CRESCENDOC
Réseau documentaire en éducation pour la santé du Centre

Fédération Régionale des Acteurs FRAPS en Promotion de la Santé en Région Centre

Estime de soi et développement des compétences psychosociales

Bibliographie sélective, octobre 2012

"Life skills" - World Health Organization

• World Health Organization. **Life skills education for children and adolescents in schools. Introduction anf Guidelines to facilitate the development and implementation of Life Skills Progammes.** Geneva : WHO, 1997, 48 p.

Ouvrages

Ouvrages de référence

• ANDRE Christophe, LELORD François. **L'estime de soi, s'aimer pour mieux vivre avec les autres.** Paris : Odile Jacob, 2001, 313 p.

• ANDRE Christophe. **Imparfaits, libres et heureux. Pratiques de l'estime de soi.** Paris : Odile Jacob, 2006, 470 p.

• ANDRE Christophe, LEGERON Patrick. **La peur des autres, trac, timidité et phobie sociale.** Paris : Odile Jacob, 2000, 332 p.

• BIZOUARD C, ROCHE D, LE BRETON David. **Retrouver l'estime de soi : soins esthétiques et beauté.** Lyon : Chronique sociale, 1996, 120 p.

• BOUCHET Claude, MANCIAUX Michel, VANISTENDAEL Stéphane, (et al.). **La résilience en action, passeport pour la santé. Faire face aux difficultés et construire. Actes de la journée régionale du 28 novembre 2003. Faculté de médecine Rockefeller-Lyon.** Lyon : CRAES-CRIPS Rhône Alpes, 2004, 136 p.

• CHALVIN Marie-Joseph. **L'estime de soi. Apprendre à s'aimer avec ou sans les autres.** Paris : Eyrolles, 2005, 205 p.

• CHRISTEN-GUEISSAZ Eliane. M**iroir social, estime de soi à la retraite, analyse du discours d'adultes âgés sur l'évaluation interpersonnelle et l'auto-évaluation.** Paris : L'Harmattan, 1994, 253 p.

• Comité Régional d'Education pour la santé pour la Santé Haute Normandie (CRES). **Document de synthèse recherche-action "Valorisation du bien-être et de l'estime de soi chez les jeunes".** Rouen : Comité Régional d'Education pour la santé pour la Santé Haute Normandie (CRES), 2001, 50 p.

• CYRULNIK Boris, BALEGNO Lorenzo, BOET Sylvie. **La résilience : le réalisme de l'espérance.** Ramonville Saint Agne : Editions ERES, 2001, 348 p.

• CYRULNIK Boris. **Les vilains petits canards.** Paris : Odile Jacob, 02/2001, 279 p.

• DE SAINT PAUL Josiane. **Estime de soi, confiance en soi. S'aimer, s'apprécier et croire en soi.** InterEditions , 03/2005, 240 p.

• DU BUS André, CASPERS Emmanuelle, DELEGHER Viviane. **L'estime de soi. 1- Recherche de repères théoriques.** Bruxelles :Croix Rouge de Belgique, 1998, 32 p.

• FANGET Frédéric. **Affirmez-vous ! Pour mieux vivre avec les autres.** Paris: Odile Jacob, 2002, 220 p.

• FORTIN Jacques. M**ieux vivre ensemble dès l'école maternelle.** Paris : Hachette Education, 2001, 143 p. Collection Pédagogie pratique

• LEFEVRE Philippe. **Du je au nous. Construire notre humanité.** Lyon : Chronique Sociale, 2008, 159 p.

• LEFEVRE Philippe. **Choisir sa vie. Vivre ses choix.** Lyon : Chronique Sociale, 2001, 103 p.

Ce document vous est proposé par CRESCENDOC, le réseau documentaire régional en Education pour la santé de la région Centre. Ce réseau s'inscrit dans le Pôle régional de compétence animé par la Fédération Régionale des Acteurs en Promotion de la Santé (FRAPS) Centre avec le soutien financier de l'Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES).

Le réseau CRESCENDOC a pour objectif principal de permettre aux promoteurs de projets d'effectuer des actions de qualité.

Le réseau CRESCENDOC a pour objectifs opérationnels de :

- Favoriser l'accès aux ressources documentaires et à l'actualité en éducation pour la santé

- Valoriser les prestations et les ressources documentaires au sein de la région

- Développer la complémentarité entre les membres du réseau

Crescendoc est le fruit d'un travail collaboratif des acteurs présents sur tout le territoire de la région Centre

Les ouvrages

• LEFEVRE Philippe. M**ieux vivre nos désirs. Se connaître, se comprendre, se construire.** Lyon : Chronique Sociale, 2008, 251 p.

• MONBOURQUETTE Jean, LADOUCEUR Myrna, D'ASPREMONT Isabelle. **Stratégies pour développer l'estime de soi et l'estime du Soi.** Ottawa : Novalis, 2003, 416 p.

• Non-Violence Actualité. **Prévenir la Violence à l'école. L'importance des compétences psychosociales.** Montargis : Non Violence Actualité, 2006, 112 p. Collection Pratiques de non-violence, n°4

• PHILLIPS (Asha). O**ser dire non. Favoriser confiance et estime réciproque entre parents et enfants.** Paris : Marabout, 2000, 215 p. Collection Marabout éducation

• PICKHARDT (Carl). **Développez l'estime de soi de votre enfant.** Montréal : Les Editions de l'Homme, 2001, 216 p.

• PIERSON, Marie-Louise. **Valorisez votre image.** Paris : Eyrolles, 2004, 293 p.

• POLETTI Rosette, DOBBS Barbara**. La résilience : l'art de rebondir.** St Julien en Genevois : Editions Jouvence, 2001, 96 p.

• PORTIER Séverine. **Besoins psychosociaux et estime de soi à la préadolescence. Mémoire pour la Maîtrise universitaire en psychologie.** Genève : Université de Genève, 2009, 38 p.

• Réseau européen de lutte contre la pauvreté (EuropeanAnti Poverty Network). **Petits pas-grands changements. Construire la participation des personnes en situation de pauvreté.** Bruxelles : Réseau européen de lutte contre la pauvreté, 2009, 80 p.

• RIGON Emmanuelle. **Papa, maman, j'y arriverai jamais! Comment l'estime de soi vient à nos enfants.** Paris : Albin Michel, 2001, 188 p.

• RIVIERE Bernard. **Les jeunes et les représentations sociales de la réussite.** Outremont : Editions Logiques, 2002, 110p.

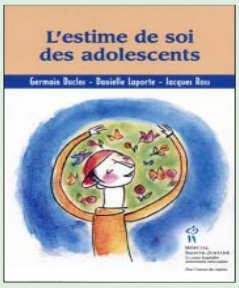
• SAINT PAUL (de) Josiane. **Estime de soi, confiance en soi. S'aimer, s'apprécier et croire en soi.** Paris : Dunod, 2004, 240 p

• **Valorisation du bien être et de l'estime de soi chez les jeunes. Document de synthèse.** Rouen : Comité Régional d'Education pour la Santé de Haute-Normandie (CRES), 2002, 57 p.

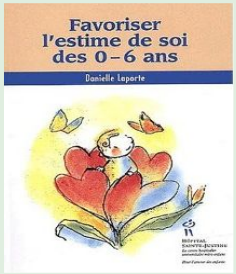
collection "Pour les parents", Editions de l'Hôpital Sainte-Justine

DUCLOS Germain. **L'estime de soi, un passeport pour la vie.** Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 2004, 248 p.

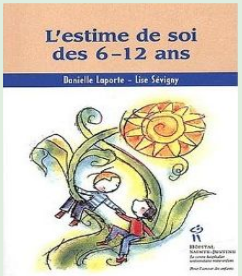
DUCLOS Germain, LAPORTE Danielle, ROSS Jacques. **L'estime de soi des adolescents.** Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 2002, 96 p.



LAPORTE Danielle. **Favoriser l'estime de soi des 0-6 ans.** Montréal (Québec) : Editions de l'Hôpital Sainte-Justine, 2002, 98 p.



LAPORTE Danielle, SEVIGNY Lise. **L'estime de soi des 6-12 ans.** Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 2002, 112 p.



Livres pour les jeunes

• AUDERSET Marie-José, SEGUIN (de) Gaëtan. **La confiance en soi ça se cultive.** Paris : De La Martinière Jeunesse, 2005, 107 p. Collection : Oxygène.

• SAINT MARS (de) Dominique, BLOCH Serge. **Le petit livre pour dire non.** Paris : Vanves : Astrapi, Comité Français d'Education pour la Santé (CFES), 03/1997, 31p. Collection : Astrapi

• SAUDERSET Marie-josé, DE SEGUIN Gaëtan. **La confiance en soi, ça se cultive.** De la Martinière Jeunesse , 2005, 107 p.

• LAOUENAN Christine, BERTRAND Cécile. **J'ose pas dire non !... et pourtant c'est un droit et une nécessité.** Paris: De la Martinière, 2003, 105 p.

Enfants

Coffrets pédagogiques

• Association Information Prévention Toxicomanie (IPT). **Ma santé au quotidien.** Mantes -la-Jolie : Association IPT, 2010

• AUDERSET Marie-José, LOUIS Catherine. **Amidou et l'estime de soi.** Strasbourg : Callicéphale, 2002

• BEAUREPAIRE Marc, BOUALI Rachid, TACHDJIAN Jean-Jacques, et al. **Les amis de mon jardin.** Lille : Comité Régional d'Education pour la Santé (CRES) Nord-Pas-de-Calais, 1999

• BRETON Michèle, CATTO Sylvie, MENETREY Anne-Catherine, et al. **Papillagou et les enfants de Croque-lune.** Dijon : Comité Départemental de Prévention de l'Alcoolisme (CDPA) de Côte d'Or, Mâcon : Comité Départemental de Prévention de l'Alcoolisme (CDPA) de Saône-et-Loire, Lausanne : Institut Suisse de Prévention de l'Alcoolisme et des Toxicomanies (SFA / ISPA), 1994

• CLOT Susan. **Demain en main. Promotion des compétences psycho-socio-affectives. Cycle 2.** Toulon : Interface santé 83, 01/2001, 122 p.

• DESROSIERS Sylvie, LAURENDEAU Sylvie. **Une enfance pour s'épanouir.** Montréal : Les éditions de la Chenelière, 2002, 112 p. p.

• Fédération Nationale Couples et Familles, Institut National de la Jeunesse et de l'Education Nationale (INJEP). **Pistes de vie. Pour encourager l'estime de soi et le respect de l'autre. Classes maternelles et primaires.** Paris : Couples et Familles, Fédération nationale, 2005.

• KAISER Georges, KAISER Françoise. **Les jeux de parachute pour groupes de 6 à 30 enfant**s. Eupen : Editions Megaform, 2009, 96 p.

• RICHAUD Jocelyne, ROUHIER Catherine, ROBERT Emmanuelle. **Apprenons à vivre ensemble. Maternelle (Petite section). Editions La Cigale, 2005**

• QUIRYNEN Nele, BROERE Rien, DENOO Joris, et al. **Graines de réconfort. Apprendre aux enfants à gérer les situations de perte et de deuil.** Averbode : CEGO Publishers, 2008

Collection "Les Chemins de la Santé", Editions INPES

Les 4 coffrets reprenant les 4 éléments, permettent d'aborder la santé. Chacun est composé de multiples activités permettant aux enfants d'acquérir des connaissances, de prendre soin d'eux, de mieux vivre avec les autres et d'assumer des responsabilités.

• Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES). **Léo et l'eau.** Saint Denis : Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES), 2005

• Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES). **Léo et la terre.** Saint Denis : Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES), 2005

• Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES). **Léa et le feu.** Saint Denis : Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES), 2004

• Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES). **Léa et l'air.** Saint Denis : Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES), 2004

CRESCEN'BASE
La Base de Données du Réseau documentaire en éducation pour la santé du Centre

La base de données documentaire du réseau est disponible à l'adresse :

www.frapscentre.org

Vous y trouverez les fiches descriptives des références disponibles dans le réseau documentaire tels que : ouvrages, rapports, outils d'interventions. Ces documents et outils sont empruntables sous condition.

CRESCENDOC
Réseau documentaire en éducation pour la santé du Centre

Crescendoc propose :
La réalisation de produits documentaires
Le suivi de formations spécifiques
L'animation d'espaces documentaires à l'occasion d'événements régionaux.

Crescendoc réalise une veille informationnelle et documentaire pour suivre l'actualité en Promotion de la santé.
Connectez-vous sur :

www.netvibes.com/crescendoc

DVD-Rom

TREILLE Fabienne, PERRIAULT Monique, GOGA-LAMBION Stefana, et al. **Grandir.** Paris : Service Culture Editions Ressources pour l'Education Nationale (SCEREN) - Centre National de Documentation Pédagogique (CNDP), Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES), Mutuelle Générale de l'Education Nationale (MGEN), 2006

Guides d'intervention :

MERINI Corinne, JOURDAN Didier, VICTOR Patricia, (et al.). **Guide ressource pour une éducation à la santé à l'école élémentaire.** Rennes : Ecole Nationale de la Santé Publique (ENSP), 2004, 203 p.

Collection "Estime de soi", Editions Hôpital Sainte-Justine

L'ensemble comprend six volumes, deux pour chacun des trois cycles du primaire, et tient compte des quatre composantes de l'estime de soi : le sentiment de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de compétence scolaire et sociale.
Chacun des six volumes contient une histoire à raconter, une démarche à faire vivre, des attitudes à développer, des annexes et un dossier «parents».

• LUNEAU Solange, et al. **Youri. De la sécurité à la confiance. Premier cycle. Volume 1.** Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 2003, 122 p.

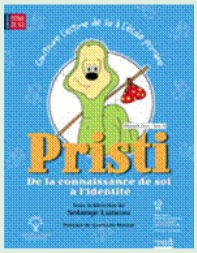
• LUNEAU Solange, et al. **Pristi. De la connaissance de soi à l'identité. Construire l'estime de soi au primaire. Premier cycle. Volume 2.** Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 2003, 108 p.

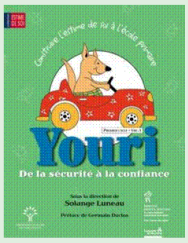
• LUNEAU Solange, et al. **Lico. Vivre un sentiment d'appartenance. Deuxième cycle. Volume 1**. Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 2003, 120 p.

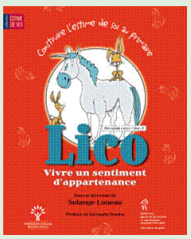
• LUNEAU Solange, et al. **Dégourdie et compagnie. Vivre un sentiment de compétence scolaire. Deuxième cycle. Volume 2.** Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 2003, 128 p.

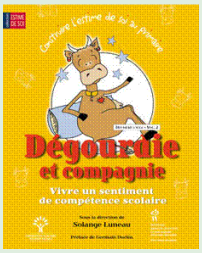
• LUNEAU Solange, et al. **Questi. Vivre un sentiment de compétence sociale. Troisième cycle. Volume 1.** Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 2003, 128 p.

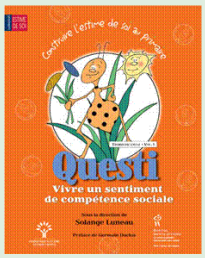
• LUNEAU Solange, et al. **Valériane. L'affirmation de soi. Troisième cycle. Volume 2.** Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 2003, 132 p.

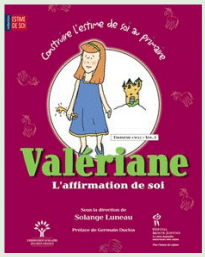










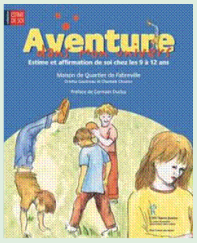


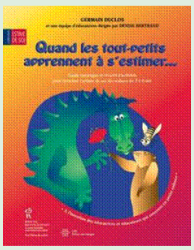
• DUCLOS Germain, BERTRAND Denise, et al. **Quand les tout-petits apprennent à s'estimer... Guide théorique et recueil d'activités pour favoriser l'estime de soi des enfants de 3 à 6 ans. M**ontréal : Hôpital Sainte-Justine, 1997, 120 p.

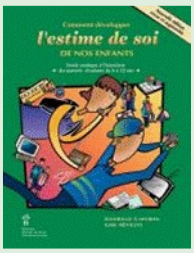
• BEAUREGARD Louise-Anne, BOUFFARD Richard, DUCLOS Germain. **Programme "Estime de soi et compétence sociale" chez les 8 à 12 ans.** Montréal : Hôpital Sainte-Justine, 1998, 114 p.

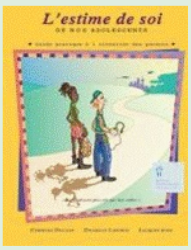
• GAUDREAU Orietta, CLOUTIER Chantale. **Aventure dans mon univers. Estime de soi et affirmation de soi chez les 9 à 12 ans.** Montréal: Hôpital Sainte-Justine, 2005, 159 p.

• LAPORTE Danielle, SEVIGNY Lise. **Comment développer l'estime de soi de nos enfants. Guide pratique à l'intention des parents d'enfants de 6 à 12 ans.** Montréal (Québec) : Editions de l'Hôpital Sainte-Justine, 2002, 119 p.









Les outils pour intervenir

Adolescents

Coffrets pédagogiques

• COmité Départemental d'Education pour la Santé du Doubs (CODES 25). **La quête des tribus**. Besançon : COmité Départemental d'Education pour la Santé du Doubs (CODES 25), Caisse primaire d'Assurance Maladie de Besançon (CPAM), Mutualité française Franche-Comté, Ville de Besançon, 2005

• Fédération Nationale Couples et familles (FNCF). **Pistes de Vie, pour encourager l'estime de soi et le respect de l'autre - Collège/Lycée.** Paris : Fédération Nationale Couples et familles (FNCF), 2005

• Fonds d'estime de soi Dove. **Au delà des apparences : les clés de l'estime de soi.** Boulogne-Billancourt : Circonférence/Précom, 2007

• GEYSELS Griet, HABILS Kristl, HAYEZ Nadège. **Clefs pour l'adolescence. Méthodologie, carnet de bord, première année.** Mechelen : Clefs pour la jeunesse, 2006, 80 p.

• ROEHRING Corinne, BERT Dorothée, PATUANO Chantal. **Décode le monde. De l'influence des médias sur la santé.** Nice : Centre de Recherche, de Documentation et d'Intervention Transdisciplinaire sur les addictions (CREDIT), 2006

Guides d'intervention

• DUCLOS Germain, LAPORTE Danielle, ROSS Jacques. **L'estime de soi de nos adolescents : guide pratique à l'intention des parents.** Montréal: Hôpital Sainte-Justine, 1995, 176 p.

• TARTAR GODDET Edith. **Développer les compétences sociales des adolescents par des ateliers de parole.** Paris : Retz, 2007, 191 p. Collection Education

Jeux de plateau

• PARTAGES 51. **Partages©.** Reims : Partages 51, 2004

Jeunes adultes et Adultes

Jeux de plateau

• Association d'Action et d'Insertion Sociale (ANAIS), La Mèche Rebelle, JOMBART Loïc (Ill.). **Tom et Léa. Ecouter pour mieux agir, le jeu de la bientraitance.** Paris : ANAIS, 2010

• COmité Départemental d'Education pour la Santé du Doubs (CODES 25). **La quête des tribus.** Besançon : COmité Départemental d'Education pour la Santé du Doubs (CODES 25), Caisse primaire d'Assurance Maladie de Besançon (CPAM), Mutualité française Franche-Comté, Ville de Besançon, 2005

Tout public

• Université de Paix. **Jeux coopératifs pour bâtir la paix. 2ème édition.** Lyon : Chronique Sociale, 2009, 275 p. Collection Savoir communiquer

Site Internet "Le Cartable des compétences - IREPS Pays de la Loire

Site ressources pour celles et ceux qui souhaitent renforcer les CPS chez les 8-12 ans. Il est composé de trois parties :

La partie « Les CPS en théorie » répond aux questions : Les CPS… c'est quoi, d'où ça vient et pourquoi aujourd'hui ? Définition de l'Organisation Mondiale de la Santé. « Division de la santé mentale et de la prévention des toxicomanies – 1993 »

La partie « De la théorie à la pratique » pose les grands repères méthodologiques et pédagogiques. Chaque compétence psychosociale est illustrée en répondant aux questions : du quoi, pour quoi, quelle progression, quels thèmes travaillés ?

« Les CPS en pratique » c'est la concrétisation, la réponse à la question « Et… qu'est ce qu'on fait exactement ? ». Des fiches présentent le déroulement d'activités avec les différentes étapes pédagogiques de celle-ci. Les fiches sont triées par CPS.

Une quatrième rubrique vous propose des liens vers d'autres sites internet et d'autres documents

URL : http://www.cartablecps.org/_front/Pages/page.php

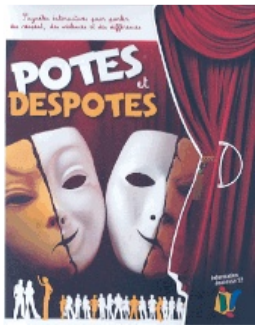
Les centres de documentation proposent également des ressources sur la prévention de la violence, des conduites addictives ou encore sur l'éducation à la vie affective sexuelle, dont la démarche s'inscrit dans le cadre du développement des compétences psychosociales.

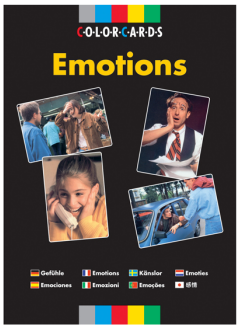
exemples :

PERIN Carine. **Plein la tête : bingo de la santé mentale.** Bruxelles : Union nationale des Mutualités Socialistes. Service promotion de la santé, 2001.

Association départementale d'information jeunesse (ADIJ) des Côtes-d'Armor, Compagnie les comédiens associés, Collège Ernest Renan. **Potes et despotes.** Saint-Brieuc : ADIJ des Côtes-d'Armor, 2009.

Colors cards. **Emotions.** [s.l.] : Speechmark, [s.d.]. 1 guide, 48 cartes





Vos contacts en région Centre

CODES 18
4 cours Avaricum
1800 BOURGES
02 48 24 38 96
www.codes18.org

CESEL 28
Hôtel Dieu
34 avenue Dr Maunoury
28018 CHARTRES Cedex
02 37 30 32 66
www.cesel.org

UPE - CH Dreux
44 avenue du Président Kennedy
28100 DREUX
02 37 51 77 04
www.ch-dreux.fr

CODES 36
73 rue Grande
36000 CHATEAUROUX
02 54 60 98 75
www.codes36.fr

FRAPS Centre
54 rue Walvein
37000 TOURS
02 47 37 69 85
www.frapscentre.org

FRAPS Centre
Atenne territoriale - CRDR 37
37000 TOURS
02 47 37 69 85
www.frapscentre.org

FRAPS Centre
Atenne territoriale - CRDR 41
34 avenue Maunoury
41000 BLOIS
02 54 74 31 53
www.frapscentre.org

CODES 45
Espace santé
5 rue Jean Hupeau
45000 ORLEANS
02 38 54 50 96
www.codes45.org