

Question

Mon·ma meilleur·e ami·e pense qu'il·elle est accro aux réseaux sociaux, surtout pendant les vacances. Il·elle dort mal et ne fait plus grand-chose d'autre. Qu'est-ce qu'il·elle pourrait faire pour y passer moins de temps ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e a posté une photo sur Insta et a reçu des commentaires méchants. Il·elle se sent mal et ne sait pas à qui en parler. Qu'est-ce qu'il·elle pourrait faire dans ce cas-là ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e est tout le temps stressé·e à cause des cours. En plus, il·elle révise beaucoup, mais il·elle a quand même des mauvaises notes et ça le·la stresse encore plus. Qu'est-ce qu'il·elle pourrait faire pour être moins stressé·e et mieux réussir ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e ne va vraiment pas bien en ce moment, il·elle parle parfois comme s'il·elle n'avait plus envie d'être là, mais il·elle refuse d'en parler à un·e adulte ou un·e médecin, comment faire pour l'aider ?

CIAO.CH

Question

Question

Mon·ma meilleur·e ami·e vient de me dire qu'il·elle ne va plus retourner à la maison. Il·elle a pris toutes ses affaires et va s'enfuir après les cours. J'ai peur pour lui·elle et je ne sais pas quoi faire.

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e a beaucoup d'acné et ça le·la complexe beaucoup, est-ce que c'est possible de faire des soins pour l'éliminer ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e de mes ami·e·s mange très peu, et je me demande si il·elle se fait parfois vomir. J'aimerais bien lui en parler, comment je peux lui dire ça sans le·la blesser ? Ou je devrais plutôt en parler à ses parents ou à son·sa copain·copine qui sont plus proches de lui·d'elle ?

CIAO.CH

Question

Question

Mon·ma meilleur·e ami·e fait des insomnies depuis toujours. Il·elle se couche à 21h, mais il·elle s'endort rarement avant 23h, voire même parfois vers 1h du matin. Et souvent, il·elle se réveille en plein milieu de la nuit sans raison. Qu'est-ce qu'il·elle pourrait faire pour mieux dormir ?

CIAO.CH

Question

Question

Mon·ma pote a 14 ans.
Sa voix mue, mais pas
complètement ! Il·elle peut
faire une voix aiguë et une
voix grave. Pourquoi c'est
comme ça ? Je sais que ça
prend du temps, mais ça
fait déjà un an et demi que
ça dure. Est-ce qu'il·elle
devrait s'inquiéter ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e s'est écrasé
le doigt dans la porte de
sa maison en partant ce
matin, son doigt devient
bleu, comment je peux
l'aider ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e a eu une
grosse dispute avec
son·sa meilleur·e ami·e
et ils·elles ne se parlent
plus. Comment peut-il·elle
arranger ça ?

CIAO.CH

Question

Question

Les parents d'un·e ami·e
sont très stricts, ce qui
crée des tensions à la
maison. Comment peut-
il·elle leur expliquer qu'il·elle
a besoin de plus de liberté ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e reçoit un peu d'argent de poche mais a du mal à ne pas tout dépenser rapidement. Comment peut-il-elle faire pour économiser ?

CIAO.CH

Question

Question

Comment gagner de l'argent à 15 ans ? On a le droit de travailler déjà ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e a commencé à fumer et ça m'inquiète. Comment je pourrais lui en parler sans le·la braquer ?

CIAO.CH

Question

Question

Lors d'une soirée, un·e ami·e s'est vu·e proposer de l'alcool et ne savait pas comment dire non sans être exclu·e du groupe. Comment pourrait-il-elle faire la prochaine fois ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e n'ose pas participer en classe car il·elle a peur de dire des bêtises et qu'on se moque de lui·elle. Comment peut-il·elle gagner confiance en lui·elle ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e se compare tout le temps aux autres sur les réseaux sociaux, et ça le·la fait se sentir nul·le. Comment pourrait-il·elle arrêter de se comparer ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e est en dernière année de collège/cycle et ne sait pas quelle orientation choisir. Comment pourrait-il·elle trouver ce qui est fait pour lui·elle ? Ça le·la stresse beaucoup !

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e veut faire de la musique, mais ses parents pensent que ce n'est pas un «vrai» métier. Comment pourrait-il·elle leur montrer que c'est une option sérieuse ?

CIAO.CH

Question

Question

Il y a des personnes dans ma classe qui sont très racistes avec un·e élève. Comment je peux l'aider ?

CIAO.CH

Question

Des ami·e·s proches font régulièrement des remarques homophobes sans savoir que ça blesse mon·ma pote. Comment leur dire que ça le·la blesse et que ce n'est pas correct ?

CIAO.CH

Question

Mon·ma meilleur·e ami·e est croyant·e mais ses parents pas du tout, il·elle aimerait se baptiser catholique. Comment doit-il·elle faire, sachant que ses parents sont assez contre ?

CIAO.CH

Question

Un·e ami·e est pratiquant·e et il·elle est tombé·e amoureux·se de quelqu'un qui n'a pas la même religion. Il·elle ne sait pas trop comment gérer ça et a peur de la réaction de ses parents. Qu'est-ce que je pourrais lui conseiller ?

CIAO.CH

Question

Un·e ami·e est en couple avec quelqu'un et ne sait pas s'il·elle est prêt·e à aller plus loin. Comment pourrait-il·elle savoir si c'est le bon moment ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e est attiré·e par les personnes de son genre, mais ne sait pas comment en parler à ses parents. C'est quoi vos meilleurs conseils ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e amie a oublié de prendre sa pilule hier, que doit-il·elle faire ?

CIAO.CH

Question

Question

Un·e ami·e a vu un·e élève se faire harceler mais n'a rien fait car il·elle avait peur de se faire embêter aussi. Depuis il·elle culpabilise beaucoup et en fait des insomnies. Comment le·la soutenir au mieux ?

CIAO.CH

Question

Question

Des élèves se moquent de la façon dont un·e ami·e s'habille. Devrait-il·elle changer pour éviter ça ? Comment on peut l'aider à moins subir ces moqueries ?

CIAO.CH

Question

Question

Question

Question

Mon frère et moi, nous avons toujours eu des difficultés, mais ça devient insupportable. Il vient de casser la porte de ma chambre avec son poing. Il s'est calmé maintenant, mais je ne sais pas quoi faire.

CIAO.CH

Question

Question

Question