

# **NOUVEAUTÉS DOCUMENTAIRES PHILOSOPHIE - PSYCHOLOGIE**

**NOTRE SÉLECTION DE TITRES  
DISPONIBLES EN SEPTEMBRE 2026  
DANS LES 11 BIBLIOTHÈQUES  
MUNICIPALES DE RENNES**



## Hors de soi : déjouer la tyrannie de l'attention

Guillot, Apolline

Philosophie Magazine éditeur

A rebours des injonctions à l'efficacité cognitive, la philosophie fait l'éloge d'une déconcentration assumée. Face aux flux numériques et au scroll compulsif, elle propose de requalifier la "crise de l'attention" en une question de présence au monde. Plutôt que de chercher à se ressaisir à tout prix, elle invite à accepter sans culpabilité l'éparpillement de la vie intérieure.



## L'enfance

Beauvais, Clémentine  
(1989-....)

Labor et Fides

Dans cette réflexion sur l'enfance, la philosophe dépasse les clichés associés à cette expérience existentiellement fondatrice d'être mineur et en déplace la relecture trop souvent psychologique vers une pensée politique. Elle propose de faire de l'enfance le socle à partir duquel réfléchir à toutes les injustices et les combattre.



## L'humour

Blondel, Matthias

Les Printanières

Une introduction philosophique à l'humour, qui peut à la fois faire du bien et s'avérer cruel. L'auteur aborde l'éthique et l'esthétique de l'humour, qu'il replace dans le contexte des pratiques artistiques, en le comparant avec d'autres formes d'expression.



## Trop fatigué pour penser ? : la paresse comme résistance à la pensée

Brenifier, Oscar (1954-....)

Editions Ancre

Des clés pour réhabiliter la pensée, dans une société saturée d'informations qui tendent à épuiser la réflexion. Interrogeant les mécanismes mentaux, l'auteur invite à déconstruire les habitudes de pensée afin de s'engager dans la voie d'une réflexion active, envisagée comme un acte d'émancipation et de résistance.



## Le regret

Frenette, Rachel  
Les Printanières

Une introduction philosophique à propos de l'expérience du regret, souvent désagréable et inconfortable. L'auteure interroge sa raison d'être, examinant notamment le rôle du regret dans la constitution de soi, de son identité propre.

Élisabeth Roudinesco  
Le divan  
des femmes



Élisabeth  
Roudinesco

## Le divan des femmes

Roudinesco, Elisabeth  
(1944-....)  
Seuil

Une exploration du combat des femmes faisant partie du premier cercle des pionniers de la psychanalyse, ainsi que des découvertes, des débats et des controverses alimentées par l'étude des symptômes et des souffrances des femmes.



## La tolérance

Jaffro, Laurent (1963-....)  
Les Printanières

Une introduction philosophique aux notions de tolérance et d'intolérance, associées à la liberté individuelle, au respect des personnes ou encore à la paix sociale.



## Pourquoi avons-nous peur ?

Bohler, Sébastien (1970-....)  
Plon

S'appuyant sur les neurosciences, l'auteur décrypte les mécanismes de la peur, de son origine ancestrale liée à la survie jusqu'aux angoisses modernes comme l'éco-anxiété. Il propose des pistes pour reprendre le contrôle via le raisonnement, le lien social et la reconnexion à la nature.



## Le courage de renoncer : comment faire le bon choix ?

Vervisch, Gilles (1974-....)  
Flammarion

Une réflexion sur la persévérance et le discernement, que l'auteur associe aux renoncements. Il aborde les notions d'acharnement et de courage sous les prismes de l'échec et de la réussite, et propose un autre regard sur le préjugé du "quand on veut, on peut".

Cliquez sur les vignettes pour  
retrouver les références des  
ouvrages sur notre catalogue

Stéphanie Hahusseau  
**Le sentiment  
d'injustice**  
Sortir de l'amertume  
et du ressentiment



## Le sentiment d'injustice : sortir de l'amertume et du ressentiment

Hahusseau, Stéphanie

O. Jacob

Un essai dans lequel la médecin psychiatre et psychothérapeute propose une réflexion autour du sentiment d'injustice. Elle explore les mécanismes cérébraux à l'origine de l'amertume et de l'impuissance, incitant à sortir de la résignation et de l'isolement afin de retrouver sa clarté mentale et son pouvoir d'action.



## Les faux virils : ces mecs qui font les mecs

Agostini, Joseph (1978-....)

Dunod

Exploration de la psychologie des masculinistes, des hommes revendiquant une virilité extrême, rejetant le féminin en eux et chez les autres. A travers une analyse psychanalytique, il démontre que leur quête de domination dissimule une faille identitaire notamment fondée sur une peur de la féminité et une angoisse de castration.



## Les potentiels singuliers : l'autre manière d'habiter le monde

Millêtre, Béatrice (1965-....)

Payot

Une réflexion sur la place des hauts potentiels dans la société, et la façon dont ils peuvent façonner un nouveau monde, fondé sur l'intelligence collaborative au-delà de l'individualisme.

IVY DAURE

**Faire vivre  
son couple**

## Faire vivre son couple

Daure, Ivy

ESF sciences humaines



Thérapeute du couple et des familles, l'auteure présente les différentes étapes de la vie de couple, de la rencontre des partenaires ou décès de l'un d'eux, en passant par les étapes susceptibles de réinterroger ou d'ébranler une relation. S'appuyant sur des témoignages issus de sa pratique, elle livre des pistes pour traverser chaque étape de la vie à deux.



## M'explique pas la vie mec ! : manuel pour reprendre la parole, sa place et son pouvoir

Diallo, Rokhaya (1978-....)

Marabout

La journaliste met en lumière les comportements masculins qui invisibilisent les femmes dans tous les espaces. Elle donne des clés pour reprendre la parole, affirmer sa légitimité et lutter contre le sexisme ordinaire, afin de revendiquer pleinement sa place.

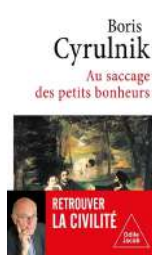


## L'élégance de la manipulation : influencer et convaincre sans conflit

Méry, Marwan (1975-....)

R. Laffont

Négociateur professionnel, l'auteur présente les différentes techniques d'influence et de manipulation : celles qui fonctionnent, celles qui échouent ou encore celles à manipuler avec discernement. Il expose notamment les neuf vulnérabilités qui marquent tous les êtres humains.



## Au saccage des petits bonheurs

Cyrulnik, Boris (1937-....)

O. Jacob

Depuis les années 1990, les rituels de civilisation qui organisent les relations quotidiennes et facilitent l'art de vivre ensemble sont mal transmis. L'auteur propose de réinventer une civilité pour permettre une coexistence harmonieuse entre hommes et femmes, adultes et enfants, mais aussi entre les humains et la nature.



## Petit précis du bonheur

Frély, Rachel (1965-....)

Mango

Des exercices de gratitude, des conseils pratiques et des pistes de réflexion pour cultiver l'optimisme, savourer l'instant présent et trouver le bien-être au quotidien.



## Une femme reposée est une femme libre

Hobbs, Nicola Jane

Leduc.s éditions

Un programme en six étapes pour accéder au repos et éviter le stress de la vie quotidienne des femmes : des rituels de détente, des pratiques de soin pour réguler le système nerveux, des stratégies concrètes pour éviter les situations stressantes.



## La résilience

Tisseron, Serge (1948-....)

Que sais-je ?

Etude de la notion de résilience, phénomène de résistance et de reconstruction face à un traumatisme, à travers l'analyse de son histoire mais aussi des divergences autour de ses définitions et de ses usages.



## Danser sous l'orage : comment faire pour aller mieux ?

Mlle Fantazia

M. Lafon

Des conseils pour retrouver la confiance en soi et traverser les situations difficiles telles que l'anxiété sociale, la phobie scolaire ou encore les troubles du comportement alimentaire.



## Croire

Muller-Colard, Marion (1978-....)

Labor et Fides

Sous la forme d'une réponse à son fils qui l'interroge sur sa foi, l'auteure propose une réflexion sur les croyances, la place qu'elles occupent dans la vie des individus ainsi que l'usage que chacun peut en faire. Du complotisme à l'émergence de nouvelles croyances, en passant par le déplacement d'attitudes religieuses vers le militantisme, elle explore toutes les formes de la foi.



## Hypermnésique : je suis hypermnésique : ma mémoire retient tout ce qui m'arrive, mais aussi ce qui arrive aux autres, les noms, les dates et les lieux se fixent immédiatement dans mon souvenir pour ne plus disparaître

Beyern, Bertrand

Cherche Midi

L'auteur, qui est capable de garder en mémoire des milliers de faits et de gestes, retrace son parcours depuis son enfance solitaire où il se découvre un goût pour les choses révolues. Doté d'autodérision et d'humour noir, il convoque ses auteurs et chanteurs favoris ainsi que des disparus injustement oubliés, saupoudrant son récit d'aphorismes grinçants ou espiègles.

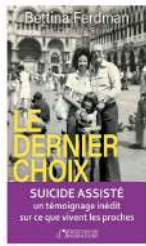


## Berçer les étoiles

Roy, Anna

Larousse

Mêlant récits cliniques, réflexions intimes et portraits, une sage-femme raconte dix histoires de deuil périnatal, levant le voile sur l'un des derniers tabous de la maternité. Elle rend hommage à ces bébés partis trop tôt ainsi qu'à leurs parents et aborde les émotions complexes et le rôle des soignants face à l'inacceptable, mais aussi les chemins possibles vers la reconstruction.



## Le dernier choix

Ferdman, Bettina

Editions de l'Observatoire

L'auteure a vécu deux expériences de suicide assisté radicalement opposées : celle de son père, qui y a eu recours sans prévenir personne, et celle de sa mère, qui a annoncé son intention avant d'y renoncer. Elle explore les zones d'ombre du droit à mourir dans la dignité. Sans remettre en question ce droit fondamental, elle interroge ses répercussions sur l'entourage.