Proposition de Sommaire

A

Surtout pas le moment d'Abdiquer
Absence d'un parent, d'un conjoint = double peine
- Famille monoparentale
- Quand les parents Divorcent
- Parents divorcés

Il me dit que j'Abuse !
Addictions :
- Jeux, comment le faire revenir dans la vraie vie ?
- DROGUE, et DEAL prévention et lutte : petite fiche pédagogique pour lui désigner les cibles, méthodes des dealers, molécules existantes, effets et risques encourus à court, moyen et long terme
- Alcool : Le binge drinking...

Argent : Mon ado, cet opportuniste
Les Autres, c'est trooop la Vie (Place et importance des Copains/Copines)
D'ailleurs Pourrrquoi tous les Autres, ils ont tous le droit de ... et pas moi ? (la technique bien rodée)
Petit rappel sur ce qu'est l'ADOLESCENCE
- Parlons Hormones
- Une période bouleversante
- et épuisante..

Enfant Adopté, savoir en parler
Quand faut-il vraiment s'Alerter : les signaux à ne pas négliger
Côté obscur : face à son Agressivité affichez la paix d'un moine bouddhiste (shaolin ?)
Pourquoi l'Avenir ne veut rien dire pour l'ado ?

B

Conseils de Base (de survie) pour tout parent d'ado
C'est la Baston à la maison
Problème avec les Beaux parents / pièces rapportées/ familles recomposées (place ?)
Les Besoins élémentaires de l'ado
Savoir dire Bravo !

C

Mon enfant pète un CABLE
Retrouver le Calme rapidement
Du bon usage de la Carotte !
Quid de la Cigarette ?
Sa Chambre, une zone à respecter, mais sous conditions !
Complexes et manque d'assurance
Concentration zéro (troubles de l'attention)
Quand et qui Consulter ? (Fiche avec pour différents cas, traumatismes,... tests et praticiens possible ex : pb scolaires, troubles de l'attention, addiction aux jeux... vs/ orthophoniste, neuropsychologue, psychiatre, généraliste... (aides, pmi...)
Montrer sa Confiance
Un Contestataire à la maison
Valoriser le Courage
Communiquer sans CRIEEEEEER
La Confiance n'exclut pas le Contrôle
Confiné avec un ado, l'état d'urgence

D

Tu as des DROITS mais aussi des DEVOIRS
Mon enfant se met en DANGER (S'assurer qu'il est en Sécurité)
Deuil : Un Décès dans l'entourage proche
Ne jamais se Décourager
Mon enfant Détruit tout chez nous
Mon ado est Déprimé
DISCIPLINE : Il/Elle désobéit sans cesse
DÉSORDRE : Il sème le chaos derrière lui
Diplomatie : notions-clef pour détendre l'atmosphère
Rester DISPONIBLE pour lui (même si ce qu'il vous raconte ne vous intéresse pas...)
DISPUTE : qui aura raison ?
Mon enfant est Différent et cela me pose problème (Homo trans, handicapé, autiste, pb psy...)
Mon enfant est Différent, comment le protéger ?
Mon enfant est de plus en plus Distant

E

Le sentiment d'Echec parental, un passage obligé
L'Echec scolaire, le sujet qui fache (manque de travail...)
Ecoutez-vous (vous avez surement la bonne réponse en vous, instinctivement)
Restez Enthousiaste et drôle ! Facile à dire ?
A chaque Époque ses ados (non en 14-18, ce n'était pas simple non plus !)
Mon ado est infernal (ou c'est L'Enfer à la maison) : Faut-il que j'appelle un Exorciste ?
Faire une pause quand ça EXPLOSE
Espionnage/ Flicage : quel risque encourez-vous à jouer les Détectives ?
Les Ecrans (Téléphone, TV, Ordi, jeux...) cette famille

qu'il s'est choisi
-Danger des écouteurs pour l'ouie
- danger des écrans pour la vue / mémoire ...

F

L'ado Fainéant... une fatalité ?
- Il est greffé au Canapé... (à son lit)
- Goût de l'Effort, cette notion qui lui est étrangère !
- Mon enfant a un Baobab dans la main
La Famille, sa tribu et son refuge pour toujours
Misère, j'ai engendré un Fêtard !
- Encadrer ses sorties
- Éviter les soirées projet X à la maison
Guerres FRATRICIDES et repli stratégique
Fréquentations douteuses, comment lui éviter l'emprise ... et le poste de police !?
Fugue, à qui la faute et comment réagir ?
Ado et Fumette : Préservez ses neurones
L'usage de la FORCE... mentale !

G

Mon ado me trouve Gênant (je lui fais honte... et j'aime ça)
La place des Grands-parents
Il a Grandi trop vite (mais où est mon bébé ?)
B**** de M****: mon ado est Grossier !
La Guerre d'usure est déclarée, ne pas céder (ne pas pleurer)
La Gifle (et pourquoi pas une poêle tant qu'on y est ?)
Mon ado est un geek/gamer, c'est l'horreur

H

Bonnes Habitudes : vos alliées dans les moments difficiles (quelques exemples d'habitudes auxquelles ne pas déroger, prise des repas, débarrasser la table, ponctualité, prévenir lorsqu'on a du retard, laisser les lieux comme on les a trouvé, ne pas mettre TV pendant le repas, poser les téléphones pendant le repas, pas de coup de fil après 21h30, on ne dort pas avec le téléphone, gestion de la musique...)
La question du Handicap, (celui de votre ado, celui des autres...)
Le Harcèlement, toujours pas passé de mode !
Et si votre enfant était un harceleur ?
Mon enfant est victime, que faire ?
L'importance de prendre de la Hauteur
Votre enfant est-il Heureux et que faire s'il ne l'est pas ?
Honnêteté, une qualité extrêmement contagieuse
Problèmes d'Hygiène (mais comment continuer à le prendre dans mes bras ???)
C'est pas l'Hôtel Ici !

I

Idolâtrer son ado, le huitième péché capital
Mon bébé est Immature... (je me demande bien pourquoi...)
Independance day : comment va évoluer sa prise d'autonomie pour votre plus grand malheur ?
Impertinence (les fragiles frontières entre second degré, insolence et injure)
Mon ado s'Isole, est-ce normal ?
Internet : le Code de protection parentale, mettez-le en place !!

J

Job : l'encourager et l'épauler
Justice des mineurs, leur faire comprendre leur responsabilité de citoyen
Savoir dire «Je t'aime » (même si parfois tu me gonfles)

L

Faut-il parler le même Langage qu'Ayana kamura pour se comprendre ?
La Limite de la Limite, de la Limite à ne pas franchir !
Mon ado est fauché mais a des goûts de Luxe... comment faire ?

M

Mépris, pourquoi mon ado me regarde t-il de haut ?
Reconnaître et contrer un ado Manipulateur
L'importance du Médiateur
Mon enfant me Maltraite
La Maturité de l'ado, info ou intox ?
Mon ado est un gros Mytho, que faire ?
- Mytho lourd : Le mensonge chronique
- Mytho léger : J'ai Rien fait ! (ou la mauvaise foi à son paroxysme)
Quand la Maladie vient tout bouleverser
Vertus et limites de l'éducation Militaire
Moto, 2 roues, trottinettes,...
- L'y autoriser, un choix compliqué
- Comment l'accompagner, le former ?
- Lui faire comprendre ce que cela implique
- Fiche technique sur l'assurance : à quoi cela sert-il (exemples applications avec ou sans, qui paye ?) pourquoi on ne peut pas prendre n'importe quel

véhicule sans en avoir une (louer une trottinette ou un vélib en grugeant sur son âge par exemple...) qui est responsable en cas de pb...
Notre Maison, sa prison
Il nous inflige sa Musique et à fond en plus !

N

Naïveté, piégez votre ado pour lui apprendre à se méfier (ou comment lui apprendre à se méfier)
Fiche technique des pièges courants dans la vie et sur la toile... jeux concours, arnaque, chantage à la photo compromettante....
Nutrition : non, un omnivore ne mange pas que des Burgers
- Ado et Surpoids (et malbouffe etc)
- TCA (troubles du comportement alimentaire)
- Boulimie
- Anorexie

Savoir accueillir les mauvaises Notes avec sourire et bienveillance (mission impossible)

O

Obstination, quand l'ado s'entête
Oui ! Oui ! La promesse jamais suivie d'effets
Opposition : nous ne sommes plus d'accord sur rien (lorsqu'on ne peut plus se supporter)
Apprendre à donner des Ordres et à se faire obéir sans en avoir l'air...
Préoccupé et trop Occupé, l'ado face à la charge mentale parentale

P

Phobie scolaire, comment aider mon ado
Un ado Précoce, le challenge qui ne vous manquait pas !
Votre ado et ses Profs, qui croire !?
Autour de la Punition
Précarité, lorsque le contexte n'aide pas...
Mon ado se professionnalise autour de sa passion, comment gérer ?
- influenceur
- jeux (argent)
- Shootings
- Parcours, explo urbaine...
- DJ / Son / image....
- sport

Q

Le Quotidien (taches quotidiennes...) (voir bonnes habitudes)

R

En finir avec le Racket
La Réconciliation, le meilleur moment pour se dire les choses
Rassembler et se retrouver (autour d'un dîner, d'un sport, d'une crêpe partie, d'un apéro... ou d'une activité ludique à l'extérieur)
Étouffer la Rébellion, est-ce une bonne idée ? (user du consensus)
Redoublement, lorsque la sanction tombe
Sachez Refuser (rassurez-vous, il/elle vous pardonnera un jour)
Autorité : Soyez clair et tenez bon avec les Règles établies
Réseaux sociaux, prévenir les dangers
Le Respect, c'est mutuel.

S

Il Sèche les cours : comment le ramener dans le droit chemin (celui du bahut)
Secret : Faut-il tout dire ?
Bien doser les Sorties
Sexualité, Respect, normalité et «exceptions»(et non pas plus tard ! on en parle Maintenant)
- Internet, Porno...
- Consentement
- Respect de son corps et de celui de l'autre
- L'amour dans tout ça ?
- Contraception
- Vaccin papillomavirus
- Grossesse /avortement

Scarification, un mal très actuel
Préserver son Sommeil
Help, mon ado se prend pour une Star !
Help mon ado est une star (dans le quartier, sur la toile...)
Mon ado ne pense qu'au Sport
Mon ado ne veut pas entendre parler de Sport

T

Nos Tabous seront leur Tabous
Le Tact, cette petite finesse qui leur échappe
Aider un grand Timide
Tenue correcte exigée !
Le Ton juste
«Tout à l'heure» : La procrastination au service de

l'ado
Tentative de Suicide, pourquoi mon enfant fait-il cela ?
Transgression des règles, et si c'était un mal nécessaire ?
Tyrannie : Exigences, insistance, reproches et manipulations diverses

U

Oui, tu es Utile (reste à savoir à quoi...)

V

Ado et Vacances, quand plus rien n'est comme avant
Mon ado veut voyager seul / sac au dos / avec des potes ...
Valoriser son ado, c'est l'aider à grandir (quitte à surjouer un peu...)
Viol et violence : Prévention, protection, considération
Viré de partout ! Mais que faire de mon ado ?

W

Week-end et jours fériés : le moment des retrouvailles

X

Xénophobie : la tolérance par l'exemple

Z

Zèbre : mon gamin détonne et étonne...