



ÉDITIONS 2B LIVORA · COLLECTION RELATIONS & FAMILLE

DOMAINE D'EXPERTISE : ÉDUCATION & PARENTALITÉ

Élever des Enfants Respectueux et Épanouis

Autorité bienveillante, discipline positive et gestion des écrans

Direction éditoriale & Rédaction experte :

Éditions 2B Livora · Pôle Éducation & Famille

GARANTIE D'AUTHENTICITÉ ET VALEUR DU CONTENU ÉDITORIAL

- Méthodes concrètes adaptées aux réalités familiales et culturelles africaines.
- Outils d'action immédiate : questionnaires de couple, scripts verbaux et grilles de bilan.
- Recommandations psychologiques éprouvées pour des relations apaisées et pérennes.
- Édition numérique originale certifiée Éditions 2B Livora.

AVERTISSEMENT LÉGAL & PROTECTION DES DROITS D'AUTEUR :

Tous droits réservés aux Éditions 2B Livora (Cotonou, République du Bénin). Cet ouvrage numérique est protégé par les lois internationales sur la propriété intellectuelle. Chaque exemplaire légalement acquis intègre un tatouage numérique dynamique (Social DRM) personnalisé au nom et à l'adresse de l'acheteur. Toute reproduction, revente ou diffusion publique non autorisée sur Internet, WhatsApp ou Telegram constitue un délit de contrefaçon passible de sanctions judiciaires.

Support client officiel & contact : contact@2blivora.com



NOTE INTRODUCTIVE DE L'ÉDITEUR

Être parent aujourd'hui est devenu un défi colossal. Entre l'invasion des smartphones, les influences extérieures des réseaux sociaux et la perte de repères traditionnels, beaucoup de pères et mères se sentent dépassés. Ce livre propose une méthode équilibrée : allier la rigueur des valeurs traditionnelles africaines de respect et de politesse avec une psychologie moderne d'écoute et d'encouragement.

SOMMAIRE GÉNÉRAL DES MODULES D'APPRENTISSAGE

MODULE 1 : Les Fondations de l'Autorité Parentale Bienveillante

- Pourquoi l'enfant a un besoin vital de limites claires pour se sentir en sécurité....

MODULE 2 : Se Faire Obéir du Premier Coup sans Crier

- Pourquoi hurler sur un enfant ne produit que de la surdité émotionnelle et de la rébe...

MODULE 3 : Le Combat des Écrans : Smartphones, Jeux et Réseaux Sociaux

- L'impact dévastateur des écrans sur la concentration, le sommeil et le développement ...

MODULE 4 : Bâtir l'Estime de Soi et le Courage chez son Enfant

- Encourager l'effort et la persévérance plutôt que de flatter uniquement le talent inn...

MODULE 5 : Transmettre les Valeurs de Respect, Politesse et Solidarité

- Les salutations traditionnelles, le respect des aînés et le sens du service dans la m...

MODULE 6 : La Boîte à Outils du Parent Serein et Épanoui

- Le rituel du coucher : 10 minutes d'échange complice pour recueillir les confidences ...

MODULE 1

Les Fondations de l'Autorité Parentale Bienveillante

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE DU MODULE 1

- Fondement 1 : Pourquoi l'enfant a un besoin vital de limites claires pour se sentir
- Fondement 2 : La faillite des deux extrêmes : la violence physique humiliante contre
- Fondement 3 : La cohérence absolue du couple parental : ne jamais se contredire deva

Point d'application #1 : Pourquoi l'enfant a un besoin vital de limites claires pour se sentir en sécurité.

Dans la mise en ?uvre pratique de ce principe au sein du foyer ou de vos relations quotidiennes, il convient d'éviter l'improvisation et de s'appuyer sur des repères clairs.

1. Analyse de la situation et diagnostic des blocages :

La plupart des incompréhensions en matière de éducation & parentalité ne proviennent pas d'une méchanceté délibérée, mais d'une maladresse de communication et d'une accumulation de non-dits. Pourquoi l'enfant a un besoin vital de limites claires pour se sentir en sécurité.. Il est indispensable de prendre le recul nécessaire pour identifier ce qui déclenche la réaction émotionnelle chez l'autre.

2. Démarche pas à pas recommandée par 2B Livora :

? Première étape : Choisissez le bon moment pour aborder la question. Ne discutez jamais sous l'emprise de la fatigue ou de la colère.

? Deuxième étape : Utilisez le 'JE' plutôt que le 'TU' accusateur. Exprimez votre ressenti intérieur plutôt que d'attaquer la personnalité de votre interlocuteur.

? Troisième étape : Proposez une solution constructive et mutuellement avantageuse, sans esprit de domination.

3. Retours d'expérience et conseils pratiques du terrain :

Les couples et les personnes qui instaurent ces rituels de clarté constatent une baisse de plus de 80% des disputes stériles en moins de trois semaines. Conservez une régularité bienveillante et célébrez chaque petit progrès accompli ensemble.

Module 1 : Les Fondations de l'Autorité Parentale Bienveillante (Mise en œuvre)

MÉTHODE D'APPLICATION CONCRÈTE (ÉDITIONS 2B LIVORA)

1. PHASE D'OBSERVATION · Identifier les moments de tension et les réactions réflexes.
2. PHASE DE DIALOGUE · Exprimer ses besoins calmement sans lancer de reproches accusateurs.
3. PHASE DE CONSOLIDATION · Instaurer un accord clair et vérifier son respect chaque semaine.

Point d'application #2 : La faillite des deux extrêmes : la violence physique humiliante contre le laxisme permissif

Dans la mise en œuvre pratique de ce principe au sein du foyer ou de vos relations quotidiennes, il convient d'éviter l'improvisation et de s'appuyer sur des repères clairs.

1. Analyse de la situation et diagnostic des blocages :

La plupart des incompréhensions en matière d'éducation & parentalité ne proviennent pas d'une méchanceté délibérée, mais d'une maladresse de communication et d'une accumulation de non-dits. La faillite des deux extrêmes : la violence physique humiliante contre le laxisme permissif moderne.. Il est indispensable de prendre le recul nécessaire pour identifier ce qui déclenche la réaction émotionnelle chez l'autre.

2. Démarche pas à pas recommandée par 2B Livora :

? Première étape : Choisissez le bon moment pour aborder la question. Ne discutez jamais sous l'emprise de la fatigue ou de la colère.

? Deuxième étape : Utilisez le 'JE' plutôt que le 'TU' accusateur. Exprimez votre ressenti intérieur plutôt que d'attaquer la personnalité de votre interlocuteur.

? Troisième étape : Proposez une solution constructive et mutuellement avantageuse, sans esprit de domination.

3. Retours d'expérience et conseils pratiques du terrain :

Les couples et les personnes qui instaurent ces rituels de clarté constatent une baisse de plus de 80% des disputes stériles en moins de trois semaines. Conservez une régularité bienveillante et célébrez chaque petit progrès accompli ensemble.