

MON ENFANT EST HAUTEMENT SENSIBLE

De la naissance à l'adolescence, aidons nos enfants à faire de leur sensibilité une force

de Saverio Tomasella (contributions), Elaine Aron*

Maison d'édition : Éditions Leduc Pratique



RÉSUMÉ

Cet enfant est partout ! Peut-être même étiez-vous concerné ? Créatif, subtil, consciencieux... l'enfant hautement sensible n'est pas toujours reconnu comme tel et cela peut cristalliser des problèmes au quotidien. Alors comment apaiser la relation ?

Après avoir explicité ce qu'est l'hypersensibilité et dressé un portrait de l'enfant hautement sensible – du nourrisson au jeune adulte – il s'agira de dédramatiser des situations concrètes du quotidien. Les parents, mais aussi les enseignants, auront les moyens de mieux comprendre cet enfant, de l'encourager et de l'aider à s'épanouir !

Des clés essentielles pour élever un futur adulte heureux : favoriser l'estime de soi, réduire le sentiment de honte face à sa différence qui est une véritable force, utiliser l'éducation positive, dialoguer avec les enseignants pour des interactions productives...

Des tests et des témoignages pour aider les parents à mieux comprendre l'hypersensibilité. Des exercices pour aider les jeunes enfants à réguler la surstimulation, les émotions intenses, la timidité... et des solutions pour les aider à mieux vivre l'école.

Le livre indispensable sur l'hypersensibilité des enfants, que l'experte du sujet, Elaine Aron, nomme plus précisément l'enfant hautement sensible.

* Formée à l'institut Jung de San Francisco, Elaine Aron est psychothérapeute et chercheuse en psychologie. Elle est reconnue internationalement pour ses travaux sur l'hypersensibilité et a publié plusieurs best-sellers sur le sujet. Elle a écrit, entre autres, *Hypersensibles, mieux se comprendre pour s'accepter* (Marabout).