

S.O.S.

ADOLESCENZA

SCUOLA GENITORI E CERCHI PER RAGAZZI

- Caratteristiche evolutive
- Consigli pratici per i genitori
- Gruppo di ascolto tra genitori
- Gruppo di confronto tra ragazzi



**HAPPY
HOURS
FOR PARENTS**

Scuola Genitori Consapevoli

"L'Uomo che si educa è quello che impara a imparare". C. Rogers

La preadolescenza è quell'età che inizia, più o meno, con l'ingresso alle scuole medie e che spesso travolge figli e genitori come uno tsunami di cambiamenti improvvisi. Questa, assieme all'adolescenza, è un'età tanto delicata quanto complessa da gestire all'interno della relazione educativa e che ha bisogno di attenzioni specifiche.

L'adolescenza dei figli corrisponde anche ad un'età in cui l'adulto spesso si trova a fare un bilancio della propria vita: non riconosco più mio figlio!
Come affrontare il distacco necessario?

Ne parleremo insieme, in uno spazio ascolto pensato per voi, con la Dott.ssa **Lucia Capula** psicologa psicomotricista, la Dott.ssa **Sabrina Toso** psicologa specializzanda in psicoterapia sistemico familiare e la Dott.ssa **Valentina Cubeddu** counselor professionista specializzata in pedagogia clinica.

GENITORI-FIGLI NELL'ETÀ DELLO TSUNAMI

Come affrontare i necessari cambiamenti.

Uno sguardo verso l'adolescenza alla ricerca di un equilibrio e di una regolazione della "distanza" affettiva e dei bisogni reciproci.

SAPER ASCOLTARE

L'adolescenza un momento per avvicinarsi, allontanarsi, dare regole chiare, lasciare spazio, e soprattutto ASCOLTARE..con accettazione e senza giudizio. Sarà l'occasione per partire da un ascolto di se stessi.

BISOGNO DI AUTONOMIA

Accompagnamento alla crescita dell'adolescente, una danza tra regole e carezze. Come costruire un legame di fiducia.

*"In pre-adolescenza, la parte del cervello più attiva è quella che presiede eccitazioni ed emozioni, mentre quella del ragionamento è ancora in fase di costruzione. Si vive qui e ora, in un eterno presente".
A. Bellai*

PRESENTAZIONE AI RAGAZZI

Incontro gratuito riservato ai ragazzi dalle medie in poi, per ascoltare i loro bisogni e per creare un cerchio di ascolto e confronto tra coetanei.

Per iscriversi bit.ly/capiAmoci