

Programa **Xerrades Educatives per a famílies**

ADOLESCÈNCIA: UIX! NO SÉ SI PODRÉ!



L'adolescència és una etapa plena de canvis, tant per als joves com per a les famílies. Com podem acompanyar-los en aquest procés sense perdre la connexió amb ells?

En aquesta xerrada, explorarem estratègies per establir una comunicació efectiva i respectuosa amb els nostres fills i filles. Aprendrem a ser el seu suport emocional i a donar-los la confiança necessària perquè puguin prendre decisions responsables.

Què aprendrem en aquesta xerrada?

- A veure l'adolescència com una etapa d'oportunitats i aprenentatge.
- A comprendre els canvis emocionals i psicològics d'aquesta fase.
- A construir una relació de confiança i suport.

Destinataris: famílies amb fills de 12 a 16 anys

Durada: 1 sessió de 2 hores