

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Airenti, A. (2017). Pragmatic development. Dans L. Cummings (dir.). *Research in clinical pragmatics* (p. 3-28). Springer.
- AlloProf. (2019a, 6 février). *Le développement de l'enfant: comment établir une communication efficace avec votre enfant?* <https://www.alloprofparents.ca/articles/le-developpement-de-lenfant/7-cles-communication/>
- AlloProf. (2019b, 2 août). *Le quotidien familial: les bienfaits des saines habitudes de vie sur la réussite scolaire.* <https://www.alloprofparents.ca/articles/le-quotidien-familial/saines-habitudes-reussite-educative/>
- AlloProf. (2017, 20 novembre). *Le développement de l'enfant : comment aider l'enfant influençable.* <https://www.alloprofparents.ca/articles/le-developpement-de-lenfant/enfant-influencable-comment-aider/>
- AlloProf. (s.d.). *Actif ou hyperactif : Stratégies pour aider son enfant à s'apaiser.* <https://www.alloprof.qc.ca/fr/parents/articles/difficultes-ecole/sapaiser-enfant-actif-hyperactif-k1297>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5<sup>e</sup> ed.). APA.
- Anderson, W. T. (2016). Mindful music listening instruction increases listening sensitivity and enjoyment. *Update: Applications of Research in Music Education*, 34(3), 48-55.
- Apprendre à éduquer. (2015, 23 juin). *Qu'est-ce qu'une qualité?* <https://apprendreaeducer.fr/un-exercice-pour-que-les-enfants-reprennent-confiance-en-eux-les-aider-a-reconnaitre-leurs-qualites/>
- Arch, J. J. et Craske, M. G. (2006). Mechanisms of mindfulness: Emotion regulation following a focused breathing induction. *Behaviour research and therapy*, 44(12), 1849-1858.
- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical psychology: Science and practice*, 10(2), 125-143.
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond* (2<sup>e</sup> ed.). Guilford Press.
- Berghella, N. (2011). *Jouons avec nos émotions.* Éditions Midi-Trente.
- Bernardi, L., Porta, C., et Sleight, P. (2006). Cardiovascular, cerebrovascular, and respiratory changes induced by different types of music in musicians and non-musicians: the importance of silence. *Heart (British Cardiac Society)*, 92(4), 445-452.

- Bernier, A., Larose, S., et Boivin, M. (1998). L'organisation cognitive du système d'attachement et la prédiction des perceptions et des comportements de soutien social à l'adolescence. *Revue canadienne des sciences du comportement*, 30(2), 141-145.
- Bosquet, M. et Egeland, B. (2006). The development and maintenance of anxiety symptoms from infancy through adolescence in a longitudinal sample. *Development and Psychopathology*, 18(2), 517-550.
- Burdick, D. (2014). *Mindfulness skills for kids & teens: A workbook for clinicians & clients with 154 tools, techniques, activities & worksheets*. PESI Publishing & Media.
- Cabecinha-Alati, S., O'Hara, G., Kennedy, H. et Montreuil, T. (2019). Parental Emotion Socialization and Adult Outcomes: The Relationships Between Parental Supportiveness, Emotion Regulation, and Trait Anxiety, *Journal of Adult Development*, 1-13.
- Cala Zonzon, P. (2018). *Comment gérer les conflits entre élèves ? (Gestion du climat scolaire)* [Mémoire de maîtrise, Aix-Marseille Université]. HAL archives-ouvertes. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01689425/document>
- Calkins, S. D., et Howse, R. B. (2004). Individual differences in self-regulation: Implications for childhood adjustment. Dans P. Philippot et R. S. Feldman (dir.). *The regulation of emotion* (p. 307-332). Laurence Erlbaum Associates Publishers.
- Cassady, J. C. (2010). Test Anxiety — Contemporary Theories and Implications of Learning. Dans J. C. Cassady (dir.) *Anxiety in schools — The causes, consequences, and solutions for academic anxiety* (p. 5-26). Peter Lang.
- Centre collégial de matériel didactique. (s.d.). *Apprentissage coopératif : Qu'est-ce que l'apprentissage coopératif?* <http://aide.ccdmd.qc.ca/oas/fr/node/107>
- Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale et ses partenaires (2019). *Programme HORS-PISTE - Expédition. Guide d'intervention*. Sherbrooke: Université de Sherbrooke.
- Charette, J. (2012). L'intervention cognitivo-comportementale auprès d'adolescentes présentant un trouble des conduites alimentaires. Dans L. Turgeon et S. Parent (dir.), *Intervention cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents : Tome 1. Troubles intériorisés* (p. 61-86). Presses de l'Université du Québec
- Ciarrochi, J.V., Hayes, L., et Bailey, A. (2014). *Deviens maître de ta vie*. LBL Éditions.
- Collingwood, J. (2016). The power of music to reduce stress. *Psych Central*, 17.
- Commission scolaire des Samares. (2010). *Extrait du guide d'accompagnement du plan d'intervention informatisé*. [https://recit.cssamares.qc.ca/compl/IMG/pdf/Liste\\_des\\_forces.pdf](https://recit.cssamares.qc.ca/compl/IMG/pdf/Liste_des_forces.pdf)
- Conseil supérieur de l'éducation (2020, juin). *Le bien-être de l'enfant à l'école : faisons nos devoirs*, Gouvernement du Québec, <https://www.cse.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2020/06/50-0524-AV-bien-etre-enfant-2.pdf>

- Costello, E. J., Copeland, W., et Angold, A. (2011). Trends in psychopathology across the adolescent years: What changes when children become adolescents, and when adolescents become adults? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(10), 1015-1025.
- Côté, D. (1998). Acti-Jeunes : Guide développé à l'intention des élèves et du personnel scolaire. Gouvernement du Québec - Ministère de l'éducation. [http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site\\_web/documents/dpse/adaptation\\_serv\\_compl/qualite.pdf](http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/adaptation_serv_compl/qualite.pdf)
- Coughlin, C. et Hembacher, E. et Lyons, KE. et Ghetti, S. (2015) Introspection on uncertainty and judicious help-seeking during the preschool years. *Developmental science*, 18(6), 957-971.
- Coutu, S., Bouchard, C., Émard, M.-J. et Cantin, G. (2012). Le développement des compétences socioémotionnelles chez l'enfant. Dans J.-P. Lemelin, M. Provost, G.M. Tarabulsy, A. Plamondon et C. Dufresne (dir.), *Développement social et émotionnel chez l'enfant et l'adolescent, les bases du développement* (p. 137-183). Les Presses de l'Université du Québec.
- Cundiff, J. M. et Matthews, K. A. (2018). Friends with health benefits: the long-term benefits of early peer social integration for blood pressure and obesity in midlife. *Psychological science*, 29(5), 814-823.
- Dennis, T. A., Cole, P. M., Wiggins, C. N., Cohen, L. H. et Zalewski, M. (2009). The functional organization of preschool-age children's emotion expressions and actions in challenging situations. *Emotion*, 9(4), 520-530.
- De Vanssay, S. et Lozac'h, A. (2012, janvier). *L'erreur pour apprendre*. Cahiers pédagogiques. <http://www.cahiers-pedagogiques.com/No494-L-erreur-pour-apprendre>
- Diaz, F. M. (2013). Mindfulness, attention, and flow during music listening: An empirical investigation. *Psychology of Music*, 41(1), 42-58.
- Dobkin, P. L., Irving, J. A. et Amar, S. (2012). For whom may participation in a mindfulness-based stress reduction program be contraindicated?. *Mindfulness*, 3(1), 44-50.
- Dubé, J. (2009). *L'attachement, la réactivité comportementale et la genèse des manifestations anxieuses lors de la petite enfance* [thèse de doctorat, Université Laval]. Corpus. <https://corpus.ulaval.ca/jspui/handle/20.500.11794/21226>
- Dubé, M. (s.d). *Les règles de la communication : Stimulation du langage*. Éducatout. <https://www.educatout.com/activites/stimulation-langage/les-regles-de-la-communication.htm>
- Dubé, M. (s.d.). *Les étapes d'une visualisation avec les enfants*. Éducatout. <https://www.educatout.com/activites/yoga/activites/les-etapes-d-une-visualisation-avec-les-enfants.htm>
- Dubreuil, P., Forest, J. et Courcy, F. (2012). Nos forces et celles des autres: Comment en optimiser l'usage au travail? *Gestion*, 37(1), 63-73.

- Dumas, J. E. (2013). *Psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent* (4<sup>e</sup> éd.). De Boeck Supérieur.
- Dutton, G. R. (2008). The role of mindfulness in health behavior change. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 12(4), 7-12.
- Eisenberg, N. (2006). Emotion-related regulation. Dans H.E. Fitzgerald (dir.). *The crisis in youth mental health: Critical issues and effective programs*. Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.
- ÉKIP. (2018, octobre). *Demande d'aide*. Ministère de la santé et des services sociaux Québec. <https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/jeunesse/ekip/demande-d-aide/>
- Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants. (2011, décembre) *Émotions*. <http://www.enfant-encyclopedie.com/emotions/synthese>
- Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants. (2015, janvier) *Relations entre pairs*. <http://www.enfant-encyclopedie.com/relations-entre-pairs/synthese>
- Fakih, A. (2019). *L'éducation aux valeurs : un remède à la violence*. L'Harmattan.
- Families Change. (s.d.). *Guide sur la séparation et le divorce. Aider les enfants à s'adapter au changement*. <https://ab.familieschange.ca/fr/parents/aider-les-enfants-a-sadapter-au-changement>
- Fédération canadienne des services de garde à l'enfance. (2004). *Relations interpersonnelles de votre enfant*. [https://www.cccf-fcsge.ca/wp-content/uploads/RS\\_51-f.pdf](https://www.cccf-fcsge.ca/wp-content/uploads/RS_51-f.pdf)
- Feldman, S.S. et Gowen, L.K. (1998). Conflict negotiation tactics in romantic relationships in high school students. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(6), 691-717.
- Flynn, F. J. et Lake, V. K. B. (2008). If you need help, just ask: Underestimating compliance with direct requests for help. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(1), 128-143.
- Fournier, V., Pauzé, R. (2016). *Définition, facteurs de risque associés et conséquences possibles de l'anxiété généralisée (TAG) chez les adolescents* [document inédit]. Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale. Université de Sherbrooke. <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2018/02/Recension-Trouble-danxiete-generalisee-31-janvier-2018.pdf>
- Gascon, S. (2011). *Relations amoureuses, communication et gestion de conflits chez des couples adolescents hétérosexuels* [Mémoire de maîtrise, Université du Québec à Montréal]. Archipel. <https://archipel.uqam.ca/4119/1/M12130.pdf>
- Giammarinaro, M. et Lamure, D. (2015). *Yogito, un yoga pour l'enfant: guide pour les parents et les enseignants*. Éditions de l'Homme.
- Gravel, É. (2016). *Comment ça va? Dessinons nos émotions*. Scholastic.

- Greater good science center. (2018, 30 mars). *The science and practice of resilience*.  
[https://ggsc.berkeley.edu/what\\_we\\_do/event/the\\_science\\_and\\_practice\\_of\\_resilience](https://ggsc.berkeley.edu/what_we_do/event/the_science_and_practice_of_resilience)
- Greenland, S. K. (2016). *Mindful games: Sharing mindfulness and meditation with children, teens, and families*. Shambhala Publications.
- Guerra, N. G., & Bradshaw, C. P. (2008). Linking the prevention of problem behaviors and positive youth development: Core competencies for positive youth development and risk prevention. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 122, 1-17.
- Hébert, A. (2018). *Les émotions racontées aux enfants*. Éditions de Mortagne.
- Hoffman, J. (s.d.) *L'estime de soi : le soutien émotionnel aux enfants d'âge scolaire*. Parents pour la vie. La Fondation de Psychologie du Canada.
- Honig, A. S. et Wittmer, D. S. (1996). Helping Children Become More Prosocial: Ideas for Classrooms, Families, Schools, and Communities (Part 2). *Young children*, 51(2), 62-70.
- Houle, A.A. (2017). *Recension des programmes de prévention en matière d'anxiété et de stress chez les enfants et les adolescents* [document inédit]. Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale, Université de Sherbrooke, <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2018/02/Recension-programmes-prevention-stress-et-anxiete-31-janvier-2018.pdf>
- Howatt, W. (2017). *Développement des capacités d'adaptation et de la résilience des employés: Une bonne affaire pour les organisations*. Morneau Shepell.  
<https://www.morneaushepell.com/permafiles/88881/developpement-des-capacites-dadaptation-et-de-la-resilience-des-employes-une-bonne-affaire-pour-les.pdf>
- Infor-Drogues. (2016) *Comment résister à l'influence d'un groupe?* (2<sup>e</sup> éd.).  
[https://infordrogues.be/pdf/influence\\_groupe.pdf](https://infordrogues.be/pdf/influence_groupe.pdf)
- Instance régionale d'éducation et de promotion. (s.d.). *Jeu des cacahuètes*. Dans Le cartable des compétences psychosociales. [http://www.cartablecps.org/\\_docs/Fichier/2016/7-160701044038.pdf](http://www.cartablecps.org/_docs/Fichier/2016/7-160701044038.pdf)
- Institut de cardiologie de Montréal. (s.d.). *Adopter de saines habitudes de vie. Gestion de stress*.  
<https://www.icm-mhi.org/fr/prevention/adopter-de-saines-habitudes-de-vie/gestion-du-stress>
- Institut de la statistique du Québec. (2019). *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*. Gouvernement du Québec.  
<http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeunes-secondaire-2016-2017-fascicule.pdf>
- Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (2015). *Développer les compétences psychosociales chez les jeunes enfants*. Santé publique France.  
<https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/141417/2118162>

- Institut Pacifique et Gouvernement du Québec Ministère de l'éducation et de l'enseignement supérieur. (2016). *Mes paroles, J'y vois : Je m'engage pour une communication positive à l'école*. <https://institutpacifique.com/wp-content/uploads/2015/12/GuideFinalFr.pdf>
- Institut régionale d'éducation et de promotion de la santé (2018). *Les CPS c'est quoi?* <http://www.car-tablecps.org/page-5-0-0.html>
- Jensen, E. (2005). *Teaching with the brain in mind* (2<sup>e</sup> éd.). ASCD.
- Jeunesse, J'écoute (s.d.). *Accueillir les différences : Quoi faire contre les préjugés*. <https://jeunessejecoute.ca/information/accueillir-les-differences-quoi-faire-contre-les-prejuges>.
- Kabat-Zinn, J. (2014). *Au coeur de la tourmente, la pleine conscience : réduire le stress grâce à la Mindfulness* (2<sup>e</sup> éd.). Éditions DeBoeck.
- Keng, S. L., Smoski, M. J., et Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. *Clinical psychology review*, 31(6), 1041-1056.
- Killingsworth, M. A. et Gilbert, D. T. (2010). A wandering mind is an unhappy mind. *Science*, 330(6006), 932-932.
- Lallemand, O. et Thuillier, É. (2018). *Le loup qui apprivoisait ses émotions*. Auzou.
- Lambert-Samson, V. (2016). *L'anxiété des élèves au primaire : une analyse des connaissances théoriques et pratiques des enseignants* [mémoire de maîtrise, Université Laval]. Corpus <https://corpus.ulaval.ca/jspui/bitstream/20.500.11794/27048/1/32758.pdf>
- Lapointe, J. M. et Freiberg, H. J. (2007). Indiscipline, conflits et violence à l'école : pistes nord-américaines. *Vie pédagogique*, 141, 1-4.
- Leary, M. R., Tipsord, J. M. et Tate, E. B. (2008). Allo-inclusive identity: Incorporating the social and natural worlds into one's sense of self. In H. A. Wayment and J. J. Bauer (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (pp. 137-147). Washington: APA.
- Leroux, S. (2016). *Aider l'enfant anxieux : Guide pratique pour parents et enfants*. Éditions Hôpital Ste-Justine.
- Llenas, A. (2017). *La couleur des émotions*. Éditions Quatre-Fleuves
- Lucas-Thompson, R. G., Broderick, P. C., Coatsworth, J. D. et Smyth, J. M. (2019). New avenues for promoting mindfulness in adolescence using mHealth. *Journal of child and family studies*, 28(1), 131-139.
- Luis, E. et Lamboy, E. (2015). Les compétences psychosociales : définition et état des connaissances. *La santé en action*, 431, 12-16.
- Lupien, S. (2019). *A chacun son stress*. Éditions Va savoir.

- Mangrulkar, L., Whitman, C. V., et Posner, M. (2001). *Life skills approach to child and adolescent healthy human development*. Pan American Health Organization.
- Mantoura, P., Roberge, M.-C., et Fournier, L. (2017). Un cadre de référence pour soutenir l'action en santé mentale des populations. *Santé mentale au Québec*, 42(1), 105-123.
- Marcotte, D. (2013). *La dépression chez les adolescents: état des connaissances, famille, école et stratégies d'intervention*. Presses de l'Université du Québec.
- Marsh, J. et Zakrzewski, V. (2015, 14 juillet). *Four lessons from « Inside out » to discuss with kids*. Greater Good Magazine.  
[https://greatergood.berkeley.edu/article/item/four\\_lessons\\_from\\_inside\\_out\\_to\\_discuss\\_with\\_kids](https://greatergood.berkeley.edu/article/item/four_lessons_from_inside_out_to_discuss_with_kids)
- McGonigal, K. (2013). *How to make stress your friend* [vidéo]. YouTube.  
<https://www.youtube.com/watch?v=RcGyVTAoXEU&t=578s>
- Ministère de la famille. (2019). *Accueillir la petite enfance: Programme éducatif pour services de garde à l'enfance*. Les publications du Québec.  
[https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/programme\\_educatif.pdf](https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/programme_educatif.pdf)
- Morin, M.-C. et Berrigan, F. (2019). *Guide de présence à soi*. Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale de l'Université de Sherbrooke. <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2018/12/Final-GPS.pdf>
- Motoi, I. (1995). *Décontamination – stratégies de concertation communautaire pour arrêter la violence, vol. 1. Résolution de conflit*. Visage Humain.
- Motoi, I. et Villeneuve, L. (2006). *Guide de la résolution de conflits dans le travail d'équipe*. Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Mulhearn, S. C., Kulinna, P. H. et Lorenz, K. A. (2017). Harvesting harmony: Mindfulness in physical education. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 88(6), 44-50.
- Naître et grandir (2016a, janvier). *L'enfant influençable*. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/comportement/fiche.aspx?doc=enfant-influencable>
- Naître et grandir (2016b, avril). *Communiquer avec son enfant*.  
<https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/vie-famille/fiche.aspx?doc=parler-communiquer-enfant>
- Naître et grandir (2016c, janvier). *Communication : Attention aux mots qui blessent*.  
<https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/vie-famille/fiche.aspx?doc=communication-attention-mots-qui-blessent>
- Naître et grandir (2016d, janvier). *Le stress chez l'enfant*. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/comportement/fiche.aspx?doc=stress-enfant>

- Naître et grandir (2016e, septembre). *Bonnes habitudes de vie: encourager son enfant ne suffit pas*.  
<https://naitreetgrandir.com/fr/nouvelles/2016/09/02/20160902-bonnes-habitudes-vie-encourager-enfant-ne-suffit-pas/>
- Naître et grandir (2016f, janvier). *6 à 7 ans : Le développement affectif*.  
<https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/developpement/6-7-ans/fiche.aspx?doc=6-7-ans-affectif>
- Naître et grandir (2016g, septembre). *Comportement et discipline: Les enfants et l'empathie*.  
<https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/comportement/fiche.aspx?doc=ik-naitreetgrandir-enfant-developpement-moral-sympathie-empathie>
- Naître et grandir (2015, octobre). *Apprendre à l'enfant à gérer ses émotions*.  
[https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1\\_3\\_ans/comportement/fiche.aspx?doc=ik-naitreetgrandir-enfant-apprendre-maitriser-emotion](https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/comportement/fiche.aspx?doc=ik-naitreetgrandir-enfant-apprendre-maitriser-emotion)
- Naître et grandir (2020, mars). *4 à 5 ans: développement social*.  
<https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/developpement/4-5-ans/fiche.aspx?doc=ik-naitreetgrandir-enfant-4-5-ans-social>
- Naître et grandir (2018, juin). *Le jeu coopératif*. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/apprentissage-jeux/fiche.aspx?doc=jeu-cooperatif>
- Naître et grandir (2014, février). *Décoder les émotions des autres*.  
<https://naitreetgrandir.com/fr/dossier/emotions-de-nos-enfants/decoder-les-emotions-des-autres/>
- Organisation mondiale de la santé (1997). *Life skills education for children and adolescents in schools*.  
[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63552/WHO\\_MNH\\_PSF\\_93.7A\\_Rev.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63552/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Organisation mondiale de la santé (2003). *Skills for health: skills-based health education including life skills: an important component of a child-friendly/health-promoting school*.  
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42818/924159103X.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Organisation mondiale de la santé. (2009). *Violence prevention the evidence. Preventing violence by developing life skills in children and adolescents*. [https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/life\\_skills.pdf](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/life_skills.pdf)
- Parent, J. et St-Louis, M. (2020, juin). *Le bien-être de l'enfant à l'école primaire : un regard sur certains facteurs de risque et de protection*. Conseil supérieur de l'éducation.  
<https://www.cse.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2020/05/50-2107-ER-Bien-etre-enfant-facteurs-risque-protection.pdf>
- Pauzé, R. (2017). *Carte conceptuelle de l'anxiété à l'adolescence : État des connaissances et processus d'évaluation et d'intervention* [document inédit], Centre RBC d'expertise universitaire de l'Université de Sherbrooke. <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2018/02/Carte-trouble-danxiete-generalisee.pdf>



- Passeport santé. (2018). *Communication non violente (CNV)*.  
[https://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=communication\\_non\\_violente\\_th](https://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=communication_non_violente_th)
- Perron, A. (2021, 21 septembre). On respire par le nez! *Curium*. <https://curiummag.com/on-respire-par-le-nez/>
- Piché, G. M., Clément, M.-E., Bergeron, L., et Smolla, N. (2017). Épidémiologie des troubles dépressifs et anxieux chez les enfants et les adolescents québécois. *Santé Mentale au Québec*, 42(1), 19-42.
- Portail enfance (2011, janvier). *Étapes du développement*.  
<http://www.portailenfance.ca/wp/modules/developpement-de-lenfant/grandes-etapes-du-developpement/>
- Potter, M. et Jennings, S. (2020). *Moi et mes émotions*. Scholastic.
- Rao, A. et Napper, P. (2019). *Seven ways to feel more in control of your life*. Greater Good Science Center.  
[https://greatergood.berkeley.edu/article/item/seven\\_ways\\_to\\_feel\\_more\\_in\\_control\\_of\\_your\\_life](https://greatergood.berkeley.edu/article/item/seven_ways_to_feel_more_in_control_of_your_life)
- Réseau Canopé. (s.d.) *L'erreur, une étape nécessaire de l'apprentissage*. <https://www.reseau-canope.fr/education-prioritaire/agir/item/ressources/lerreur-une-etape-necessaire-de-lapprentissage.html>
- Rowles, S. et Mills, C. (2018) Preschoolers sometimes seek help from socially engaged informants over competent ones. *Cognitive development*, 48, 19-31.
- Scholastic Inc. (2019). *MindUp: The Goldie Hawn foundation*.  
<http://teacher.scholastic.com/products/min-dup/>
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N. et Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Siegel, D. (2015, 22 janvier). *Brain insights and well-being*.  
<https://www.drdansiegel.com/blog/2015/01/22/brain-insights-and-well-being-3/>
- Suttie, J. (2017). *Three ways mindfulness can make you less biased*. Greater Good Science Center.  
[https://greatergood.berkeley.edu/article/item/three\\_ways\\_mindfulness\\_can\\_make\\_you\\_less\\_biased](https://greatergood.berkeley.edu/article/item/three_ways_mindfulness_can_make_you_less_biased)
- Tardif, G. (2008). *Trajectoires d'anxiété au primaire et adaptation des jeunes de première secondaire* [mémoire de maîtrise, Université Laval]. Corpus.  
<https://corpus.ulaval.ca/jspui/bitstream/20.500.11794/20409/1/25771.pdf>
- Tel-Jeunes. (s.d.). *Ça va pas. Stress-anxiété*. <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Ca-va-pas/Stress-anxiete>

- Thauvette, A. (s.d.). *La résolution de conflits chez les enfants : une démarche en 4 étapes*. SOS Prof. <https://sosprof.ca/resolution-de-conflits-chez-les-enfants/>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2-3), 25-52.
- Trudeau, N. (2006). *Étude de comorbidité entre les troubles des conduites alimentaires et le trouble d'anxiété de séparation* [mémoire de maîtrise, Université Laval]. Corpus. <https://corpus.ulaval.ca/jspui/handle/20.500.11794/18389>
- Tummers, N. (2011). *Teaching stress management: Activities for children and young adults*. Human Kinetics.
- Turgeon, L., et Gosselin, P. (2015). Les programmes préventifs en milieu scolaire auprès des enfants et des adolescents présentant de l'anxiété. *Éducation et francophonie*, 43(2), 30-49.
- Tuval-Mashiach, R. et Shulman, S. (2006). Resolution of disagreements between romantic partners among adolescents and young adults: Qualitative analysis of interaction discourses. *Journal of Research on Adolescence*, 16(4), 561-588.
- Vanssay, S. et Lozac'h A. (2012). L'erreur pour apprendre. *Cahiers pédagogiques*, 494.
- Was, A. et Warneken, F. (2017) Proactive help-seeking: Preschoolers know when they need help, but do not always ask for it. *Cognitive development*, 43, 91-105.
- Werner-Seidler, A., Perry, Y., Calear, A. L., Newby, J. M., et Christensen, H. (2017). School-based depression and anxiety prevention programs for young people: A systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review*, 51, 30-47.
- White, A. (2009). *From comfort zone to performance management*. Baisy-Thy, Belgique: White & MacLean Publishing.
- Yerkes, R. M. et Dodson, J. D. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. *Journal of Comparative Neurology and Psychology*, 18(5), 459-482.
- Zinn, J. K. (1994). *Wherever you go, there you are: Mindfulness meditation in everyday life*. New York, USA: *Hyperion*, 78-80.