

ADOLESCENCIA ¡Qué oportunidad!



TU ADOLESCENTE ESTÁ CAMBIANDO Y NO SABER QUÉ HACER

Qué difícil puede ser a veces tener una hija, un hijo adolescente en casa: ya no nos hace caso, va a su rollo, solo quiere hacer lo que le apetece. ¡Parece que ya no forme parte de la familia!

Además, nos hace pasar momentos de angustia: ¿dónde estará? ¿con quién? ¿qué estará haciendo? Le preguntamos y no conseguimos respuestas.

Nos sentimos preocupados, culpables, tristes y enfadados. ¿Cómo puedo ayudarle?

CAMBIA DINÁMICAS Y MEJORA VUESTRA RELACIÓN

Mi objetivo con esta charla es que, como madres y padres, tomemos consciencia de que nuestra niña, nuestro niño se está convirtiendo en una nueva persona.

Necesitamos construir una relación de confianza y acompañar a nuestra/o hija/o en este camino de incertidumbre al que se enfrentan.

Y ¿quién mejor que nosotros, sus madres y padres para estar a su lado y acompañarle?

"Cómo gobernemos los años de la adolescencia tiene un impacto directo en cómo viviremos el resto de nuestra vida"

Daniel J. Siegel



**Charla facilitada por
Àngels García, psicóloga, coach
especialista en familias y
adolescentes, autora del libro**

