute personne responsable de l'accompagnement de jeunes : conseiller, éducateur, thérapeute, psychologue, professionnel de l'accompagnement et de l'adolescence.

Class'Parents : L'enfant, l'école & moi ! UDAF Bas-Rhin, 2019, 1 plateau, 1 règle du jeu, 1 livret : Réponses des questions "Savoir", 16 cartes-questions (216 questions + 24 mises en situation), 1 sablier, 1 dé, 36 jetons verts.

Cet outil collaboratif facilite le partage d'expériences et la réflexion collective entre les participants. Il favorise le dialogue et les échanges sur la place du parent dans l'institution scolaire et sur son rôle éducatif auprès de ses enfants. Il contribue au développement des relations familles/école dans une cohérence éducative en plaçant l'enfant, en priorité, au centre de toutes les préoccupations. Il permet d'aborder les droits et devoirs des adultes intervenant dans le cadre de l'école : enseignants, parents, associations, éducateurs, animateurs, agents municipaux, ..., de mieux comprendre le fonctionnement de l'école, son organisation et l'implication des parents et leur participation à la vie scolaire de leurs enfants. Il est composé de 16 cartes-questions sur les trois dimensions : savoir, penser, agir et aborde les thématiques : l'enfant, moi !, l'école.

De Foucaud Raphaëlle, Peltier Florence. **2 minutes... papa ! Le jeu qui fait pétiller votre famille.** 7C+, 2018, 523 cartes, 2 cartes explicatives.

Ce jeu, qui favorise les échanges et la communication de manière ludique, a pour objectif de créer des moments conviviaux en famille. Basé sur les principes de la psychologie positive, il vise les enfants de 7 à 12 ans et leurs parents. Il peut également être utilisé par des personnes en charge de relation d'aide comme les conseillers familiaux, les médiateurs et les psychologues. A tour de rôle, chaque joueur pioche une carte et y répond en 2 minutes maximum. 4 thématiques sont proposées : Je me rappelle..., Et si..., Tout de suite..., Aujourd'hui...

Guerin Sophie, Bonhomme Amélie. **Le grand livre des émotions.** Philippe Duval éditions, 2017, 1 livre de 70 p., 1 jeu de 44 cartes.

Ce livre-jeu sur les émotions est à destination des enfants et de leurs parents. Il permet d'alimenter l'échange, la réflexion et permet à chacun de se positionner. Le jeu de cartes permet à chaque joueur de s'exprimer sur une émotion, soit quant elle est liée à un personnage (père, mère, frère, sœur, grands-parents, copine, chat...) ou à une situation dans laquelle il a ressenti cette émotion.

Tarek Aïcha. **Happy cool :le jeu de la communication bienveillante et de mémoire.** Les jeux de la marmotte, 2016, 2 cartes "règles du jeu", 33 cartes "mémoire" version chacal, 33 cartes "mémoire" version girafe, 10 cartes "besoin", 10 cartes "sentiment", 12 cartes "communication".

Ce jeu de cartes permet de faire découvrir les principes de la communication bienveillante (CBV) aux enfants de 6 à 12 ans. Il a été conçu pour les professionnels, les parents, les particuliers qui souhaitent mettre en place cette démarche dans leur structure, leur entité familiale et dans leur quotidien. Le jeu offre un mélange de hasard et de déduction, il permet de travailler la mémoire tout en abordant la sociabilisation, les règles de vie, le vivre ensemble et l'estime de soi. Il peut s'utiliser de différentes façons, uniquement avec les cartes "mémoire", à la manière d'un memory, en réalisant des paires de contraires. En utilisant les cartes "sentiment", "besoin", "communication", les participants sont invités à mimer un sentiment/une situation, à les raconter, à s'exprimer. Le jeu peut ainsi servir de base à beaucoup d'activités avec les enfants, les cartes seront alors à utiliser ensemble ou séparément (par exemple en associant les cartes "mémoire", "sentiment" et "besoin" : lorsqu'on me tape (carte mémoire), j'ai un sentiment de tristesse car j'ai besoin de sécurité). L'animateur pourra choisir les cartes à utiliser et définir ses propres règles de jeu notamment en fonction des thèmes à aborder, de l'âge des participants et du temps imparti.

Parent R. **52 défis parents : Pour maximiser votre impact auprès des enfants de 2 à 10 ans.** 52defis.com, 2012, 52 cartes défis, 1 carte défi bonus, 1 guide d'utilisation.

Ce jeu de 52 cartes est spécialement conçu pour aider les parents, ou professionnels travaillant auprès d'enfants de 2 à 10 ans, à développer des stratégies créatives afin d'améliorer ou bonifier les relations avec leurs enfants et de les guider dans leurs multiples apprentissages. Ces cartes permettent de développer et consolider les aptitudes parentales, éducatives, à l'aide d'exercices concrets et de réflexions stimulantes. Chaque carte propose de s'entraîner sur une habileté particulière qui permettra d'être mieux outillé dans l'éducation des enfants et aidera au quotidien à devenir un meilleur accompagnateur pour les enfants. Cinq grands thèmes sont abordés : l'amélioration des relations, le développement de l'autonomie et de l'estime de soi, l'apprentissage de la maîtrise des émotions, l'établissement d'une saine discipline, le développement de la créativité et de l'imagination.

FNEPE (Fédération nationale des écoles des parents et des éducateurs), FIREA (Formation information recherche sur l'enfance et l'adolescence). **Chemin de parents : Des parents échangent et imaginent ensemble...** Editions Valoremis, 2011, 1 plateau de jeu, 120 cartes questions, 6 cartes pour en savoir plus, 6 cartes joker, 1 dé, 6 pions, 40 jetons, 1 sablier, 1 règle du jeu.

Elaboré par les Ecoles des parents et des éducateurs, le jeu "Chemins de parents" vise à aider les parents à parler de leur conception de l'éducation, du rapport aux enfants et aux adolescents, de la vie de famille, des réponses éducatives... Conçu comme un outil ludique de médiation et d'explicitation autour de la parentalité (représentations, préjugés, ressentis, réalités vécues), il peut être utilisé comme support à des débats approfondis lors d'animations collectives (groupes d'échanges, de paroles, cafés des parents...). Le jeu est construit autour d'une série de cartes questions qui permettent de traiter de diverses thématiques : Responsabilité individuelle, Culture/société, Droits et devoirs, Education, Moyens, Conduites à risque, Idéal/futur, Personnes ressources..., ces thématiques étant abordées sous trois entrées possibles : Bébé/enfant, Ado/Jeune adulte ou Pêle-mêle. Chacun peut apporter son point de vue sur les questions et ainsi nourrir le débat.

Paroles de parents... : Jeu de cartes favorisant les échanges entre parents... Oppélia/lpt, 2010, 3 jeux de cartes : 1 série 0-3 ans, 1 série 3-11 ans, 1 série 12-18 ans.

Support d'accompagnement et de soutien à la parentalité, ce jeu destiné à animer des espaces de rencontre de parents est décliné en trois versions : une version pour les parents d'enfants de 0 à 3 ans, de 3 à 11 ans et de 12 à 18 ans. L'objectif de chacun des jeux est de donner la possibilité aux parents d'échanger sur leurs préoccupations liées à leur(s) enfant(s), de favoriser la prise de conscience des compétences et des ressources de chacun par rapport à ses pratiques éducatives pour mieux les exploiter, de valoriser les parents dans leur rôle et leur fonction, de prévenir l'individualisation des difficultés. Chaque jeu comprend une série de cartes regroupées en différentes catégories. Des cartes "Mises en situation" qui à partir de situations fictives permettent aux parents de se positionner tout en gardant une distance. Des cartes "Qu'en pensez-vous ?" construites à l'aide de questions ouvertes. Des cartes "Paroles de parents" qui à partir d'affirmations reflétant certaines idées reçues permettent le positionnement, des cartes "Ressources" qui offrent des questions de connaissance sur les personnes et les lieux qui aident les parents à identifier les professionnels ressources et à mieux comprendre leur spécificité.

Hart S., Kindle V. **No-Fault Zone**. Stella Alexandrian, 2000, 2 plateaux de jeu, 2 jeux de cartes (48 cartes sentiments, 48 cartes besoins, 16 cartes choix), 2 jetons.

Le jeu No-Fault Zone utilise un tapis et des jeux de cartes pour enrichir la discussion, le débat dans un groupe afin de mieux se connaître et de découvrir les autres personnes du groupe. Ce jeu peut être utilisé dans la famille sur la relation parent-enfant, de la fratrie, du couple, dans le milieu scolaire et du travail. Il propose plusieurs façons d'y jouer : Pratiquer l'autocompassion ; Résoudre les troubles intérieurs ; Avoir une conversation en tête-à-tête, à votre rythme ; Aller à la source des problèmes et des conflits rapidement ; Résoudre un conflit mutuellement et pacifiquement ; Apprendre et pratiquer les compétences en communication non violente ; Améliorer la communication familiale et professionnelle ; Inventez vos propres jeux de connexion, d'apprentissage et d'humour. Cet outil s'appuie sur la CNV (communication non violente).

Garcia Adrian, Nelsen Jane. **La discipline positive**. Editions du Toucan, s.d., 52 cartes.

La discipline positive est une méthode d'éducation alliant fermeté et bienveillance. Ce jeu de cartes tiré de l'ouvrage de ces mêmes auteurs, est une boîte à outils. Il permet aux parents et éducateurs de trouver rapidement une démarche et des suggestions pour encourager, impliquer, et responsabiliser les enfants via la coopération. Chaque carte s'utilise comme une fiche mémo-technique du livre.

Au secours !! Kit de discussions pour désamorcer toutes ses peurs. Minus édition, s.d., 2 jeux de 25 cartes.

Un jeu de cartes à sortir en famille pour parler de « ce qui fait peur » et se rendre compte qu'on a finalement tous peur de quelque chose. Indirectement, grâce à certaines questions « ouvertes », il peut aider les parents à aborder de manière ludique avec leur enfant, leurs craintes et les moyens de les affronter.

De Pétigny Aline . **Emotions monstres : un jeu qui fait Grrr et Wiiz !** Pour penser, s.d., 55 cartes.

Ce jeu familial s'adresse aux enfants à partir de 4 ans et à leurs parents. Il permet d'aborder la question des émotions et facilite l'expression de l'enfant. Il est composé de cartes associant le dessin d'un personnage et un mot. Ce mot peut être un nom décrivant le plus souvent un état émotionnel (tendresse, chagrin, bonheur...), ou un verbe (rêver, profiter, contempler...). Trois jeux sont proposés : Memory (assembler les deux cartes représentant le même personnage) ; Mistigri (former des paires et obtenir la carte unique : carte confiance) et 1001 pistes (découvrir des pistes pour faire face à des moments désagréables).

Epelly F. **La merlinette : jouer à se parler**. Le souffle d'or, s.d., 36 cartes.

Un jeu de 36 questions qui suscite la parole de façon ludique, fluidifie l'échange par le tirage au hasard d'une carte-question. Une façon divertissante de s'exprimer, de mieux se connaître, d'explorer les comportements, les rêves, les émotions, les relations, l'imaginaire. Cet outil a pour objectif de faciliter la communication et d'aider au développement des compétences psychosociales. Il est destiné au tout public à partir de 7 ans.

Besnard A., Lecrosnier C., Varin F., [et al.]. **Jeu de cartes des émotions**. SAISMO 21 - Ladapt, s.d., 16 cartes Emotions, 19 cartes Sensations, 14 cartes Ressources, 1 carte Intensité soit 50 cartes + 3 cartes règles du jeu.

Cet outil a été co-construit par les jeunes du SAISMO – LADAPT pour tous les adolescents et adultes qui souhaitent progresser dans leur rapport aux émotions. Ce jeu de cartes peut aider en : -facilitant l'expression des émotions, -favorisant la régulation émotionnelle, -proposant des ressources d'apaisement...

Tu me connais ? : 25 cartes pour tester si on se connaît si bien que ça ! Minus éditions, s.d., 25 cartes.

La série "Jeux pour discuter" propose 25 cartes pour des débats ludiques, autour de sujets originaux et improbables. Ce jeu permet de créer des moments d'échange en groupe ou en famille, développer son imaginaire et stimuler sa créativité. Les questions sur les cartes servent de base au jeu : - Je chausse du combien ? ; - Qu'est-ce qui me fait rire ? ; - A quel aliment est-ce que je ne sais pas résister ? ; - ... Chacun répond à la place de l'autre et découvre ce que l'autre pense/ imagine de nous ! Il est possible de l'utiliser en brise-glace, 2 par 2, en groupe.

Littérature jeunesse

Broyart B., Richard L., Fiche B. **La crise d'ado de mon grand frère.** Hygée éditions, 2021, 32 p.

Cet album illustré pour les enfants à partir de 6 ans permet d'évoquer le passage à l'adolescence. À la maison, rien ne va plus pour Théo. Swan, son grand-frère adoré, ne veut plus jouer avec lui. Depuis quelques semaines, il l'ignore et préfère rester dans sa chambre ou passer du temps avec ses copains. Entre Swan et les parents, tout est prétexte à conflits. Que se passe-t-il ? Théo voudrait bien le savoir... A partir de ces caps à passer au sein de la cellule familiale, cette histoire permet d'aider à comprendre les bouleversements qui s'opèrent à l'adolescence, d'aborder les changements de comportements liés à l'adolescence, de savoir comment communiquer avec un adolescent en crise et comment réagir lorsque parfois il se met dans des situations à risques. En fin d'album une rubrique "Le coin du psychologue" donne des pistes pour que l'enfant puisse traverser ces tempêtes avec sérénité, en apportant le plus de réponses possibles aux questions qu'il pourrait se poser.

Limousin V., Filliozat I., Veille E. **Problèmes à l'école.** Nathan, 2021, 44 p.

Cet album pour les enfants à partir de 4 ans, présente 3 histoires pour identifier et trouver des solutions face aux problèmes à l'école. - 1 histoire autour des disputes entre amis à l'école qui peuvent affecter l'enfant dans tout son environnement. - 1 histoire autour d'un élève victime de harcèlement. - 1 histoire autour de l'anxiété d'aller à l'école le matin. À chaque fin d'histoire, un éclairage psy simple pour décrypter la situation et des conseils, outils pour gagner en confiance et permettre de s'affirmer plus facilement.

Batt Claire, Cecillon Axel, Pierot Fany. **Sais-tu qui tu es ?** Editions Cécillon, 2021, 48 p.

Ce livre permet au(x) parent(s), ou autre accompagnant, de mettre en place un dialogue pour apprendre à se comprendre et mieux se connaître au travers de l'histoire racontée et les émotions induites. L'enfant peut personnaliser son livre et y noter à chaque page sur les lignes réservées ses ressentis, ses pensées, son vécu, ses besoins, ses solutions... Ce petit livre "du soir" propose quelques clés et outils pour appréhender ces difficultés, apprendre à les vivre et à les dépasser en développant l'estime de soi, les compétences émotionnelles, psychiques et sociales.

Limousin V., Filliozat I., Veille E. **Quand les parents se séparent.** Nathan, 2021, 44 p.

et album pour les enfants à partir de 4 ans, présente 3 histoires pour vivre et traverser l'épreuve de la séparation en famille, pour la comprendre, l'accepter et l'accueillir. - Le pire jour de toute ma vie : Les parents annoncent à Aya et Simon qu'ils se séparent, c'est le grand chamboulement... - J'ai deux maisons : Pas facile de trouver son équilibre et sa place dans deux lieux et rythmes différents.

- Qui a raison ? Les parents de Théo, le cousin d'Aya, se séparent aussi. Et se déchirent, en disant du mal l'un de l'autre. Cela rend Théo très agressif, et Aya va tout faire pour l'aider. À chaque fin d'histoire, un éclairage psy simple pour décrypter la situation, et des conseils, des outils pour apprendre à exprimer ses besoins et éviter les crises.

Limousin V., Filliozat I., Veille E. **La confiance et l'estime de soi.** Nathan, 2020, 44 p.

Cet album pour les enfants à partir de 4 ans, présente 3 histoires pour comprendre d'où vient la confiance et de quoi il s'agit, et pour appréhender les différents types de confiance. - Bientôt une classe verte et Aya et ses amies n'osent pas y aller. - Lors d'un mariage, Aya n'ose pas aller parler aux autres. Mais son papa non plus. Ils vont se lancer des petits défis ! - Simon qui adore le karaté veut tout arrêter. Pourquoi se sent-il nul tout à coup ? À chaque fin d'histoire, un éclairage psy simple pour décrypter la situation et des conseils, outils pour gagner en confiance et permettre de s'affirmer plus facilement.

Limousin V., Filliozat I., Veille E. **Les colères.** Nathan, 2020, 44 p.

Cet album pour les enfants à partir de 4 ans, présente 3 histoires pour comprendre ce qui nourrit les colères. - Le jour de l'anniversaire d'Aya, Simon, son frère, ouvre l'un de ses cadeaux. Ça la met dans une colère noire ! - Simon est très en colère et agressif à la maison. Et s'il avait un problème à l'école ? - Aya a très envie d'un tinny dog, comme ses amies, mais sa maman refuse de le lui acheter ! À chaque fin d'histoire, un éclairage psy simple pour décrypter la situation, et des conseils, outils pour exprimer sa colère de manière acceptable et s'apaiser.

Limousin V., Filliozat I., Veille E. **La jalousie.** Nathan, 2020, 44 p.

Cet album pour les enfants à partir de 4 ans, présente 3 histoires pour comprendre la jalousie. - Aya se souvient de l'arrivée de son petit frère, ce n'était pas du tout une bonne nouvelle pour elle ! - À l'école, la meilleure d'amie d'Aya a une nouvelle amie... - En vacances, Aya et Simon ne font que se disputer... et c'est invivable pour tous ! À chaque fin d'histoire, un éclairage psy simple pour décrypter la situation, et des conseils, outils pour exprimer sa jalousie de manière acceptable et s'apaiser.

Limousin V., Filliozat I., Veille E. **L'autorité et les règles.** Nathan, 2020, 44 p.

Cet album pour les enfants à partir de 4 ans, présente 3 histoires pour encourager l'harmonie familiale sans autoritarisme, comprendre l'utilité des règles et jouer le jeu du contrat familial. - Un nouveau toboggan trône dans la cour de l'école. Mais à peine installé, c'est le chaos à la récré ! - Ce soir, Simon et Aya se font une joie de jouer avec Papa. Pourtant, il n'est pas très disponible et plutôt d'humeur à gronder... - Maman reçoit une amie qu'elle n'a pas vue depuis longtemps. Difficile pour Aya de les laisser se retrouver alors qu'elle voudrait jouer aux 7 familles. À chaque fin d'histoire, un éclairage psy simple pour décrypter la situation, et des conseils, des outils pour apprendre à exprimer ses besoins et éviter les crises.

Hefez S., Duval S., Maroger I. **D'où je viens ? le petit livre pour parler de toutes les familles.** Bayard Jeunesse, 2019, 68 p.

Dans un monde en mouvement, la famille au 21e siècle évolue. Le schéma traditionnel papa/maman/enfant n'est plus le seul cas de figure... D'autres modèles existent : famille monoparentale, famille recomposée, famille homoparentale, famille adoptive, famille d'accueil... Chaque enfant vit des situations différentes. Cet album pour les enfants à partir de 7 ans, raconte la famille/les familles aux enfants... Six scénarios sous forme de bandes dessinées expliquent la singularité de chacune d'entre elles et les liens de filiation et de transmission. L'occasion d'aborder les différences et d'aider les enfants à comprendre les liens familiaux dans une société plurielle ouverte...

Clerget S., Bordet-Petillon S., Clotka. **Parents, frères et sœurs, famille mode d'emploi.** Bayard Jeunesse, 2017, 64 p.

Ça sert à quoi les parents ?! Est-ce qu'on peut être papa quand on est vieux ? Pourquoi les parents nous grondent-ils ? Ça sert à quoi de se marier ? Pourquoi avec mon frère, on n'arrête pas de se disputer ? Pourquoi les parents divorcent ? Pourquoi y a-t-il des disputes dans les familles ? Pourquoi des enfants sont abandonnés par leurs parents ?... Avec des mots justes, de façon simple et claire, ce petit livre répond à 45 questions que les enfants peuvent se poser sur la famille. L'objectif est de les aider à mieux comprendre qu'ils ressentent dans leur famille et d'initier un dialogue serein.

Nielman Louison, Manes Thierry. **Titou le kangourou a du mal à se concentrer.** Fleurus, 2017, 32 p., ill. en coul.

La collection Petit Zen propose des histoires poétiques et rassurantes pour passer un moment calme avec son enfant et lui apprendre à canaliser ses émotions. Les deux dernières pages proposent des conseils aux parents pour mettre en pratique ce qui est illustré dans l'histoire.

Nielman Louison, Manes Thierry. **Anémone l'oursonne est en colère.** Fleurus, 2017, 32 p., ill. en coul.

La collection Petit Zen propose des histoires poétiques et rassurantes pour passer un moment calme avec son enfant et lui apprendre à canaliser ses émotions. Les deux dernières pages proposent des conseils aux parents pour mettre en pratique ce qui est illustré dans l'histoire.

Langonnet C., Régani S. **Les émotions : Emois... et moi dans tous mes états !** Les P'tits Bérets, 2016, 33 p.

Cet album didactique s'adresse aux adultes ou parents qui souhaitent accompagner les enfants dans la reconnaissance de leurs émotions et sentiments. L'enfant, accompagné par un adulte, explorera plusieurs registres d'émotions ou sentiments : l'amour, la colère, la déception, la fierté, la honte, l'impatience, la jalousie, la joie, la peur, la solitude, la timidité. Pour chaque émotion, l'enfant découvre des explications simples et rassurantes. Il est invité à parler d'une expérience liée à cette émotion ("Et si tu me racontais une fois où tu as ressenti..."). Le rôle de l'adulte est précisé également pour chaque émotion ("Je suis là pour..."). Enfin, des repères pratiques sont donnés aux adultes pour accompagner au mieux l'expression des émotions.

Nielman Louison, Manes Thierry. **Mon temps calme avec Noah le panda.** Fleurus, 2016, 32 p., ill. en coul.

La collection Petit Zen propose des histoires poétiques et rassurantes pour passer un moment calme avec son enfant et lui apprendre à canaliser ses émotions. Les deux dernières pages proposent des conseils aux parents pour mettre en pratique ce qui est illustré dans l'histoire.

Nielman Louison, Manes Thierry. **Martin le lapin a trop de choses dans la tête!** Fleurus, 2016, 32 p., ill. en coul.

La collection Petit Zen propose des histoires poétiques et rassurantes pour passer un moment calme avec son enfant et lui apprendre à canaliser ses émotions. Les deux dernières pages donnent des conseils aux parents pour mettre en pratique ce qui est illustré dans l'histoire.

Carquain Sophie, Boucher Michel. **Petites histoires pour devenir grand (2) : Des contes pour leur apprendre à bien s'occuper d'eux.** Albin Michel, 2005, 306 p., ill.

Cet ouvrage propose plus de quarante petits contes sur le thème de la santé, l'hygiène, la croissance, la sécurité, le bien-être psychologique, accompagnés de pages "côté parents" qui développent la problématique en question pour les parents afin de leur donner à eux aussi des éléments de réflexion permettant d'aider leur enfants.

Mallette pédagogique

Gestion des imprévus à mon domicile : 100 mises en situation pour s'exercer à gérer les petits et gros imprévus du quotidien. Remue-méninges, 2022, 100 photos, 1 livret de 208 p.

La vie quotidienne est forcément pimentée par de nombreux imprévus, plus ou moins graves, plus ou moins difficiles à gérer. Cet outil s'adresse à des personnes fragiles dans leur autonomie au sein de leur logement, il a pour objectif de les aider à anticiper les difficultés pour un quotidien plus serein et apaisé. A partir de 100 situations, il permet d'identifier une difficulté, de rechercher la solution adéquate, d'en discuter collectivement, de s'enrichir des expériences de chacun, de s'échanger des astuces, de construire son propre plan d'action pour la résoudre, et ainsi prendre confiance et se rassurer. Le kit est constitué de 100 photos, chacune illustrant une difficulté avec un texte explicatif concis, et d'un livret pour construire son plan d'action pour gérer la situation problématique. Les 100 situations proposées sont réparties en 5 thèmes : des imprévus liés à des problèmes matériels ou techniques - des difficultés d'ordre physique ou psychologique - des difficultés liées à des problèmes d'organisation - des difficultés d'ordre relationnel - des difficultés administratives. Par des mises en situations variées, cet outil invite à créer des espaces de discussion (collectif ou individuel) pour aborder les petits ou gros tracas du quotidien. Il vise à anticiper les difficultés pour se sentir préparé, capable de réagir et d'agir en cas d'imprévu.

Ekip'box : le kit ressource pour animer et dynamiser l'adhésion de vos groupes de formation. Kelje, 2021, 100 photos, 1 notice explicative, 1 tableau de synthèse de chaque fiche d'animation, 30 fiches explicatives d'animation, 1 crayon coopératif, 3 pièces de bois, 3 balles, 1 sac masquant, 12 masques occultants, 12 cartes "mot pour dire", 12 cartes "créa'photo", 12 cartes "trouver ses pairs", 12 cartes "devine mot", 6 dés "star story".

Ekipbox regroupe le matériel nécessaire à l'animation de petits jeux coopératifs. L'animateur y trouvera le nécessaire pour animer des défis créatifs en imaginant des histoires à plusieurs, proposer des jeux de confiance et de quoi bander les yeux à vos participant-e-s, réaliser des défis coopératifs avec le crayon coopératif, et bien d'autres choses encore. De nombreuses propositions pour de nombreux usages et aussi la possibilité de laisser libre court à son imagination, pour

dynamiser les groupes, les réunions et utiliser le jeu comme moteur d'apprentissages relationnels. Ekip box contient plus de 30 fiches d'animations, déclinables en 50 exercices collectifs (15 exercices nécessitant des accessoires inclus dans le coffret, 15 exercices nécessitant des accessoires à préparer par l'animateur, 20 exercices réalisables sans aucun accessoire)...

La boîte à bulles. Scicabulle, 2020, 2 balles de parole, post-it, 30 abaques de Régnier, 2 rivières du doute, 1 photo-expression de 45 images (recto), 32 cartes Emotibulles (verso), 1 fiche de l'Arbre de Lison, 1 livret "Méthode d'animation participative".

Cette mallette pédagogique contient un ensemble d'outils pour mettre en place des méthodes d'animation participatives. Elle s'adresse aux formateurs et aux animateurs de séance. Le livret outil contient des éléments sur le concept de participation et ses enjeux, des fiches méthodes et des propositions de déroulé. Le langage en photos permet aux participants d'exprimer de façon créative des représentations, un ressenti, un bilan, etc. L'arbre de Lison a été conçu pour demander comment chacun-e se positionne par rapport à un projet ou un groupe. Enfin un éventail de couleurs sert à animer un Abaque de Régnier et des rubans bleus symbolisent le positionnement lors d'un débat mouvant.

Minidre K., Collavini S. **L'ampli à émotions : outil d'écoute émotionnelle.** Le JOK'Coeur, 2020, 1 Ampli à émotions, 16 cartes émotions, 5 potentiomètres + 5 rivets, 1 notice explicative.

Destiné à un large public à partir de 8 ans, l'Ampli à émotions permet d'observer, de clarifier ce qui se passe en soi, de prendre conscience et d'identifier les différentes émotions présentes en soi, d'évaluer leur intensité et d'accepter leur présence. Après avoir pris le temps de sentir ce qui se passe en soi, l'utilisateur.trice de l'ampli sélectionne parmi les 16 cartes émotions proposées (confiance, surprise, joie, liberté, curiosité, ennui, confiance, tristesse, dégoût, peur, fatigue...) la ou les cartes émotions qui correspondent à son ressenti, la ou les place sur l'ampli et règle l'intensité de chaque émotion à l'aide de potentiomètres, partage ou pas selon son souhait le résultat de son Ampli à émotions. L'outil peut s'utiliser en solo, mais aussi comme outil de partage dans le cadre d'une relation d'aide, d'une relation familiale, amicale, éducative ou thérapeutique, à condition cependant que le partage soit mutuellement consenti. En utilisation partagée, l'outil devient un véritable support ou prétexte à la communication et aux échanges.

Jambon C. **Et si on jouait avec les émotions ?** Hachette pratique, 2019, 1 boîte contenant: 1 livret, 1 plateau de jeu de l'oie pour les 5-12 ans + 12 cartes scénario + 1 dé, 13 cartes Mémoire émotions, 1 jeu des 9 familles pour les 4-10 ans, 1 poster roue des émotions, 8 fiches régulation émotionnelle.

Ce coffret de jeux a été conçu pour découvrir et apprivoiser les émotions en famille, et renforcer la relation adultes/enfants. Basé sur les principes de la psychologie positive, il aide à l'identification, l'expression, au partage et à la régulation des émotions. Il sert à cultiver l'intelligence émotionnelle et à créer des liens authentiques entre les joueurs.

Lavigueur S. **Moi comme parent...** CECOM, Hôpital Rivières des Prairies, 2013, 1 guide, 1 dvd, 1 cédérom, 208 planches illustrées.

La trousse « Moi, comme parent... » est un outil de soutien à l'intervention auprès des parents d'enfants âgés de 0 à 11 ans. Son objectif principal est de laisser la parole aux parents, dans une attitude d'écoute marquée par le respect de leur expérience et de leur vision. Cette trousse est un ensemble d'outils de communication, qui permet d'enrichir l'application des programmes de soutien éducatif existants dans différents contextes d'accompagnement individuels ou de

groupe. Sa conception est une retombée importante d'un groupe de recherche portant sur les compétences des parents, pour les ressources appelées à leur venir en aide. Quatre éléments composent la trousse : - Les outils d'intervention portant sur 7 thèmes : Qualités d'un enfant, Compétences parentales, Plaisirs partagés, Activités pour récupérer, Soutien du réseau social, Inquiétudes de parent, Défis rencontrés et évolution parentale. Les 7 thèmes de la réalité vécue par les parents sont abordés par le biais de 208 illustrations, un schéma et deux listes d'exemples, ainsi que des canevas de questions et des grilles réponses qui sont associés à chacun d'eux. Les illustrations varient selon l'âge des enfants (0-8 mois; 9-24 mois; 2-5 ans; 6-11 ans) et le sexe du parent (version mère et version père. Elles sont plastifiées et existent sous trois formats (intervention de groupe, suivi individuel, page synthèse). - Le guide d'accompagnement (47 pages) - Le document vidéo de présentation (80 minutes) - Le cd-rom (éléments reproductibles).

Multimédia

Être parent : Une série de films pour expliquer les enfants. MJC (Maison pour tous) Lorraine, depuis 2014. [En ligne](#)

Beaucoup de parents se sentent démunis face à certains problèmes, et parfois n'osent ou ne savent pas formuler leurs demandes. L'objectif de cette série de vidéos est d'aider les parents et les familles en attente d'un soutien. Chaque film, de format court, répond à une interrogation simple, permettant ainsi d'aborder de nombreuses thématiques (développement de l'enfant, alimentation, sommeil, violence, usage des écrans, séparation, scolarité...) : Pourquoi tu me fais mal ? ; C'est moi qui fais tout seul ; Je rentre en maternelle, j'ai peur que maman pleure ; Apprends-moi à dormir ; Touche pas à mon doudou ; Je veux une console pour Noël ; Raconte-moi une histoire ; Jouer c'est mon boulot ; S'il te plaît dis-moi non ; Parlez-moi, c'est comme ça que j'apprends ; Je suis accro à ma tétine ; La 6ème, même pas peur ; Y'en a marre des parents ; Je ne suis pas celui qu'on attendait ; Je vais avoir deux maisons ; etc. La démarche de réalisation mise en œuvre fait une large place aux parents, premiers concernés par les questions de parentalité. Ils exposent leurs questionnements et font part de leurs expériences. Ces vidéos s'adressent bien sûr aux parents eux-mêmes. Utilisés par des professionnels, ils permettront aussi d'ouvrir des débats, de susciter du dialogue, de libérer la parole...

Répertoire

Barot C., Callejon L., Cortyl T., [et al.]. **Compétences psychosociales : Catalogue des outils de prévention.** IREPS Pays de la Loire, 02/2023, 299 p. [En ligne](#)

Ce catalogue a été conçu pour accompagner les professionnels des secteurs de la santé, de la prévention, de l'éducation, du social et du médico-social qui souhaitent mettre en place des actions pour favoriser le développement des compétences psycho-sociales. L'objectif est de faire connaître les outils pédagogiques utiles lors de la mise en œuvre de ces actions, de faciliter leur recherche et de permettre de les sélectionner selon des critères précis. Le catalogue recense plus de 260 outils pédagogiques, il les décrit en termes de contenus et d'objectifs pédagogiques.