

La lueur du phare de Lanaudière

LISTE DES LIVRES PAR CATÉGORIE 2017-2018

Repentigny

ACCOMPAGNEMENT

- Acc1 SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX. **Guide pratique sur les droits en santé mentale.** Gouvernement du Québec, 2009. 131 pages.
- Acc2 LA LUEUR DU PHARE. **Cap sur le mieux-être 3^{ième} édition.** 2009. 96 pages
- Acc3 FAURÉ, Christophe. **Vivre ensemble la maladie d'un proche : Aider l'autre et s'aider soi-même.** Éditions Albin Michel, 2002. 267 pages.
- Acc4 WALLENHORST, Thomas. **Soutenir une personne atteinte d'une maladie psychique.** Chronique Sociale, 2017. 191 pages.

AUTOMUTILATION

- Autom1 GICQUEL, Ludovic et CORCOS, Maurice. **Les automutilations à l'adolescence.** Dunod, 2011. 294 pages.

BIOGRAPHIE

- Bio1 FALAISE, Ingrid. **Le monstre.** Libre Expression, 2015. 344 pages.
- Bio2 ÉTIENNE, Varda. **Maudite folle.** Éditions Les Intouchables, 2009. 166 pages.
- Bio3 POIRÉ, Anne. **Histoire d'une schizophrénie : Jérémy, sa famille, la société.** Éditions Frison-Roche, 2008. 205 pages.
- Bio4 GERVAIS, Étienne. **L'ennemi en moi.** Éditions Olographes, 2008. 404 pages.
- Bio5 DUBOIS, Christine. **La dépression, le plus beau cadeau de ma vie.** Béliveau Éditeur, 2011. 126 pages.
- Bio6 K, Florence. **Buena vida.** Libre Expression, 2015. 328 pages.
- Bio7 CORVOISIER, Manon. **Moi, Manon, bipolaire.** Éditions Salvator, 2012. 185 pages.
- Bio8 DEMAY, Jeremy. **La liste.** Un monde différent, 2015.

- Bio9 LEPAGE, Martin. **La prison du rien faire**. Éditions de la paix, 2015. 216 pages.
- Bio10 GIASSON, Sylvie. **La dépression n'était pas dans mon plan de carrière : Retrouver son chemin personnel et professionnel**. Éditions transcontinental, 2010. 186 pages.
- Bio11 T, Lucas. **Et moi alors?** Éditions du net, 2015. 172 pages.
- Bio12 HEBERLEIN, Ann. **Bipolaire, je ne veux pas mourir, mais en finir avec la vie**. Éditions Actes sud, 2011. 150 pages.
- Bio13 TONKA, Polo. **Dialogue avec moi-même**. Odile Jacob, 2017. 227 pages.
- Bio14 TRACY, Serge. **De psychologue à psychotique**. Les Éditions Québec-Livres, 2014. 183 pages.
- Bio15 BONIN, Mathieu. **Péter sa coche**. Les éditions Un monde différent, 2017. 191 pages.
- Bio16 APRIL, D. **Tempêtes dans ma tête : ma vie avec la maladie mentale**. Liber, 2011. 152 pages.

BIPOLARITÉ

- Bip1 FIEVE, Ronald R. **Comment bien vivre avec des troubles bipolaires**. Éditions Flammarion, 2011. 333 pages.
- Bip2 PERSONNEL DE LA CLINIQUE DES TROUBLES BIPOLAIRES. **Le trouble bipolaire, guide d'information**. Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2000. 52 pages.
- Bip3 THÉRIAULT, Charles et CHAMBERLAIN-THÉRIAULT, Léa. **Les hauts et les bas de la maniaco-dépression**. Leméac éditeurs, 1994. 178 pages.
- Bip4 JONES, Paul. E. **La vérité sur les troubles bipolaires**. Éditions J. Lyon, 2008. 286 pages.

CODÉPENDANCE/DÉPENDANCE

- Codép/dép1 LAMIA, Mary C. **Le syndrome du sauveur**. Éditions Eyrolles, 2012. 329 pages.
- Codép/dép2 BORGIA, Diane. **Amour toxique**. La Presse, 2011. 255 pages.
- Codép/dép3 PRÉVOT-GIGANT, Géraldyne. **50 exercices pour sortir de la dépendance affective**. Éditions Eyrolles, 2012. 115 pages.
- Codép/dép4 BEATTIE, Melody. **Au-delà de la codépendance : Comment se refaire une vie nouvelle et riche**. Éditions Sciences et Culture Inc., 1995. 326 pages.

Codép/dép5 ROSENBERG, Ross. **Le syndrome de l'aimant**. Les Éditions de l'Homme, 2017. 239 pages.

COLÈRE

Col1 J. MARILLAC, Alain. **Communiquer sa colère sans perdre le contrôle**. Les Éditions Québec-livres, 2016. 136 pages.

Col2 DEDEBANT, Nathalie et collectif. **Transformez votre colère en énergie positive ! : poser les limites et se faire respecter**. Eyrolles, 2015.

Col3 PISTORIO, Marc. **La sagesse de nos colères : De la colère qui détruit à la colère qui construit**. Les Éditions de L'HOMME, 2010. 279 pages.

COMMUNICATION

Com1 ROSENBERG, B. Marshall. **Les mots sont des fenêtres (ou des murs) : introduction à la communication non-violente**. Jouvence Éditions, 1999. 235 pages.

Com2 LA BOUSSOLE Aide aux proches d'une personne atteinte de maladie mentale. **L'homme qui parlait aux autos**. Bibliothèque nationale du Québec, 2005. 32 pages.

Com3 PEACOCK, Fletcher. **Arrosez les fleurs, pas les mauvaises herbes! Une stratégie qui révolutionne les relations : professionnelles, amoureuses, familiales**. Éditions de l'Homme, 1999. 156 pages.

Com4 ROSENBERG B, Marshall. **Parler de paix dans un monde de conflits : La communication Non Violente en pratique**. Éditions Jouvence, 2009. 219 pages.

Com5 LACROIX, Michel. **Paroles toxiques, paroles bienfaitantes : Pour une éthique du langage**. Éditions Robert Laffont, 2010. 142 pages.

Com6 PAYETTE, Carole. **S'affirmer ou « S'la fermer » : les deux clés essentielles de l'affirmation**. Les éditions CP Stratégie, 2008. 251 pages.

CULPABILITÉ

Culp1 THALMANN, Yves-Alexandre. **Au diable la culpabilité : cessez de vous culpabiliser et retrouvez votre liberté intérieure**. Éditions Jouvence, 2005. 205 pages.

Culp2 LEWIS, Engel. **Ces gens qui se sentent coupables**. Les éditions de l'homme. 2006. 262 pages.

DÉPRESSION

Dépr1 BEXTON, Brian. **Vivre avec une personne dépressive.** Bayard Canada, 2008. 148 pages.

DEUIL

Deu1 MONBOURQUETTE, Jean. **Grandir, aimer, perdre et grandir.** Novalis, 2013. 165 pages

Deu2 DEITS, Bob. **Revivre après l'épreuve.** Éditions Quebecor, 2006. 256, pages.

Deu3 LABONTE, Marie Lise. **Le choix de vivre : comment les épreuves d'une vie nous guident vers l'essentiel.** Éditions de l'Homme, 2009. 191 pages.

Deu4 COTÉ, Guy. **Le typhon.** Marcel Broquet Éditeur, 2017. 122 pages.

ÉMOTIONS

Émo1 DÉSAULNIERS, Louis-Georges. **Transformer ses émotions en attitudes positives.** Les Éditions Québec-livres, 2016. 160 pages

Émo2 LARIVEY, Michelle. **La puissance des émotions : Comment distinguer les vraies des fausses.** Éditions de l'Homme, 2002. 329 pages.

Émo3 DUFOUR, Daniel. **Les tremblements intérieurs : accepter et vivre ses émotions.** Éditions de l'Homme, 2003. 143 pages.

Émo4 ORLOFF, Judith. **La liberté émotionnelle.** Éditions Ariane, 2009. 455 pages.

Émo5 STRIEBIG, Jocelyne & BERNHEIM, Cathy. **Gérer ses émotions avec l'auto-hypnose.** Éditions Josette Lyon, 2016. 138 pages.

ESTIME DE SOI

Est1 LÉVESQUE, Aline. **Guide de survie par l'estime de soi, apprendre à être bon pour soi.** Éditions Un monde différent Ltée. 2000. 256 pages.

Est2 ANDRÉ, Christophe et LELORD, François. **L'estime de soi, s'aimer pour mieux vivre avec les autres.** Éditions Odile Jacob, 2002. 319 pages.

Est3 ANDRE, Christophe. **Imparfais, libres et heureux. Pratiques de l'estime de soi.** Éditions Odile Jacob, 2006. 470 pages.

Est4 ROLLINS, Catherine E. **Développer son estime personnelle et sa confiance en soi.** Les éditions Un monde différent, 2017. 174 pages.

Est5 Les carnets de psycho. **Apprendre à s'estimer.** Éditions ESI, 2016. 129 pages.

LÂCHER-PRISE

LP1 COULOMBE, Nancy & DESCHENEAUX, Nadine. **Assez, c'est assez!** Éditions Druide, 2016. 405 pages.

LIMITES

Lim1 PETICOLLIN, Christel. **S'affirmer et oser dire non.** Éditions Jouvence, 2003. 95 pages.

MANIPULATION

Mani1 NAZARE-AGA, Isabelle. **Les manipulateurs sont parmi nous : Qui sont-ils? Comment s'en protéger.** Éditions de l'Homme, 1997. 286 pages.

Mani2 THALMANN, Yves-Alexandre. **Le décodeur de la manipulation : Comprendre les ficelles de la manipulation.** Éditions First-Grund, 2011. 158 pages.

Manip3 NAZARE-AGA, Isabelle. **Les parents manipulateurs.** Les Éditions de l'Homme, 2014. 278 pages.

Manip4 NEUBURGER, Robert. **Les paroles perverses.** Éditions Payot, 2016. 127 pages.

MENSONGE

Mens1 MERY, Marwan. **Vous mentez!** Éditions Eyrolles, 2014. 255 pages.

Mens2 DUCERF, Dominique. **L'éthique du mensonge.** Éditions L'Harmattan, 2012. 118 pages.

Mens3 LABONTÉ, Marie Lise. **Du mensonge à l'authenticité.** Les Éditions de l'Homme, 2014. 176 pages.

Mens4 GOULARD, Éric. **Comment détecter le mensonge.** Éditions Leduc. S, 2013. 255 pages.

RELATIONS DIFFICILES

Rel.Diff1 MONNET, Helen. **Identifier et maîtriser les relations toxiques.** Larousse, 2017.190 pages.

RÉSILIENCE

Rés1 DUFOUR, Daniel. **Rebondir! : Une approche créative pour surmonter les obstacles.** Éditions de L'Homme, 2010. 186 pages.

Rés2 SAMSON, Alain. **La vie est injuste (et alors ?) : Résister aux chocs de la vie.** Éditions Transcontinental, 2004. 183 pages.

Rés3 TISSERON, Serge. **La résilience.** Presses Universitaires France, 2017. 128 pages.

SCHIZOPHRÉNIE/PSYCHOSES

Schizo/psy1 DEHERT, Marc, MAGIELS, Geerdet, THYS, Erik. **Le secret de la micropuce cérébrale, Guide destiné aux personnes atteintes de psychose.** Éditions EPO asbl, 2000. 64 pages.

Schizo/psy2 SOCIÉTÉ CANADIENNE DE SCHIZOPHRÉNIE. **Apprendre à connaître la schizophrénie : Une lueur d'espoir.** 2003. 272 pages.

Schizo/psy3 LA SOCIÉTÉ QUÉBÉCOISE DE LA SCHIZOPHRÉNIE. **La schizophrénie : comprendre et aider.** Automne 2006.

Schizo/psy4 SALOMÉ, Franck. **Qu'est-ce que les psychoses ?** Dunod, 2013. 125 pages.

SOIN DE SOI

SS1 OUMET, Denis. **Bien vivre sa vie au travail et à la maison.** Éditions Un monde différent Ltée, 1988. 174 pages.

SS2 BOUDREAU, Sylvain. **Le moi inc.** Éditions de la Francophonie, 2010. 149 pages.

SS3 POLETTI, Rosette, DOBBS, Barbara. **Lâcher prise : Dire oui à la vie.** Éditions Jouvence, 1998. 95 pages.

- SS4 POTTER, Beverly. **Comment me guérir de mon inquiétude chronique.** Éditions Transcontinental, 2009. 180 pages.
- SS5 PETITCOLLIN, Christel. **Victime, bourreau ou sauveur : Comment sortir du piège?** Éditions Jouvence, 2011. 399 pages.
- SS6 CARRE, Christophe. **50 exercices pour résoudre les conflits sans violence.** Éditions Eyrolles, 2009.
- SS7 HASSON, Gill. **Ralentir grâce à la pleine conscience : 100 petits exercices pour une vie plus calme.** Guy Saint-Jean Éditeur, 2016. 128 pages.
- SS8 ANDRÉ, Christophe. **Je médite, jour après jour : petit manuel pour vivre en pleine conscience.** Iconoclaste, 2015. 150 pages.
- SS9 D'ANSEMBOURG, Thomas. **Cessez d'être gentil, soyez vrai « être avec les autres en restant soi-même ».** Éditions de l'Homme, 2001. 249 pages.
- SS10 BEAZLEY, Hamilton. **Sans regret.** Le Dauphin Blanc, 2010. 237 pages.
- SS11 TOMASELLE, Saverio. **Le sentiment d'abandon.** Éditions Eyrolles, 2010. 183 pages.
- SS12 MONBOURQUETTE, Jean. **Comment pardonner?** Novalis/Bayard Éditions, 2003. 223 pages.
- SS13 VACHON, Marc. **Oser changer : Mettre le cap sur ses rêves.** Oserchnger.com. 2010. 249 pages.
- SS14 LOSIER, Michael J. **S'épanouir, se choisir, découvrir ses besoins, atteindre ses buts.** Guy Saint-Jean Éditeur. 2016. 149 pages.
- SS15 AUBÉ, Richard. **Sortez de vos pantoufles en béton.** Les éditions Québec-livres. 2015. 251 pages.
- SS16 KABAT-ZINN, Dr Jon. **100 expériences de pleine conscience.** Flammarion, 2014. 158 pages.
- SS17 ANDRÉ, Christophe. **Les états d'âme : Un apprentissage de la sérénité.** Odile Jacob, 2009. 480 pages.
- SS18 FALARDEAU, Isabelle. **Sortir de l'indécision.** Septembre éditeur, 2007. 155 pages.
- SS19 LADOUCEUR, Robert. BÉLANGER, Lynda et LÉGER Éliane. **Arrêtez de vous faire du souci pour tout et pour rien.** Odile Jacob, 2008. 149 pages.
- SS20 SALOME, Jacques. **À qui ferais-je de la peine si j'étais moi-même? Comment renoncer à nos autosaboteurs.** Les Éditions de L'Homme, 2008. 216 pages.

- SS21 RUIZ, Don Miguel. **Les quatre accords toltèques**. Éditions Jouvence, 2016. 141 pages.
- SS22 LEJOYEUX, Michel. **Tout déprimé est un bien portant qui s'ignore**. Éditions Jean-Claude Lattès, 2016. 279 pages.
- SS23 PORTELANCE, Colette. **Relation d'aide et amour de soi**. Les Éditions du CRAM, 2014. 534 pages.
- SS24 ALAIN, Marc. **Le bonheur, un jour à la fois**. Les publications Modus Vivendi, 2017.
- SS25 TIGIFFON, Lucien. **Vous êtes unique!** Les éditions Un monde différent, 2016. 160 pages.
- SS26 PETITCOLLIN, Christel. **Je pense trop**. Les Éditions de l'Homme, 2017. 227 pages.
- SS27 CORNEAU, Guy. **Victime des autres, bourreau de soi-même**. Les Éditions de l'Homme, 2003. 350 pages.
- SS28 HONORE, Carl. **Éloge de la lenteur : Et si vous ralentissiez?** Éditions Marabout, 2008. 286 pages.
- SS29 EMMONS, Robert. **Merci! Quand la gratitude change nos vies**. Éditions Belfond, 2008. 297 pages.

STRESS

- Str1 MILOT, Stéphanie. **Pour mieux vivre avec le stress : changez d'état d'esprit**. Éditions logiques, 2007. 211 pages.
- Str2 REID, Louise. **Techniques faciles pour vaincre l'anxiété**. Éditions Quebecor, 2005. 148 pages.
- Str3 AUGER, Lucien. **Vaincre ses peurs**. Les éditions de l'homme.2004. 235 pages.
- Str4 LUPIEN, Sonia. **Par amour du stress : Des conclusions scientifiques une présentation facile**. Les Éditions au Carré Inc. 2010. 274 pages.

SUICIDE

- Suic1 GRANIER, Emmanuel. **Idées noires et tentatives de suicide : Réagir et faire face**. Éditions Odile Jacob, 2006. 334 pages.
- Suic2 LAMONTAGNE, Angèle. **Lumière sur le suicide : Dites oui à la vie!** Les Éditions Quebecor, 2010. 159 pages.

TÉMOIGNAGES

- Tém1 RRASMQ. **Quelques fenêtres ou la petite histoire de ces entrevues.** RRASMQ, 1994. 60 pages.
- Tém2 LA LUEUR DU PHARE DE LANAUDIÈRE. **Mots d'espoir et de réconfort.** mars 2007.
- Tém3 LANGLOIS, Richard. **Le fragile équilibre, témoignage et réflexions sur le trouble bipolaire.** Marcel Broquet, 2016. 200 pages.
- Tém4 QUINTAL, Marie-Luce, VIGNEAULT, etc. **Je suis une personne pas une maladie!** Performance édition, 2013. 338 pages.

TROUBLE DE PERSONNALITÉ

- TP1 BOUCHOUX, Jean-Charles. **Les pervers narcissiques.** Éditions Eyrolles, 2011. 187 pages.
- TP2 D'AUTEUIL, Sandra. **Vivre avec un proche impulsif, instable, intense.** Éditions Bayard, 2006.
- TP3 MASON T, Paul. **Ces gens qui sont borderline : Apprenez à composer avec les personnalités limites.** Éditions de l'Homme, 2011. 236 pages.
- TP4 PAGE, Dominique. **Borderline : Retrouver son équilibre.** Éditions Odile Jacob, 2006. 213 pages.
- TP5 DEBIGARE, Jacques. **Les troubles de la personnalité.** Éditions Quebecor, 2013. 590 pages.
- TP6 BERNSTEIN, Albert J. **Les vampires émotionnels.** Éditions Transcontinental, 2015. 297 pages.
- TP7 PONCET-BONISSOL, Yvonne. **Pour en finir avec les tyrans et les pervers dans la famille.** Broché, 2012. 164 pages.
- TP8 VECCHIALI, Hélène. **Mettre les pervers, échec et mat.** Éditions Marabout, 2014. 286 pages.
- TP9 CALONNE, Christine. **Les pervers narcissiques, 100 questions/réponses.** Éditions Ellipses, 2016. 188 pages.

TROUBLE OBSESSIONNEL COMPULSIF

- TOC1 HANTOUCHE, Elie. **Toc-Vivre avec et s'en libérer.** Éditions J. Lyon, 2011. 244 pages.
- TOC2 COLTRAUX, Jean. **Les ennemis intérieurs.** Éditions Odile Jacob, 1998. 267 pages.

LIVRES POUR ENFANTS

- Enf1 HEINISCH, Rebecca. **Anna et la mer.** Éditeur La Lanterne, 2004. 46 pages.
- Enf2 LAPORTE, Lise & FRASER, Ronald. **La maison des intempéries.** Éditions Midi Trente, 2013. 48 pages.

DVD

- DVD 1 LEBOEUF, Marcel. **La passion selon Marcel.**
- DVD 2 CENTRE HOSPITALIER ROBERT-GIFFARD. **Portrait du Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité.** 2006.
- DVD 3 GERVAIS, Étienne. **Les miroirs déformants.** Anagramme Films et Carrefour TPL. 2010.