

Duclos, G. (2011). *Attention, enfant sous tension! Le stress chez l'enfant*, coll. CHU Sainte-Justine pour les parents. Montréal, QC : Éditions du CHU Sainte-Justine

Carole Sénéchal

Volume 45, Number 2, 2016

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/1039060ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/1039060ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Revue de Psychoéducation

ISSN

1713-1782 (print)

2371-6053 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this review

Sénéchal, C. (2016). Review of [Duclos, G. (2011). *Attention, enfant sous tension! Le stress chez l'enfant*, coll. CHU Sainte-Justine pour les parents. Montréal, QC : Éditions du CHU Sainte-Justine]. *Revue de psychoéducation*, 45(2), 483–483.
<https://doi.org/10.7202/1039060ar>

- **Duclos, G. (2011). *Attention, enfant sous tension! Le stress chez l'enfant*, coll. CHU Sainte-Justine pour les parents. Montréal, QC : Éditions du CHU Sainte-Justine.**

Psychoéducateur et orthopédagogue depuis une trentaine d'années, Germain Duclos y aborde un problème encore peu traité par la recherche et les médias : le stress chez l'enfant. En réaction à la tendance générale de sous-estimer l'effet perturbateur du stress sur le développement des enfants, l'auteur rappelle que des situations qui paraissent anodines aux yeux de l'adulte peuvent l'être beaucoup moins pour l'enfant qui n'aurait pas développé suffisamment de stratégies d'adaptation pour y faire face.

En partant de cette prémisse, Duclos s'attarde à différentes situations susceptibles de générer du stress chez l'enfant (le stress des adultes, la séparation parentale, l'ostracisme scolaire, les pressions de performance et des évaluations, difficultés d'apprentissage, tracasseries quotidiennes ...) et propose pour chacune des stratégies adaptatives diversifiées et collées à la réalité des enfants d'aujourd'hui.

C'est donc un livre à l'intention des parents qui cherchent des moyens pour soutenir leur enfant aux prises avec des situations stressantes récurrentes. Bien sûr l'auteur reconnaît que le stress est une réalité normale de la vie et qu'il ne s'agit nullement de surprotéger l'enfant pour le faire vivre dans un monde aseptisé. L'enjeu ici consiste à savoir identifier les manifestations physiologiques et comportementales liées au stress pour mieux composer avec ce phénomène et à développer, grâce à un accompagnement éducatif adéquat, une capacité de résilience dès son plus jeune âge.

Carole Sénéchal