**Bibliographie de la formation :**

* BRUCHON-SCHWEITZER, M. (2001) *Le copng et les stratégies d’ajustement face au stress.* ARSI 67, 68-83
* CHEVRIER, N. (2017). *Le burnout parental*. Source web. <https://naitreetgrandir.com/blogue/2017/04/27/le-burnout-parental/>
* DESMARAIS, A. (2018). *Le surmenage parental, un phénomène qui prend de l'ampleur.* Radio-canada. Source web. https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1110728/surmenage-parental-burn-out-epuisement-enfant-parent-psychologie-famille
* HOULE, S. (2018). *Le burnout parental*. Conférence. APED.
* HOLSTEIN, L. (2014) *Les dix signes qui montrent que vous êtes en burn out* *parental*. Source web. https://www.huffingtonpost.fr/liliane-holstein/la-depression-liee-au-fait-detre-parents\_b\_5886426.html
* HOLSTEIN, L. (2015). *Le burn out parental : Surmonter l’épuisement et retrouver la joie d’être parents*. J.Lyon.322 pages
* KOREVAAR, Dre. Diana(2018). *Apaiser le stress parental : Exercices pratiques et méditations guidées.* Québec Amérique. 203 pages
* LACHARITÉ, C. et all. (1992). *Le stress parental chez les mères d’enfants préscolaire : Validation et normes québecoises pour l’indice de stress parental*. Montréal, Qc : santé mentale au Québec XVII, 183-204.
* LEBERT-CHARRON, A et all. (2018) *Maternal Burnout Syndrome : Contextual and psychological assiated factors.* Frontiers in psychology
* MASLACH. (2009). *Test d’inventaire de Burnout Maslach*. Source web. <http://www.psychologuedutravail.com/wp-content/uploads/2009/12/QUESTIONNAIRE_BURNOUT_MASLACH.pdf>
* ROSKAM, I. et MIKOLAJCZAK, M. (2018). *Le burn-out parental, comprendre, diagnostiquer et prendre en charge.* Éditions deboecksuperieur*.* Paris. 329 pages.
* ROSKAM, I. et MIKOLAJCZAK, M. (2017). *Le burn-out parental : l’éviter et s’en sortir.*Édition Odile Jacob.
* Trillard, A. (2018). *Au secours, je me noie! Comprendre et éviter le burnout maternel. Édition* Du Rocher.
* BUZYN, E. ( 2018).*Quand les mères craquent. Osez dire que vous n’en pouvez plus.* Les éditions S. Leduc.
* <https://fr.wikipedia.org/wiki/M%C3%A8re_suffisamment_bonne>
* PSYCHOMEDIA. <http://www.psychomedia.qc.ca/lexique/definition/charge-mentale>