

- **Le Burn-out parental, L'éviter et s'en sortir** - Moïra Mikolajczak, Isabelle Roskam, novembre 2020
- **Le burn-out parental, Comprendre, diagnostiquer et prendre en charge** - Isabelle Roskam (Auteur) Moïra Mikolajczak Liliane Holstein, 2018
- **La Fatigue émotionnelle et physique des mères**, Violaine Guéritault, janvier 2008
- **Mère épuisée**, Stéphanie Allenou, 2012

Pour les parents d'enfants :

- Entre parent et enfant**, Dr GINOTT Haïm, l'Atelier des Parents, 2013
- Grandir avec ses enfants**, PRIEUR Nicole, L'atelier des Parents (2014)
- Le cerveau de votre enfant**, SIEGEL Daniel, PAYNE BRYSON Tina, Les arènes (2015)
- La discipline sans drame**, SIEGEL Daniel, PAYNE BRYSON Tina, Les arènes (2016)
- La force de l'optimisme : apprendre à faire confiance à la vie**, Martin SELIGMAN (2012)

Pour les parents d'ados :

- Entre parent et adolescent**, Dr GINOTT Haïm, l'Atelier des Parents, 2015
- Grandir avec ses enfants**, PRIEUR Nicole, L'atelier des Parents (2014)
- Mon ado me rend fou**, BRADLEY Michael, Marabout (2002)
- Le cerveau adolescent**, JENSEN Francis, ELLIS NUTT A. (2016)

Ressources Internet et applications

<https://www.burnoutparental.com/le-burnout-parental>

Application DrMood Parents

Pour les enfants :

Mon amour, DESBORDES Astrid, MARTIN Pauline, Albin Michel Jeunesse

Marcel et le nuage, BROWNE Anthony, l'école des loisirs

Parfois je me sens, BROWNE Anthony, l'école des loisirs Billy se bille, BROWNE Anthony, l'école des loisirs

Rouge comme une tomate et autres émotions naturelles, FREYMANN Saxton, ELFFERS Joost, Mila éditions

Le conte chaud et doux des chaudoudoux, STEINER Claude, InterEditions



La bienveillance au cœur de vos relations