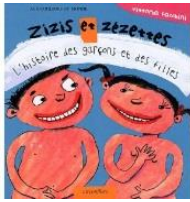
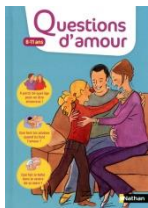


Sexualité pré-ado et ado



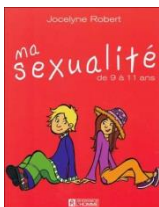
« Zizis et zézettes », Vittoria Facchini, Editions Circonflexe, 2011, dès 8 ans

Ce livre explique aux enfants les différences entre filles et garçons, traitant des différences sociales sans pour autant aller dans les stéréotypes et en insistant sur les différences physiques. La relation amoureuse est également abordée, depuis les mots doux aux comportements que l'on adopte envers l'autre en passant par les relations sexuelles, jusqu'à la conception et à la grossesse. Humoristique et sérieux à la fois.



« Questions d'amour 8-11 ans », Virginie Dumont et Serge Montagnat, Editions Nathan, 2012, dès 8 ans

Qu'est-ce qu'une échographie ? Les règles, c'est quoi ? Ça fait mal, la puberté ? Tout le monde peut-il avoir un enfant ? Les parents peuvent-ils choisir le sexe de leur bébé ? Un accouchement, c'est douloureux ? En 100 questions, cet ouvrage répond aux préoccupations et aux attentes des 8-11 ans. Pour comprendre les histoires d'amour des adultes, le déroulement de la grossesse, découvrir son corps, se rassurer sur les changements qui s'annoncent...



« Ma sexualité 9-12 ans », Jocelyne Robert, Editions de l'Homme, 2003, 9-11 ans

Cet ouvrage propose aux filles et aux garçons une réflexion sur le besoin de se sentir belle et beau, sur le goût de se rapprocher de l'autre, sur les phénomènes liés à la puberté et sur bien d'autres sujets encore. Au moyen de textes amusants et d'exercices ludiques, les jeunes sont conviés à comprendre ce qui se passe en eux, à s'approprier ce corps qui change et ainsi à mieux se connaître. Les parents trouveront également dans ce livre, ainsi que dans les ouvrages 0-6 ans et 6-9 ans, des pistes simples permettant d'établir avec leur enfant un dialogue franc sur les questions relatives à son développement psychosexuel.



« Bientôt la puberté », Véronique Corgibet, Editions de la Martinière Jeunesse 2016, 9- 12 ans

Quand et comment cela se passera-t-il ? Quelles transformations vont s'opérer et comment vivre ces grands bouleversements au jour le jour ?... Avec franchise et bonne humeur, cet ouvrage répond à toutes les petites et grandes questions qui se posent à la préadolescente.

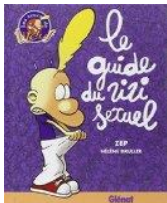
Entre secrets et confidences, il aborde sans tabou tous les aspects de la question : comment apprivoiser les règles, tout sur les poils, envie d'intimité, (presque) tout sur l'amour, schémas des organes génitaux, le vrai/faux de l'alimentation, etc.



« Parle-moi d'amour, 9-11 ans », Nadine Mouchet, Editions Nouvel Angle, 2010, 9-11 ans

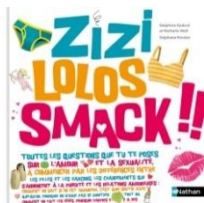
La collection « Parle-moi d'amour » suit les enfants à chaque âge à travers leurs grandes questions sur la vie. Ce troisième tome est le fruit d'une collaboration entre une journaliste auteure de documentaires pour enfants, et une psychologue. Il s'organise autour de 4 chapitres : Garçon ou fille, Toi et les autres, Oh l'amour, La sexualité et la reproduction. L'annexe comprend quelques articles de prévention (rappel de la loi et des interdits).

Ce livre donne des outils et des repères à l'enfant pour nourrir sa réflexion. Il le rassure dans une période de sa vie, l'approche de la puberté et l'entrée au collège.



« Le guide du Zizi sexuel », Zep & Hélène BrullerLieu , Editions Glénat, 2012, 9-12 ans

C'est quoi être amoureux ? Comment c'est, un garçon ? Comment on embrasse sur la bouche ? Comment c'est, une fille ? C'est quoi faire l'amour ? Comment naissent les bébés ? Le Guide du zizi sexuel répond à toutes les questions que se posent les 9-13 ans sur la découverte de l'amour et du sexe. Si ce guide est avant tout destiné aux préados, il s'adresse aussi aux parents puisqu'il est une passerelle entre les interrogations des enfants et les réponses que cherchent les parents. En plein âge de curiosité, ayant soif de connaissance, ils trouveront dans ce guide pratique, grâce aux dessins de Zep et aux textes d'Hélène Bruller, les conseils et les informations utiles pour comprendre les mystères de la vie. Avec les mots du quotidien Le guide du zizi sexuel crée le dialogue, pose toutes les questions, donne les bonnes réponses.



« Zizi, lolos, smacks », Nathalie Weil, Delphine Godard, Editions Nathan, 2013, 9- 13 ans

Comment c'est fait, une fille ; et un garçon ? Qu'est-ce qui change à la puberté ? C'est quoi, les règles ? Pourquoi, parfois, le zizi devient dur ? Est-ce que tout le monde a des boutons ? C'est quoi, faire l'amour ? Est-ce qu'on sait quand on fait un bébé ? Est-ce que l'accouchement, ça fait mal ?



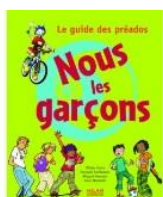
« Qu'est-ce qu'il m'arrive, version fille », Susan Meredith, Editions Usborne, 2007, 9-13 ans

Un petit livre spécial fille pour affronter sereinement tous les changements physiques et émotionnels de la puberté. Croissance physique, apparition des premières règles, développement du système pileux et des organes sexuels, achat du premier soutien-gorge, sautes d'humeur, etc. Comprend aussi quelques informations sur les changements chez les garçons. Écrit simplement et clairement, avec plein de conseils et des schémas explicatifs.



« Qu'est-ce qu'il m'arrive, version garçon », Alex Frith, Editions Usborne, 2007, 9- 13 ans

Un petit livre spécial garçon pour affronter sereinement tous les changements physiques et émotionnels de la puberté. Croissance physique, mue de la voix, poussée des poils et des boutons, sautes d'humeur, développement des organes sexuels, érection, etc. Comprend aussi quelques informations sur les changements chez les filles. Écrit simplement et clairement, avec plein de conseils et des schémas explicatifs.



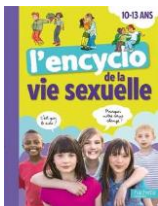
« Nous les garçons : le guide des préados », Olivier Unote, Editions Milan Jeunesse, 2006, 9 -15 ans

Ce guide permet des réflexions, donne des conseils utiles et propose pour chaque sujet un jeu de questions-réponses pour apprendre à mieux se connaître. Il est formé de 7 chapitres qui abordent tous les sujets concernant les préados : Le corps, la puberté, La découverte et l'affirmation de sa personnalité, L'amitié, L'amour, L'école, La famille, Les passions, les passe-temps, les intérêts. Guide très fourni en textes et illustrations, peut-être un peu chargé pour les préados qui n'aiment pas la lecture.



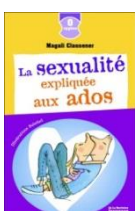
« Moi, moi, moi, pour tout savoir sur la puberté », Louise Spilsbury, Editions Milan jeunesse, 2015, dès 10 ans

Livre très agréable à lire, concret et facile à comprendre. Les sujets sont abordés avec clarté et vont tout de suite à l'essentiel. Infos sur les transformations pubertaires garçon et fille, sur la sexualité (relation sexuelle, contraception, IST, abus), sur les émotions à l'adolescence, sur la relation aux parents, aux amis, sur l'amour et sur la santé du corps. Les chapitres sont agrémentés de nombreuses illustrations, de petits encadrés pour les conseils, de témoignages de jeunes et de tests.



« Encyclo de la vie sexuelle 10-13 ans », Dr. J. Kahn-Nathan, Editions Hachette jeunesse, 2014, dès 10 ans

Cet ouvrage répond à toutes les questions que l'on se pose entre 10 et 13 ans. Il est illustré clairement dans un style tendre et humoristique. Rédigé par 4 spécialistes, il a pour but de faciliter le dialogue entre les adultes et les enfants sur le délicat sujet de la sexualité.



« La sexualité expliquée aux ados », Magali Clausener-Petit, Editions de la Martinière, 2009, série Oxygène, dès 10 ans

Vous vous posez des questions. Ne le niez pas, on le sait ! Plein de choses vous tracassent : votre corps qui change, les petits soucis qui en découlent... Ce livre est un manuel d'éducation sexuelle, vous y trouverez des infos techniques, mais aussi une réflexion, une analyse sur ces questions que vous vous posez.



« C'est ta vie ! L'encyclopédie qui parle d'amitié, d'amour et de sexe aux enfants », Thierry Lenain, Oskar éditeur, 2013, dès 10 ans

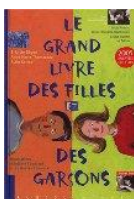
C'EST TA VIE! parle de sexualité, de bébé, d'amour, de rencontre et par-là même de différence, de respect et de tolérance. Le livre compte 5 chapitres (les liens, les contacts, les interdits, les corps, le bébé). L'auteur souhaite montrer aux jeunes que la normalité humaine est diverse et plurielle et que c'est une réelle chance.



« Le livre qui te dit enfin tout sur les filles et les garçons », Françoise Boucher, Editions Nathan, 2014, dès 12 ans

Dans son style caractéristique et inimitable, Françoise Boucher s'attaque au grand sujet de la relation filles/garçons et de l'égalité des sexes.

Qui sont vraiment les filles et les garçons ? Quels sont leurs points communs, leurs différences ? Comment peuvent-ils vivre ensemble le plus harmonieusement possible ? Elle dézingue au passage bon nombre d'idées reçues et de préjugés sexistes pour aboutir à cette conclusion : peu importe que l'on soit une fille ou un garçon, l'enjeu est de vivre libre et heureux ensemble.



« Le grand livre des filles et des garçons », Anne-Marie Thomazeau, Editions Rue du Monde 2007, dès 12 ans

Voici un grand voyage autour de la planète filles/garçons : découverte de soi, de son corps, de celui de l'autre, de l'amour ; mais aussi des idées toutes faites qui remplissent nos têtes... On rencontre dans ce livre des femmes de l'autre bout du monde, des femmes qui veulent pouvoir faire de la mécanique si elles en ont envie et celles qui ont marqué la longue histoire des relations entre les femmes et Les hommes. 150 photos et dessins, des témoignages, un album pour mieux s'aimer, se connaître, se respecter et faire bouger ensemble les vieilles habitudes, bleues pour les garçons et roses pour les filles.



« Est-ce que ça arrive à tout le monde ? », Jan von Holleben, Antje Helms ,Editions Syros, 2014, 12-15 ans

Ton corps change, de nouveaux sentiments te chamboulent et tu te poses d'innombrables questions dont tu n'oses pas forcément parler ou auxquelles personne ne te donne de vraies réponses ? Alors ce livre est pour toi, car tu y apprendras tout sur la transformation des filles et des garçons, sur l'amour, les baisers, la sexualité, et bien d'autres choses fascinantes. Trente jeunes, à travers le regard artistique d'un photographe, nous montrent quelle incroyable aventure peut être l'adolescence ! Un documentaire extrêmement original qui aborde sans tabou toutes les questions qui taraudent les jeunes. Des explications décomplexées, des photographies pleines de fantaisie et de bonne humeur, des réponses très concrètes, de l'humour et beaucoup de respect.



« Ado blues », Michel Piquemal, Editions de la Martinière jeunesse, 2014, 12-15 ans

Entre les fous rires avec les copains, un corps qui se transforme, la vie à l'école, l'apprentissage de l'indépendance, les injustices de la vie et du monde, les interrogations sur l'avenir, c'est pas toujours simple d'être un adolescent. On doute de tout, de soi, des autres, des parents. Rien de plus normal, car c'est l'âge où tout change en soi et autour de soi.



« Paroles pour adolescents », Françoise Dolto, Editions Gallimard jeunesse, 2007, 12-15 ans

Des adolescents, Françoise Dolto disait qu'ils sont comme le homard pendant la mue, sans carapace, confronté à tous les dangers et à la nécessité d'en « suinter » une autre. Ce livre s'adresse d'abord à vous, les adolescents (à vous, les homards). Mais il est à mettre entre toutes les mains, à laisser traîner dans la maison pour que les enfants, les parents, tous les jeunes et tous les adultes le lisent avec profit. Paroles pour adolescents donne des idées pour sortir des situations difficiles, parle des choses trop souvent tuées ou mal abordées dans la vie de tous les jours : l'amitié, l'amour, la sexualité, la violence, la drogue, la honte, les parents et les adultes. Il signale les pièges et donne des forces pour faire des choix, pour prendre ces risques qui amènent à être responsable et autonome. Il aide aussi les parents à se détacher de leurs enfants avec moins de souffrance et plus de respect.



« Comment plaire aux filles et surtout à l'une d'entre elles », Stéphane Clerget, Editions Limonade, 2014, 12-15 ans

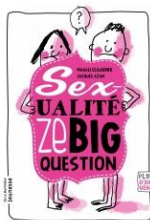
Si tu as peur d'aborder une fille. Si les filles ne s'intéressent pas à toi. Si tu accumules les râteaux. Si tu plais à des filles mais pas à la bonne. Si tu es amoureux mais ne sais pas comment te déclarer. Si tu aimerais leur plaire davantage encore. Ce livre est pour toi. Plaire aux filles ou à l'une d'entre elles cela s'apprend. Voici des conseils pratiques et des réflexions qui peuvent transformer ton destin amoureux. Après l'avoir lu, tu ne seras plus le même !



« Comment plaire aux garçons et surtout à l'un d'entre eux », Stéphane Clerget, Editions Limonade, 2014, 12-15 ans

Certaines filles ont tous les garçons à leurs pieds sauf celui qu'elle désire. Et d'autres ont l'impression d'être transparentes aux yeux de tous les garçons sauf de l'un d'eux qui ne leur plaît pas. Voici un guide qui va te livrer les secrets de ce qui attire véritablement les garçons et de ce qui les attache

solidement à une fille. Lis-le attentivement, il va exalter ta confiance en toi, tes capacités de séduction et peut-être transformer ta destinée amoureuse.



« Sexualité the big question, question intimes rien que pour les filles », Jacques Azam, Magali Clausener, Editions De la Martinière jeunesse, 2014, 12-15 ans

11 ans... et de nombreuses questions qui commencent à tourmenter les filles comme les garçons ! Nouvelles sensations, nouveaux désirs, nouveaux maux aussi, et un corps de garçon ou de fille qui change... Les parents sont parfois embarrassés pour aborder les sujets et ne sont pas toujours les meilleurs interlocuteurs. Ce guide, conçu comme un documentaire, se veut descriptif et plein d'humour. Il pose les questions simplement et y répond avec justesse.



« Différent ? et alors !! », Florence Lotthé-Glaser, Editions Bayard Jeunesse, 2009, 12-18 ans

Une collection pour accompagner les ados, les aider à réfléchir sur eux-mêmes, s'ouvrir aux autres et comprendre le monde. Thèmes abordés : Les races : on a tout faux ! La puberté : un autre monde, Mon caractère : c'est tout moi ! Chacun ses différences, Les questions des filles et des garçons, Que d'inégalités sur la planète, S'accepter différent(e), Le colonage : du pareil au même ? Le racisme : au secours ! Différents = attirant.



« Que se passe-t-il dans mon corps : tout savoir sur le cycle menstruel, les règles et la fertilité », Elisabeth Raith-Paula, Editions Favre 2015, 12-18 ans

Le corps de la femme est le théâtre d'un spectacle fascinant qui commence avec la puberté. Un impressionnant « CycloShow » s'y joue chaque mois, durant lequel de nombreux « acteurs » se donnent la réplique dans un décor qui évolue au fil de la puberté et du cycle menstruel. Il n'est pas toujours simple pour les jeunes filles de comprendre ce qui se joue dans le secret de leur intimité, d'accepter ces changements et de les mettre en lien avec les émotions et les malaises qui émaillent parfois l'adolescence"



« Le petit livre de la sexualité écrit par des filles pour des filles », Editions Milan jeunesse, 2008, dès 14 ans.

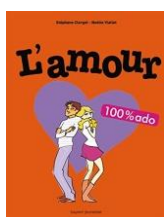
Un guide de la sexualité sans danger destiné à toutes les jeunes filles en âge de se poser des questions, écrit dans une langue simple, honnête et directe par un groupe de 10 ados de 14 à 18 ans.

Leur objectif : encourager toutes les filles à s'informer sur leur corps, leurs relations aux autres et leur sexualité. Pour aborder des sujets aussi intimes, elles ont choisi de croiser plusieurs moyens d'expression : récits, témoignages, poèmes, dessins, citations enrichissent l'ouvrage et le rendent d'autant plus authentique. Elles ont aussi interviewé des experts pour obtenir des réponses solides. Toutes les informations ont été vérifiées avec soin par des professionnels de santé. En voici le sommaire : les relations avec les autres, les règles, le sexe, le contrôle des naissances, la grossesse, le viol, l'avortement, le sida, les MST...



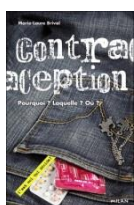
« Le petit livre de la sexualité écrit par des garçons pour des garçons », Editions Milan Jeunesse, 2009, dès 14 ans

Enfin un livre dans lequel les garçons parlent librement de sexe, des relations amoureuses et de ce que signifie pour eux être un homme. Les voix qui s'expriment ici sont exclusivement celles d'adolescents. A travers le témoignage de leurs expériences personnelles, accompagné de poèmes et de dessins, ils évoquent et partagent toutes les questions qu'ils se posent. Pour obtenir des réponses solides sur les relations sexuelles, les IST, le sida ou la contraception, ils ont aussi interviewé des spécialistes de la santé. Le résultat : un livre sans tabou, plein d'informations essentielles pour aider les jeunes d'aujourd'hui à prendre les bonnes décisions quand il s'agit de leur sexualité.



« L'amour 100% ado », Stéphane Clerget, Noëlie Viallet, Bayard jeunesse, 2010, dès 14 ans

Aimer qu'est-ce que cela veut dire? Pourquoi montre-t-on plus qu'on s'aime dans certaines familles que dans d'autres? Pourquoi l'amour rend-il si timide? Comment faire pour « sortir » avec quelqu'un? Pourquoi la sexualité fait-elle envie et peur à la fois? Autant de questions parmi d'autres que vous, adolescents, vous posez et auxquelles Noëlie Viallet et Stéphane Clerget offrent des réponses et des pistes de réflexion. Grâce à leurs conseils, ce livre vous permettra de mieux comprendre le grand mystère qu'est l'amour et les bouleversements qu'il provoque en chacun de nous.



« Contraception. Pourquoi ? Laquelle ? Où ? », Marie-Laure Brival, Editions Milan, 2010, dès 15 ans

Livre d'information sur tous les moyens contraceptifs. Les informations sur la contraception, le planning familial, sur le test de grossesse, sur le gynécologue, etc. sont transmises à travers l'histoire de Nina, de Sarah et de leur bande de copains. Le jeune lecteur peut ainsi mieux comprendre les enjeux des relations amoureuses et sexuelles et surtout s'identifier aux personnages dont le vécu correspond très bien aux réalités de notre époque.



« Doc, j'ai une love Life ! », Christian Spitz, Editions Jouvence, 2014, 15-18 ans

« C'est bien moi et plus tout à fait moi. Physiquement et moralement, c'est le grand chambardement. » Dans ce carnet que tu es le seul autorisé à compléter, tu trouveras des réponses aux nombreuses questions que tu te poses. Les transformations que tu connais depuis ton entrée dans l'adolescence trouveront ici toutes les explications. Elles te seront utiles pour mieux te connaître. Quiz, tableaux, citations et illustrations t'aideront à faire le point sur tes connaissances et à aborder avec sérénité cette période essentielle de ta vie.



« Nos ados.com en images, comment les soigner », Xavier Pommerau, Editions Odile Jacob, 2011, adulte

« Je les appelle les "ados.com", parce que ce sont les enfants de la com'. Ils savent se mettre en valeur. Ils sont très à l'aise en apparence, branchés en permanence via leur portable ou sur Facebook. Le problème avec eux, c'est qu'ils ne nous parlent pas de leurs états d'âme, ils les donnent à voir. Filles et garçons fument, boivent, s'affichent de plus en plus tôt, quitte à s'exposer à tous les dangers... Si nous voulons réellement communiquer avec eux et les aider à grandir, nous devons absolument en tenir compte.

Dans ce livre, je retrace par quels chemins j'ai suivi leurs évolutions pour interpréter ce qu'ils nous montrent. J'invite le lecteur à découvrir cette approche novatrice qui mise sur les ressources vives des ados.com. Parents, éducateurs et soignants y trouveront des pistes nouvelles leur permettant de restaurer échanges et dialogues avec les jeunes qu'ils ont en charge. »



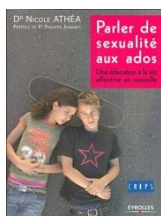
« Votre ado », Marcel Rufo, Editions Marabout, 2013, adulte

Ses copains, sa sexualité, ses rapports familiaux, ou encore sa psychologie, sa santé ses études... Cet ouvrage vous apportera des explications claires qui vous guideront pour décoder et comprendre les réactions parfois déroutantes ou excessives, mais toujours fortes de sens, de votre ado. Vous pourrez ainsi adopter la bonne attitude, entre écoute et autorité, pour créer un climat de dialogue avec votre ado, clé d'une adolescence réussie.



« Parents d'adolescents : une crise peut en cacher une autre », Nio Rizzo, Editions Médecine et Hygiène, 2014, adulte

Etre parent d'un adolescent ! Programme ambitieux, que la littérature dans sa grande injustice a tout simplement oublié. C'est pourquoi cet ouvrage a pour originalité de se focaliser sur les personnages les moins médiatiques de la saga familiale: les parents. Car à la crise bien identifiée d'un adolescent coïncide souvent celle de sa mère, de son père ou des deux qui se retrouvent, eux, dans le « milieu de leur vie ». Au moment où leur enfant entre, avec plus ou moins de facilité, dans la vraie vie, les parents ne peuvent que se retourner sur la leur, tandis que se profile, au bout d'un chemin pourtant loin d'être entièrement parcouru, le déclin. Une autre crise existentielle peut alors apparaître, miroir de la crise d'adolescent : celle d'une ou d'un autre qui revient sur sa propre histoire, mais aussi sur des rêves oubliés ou refoulés qu'il est, peut-être, encore temps de réaliser...



« Parler d'amour et de sexualité aux ados, une éducation à la vie affective et sexuelle », Dr Nicole Athéa, Editions Eyrolles, 2006, adulte

Les adolescents vivent aujourd'hui dans une société sursaturée de sexe. S'identifiant aux modèles mis en avant par l'industrie pornographique ils se focalisent sur le « comment faire l'amour » en oubliant le « pourquoi on le fait ». Or la sexualité implique toute la personne et il est essentiel, pour bien grandir, d'investir affectivement ses relations sexuelles. Ici se situent les enjeux de la prévention auprès des adolescents. Comment les accompagner dans leur maturité sexuelle et affective ? Il ne s'agit pas seulement de les informer sur les moyens de contraception ou les modes de transmission des IST, mais de parler de leurs peurs, de leurs désirs, de leur besoin de se sentir normaux, de leur transmettre des valeurs comme le respect de l'autre ou l'amour...

Ce livre s'adresse aux parents et à tous les professionnels engagés dans la prise en charge des adolescents. Il apporte des éléments théoriques pour comprendre l'entrée dans la sexualité aujourd'hui et des outils pour aborder avec les adolescents la puberté, la contraception, l'engagement du corps dans la sexualité, l'homosexualité, la maternité, la paternité, la parentalité...



« Pour nos ados, soyons adultes », Jeanmet, Editions Odile Jacob, 20010, adulte

C'est toujours un peu soi-même qu'on aime dans son enfant et ce sont souvent ses propres besoins affectifs qu'on cherche à combler par cet amour. À l'adolescence, plus que jamais, cet amour doit être tempéré par la compréhension des vrais besoins de son enfant pour se développer et épanouir ses potentialités. Pour vivre, les adolescents ont besoin que les adultes sachent tenir leur place et imposer, comme nécessaires et naturels, leur soutien, leur accompagnement, leur autorité. Plus que tout, ils ont besoin que ces mêmes adultes témoignent, par leur existence, de l'intérêt que la vie a en

elle-même, indépendamment des échecs, des souffrances, des déceptions inévitables. Philippe Jeammet, l'un des plus grands spécialistes français de l'adolescence, nous livre ici un témoignage unique pour les adolescents, les parents, pour nous tous.