

# La bibliothérapie avec les enfants: une méthode pour comprendre, s'exprimer et grandir



Observatoire latin pour l'enfance et la jeunesse  
11 juin 2026

Marie-Pierre Joly, PhD travail social  
Institut universitaire Jeunes en difficulté



# Plan de présentation

- Définir la **bibliothérapie**, identifier ses bienfaits, notamment pour soutenir la participation

- Explorer **deux outils cliniques** pour soutenir son utilisation

Enfants de 4-8 ans, contexte de placement en protection de la jeunesse

- Découvrir certaines **retombées concrètes** de cette méthode selon la perspective des intervenants

# La bibliothérapie

Définition, processus et potentiel clinique avec les jeunes ayant vécu des traumas

Crédit image: iStock



# Le fondement : la lecture et ses bienfaits

Que se passe-t-il quand on lit un livre avec un enfant?

**Un moment partagé qui nourrit le lien, qui stimule la curiosité et l'imaginaire et qui permet naturellement aux jeunes d'explorer leurs émotions et le monde qui les entoure.**


# Qu'est-ce que la bibliothérapie?

Une méthode qui utilise la lecture d'histoires afin d'aborder des réalités complexes ou sensibles avec les enfants et les jeunes, dans le cadre d'une discussion guidée par un adulte.




Crédit image: Mathieu Lampron, Trousse Trauma ou trop mal?

# Pertinence



**Pour les jeunes,  
le mode « conversation »  
ne suffit pas toujours**

- Les jeunes qui ont vécu des traumatismes ont souvent des difficultés à **mettre des mots sur leurs états internes**.
- Ce défi est exacerbé chez les plus jeunes, qui possèdent d'emblée un répertoire de langage émotionnel plus limité.



**Parler de certains sujets  
risque de déclencher  
le système d'alarme**

- Parler d'expériences de vie adverses ou d'émotions difficiles sans porter attention à la méthode peut déclencher le système d'alarme.
- L'histoire offre un espace symbolique pour **explorer des émotions difficiles à travers des situations extérieures à soi**, permettant ainsi d'aborder les thématiques sensibles en douceur.

## IDENTIFICATION

aux personnages qui vivent des expériences comparables aux siennes

## TRANSPOSITION

des apprentissages du récit à sa propre vie, pour envisager de nouvelles stratégies dans sa situation

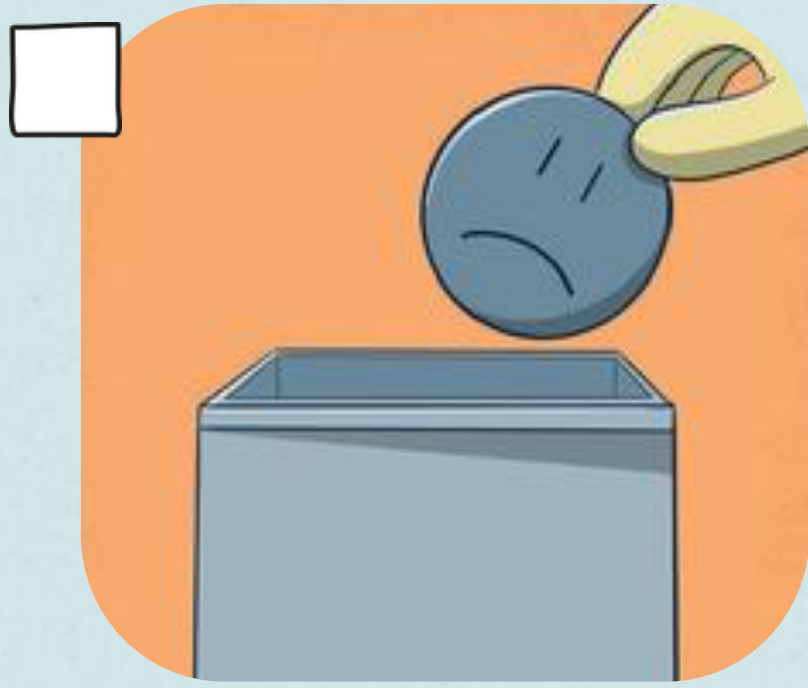
## PROJECTION

de son vécu sur des personnages fictifs envers lesquels il s'est reconnu, ce qui donne sens à ses émotions

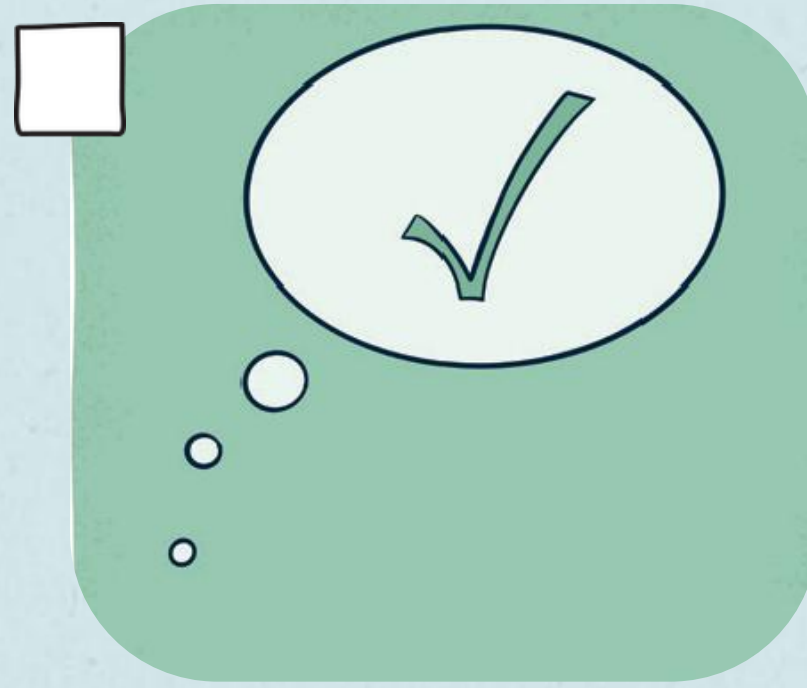
## NORMALISATION

du vécu de l'enfant, ce qui lui permet de briser l'isolement

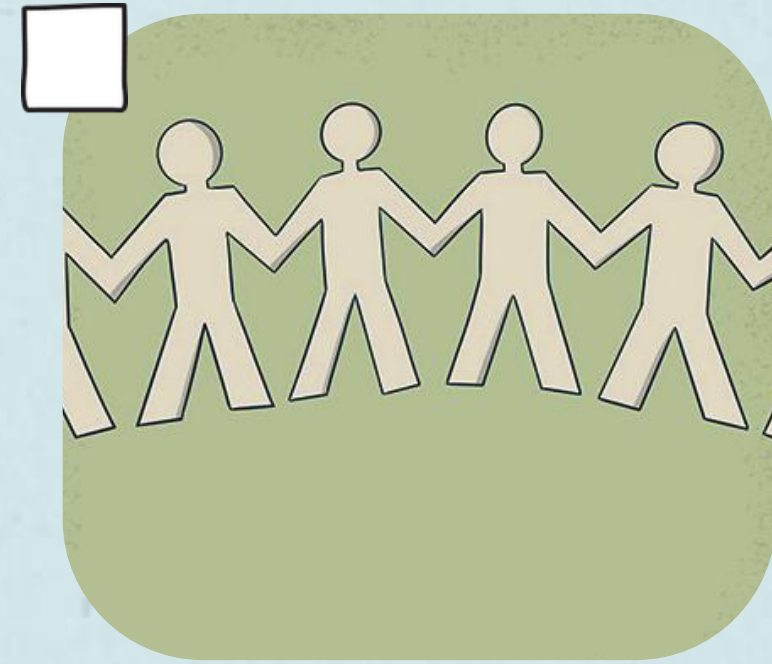
# Processus



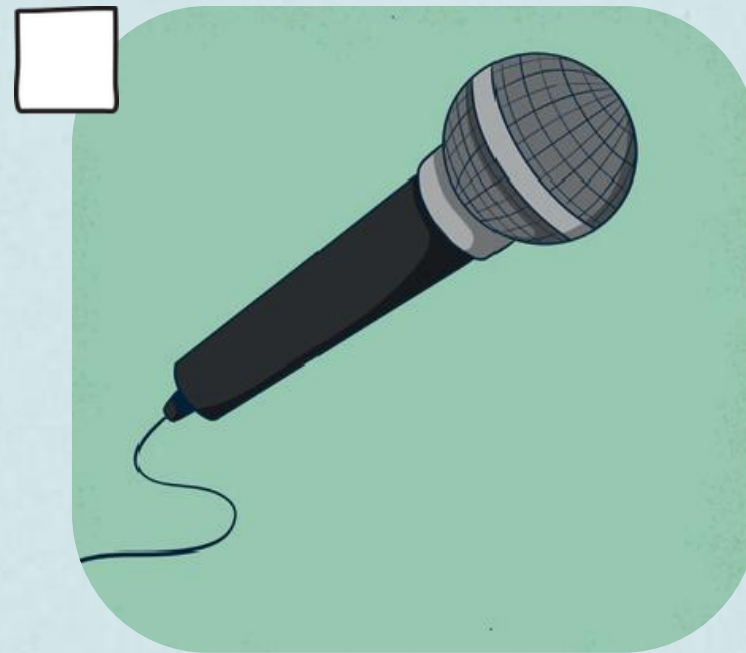
**FACILITE L'EXPLORATION  
DES ÉMOTIONS**



**DÉVELOPPE LA  
PENSÉE RÉFLEXIVE**



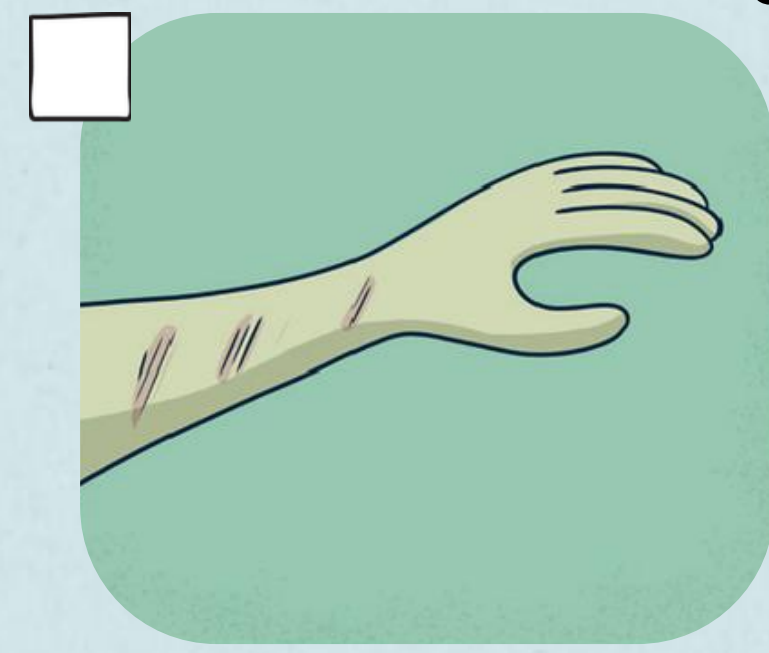
**NORMALISE**



**STIMULE LA PARTICIPATION  
ET LE POUVOIR D'AGIR**



**DIMINUE  
L'ISOLEMENT**



**PERMET D'ENVISAGER DES  
COMPORTEMENTS PLUS  
ADAPTÉS**

# Bienfaits

# Une méthode qui favorise la participation

- L'histoire offre un **espace de communication adapté** à l'enfant. Il peut alors comprendre plus aisément sa situation
- Soutien l'expression du **point de vue de l'enfant**
- L'adulte pourra plus facilement en tenir compte dans la **planification de l'intervention.**



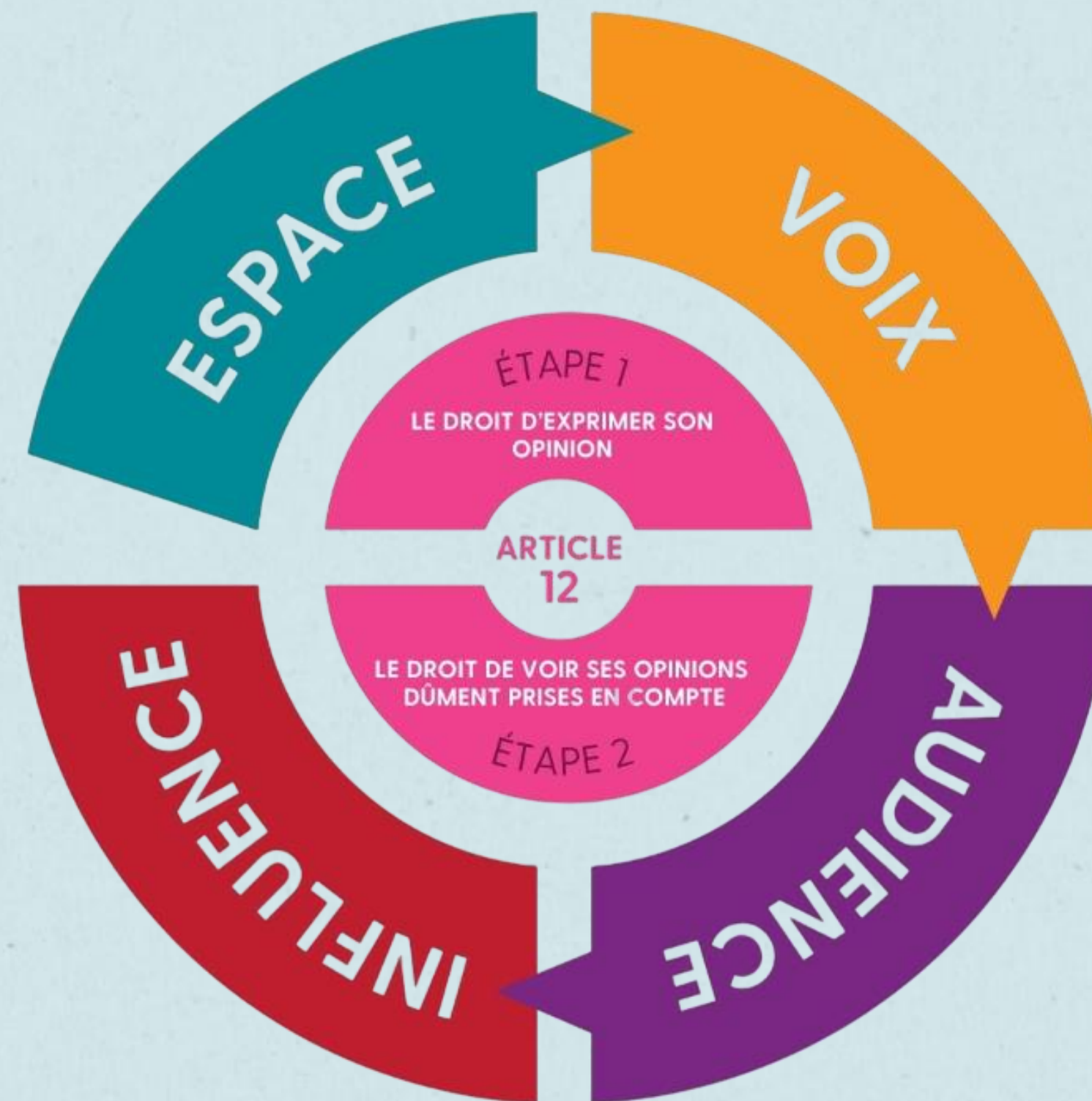


# Le modèle de Lundy

Le droit à la participation est décrit dans l'article 12 de la Convention internationale sur les droits de l'enfant. Ce modèle propose une approche pour le conceptualiser: il met l'accent sur quatre éléments distincts, mais interreliés qui sont essentiels pour permettre une participation effective (Lundy, 2007).



IUJD



Outil original: [National Framework for Children and Young People's Participation in Decision-making à partir de Lundy, 2007](#)

Traduction: [Institut universitaire Jeunes en difficulté](#)

# Exemples d'application

Auprès des tout-petits en contexte de placement (protection de l'enfance)

Crédit image: iStock



# L'expérience des jeunes enfants placés

Le placement: une situation complexe, qui s'accompagne souvent d'émotions complexes et marquées par une forme d'ambivalence, pouvant aller jusqu'au conflit de loyauté (Balsells, 2017; Drapeau et al., 2010).

Souvent, les jeunes manquent d'information sur les raisons de leur réunification (Balsells et al. 2017).

« Ils m'ont dit que je devais faire mon sac parce que je rentrais chez moi. J'ai fait mon sac, ils sont venus me chercher et je suis parti. Ils m'ont juste ramené à la maison, et c'est tout. Ils ne m'ont rien dit, ils m'ont juste renvoyé chez moi. »

Garçon de 9 ans

# L'accompagnement des jeunes enfants placés en contexte de protection de la jeunesse

Concernant les visites supervisées, les enfants...

- ont souvent une mauvaise compréhension des motifs;
- comprennent mal le rôle du tiers superviseur;
- ont du mal à mettre des mots sur leur vécu.

Poirer, N., 2016

« [...] On supervise parce que des fois j'accepte pas les non de ma mère. » (Jeanne, 9 ans)

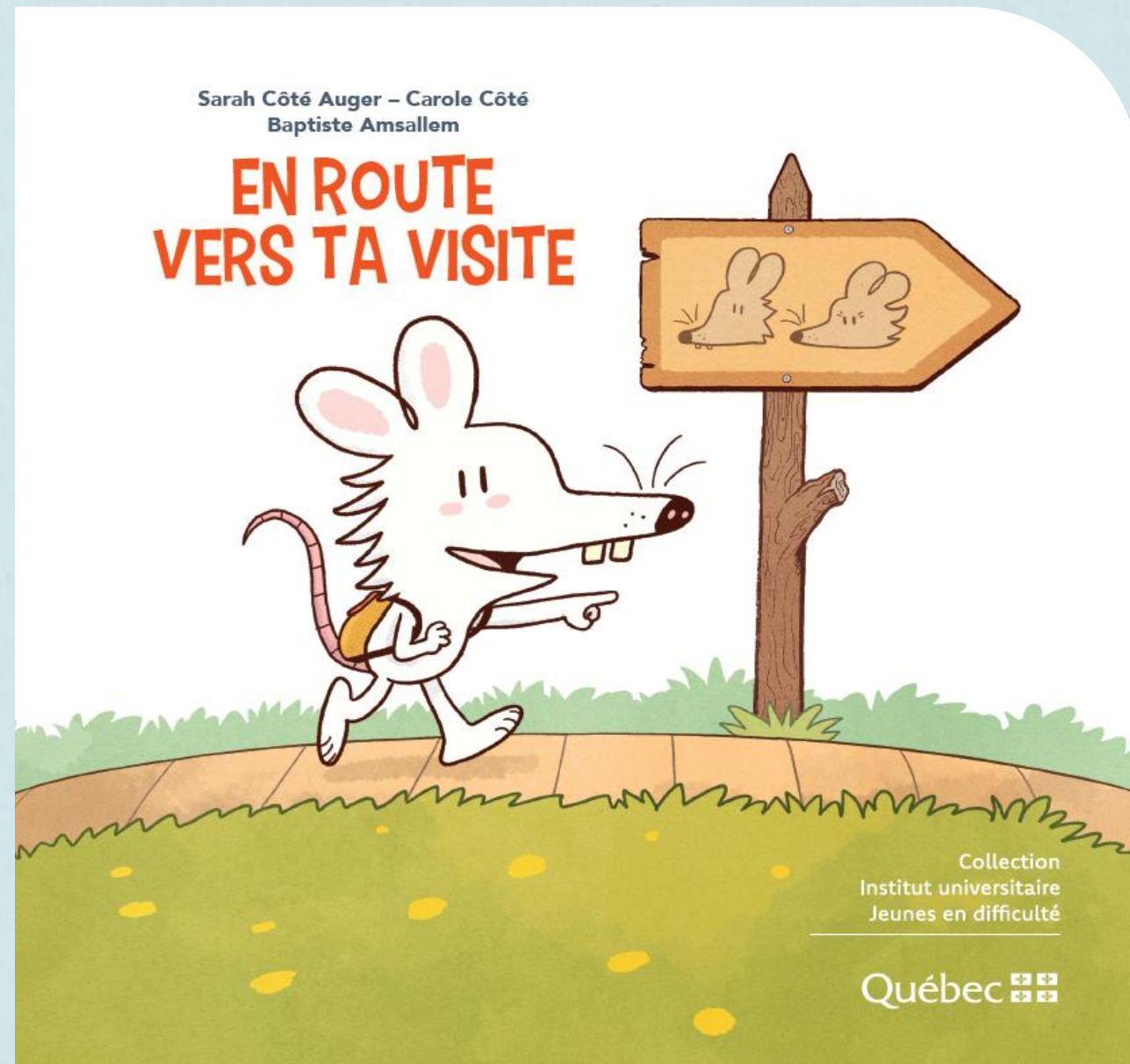
« Il écrit si j'ai bien fait ça avec mes parents. »  
(Raphaëlle, 10 ans)

« J'ai pas envie d'en parler, c'est rare que j'en parle, je vais garder ça pour moi et à un moment donné je vais oublier » (Jérémy, 9 ans)

# 2 troussees cliniques

Enfants de 4-8 ans - contexte de placement

Visites supervisées  
En route vers ta visite

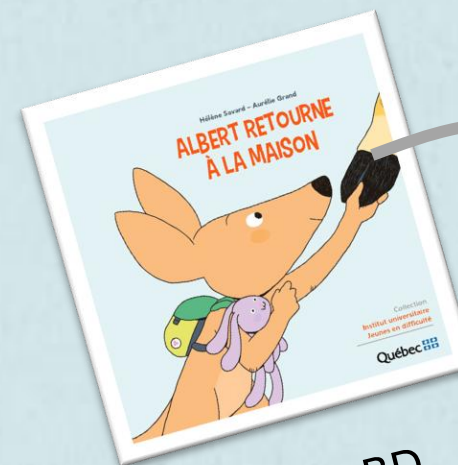


Placement et réunification  
Albert retourne à la maison

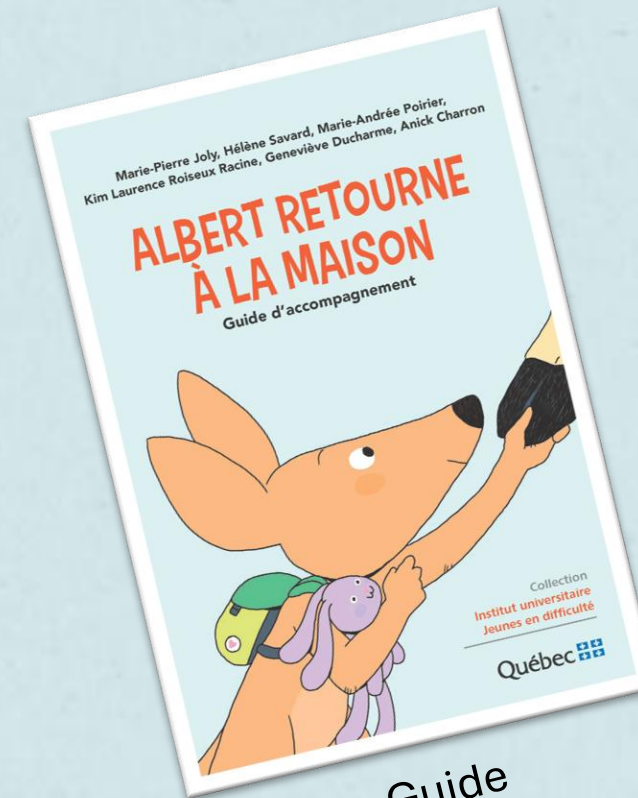


# Dans chaque trousse

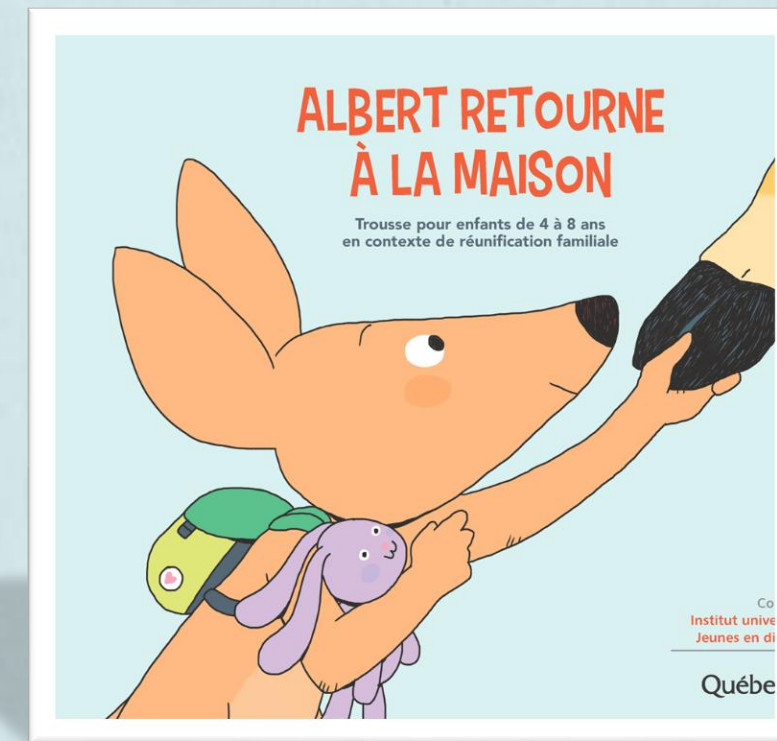
- Un album jeunesse
- Des fiches d'activités
- Un guide d'accompagnement



Album ou BD



Guide



Pochette cartonnée



Fiches reproductibles



Tous droits réservés

\*

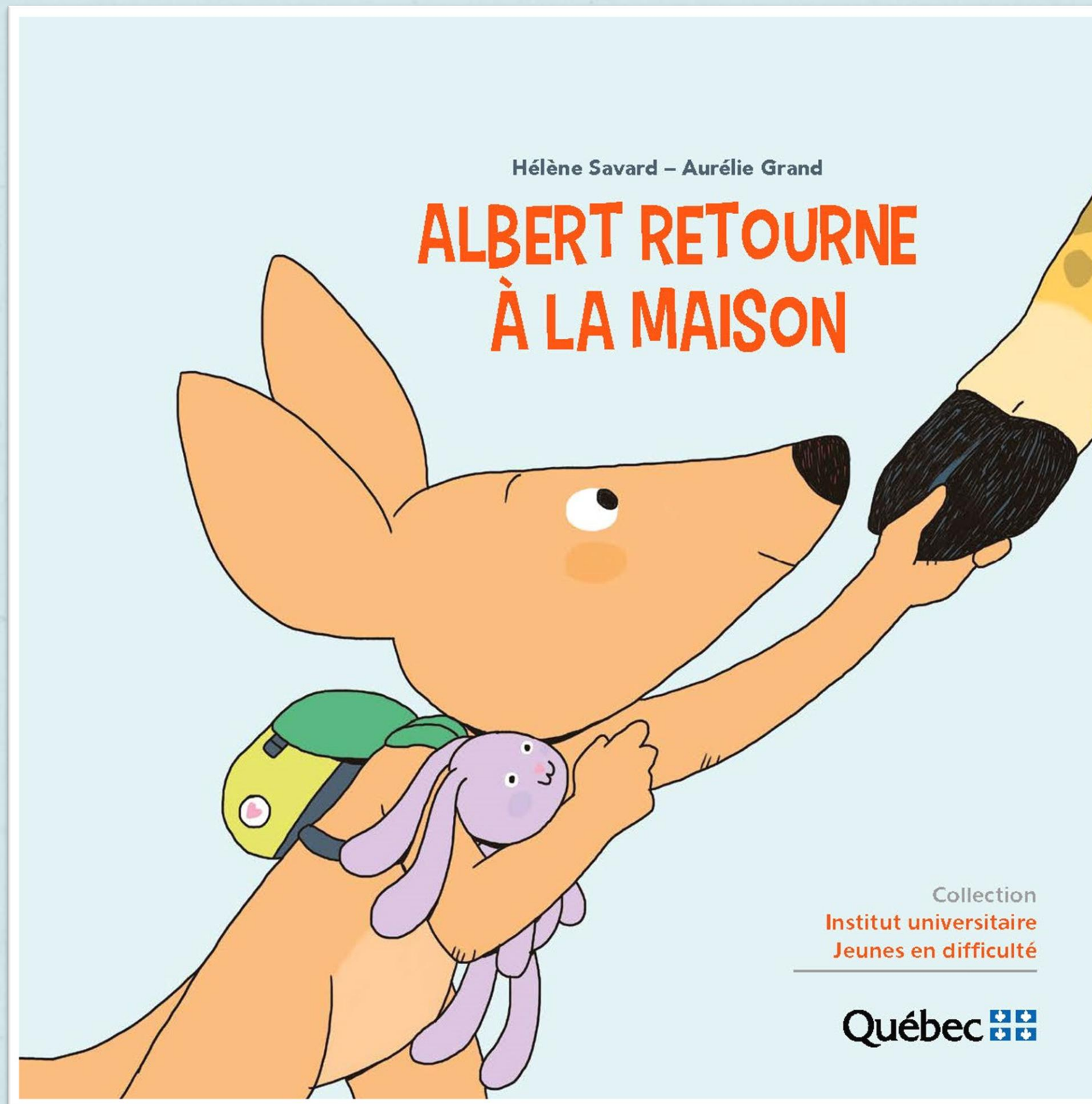
SVP pas de photo ni d'enregistrement

Texte: Hélène Savard, en collaboration avec  
son équipe

Illustrations: Aurélie Grand

Édition et diffusion : Les Éditions du CIUSSS  
du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal (en  
collaboration avec les Éditions Les 400  
coups)

Collection : Institut universitaire Jeunes en  
difficulté



# Résultat d'une démarche d'appréciation

Qu'en disent les intervenants?

Crédit image: iStock



# Méthode

Sondage en ligne ( N= 54) et 3 Focus group (N=10)

- Caractéristiques des troussees (format, illustrations, etc.)
- Retombées (satisfaction, pertinence)
- Impacts (changement de pratique, effets pour les enfants).



## **Parmis nos répondants:**

**68 %** travaillent en protection de la jeunesse

**57 %** ont un rôle d'accompagnement direct auprès des enfants

**76%** ont plus de 10 ans d'expérience

## Des outils qui facilitent l'accompagnement des tout-petits

« *Tout est super bien expliqué. L'histoire, les fiches, c'est vraiment bien fait. Quand on prend le temps de lire le guide, on a vraiment une bonne base pour se lancer.* »

– Éducatrice à l'application des mesures

« *Comment on dit ça à un enfant : « Ta maman a des problèmes de consommation importants, ce qui fait qu'elle a de la difficulté à prendre soin de toi. » ? C'est le nerf de la guerre, et c'est encore plus difficile avec les petits. La trousse aide à trouver les bons mots.* »

– Intervenante en application des mesures

## Des outils pour recueillir et tenir compte du point de vue de l'enfant

« *La famille d'accueil a lu la lettre [proposée dans la trousse], ils se sont pris dans leurs bras. Elle a encore la lettre aujourd'hui. Ça a permis une vraie fin que moi j'ai trouvée belle, parce qu'on ne prend pas toujours le temps de réfléchir à comment on dit au revoir.*

– Éducatrice



« *Quand on fait le plan de visites avec les parents, on oublie généralement que les enfants pourraient aussi être contributifs. Le petit outil qui est proposé [dans la trousse] aide pour ça.*

– Intervenante en application des mesures



## Pour conclure... Un défi malgré des outils appréciés.

Explorer avec un enfant, ça fait peur. Ouvrir une brèche, **ouvrir la boîte de Pandore**, puis rester pris avec ça, sans savoir quoi faire après, c'est une crainte réelle. (Chef de service)

Des fois, les enfants vont sortir des choses avec lesquelles on est inconfortables. Il faut être capable de dire à l'enfant :

«J'aimerais te donner cette réponse-là, je sens que ça te ferait du bien. Mais moi non plus, je n'ai pas toutes les réponses. **C'est un chemin qu'on va marcher ensemble** ».

(Intervenante)

# Série Diapason



<https://iujd.ca/fr/collection-iujd>

- 2 bulletins qui résument une recension des écrits sur la bibliothérapie (références de la présentation)
- 2 recueils d'outils de bibliothérapie (titres disponibles au Québec – enfance et adolescence)
- Les 5 troussees de la série

## Disponibilité en Europe:

- Dès septembre, via [DOD&Cie](#) (distributeur)
- En commande via votre libraire
- **40 €** pour *En route vers ta visite* et *Albert retourne à la maison*



## Diapason

Série de troussees cliniques pour soutenir l'accompagnement des enfants et des adolescent.e.s qui vivent des réalités complexes



**Merci !**

Pour toute question:  
[marie-pierre.joly.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca](mailto:marie-pierre.joly.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca)