



TITRE : L'enfant et l'adolescent anxieux
Les aider à s'épanouir

J20

Auteur : Dr Dominique Servant

Éditeur : Odile Jacob

Pages : 327

ISBN : 2-7381-1667-1

Année : 2005

Résumé / Verso :

Peur des monstres, des chiens, de quitter ses parents, de passer au tableau, de ne pas être à la hauteur : tous les enfants et adolescents ont des peurs, des manies et des angoisses qui évoluent avec l'âge et la découverte progressive du monde extérieur.

L'école, le divorce des parents, la maladie ou le décès d'un proche peuvent être des sources d'inquiétude. On ne sait pas toujours quoi dire et quoi faire, on se demande parfois si notre enfant n'est pas excessivement anxieux, si ce n'est pas un peu de notre faute, si cela finira par passer.

Comment l'apaiser et le rassurer ? Comment l'aider à surmonter les difficultés de la vie et lui donner confiance ? Comment reconnaître les craintes normales et les autres ? Faut-il consulter ?

Dominique Servant nous donne des conseils simples et efficaces pour aider notre enfant ou notre adolescent anxieux à ne plus souffrir de son anxiété, et à grandir heureux.