

Ressources café-infos du 31/05/22

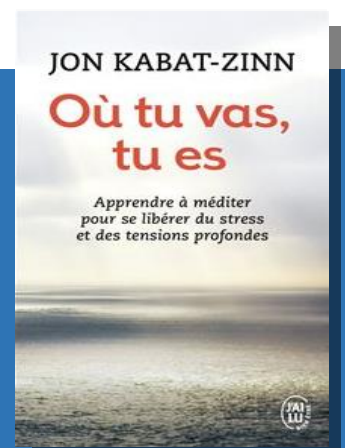
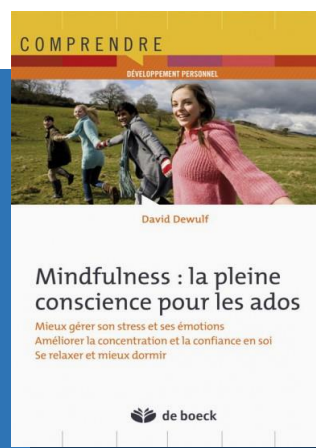
« Pleine conscience et Adolescence »

MAGAZINES :

- Cerveau & Psycho, « Les pouvoirs de la Méditation », Numéro Collector, Mars-Avril 2021
- Psychologies, « Pacifier nos émotions pour en faire une force », n°432, Avril 2022
- Psychologies, « La thérapie, mode d'emploi », Hors-Série n°68H, Mars-Avril 2022

LIVRES TOUT PUBLIC :

- *Méditer jour après jour*, Christophe André, Editions l'Iconoclaste
- *Les 23 grandes notions de la psychologie du développement*, 3ème édition, de Elisabeth Demon et Céline Clément, Editions Dunod
- *Mindfulness : la pleine conscience pour les ados*, David Dewulf, Editions De Boeck
- *Méditer : 108 leçons de pleine conscience*, Jon Kabat Zinn, Editions Arenes
- *Où tu vas, tu es*, Jon Kabat Zinn, Editions J'ai lu
- *Petit Décodeur Illustré de l'Ado en Crise*, de Anne-Claire Kleindienst et Lynda Corazza, Editions Mango
- *Pour des ados motivés, Les apports de la psychologie positive*, Charles Martin-Krumm, Ilona Boniwell, Editions Odile Jacob
- *Méditer pour les nuls*, Fabrice Midal, Editions First
- *L'art de la méditation*, Matthieu Ricard, Editions Nil
- *Méditer pour ne plus stresser*, Mark Williams, Danny Penman, Editions Odile Jacob
- *Méditer pour ne plus déprimer*, Mark Williams, John Teasdale, Zindel Segal, Jon Kabat-Zinn, Editions Odile Jacob



ARTICLES :

- « Mindfulness-Based Interventions for Youth with Anxiety : A Systematic Review and Meta-Analysis » de Debra S. Borquist-Conlon, Brandy R. Maynard, Kristen Esposito Brendel et Anne S. J. Farina dans *Research on Social Work Practice*, Vol 29, n°2, 2019
- « Développement personnel : Faire du neuf avec du vieux » de Guy Missoum dans « Le Journal des Psychologue » n°397, 2022, pp. 73-77
- « The effectiveness of a school-based mindfulness intervention (Adomind) on adolescents' depressive symptoms : a pilot study » de Anne Theurel, Fanny Gimbert et Edouard Gentaz dans *L'Année psychologique*, Vol. 120, 2020, pp. 233-247

YOUTUBE :

- « Séance de Méditation : en pleine conscience - Conférence Ralentir » (<https://youtu.be/nmCnKWMedAM>)
par **France Inter** — chaîne Youtube de la station de radio généraliste nationale publique française du groupe Radio France, vidéo avec Christophe André.
- « Christophe André : "La méditation est un détour par soi-même" » (https://youtu.be/Tv-GL_9NseM)
par **France Inter** — chaîne Youtube de la station de radio généraliste publique du groupe Radio France, vidéo avec Christophe André.
- « Méditation, la grande énigme du cerveau » (<https://youtu.be/BzDQx4yo1ik>)
par **Fréquence Médicale** — chaîne Youtube d'un journal de santé quotidien destiné au corps médical, vidéo avec Matthieu Ricard.