

# ЗМІСТ

## Передмова

«Я ж вам кажу: на них нема ніякої ради!» 7  
*Ви щойно вступили в перехідний вік*

## Понеділок

Була цілком нормальна дитина. Що з нею сталося? 13  
*Ця «інопланетна істота» не стала такою за одну ніч.  
То як підготуватися до початку нового спільного життя?*

## Вівторок

Як розмовляти з поколінням «пофігістів» 47  
*Як пробитися крізь схречені на грудях руки, буркотіння,  
надуті губи, погляд у вікно автівки і фразочки на кшталт  
«Та мені пофігі!», аби торкнутися душі своєї дитини*

## Середа

Сім'я – це важливо! Ви й не уявляєте, наскільки... 65  
*Як утримати підлітка на своїй орбіті і при цьому зручно  
почуватися в його орбіті*

## Четвер

«Залишишся вдома!» (сподіваюся, так і буде) 83  
*На що ви звертаєте увагу передусім – на пропуск...  
чи на вчинок? Як виростити толкову дитину*

## П'ятниця

Бінго! Час отримувати дивіденди 103

*Більше жодних «непроливайок»! Жодних підгузків і безсонних ночей! Як максимально скористатися цими безтурботними роками*

## Спиймайте доктор Лемана

План гри, який справді діє 131

*75 найгостріших запитань, поставлених батьками д-ру Леману під час його семінарів, що проходили по всій країні, а також перевірені часом поради, які справді принесли позитивний результат. І на додачу – нові історії «Це спрацювало для мене» від тих батьків, які скористалися підказками д-ра Лемана й тепер задоволені та щасливі*

Епілог 328

Про д-ра Кевіна Лемана 335