PARIS | BIBLIOTHÈQUES



Livre numérique

Faire la paix avec nos écrans

Saltiel, François

Edité par Flammarion - 2025

Si nous ne pouvons plus vivre sans les écrans, comment apprendre à mieux vivre avec ? À l'image de l'océan, Internet est puissant, fascinant et dangereux. Ses courants bousculent nos vies, transforment nos métiers et nos repères, infiltrent nos intimités, et cela ne fait que commencer. Nous aspirons à devenir des amphibiens, capables de vivre en équilibre : un pied sur la terre ferme, l'autre plongé en conscience dans le flux numérique. En réalité, nous nous sentons submergés. Nous vous proposons une traversée, informée et sensible, pour partager nos expertises et nos expériences, ...

Plus d'informations...



Livre numérique

Cybersexualité, réagir face aux dangers !

Landry, Sébastien

Edité par In press. Paris - 2026

A l'ère numérique, la sexualité passe aussi par les écrans. Le sexologue explore les pratiques (sexting, nudes), les enjeux de consentement et les dérives (pornographie, cyberharcèlement, chantage, entre autres). Un guide pour comprendre les différents enjeux liés au sujet et mieux encadrer les jeunes.

Plus d'informations...



Livre numérique

Les Filles et les Garçons d'aujourd'hui expliqués aux adultes désorientés

Hefez, Serge

Edité par Seuil. Paris - 2026

A une époque où coexistent transidentité, queerness et fluidité de genre, l'auteur explique comment accompagner enfants et adolescents dans la construction de leur identité de genre. Il explique la différence entre sexe et genre, évoque les liens entre genre et orientation sexuelle ainsi que la possibilité d'éduquer un enfant sans stéréotypes de genre.

Plus d'informations...



Livre numérique

Les Enfants sont à prendre au sérieux, les parents aussi

Gueguen, Catherine

Edité par Seuil - 2026

L’empathie, l’encouragement et le soutien stimulent la maturation du cerveau de l’enfant, renforcent ses capacités cognitives affectives et comportementales, et façonnent des adultes équilibrés, confiants et bienveillants. Bien traiter les enfants n’est donc pas seulement une exigence morale, c’est un enjeu majeur de santé publique et de progrès social. Un plaidoyer pour une vraie politique de l'enfance, qui donne aux adultes les moyens d'élever les enfants sans violence.

Plus d'informations...



Livre numérique

Les maux de vos ados

Clerget, Stéphane

Edité par edi8 - 2026

Votre ado vous inquiète, vous pose questions ou vous déroute ? Vous craignez de passer à côté de quelque de grave ? Ce livre est fait pour vous ! Crises émotionnelles, isolement, troubles alimentaires, phobies scolaires, addictions numériques, questionnements liés à l'identité, repli sur la vie virtuelle... Les adolescents d'aujourd'hui n'ont plus grand-chose à voir avec ceux d'hier, et le monde dans lequel ils grandissent génère de nouvelles problématiques jusqu'alors inédites. Difficile alors pour vous, parents, de vous y retrouver. Est-ce passager ou est-ce une alerte sérieuse ? À quel mome...

Plus d'informations...



Livre numérique

Le théorème du flamant rose

Kerner, Jennifer

Edité par Editions Gallimard - 2026

Pour donner la vie, une mère sacrifie un peu de la sienne. Ce phénomène, bien connu des biologistes, s’appelle la dépense maternelle. L’exemple le plus flamboyant du règne animal est celui des flamants roses, qui perdent leur couleur dès le début de la couvaison. Une dépigmentation due à l’épuisement. S’il fallait prouver que la maternité est un sacerdoce éreintant, cette démonstration aurait un nom tout trouvé : le théorème du flamant rose. Archéologue, Jennifer Kerner a parcouru la planète pour étudier les rites funéraires. L’expérience de sa première maternité lui a permis d’in...

Plus d'informations...



Livre numérique

Ce que les pères transmettent

Cipel, Adrien

Edité par Ed. de l'Aube. La Tour-d'Aigues (Vaucluse) - 2026

Fils d'immigrés, les auteurs interrogent la paternité contemporaine à l'aune de leur double héritage : juif et marocain, français et universel. Par le récit croisé de l'histoire de leurs pères et leur propre expérience, ils composent un essai intime et politique sur la transmission, l'engagement républicain et la complexité d'être parent aujourd'hui.

Plus d'informations...



Livre numérique

L'enfant hors norme - TDA/H, DYS, HPI, TSA... Faut-il médicaliser la différence ?

Lhérété, Héloïse

Edité par SCIENCES HUMAINES - 2025

Un livre de fonds et de référence sur les atypies neurodéveloppementales de l'enfant. Nos enfants sont-ils tous devenus " hors norme " ? Qui sont vraiment les enfants atypiques ? Comment les éduquer ? Faut-il les " médicaliser " ? Autant de questions auxquelles se livre veut répondre.Dyslexique, dyspraxique, précoce, hyperactif, hypersensible... : ces adjectifs se sont banalisés ces dernières années. Ils témoignent d'un fait de société, la médicalisation croissante des enfants dits " atypiques " : ceux qui ont du mal à se concentrer ou tardent à lire, ceux qui rêvent en classe ou ne tiennent p...

Plus d'informations...



Livre numérique

Savoir ou périr

Lahire, Bernard

Edité par Seuil. Paris - 2025

Réflexion sur les politiques éducatives contemporaines. L'auteur appelle à replacer le soin, le temps et la curiosité au centre des systèmes scolaire et universitaire afin d'entretenir le goût de l'apprentissage chez les élèves.

Plus d'informations...



Livre numérique

Mon enfant est anxieux

Darnat-Wambèke, Marine

Edité par De Boeck supérieur. Louvain-La-Neuve (Belgique) - 2024

Des techniques et des activités pour aider les enfants à retrouver leur calme et leur confiance en eux lorsqu'ils sont affectés par l'anxiété, la peur ou le stress : massages, découverte sensorielle, yoga, méditation, entre autres. Avec des informations sur les différentes facettes de l'anxiété et des conseils pour parler des émotions.

Plus d'informations...



Livre numérique

Séparations avec enfants

HIRIGOYEN, Marie-France

Edité par LA DECOUVERTE - 2024

Quand les parents se séparent, l'enfant, qui occupe une place majuscule au sein de la famille, devient souvent l'enjeu central des conflits. Sa souffrance n'est alors pas tant liée à la rupture elle-même qu'à la manière dont celle-ci se passe. Malgré leur bonne volonté, les parents, submergés par leurs propres émotions, peinent parfois à l'épargner. Les effets les plus néfastes s'observent quand, dans un contexte d'interaction conjugale violente, l'un des parents (parfois les deux) prend l'enfant à témoin, alimentant son sentiment d'impuissance. Expérience clinique à l'appui, Marie-France Hiri...

Plus d'informations...



Livre numérique

Vaincre la phobie scolaire

Ployé, Capucine

Edité par l'Opportun. Paris - 2023

Un guide pour comprendre la phobie scolaire et apprendre à la gérer au quotidien, écrit par un père et sa fille à partir de leur propre expérience. Les aspects théoriques de ce trouble sont abordés scientifiquement et un témoignage met en lumière un parcours réussi pour parvenir à le surmonter.

Plus d'informations...



Livre numérique

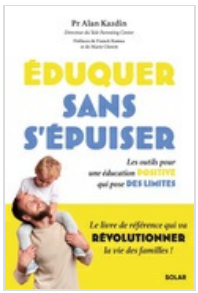
Qui s'occupe des enfants ?

Adriansen, Sophie

Edité par Les pérégrines. Paris - 2023

A partir de son expérience personnelle, l'auteure aborde de nombreuses questions qui s'imposent aux parents (choix du nom de famille, congés parentaux, culpabilité maternelle, mode de garde, charge mentale, etc.) et observe de nouveaux modèles familiaux hors des normes hétéropatriarcales, invitant à s'interroger sur les multiples manières de faire famille.

Plus d'informations...



Livre numérique

Eduquer sans s'épuiser - Les outils pour une éducation positive qui pose des limites

Kazdin, Alan

Edité par edi8 - 2023

Face à la polémique autour de l'éducation positive et de l'usage du time-out, la méthode Kazdin rétablit les bonnes pratiques d'éducation face aux difficultés du quotidien. Vraie boîte à outils efficace, centrée sur le renforcement positif, elle est basée sur des années de recherche scientifique. Le livre de référence, enfin traduit, qui a changé la vie de nombreuses familles ! " Dépêche-toi et mets tes chaussettes ! " " Combien de fois je t'ai dit de ne pas manger avec tes doigts ! " " Arrête d'embêter ta sœur ! "" Va faire tes devoirs ! "Quel parent n'a jamais prononcé ces phrases d'un ton e...

Plus d'informations...



Livre numérique

Les enfants d'abord - Janusz Korczak, une vie au service de l'éducation et des droits de l'enfant

Tamaillon, Stéphane

Edité par Steinkis éditions. Paris - 2022

La vie de Janusz Korczak (1878-1942), journaliste, médecin, écrivain et pédagogue qui a dédié sa vie aux droits des enfants. Il a dirigé pendant trente ans la Maison de l'orphelin, un établissement organisé en république, avec un parlement et un tribunal, avant d'être déporté pendant la Seconde Guerre mondiale.

Plus d'informations...



Livre numérique

L'Œuvre d'une vie: devenir mère

Cusk, Rachel

Edité par Ed. de l'Olivier. Paris - 2021

Un témoignage sur la maternité, depuis la grossesse jusqu'aux instants vécus avec son enfant, en passant par l'accouchement. L'auteure explore le chaos qui succède au bonheur, lorsqu'une ancienne identité laisse place à une autre, tout en remettant en cause les clichés avec humour.

Plus d'informations...



Livre numérique

Neuf mois et toi

Knisley, Lucy

Edité par Casterman. Bruxelles - 2020

L'histoire autobiographique de la grossesse difficile de l'auteure, aspirant depuis toujours à avoir un enfant. Un récit intime et documenté agrémenté d'observations pratiques dans lequel elle interroge également la dimension culturelle de la grossesse et notamment les superstitions absurdes qui y sont liées.

Plus d'informations...



Livre numérique

J'ai décidé de ne pas être mère

Chaudet, Chloé

Edité par l'Iconoclaste. Paris - 2021

Ayant décidé de ne pas avoir d'enfant, l'auteure raconte son cheminement jusqu'à ce choix et son combat pour le faire accepter dans une société formatée. Elle dénonce le poids des normes sociales qui pèsent sur les femmes et l'injonction de la maternité. ©Electre 2022

Plus d'informations...



Livre numérique

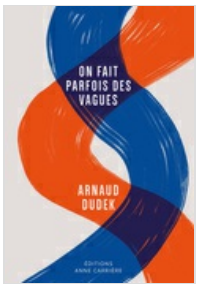
Faire corps

Pons, Charlotte

Edité par Flammarion. Paris - 2021

A 40 ans, Sandra vivote à Paris, a parfois un petit ami et cherche vaguement un sens à sa vie. Romain, son meilleur ami, essaie de mettre en train une GPA aux Etats-Unis avec son compagnon, une démarche légale mais coûteuse. Alors que les difficultés s'accumulent, Sandra, qui avait renoncé à enfanter après la mort de son petit frère à l'âge de 10 ans, se laisse solliciter.

Plus d'informations...



Livre numérique

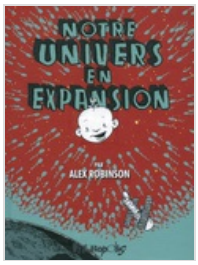
On fait parfois des vagues

Dudek, Arnaud

Edité par A. Carrière. Paris - 2020

Nicolas Apasagi, 10 ans, apprend que son père n'est pas son géniteur. A 30 ans, il part à la recherche du donneur de gamètes à qui il doit la vie.

Plus d'informations...



Livre numérique

Notre univers en expansion

Robinson, Alex

Edité par Futuropolis. Paris - 2016

La vie à New York d'une bande d'amis quadragénaires Billy, Scotty et Brownie. L'arrivée d'un enfant pour deux d'entre eux suscite des interrogations existentielles. Brownie, quant à lui, supporte difficilement son célibat. La découverte de la vie adultère de Scotty provoque des tensions au sein du groupe. Un récit sur la vie de couple, l'amitié, le célibat et la paternité.

Plus d'informations...



Livre numérique

L'Art d'être des parents séparés

Benzohra, Nour-Eddine

Edité par Albin Michel. Paris - 2017

Le pédiatre, psychiatre et thérapeute familial, et la journaliste donnent des conseils pour accompagner les enfants vivant dans des familles monoparentales, recomposées, ou entre deux parents séparés. Ils soulignent les difficultés rencontrées par les enfants dans leur développement et leur épanouissement et apportent des réponses aux questions que peuvent se poser les parents. ©Electre 2017

Plus d'informations...



Livre numérique

Séparons-nous... mais protégeons nos enfants

Clerget, Stéphane

Edité par Albin Michel. Paris - 2004

Tour d'horizon de tous les problèmes qui peuvent se poser à l'ensemble de la famille. Guide psychologique du divorce qui répond à toutes les questions des parents soucieux de protéger l'enfant.

Plus d'informations...



Livre numérique

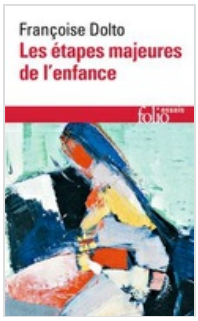
J'aide mon enfant à avoir confiance en lui

Antier, Edwige

Edité par R. Laffont. Paris - 2017

Des conseils pratiques, des stratégies et des exemples concrets pour renforcer la confiance en soi de l'enfant.

Plus d'informations...



Livre numérique

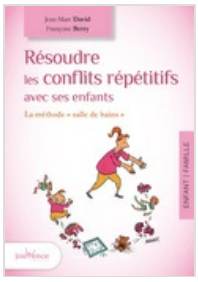
Les étapes majeures de l'enfance

Dolto, Françoise

Edité par Gallimard. Paris - 2014

Le sevrage, la motricité, la propreté, les relations avec les autres sont les épreuves mêmes sur lesquelles l'enfant se construit à la conquête de son autonomie. Forte de son expérience de thérapeute et de sa vie familiale, Françoise Dolto nous montre dans des exemples de vie quotidienne comment les difficultés non résolues dans l'éducation provoquent la souffrance.

Plus d'informations...



Livre numérique

Résoudre les conflits répétitifs avec ses enfants

David, Jean-Marc

Edité par Jouvence. Genève (Suisse) - 2016

Les auteurs analysent les situations conflictuelles parents-enfants et décodent les raisons d'être de ces rituels tout en mettant en lumière la notion de bénéfice que l'enfant retire de ces moments de crispation. Pour retrouver la sérénité, ils proposent une méthode déconcertante mais durablement efficace, qui consiste à déstabiliser l'enfant en ne lui fournissant par la réponse qu'il attend.

Plus d'informations...



Livre numérique

Écoutez-moi grandir

Marinopoulos, Sophie

Edité par Les Liens qui libèrent. Paris - 2016

La psychanalyste, spécialiste de l'enfance et de la famille, décrit les expériences sensorielles et psychologiques du bébé, de sa conception jusqu'à l'âge de 1 an, pour donner des éléments de compréhension aux futurs parents. ©Electre 2022

Plus d'informations...



Livre numérique

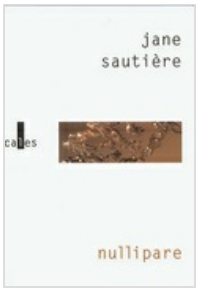
Il pleure, que dit-il ?

Dunstan, Priscilla

Edité par Lattès. Paris - 2016

A partir de l'analyse des nuances de cris du nourrisson, l'éducatrice propose un guide pour aider les parents à reconnaître les causes des pleurs de leur bébé et suggère des techniques d'apaisement. ©Electre 2019

Plus d'informations...



Livre numérique

Nullipare

Sautière, Jane

Edité par Verticales. Paris - 2009

Au cours d'une mammographie, la narratrice entend le radiologue prononcer à son égard le mot nullipare qui signifie pour une femme qu'elle n'a jamais enfanté. C'est le point de départ d'une réflexion et d'un questionnement sur le regard porté par la société sur le non enfantement.

Plus d'informations...



Livre numérique

Une tache au front

Steinberg, Sylvie

Edité par Albin Michel. Paris - 2016

Cette étude porte sur la filiation en France aux XVIe et XVIIe siècles. Elle présente la condition des bâtards à l'époque, les débats juridiques et moraux auxquels ils donnèrent lieu, la définition de la filiation selon l'Eglise au regard de sa doctrine du mariage et de sa théologie du péché ainsi que leur représentation dans la littérature. ©Electre 2020

Plus d'informations...



Livre numérique

Poupée volée

Ferrante, Elena

Edité par Gallimard. Paris - 2017

Professeure de littérature anglaise à l'université de Florence, Leda est en vacances du côté de Naples. Divorcée, elle est seule depuis le départ de ses filles, Marta et Bianca, parties rejoindre leur père au Canada. Elle se lie d'amitié avec Nina, jeune femme mariée à un homme plus âgé, et sa fille, Elena. Cela lui permet de réfléchir à ses rapports avec ses filles et à sa maternité non assumée.

Plus d'informations...



Livre numérique

La Vie parfaite

Avallone, Silvia

Edité par Liana Levi. Paris - 2019

Adele, 18 ans, habite le quartier défavorisé de Labriola. Elle est enceinte d'un enfant dont le père est en prison et qu'elle souhaite abandonner. A quelques kilomètres, dans le centre de Bologne, Dora est obsédée par son désir de maternité contrarié.

Plus d'informations...



Livre numérique

Vivre son besoin d'enfant

Izsak, Rachel

Edité par Jouvence. Genève (Suisse) - 2016

A partir de nombreux témoignages, explique la difficulté à concrétiser son désir d'enfant lorsque la stérilité du couple, la pression du temps ou l'activité professionnelle interviennent.

Plus d'informations...



Livre numérique

Pères et fils

Cunnell, Howard

Edité par Buchet Chastel. Paris - 2019

Récit autofictionnel retraçant les souvenirs d'enfance de l'auteur. Souffrant de l'absence récurrente de son père, il manifeste son vide affectif par une mise en danger permanente. Puis l'amour paternel vient remplir les vides et les blessures. Jay, fille adoptive du narrateur, devient transgenre. La chronique de ce changement illustre les enjeux de la masculinité contemporaine et de la paternité.

Plus d'informations...



Livre numérique

Comment devenir le père idéal ?

Simsion, Graeme

Edité par NIL. Paris - 2015

La suite des aventures de Don, un scientifique hors norme atteint du syndrome d'Asperger. Il a épousé Rosie, qui est enceinte. Bien décidé à affronter ce nouveau défi de la paternité, il devient expert en obstétrique. Mais ce n'est pas vraiment ce que Rosie attend de lui, et les conseils de leurs amis ne font qu'empirer la situation.

Plus d'informations...



Livre numérique

Pourquoi les pères travaillent-ils trop ?

Giampino, Sylviane

Edité par ALBIN MICHEL - 2019

Les relations des pères avec leurs enfants ont changé mais ils hésitent à transformer leur rapport avec le travail et la maison. A la charge mentale des femmes répond toujours en écho la passion professionnelle des hommes. Si bien que les femmes saturent, les couples se fragilisent et les enfants grandissent dans un climat de pression et d’incertitude. Pourquoi le consensus sur l’égalité semble-t-il se dissoudre dans le quotidien des familles ? Comment relever ce défi dans un monde où les repères du masculin et du féminin vacillent, entre persistance des stéréotypes et tentation de l’ind...

Plus d'informations...



Livre numérique

Kaddish pour l'enfant qui ne naîtra pas

Kertész, Imre

Edité par Actes Sud. Arles (Bouches-du-Rhône) - 2013

Un monologue intérieur où s'exprime un refus de la paternité comme conséquence de l'Holocauste. Récit publié à l'occasion du cinquantième anniversaire de la libération du camp d'Auschwitz. L'auteur a reçu le prix Nobel de littérature 2002.

Plus d'informations...