



CENTRE DE DOCUMENTATION

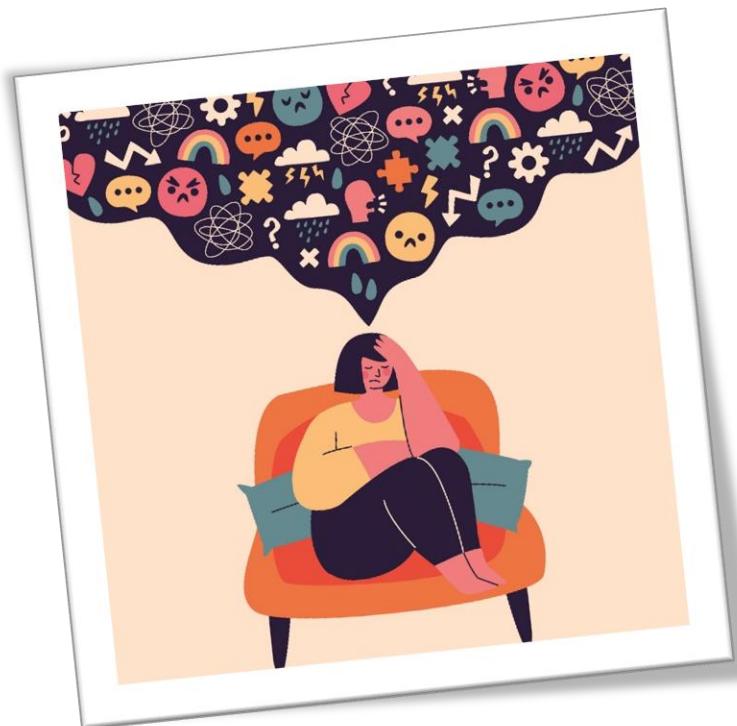
03.84.97.24.30 / cdoc@ahbfc.fr

1/9

BIBLIOGRAPHIE

- TOUT PUBLIC -

IMPACTS DES VIOLENCES INTRAFAMILIALES



Réalisée par l'équipe du centre de documentation de l'AHBFC le 09/10/2025

ARTICLES



Santé mentale des adolescents et des jeunes adultes. (2025)

Ameli

<https://www.ameli.fr/assure/sante/jeunes-16-25-ans/souffrance-psychique>



Comprendre les violences intrafamiliales. (2023)

Action Enfance

<https://www.actionenfance.org/actualites/les-violences-intrafamiliales/>

2/9



Maltraitance hébergeuse de compétences. RHIZOME, 80. (2021)

Carole LE FLOCH

https://orspere-samdarra.com/wp-content/uploads/2021/08/11-bull_80-81_le-floch.pdf



Les différentes formes de violences. (2021)

Fil Santé Jeunes

[Les différentes formes de violence | Fil santé jeunes](#)

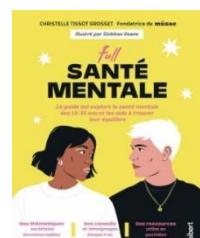


Que sont les violences familiales ? (2020)

Organisation des Nations Unies

<https://www.un.org/fr/coronavirus/what-is-domestic-abuse>

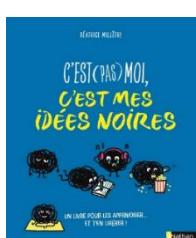
OUVRAGES



Full santé mentale. Le guide qui explore la santé mentale des 18-35 ans et qui les aide à trouver leur équilibre. Vuibert. (2025)

Christelle TISSOT-GROSSET

Ce livre explore sans tabou les sujets de société qui questionnent la santé mentale des jeunes générations, et pas que : identité, diet culture, relations affectives, FOMO (fear of missing out), fête, solitude, burn-out, éco-anxiété... Quels impacts ont-ils sur notre santé mentale ? Comment parvenir à trouver le bon équilibre ?

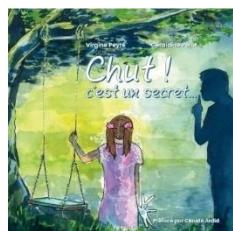


C'est (pas) moi, c'est mes idées noires - Une approche positive et bienveillante de la santé mentale des ados. Nathan. (2025)

Béatrice MILLÊTRE

Tu te sens parfois submergé par des pensées sombres ? Ce guide illustré avec humour t'accompagne pour mieux comprendre tes émotions et retrouver ton équilibre.

Dans ce livre unique, découvre des outils concrets pour faire face aux défis émotionnels de l'adolescence. À travers des illustrations pleines d'humour et de sensibilité, nous abordons ensemble les sujets qui te préoccupent : anxiété, stress scolaire, image de soi, relations avec les autres etc.



Chut ! c'est un secret... Peyre Point. (2025)

Virginie PEYRÉ & Géraldine POINT

La première partie du livre raconte l'histoire de Romy, victime d'inceste, et la seconde partie du livre est consacrée à la sensibilisation, avec les conséquences psychotraumatiques, médicales et sociologiques sur l'enfant victime ainsi que sur l'entourage, les symptômes et ce qu'il faut faire.

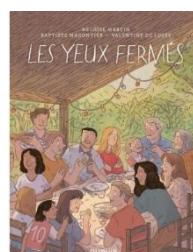
3/9



Tes droits et tes besoins comptent. La Martinière. (2025)

Édouard DURAND & Mai Lan CHAPIRON

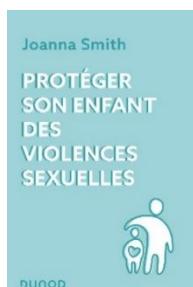
Cet ouvrage évoque les 12 des droits fondamentaux des enfants tels qu'ils sont inscrits dans la Convention relative aux droits de l'enfant (CIDE). Il vise à sensibiliser les jeunes lecteurs à leurs droits et leurs besoins en leur permettant de les comprendre globalement et en les encourageant à les défendre.



Les yeux fermés. Dupuis. (2024)

Valentine de LUSSY, Héloïse MARTIN & Baptiste MAGONTIER

Ce roman graphique sur l'inceste racontée par une victime raconte les faits et pose la difficulté de voir son bourreau lors des événements familiaux.



Protéger son enfant des violences sexuelles. Dunod. (2024)

Joanna SMITH

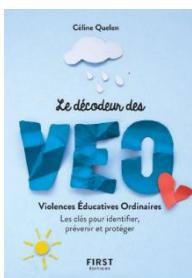
De tous les risques encourus par un enfant, le risque de subir des violences sexuelles est l'un de ceux qui terrifient le plus ses parents. La médiatisation des agressions les plus extrêmes ne nous donne pas une image fiable du risque réel.

Cet ouvrage vous informe efficacement sur les situations à risques et les profils des agresseurs. Le risque zéro n'existe pas, mais la connaissance des profils et des modes opératoires des agresseurs est un véritable outil de protection des enfants.



Mieux vivre l'adolescence de son enfant. Chronique sociale. (2023)
Emmanuelle MERCIER

Dans cet ouvrage, l'autrice partage son expérience d'infirmière en pédopsychiatrie auprès d'adolescent en demande d'étayage. Elle traite de plusieurs thèmes : la vie à la maison, les amitiés, la vie familiale, la séparation du couple parental, la scolarité, le harcèlement scolaire, la souffrance de l'adolescent, la sexualité. Des cas cliniques illustrent les propos.



4/9

Le décodeur des violences éducatives ordinaires – Les clés pour identifier, prévenir et protéger. First Éditions. (2021)
Céline QUELEN

Cet ouvrage répond à toutes les questions sur les VEO : ce que sont les VEO, d'où elles viennent, comment les dernières études scientifiques montrent leur nocivité sur le développement de l'enfant et comment les États et les instances internationales cherchent à les éradiquer.



On l'appelait Vermicelle. Leduc Graphic. (2021)
Fanny VELLA

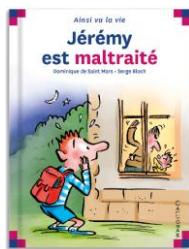
De sa naissance à son adolescence, Vermicelle tente d'échapper aux difficultés familiales qui la dépassent : absences, tabous, non-dits, violences et sexismes ordinaires. Forte de sa merveilleuse imagination, elle s'invente un univers coloré et lumineux dans lequel s'évader quand la vie s'emballe. Et nous voilà entraînés dans une fable familiale sensible et profonde : l'amour y est parfois maladroit parfois toxique, mais la résilience et le bonheur de Vermicelle, malgré des moments sombres, sont au bout du chemin.



Le grand méchant loup dans ma maison. 400 coups. (2020)
Valérie FONTAINE & Nathalie DION

Une fillette vivait seule avec sa mère. Quand cette femme tombe amoureuse... et qu'elle fait entrer, sans le savoir, le grand méchant loup dans leur maison, les sourires tombent. Et les hurlements commencent. La fillette porte maintenant des manches longues et bâtit un rempart de briques autour de son coeur. Sa mère et elle pourront-elles s'en sortir alors que le loup devient de plus en plus féroce ?

L'autrice et l'illustratrice livrent une fable sur la violence familiale. Le personnage du loup représente ici la figure de l'homme violent avec une puissance terrifiante. Les références aux contes classiques amplifient les tensions émotionnelles du récit.



Max et Lili – Jérémy est maltraité. Calligram. (2000)
Dominique de SAINT MARS & Serge BLOCH

 Le livre de Max et Lili n°36 'Jérémy est maltraité' parle de la maltraitance, cette violence répétée sur un plus petit, qui marque un enfant toute sa vie. Cette histoire permet de comprendre qu'un enfant battu, humilié ou délaissé ne peut pas se défendre. Si on découvre sa souffrance, il faut le persuader d'en parler, pour qu'on puisse le protéger et aider sa famille. La loi punit quiconque n'aide pas une personne en danger, spécialement un enfant.

PODCASTS



Santé mentale des jeunes : l'état d'urgence. France Culture (2025)

Marina CARRÈRE d'ENCAUSSE & Marie-Rose MORO

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/serie-sante-mentale-des-jeunes-l-etat-d-urgence>



Le Cœur sur la table. **20 000 lieues sous ma chair**. Binge audio. (2024)

Caroline POTHIER

<https://www.binge.audio/podcast/le-coeur-sur-la-table>

mūsae La zone grise & Mūsae stories
Mūsae

<https://musae-tomorrow.com/podcast/la-zone-grise/>

SITES INTERNET



Service National d'Accueil Téléphonique de l'Enfance en Danger. Dispositif national qui offre écoute, information et orientation aux enfants, familles et professionnels confrontés à des situations de maltraitance ou de danger, afin de protéger les enfants et prévenir les risques.

<http://www.allo119.gouv.fr>



Parlons santé mentale – Santé mentale info service. Plateforme nationale dédiée à informer, sensibiliser et encourager chacun à parler ouvertement de la santé mentale, afin de lutter contre les préjugés et de favoriser le bien-être psychique de tous

<https://www.santementale-info-service.fr/>



Psycom. Organisme public d'information et de sensibilisation sur la santé mentale avec pour objectif d'aider les personnes à agir en faveur de leur santé mentale et de celle des autres.

<https://www.psycom.org/>

Notamment :

- [La santé mentale des jeunes](#)
- [La santé mentale des parents](#)
- [On a toutes et tous une santé mentale](#)
- [S'aider soi-même, des outils pour tous](#)
- [Brochure Santé mentale et jeunes](#)

6/9



Fil Santé Jeunes. Service d'échanges avec des professionnels (psychologues, éducateurs, conseillers conjugaux et familiaux, médecins, travailleurs sociaux...) anonyme et gratuit pour les 12 – 25 ans (tous les jours de 9h à 23h).

[Fil Santé Jeunes accueil le lien qui te libère](#)

Tél : **0 800 235 236**



Pass'Santé Jeunes Bourgogne Franche-Comté. Site régional d'information et de prévention qui aide les jeunes à mieux comprendre leur santé, à trouver des réponses fiables sur des sujets variés (corps, émotions, relations, addictions, etc.) et à identifier les ressources locales pouvant les accompagner.

<https://www.pass-santejeunes-bourgogne-franche-comte.org/>



Comment on s'aime. Plateforme nationale dédiée aux relations amoureuses et affectives, qui propose des informations, témoignages et conseils pour aider les jeunes à comprendre, construire et vivre des relations saines, respectueuses et épanouissantes.

<https://commentonsaime.fr/>



Santé Psy Jeunes. Site qui s'adresse aux jeunes, à leurs proches et aux professionnels de première ligne autour de la santé mentale des jeunes.

<https://www.santepsyjeunes.fr/>



Tel Jeunes. [Je vis de la violence dans ma famille. Que faire ?](#)

<https://www.teljeunes.com/fr/jeunes/amitie-et-famille/famille/je-vis-de-la-violence-dans-ma-famille-que-faire>

(Attention, ce site est québécois, il est intéressant à titre informatif, mais les numéros et liens officiels ne sont pas les mêmes en France)



Contre les Violences sur Mineurs. Association engagée dans la prévention de toutes les formes de violences sur les mineurs. Propose des ressources numériques d'information et de sensibilisation gratuitement.

<https://association-cvm.org/>



TikTok.

<https://m>

Important control words



Nightline. Association ayant pour mission d'améliorer la santé mentale des jeunes et des étudiant·e·s en proposant des outils et des ressources pour prendre soin de soi et de ses proches.

<https://www.nightline.fr/kit-de-vie>



Dites, je suis là. Association dédiée à la prévention du suicide, elle s'est donnée comme mission de libérer la parole et d'informer la population générale sur les moyens d'agir auprès d'un proche en crise suicidaire.

<https://www.ditesjesuisla.fr/>

AUTRES SOURCES



Santé mentale des jeunes. Petit guide pour les parents. [livret] (2025)

UNAFAM (Union nationale des familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques)

<https://www.ghu->

paris.fr/sites/default/files/media/downloads/Livret%20Sante%cc%81%20mentale%20des%20jeunes%20-%20Petit%20guide%20pour%20les%20parents%20.pdf



Accueillir et recueillir la parole de l'enfant. [livret] (2025)

Centre National de Ressources et de Résilience.

http://cn2r.fr/wp-content/uploads/2024/10/Accueil_recueil_parole_enfant_Cn2r-

1.pdf



Quand on te fait du mal. [livret] (2025)

Muriel SALMONA, Sokhna FALL & Claude PONTI

https://www.memoiretraumatique.org/assets/files/v1/Documents-pdf/2022-quand-on-te-fait-du-mal_ponti-memoire-traumatique-hdweb.pdf



Feelings harcèlement. En parler autrement. [jeu] Act in games. (2022)
Centre de planning familial Aurore Carlier, Vincent BIDAULT & Jean-Louis ROUBIRA
https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9580&titre=feelings-harclement-en-parler-autrement&debut=



8/9

Feelinks Révélations - Le jeu des émotions. [jeu] Act in games. (2019)
Vincent BIDAULT & Jean-Louis ROUBIRA
https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8391&titre=feelinks-revelations--le-jeu-des-emotions&debut=



Santé Mentale, on en parle ? (jeunes) [brochure]. (2025)
Ministère du travail, de la santé, des solidarités et des familles
sante-mentale-on-en-parle-jeunes.pdf



Questionnaire d'autoévaluation en santé mentale (à partir de 15 ans).
Questionnaire en ligne pour aider le jeune à mettre des mots sur les difficultés qu'il ressent et l'orienter vers un professionnel de santé.
<https://primo.santepsyjeunes.fr/>



Victimes de viols ou d'agressions sexuelles, connaître ses droits. [brochures]
Collectif Féministe Contre le Viol

- [Version pour adultes](#)
- [Version pour enfants \(illustrée\)](#)

INFOS ET NUMÉROS UTILES

- Si vous êtes victime ou témoin de violence sur mineur : appelez le **119**.
- Si vous êtes victime ou témoin de violences faites aux femmes :appelez le **3919**.
- Si vous êtes victime ou témoin de tous types de violences, vous pouvez également appeler le **116 006** partout en Europe.
- Si vous êtes victime ou témoin de violences mais que vous ne pouvez pas parler ou entendre : envoyez un SMS au **114**.
- Si vous avez ou un de vos proches a des idées suicidaires :appelez le **3114**.
- En cas d'urgence,appelez le **17** (Police secours).



Pour plus d'informations sur le **signalement des violences** :
<https://arretonslesviolences.gouv.fr/>

9/9



Mon soutien psy. Jusqu'à 12 séances remboursées par an avec un psychologue.
[dispositif]
<https://www.ameli.fr/paris/assure/remboursements/rembourse/remboursement-seance-psychologue-mon-soutien-psy>



Enfance & Partage. Association ayant pour but de protéger et défendre les enfants victimes de toutes formes de violences.
<https://enfance-et-partage.org/>
Contact Stop Maltraitances : **0 800 05 1234** (appel gratuit, du lundi au vendredi et de 10h à 18h).



Fédération nationale Solidarité Femmes. Réseau de 83 associations qui partout en France accueillent, accompagnent et hébergent les femmes victimes de violences et leurs enfants. → <https://solidaritefemmes.org/>

Collectif Féministe Contre le Viol. Association proposant deux permanences téléphoniques :



- Viols Femmes Informations : **0 800 05 95 95**
- Violences sexuelles dans l'enfance : **0 805 802 804**

<https://cfcv.asso.fr/>



France Victimes. Fédération nationale de l'aide aux victimes.

<https://www.france-victimes.fr/index.php>

Contact : **116 006** ou [par mail](#)



Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles (CIDFF). Association présente dans chaque département ayant pour mission d'informer, orienter et accompagner les femmes (et plus largement les familles) sur leurs droits. → <https://fncidff.info/>



SOS Hommes battus. Association reconnue d'Intérêt Général dans l'aide et l'assistance aux hommes victimes de violences domestiques.
<https://soshommesbattus.org/>



Fédération Nationale des Associations et des Centres de prise en charge **d'Auteur-e-s de Violences conjugales et familiales** :
<https://www.fnacav.fr/> / tél : **08 019 019 11** (appel gratuit du lundi au samedi et de 10h à 16h)