



## TEEN-DATE

### incontri di gruppo per genitori e figli adolescenti

*Gli adolescenti hanno bisogno di essere visti, di essere riconosciuti nelle loro idee e nei loro nuovi bisogni, di sapere che il genitore, pur non condividendo sempre le loro posizioni, riesce comunque a comprendere ciò che vivono, le loro emozioni, i loro sentimenti e sia pronto ad ascoltare, prima ancora che fornire soluzioni. Diventano, dunque, ingredienti indispensabili il saper ascoltare senza giudicare, mostrare empatia e offrire supporto incondizionato, per instaurare un rapporto di fiducia e favorire un'apertura emotiva (Manca, 2024).*

**Target:** genitori e ragazzi dai 12 ai 16 anni.

**Obiettivi generali:** ha lo scopo di creare momenti di scambio tra generazioni e di prendersi cura della relazione genitore-figlio partendo dalla creazione di occasioni di incontro e di interazione di qualità, dove siano incentivati e sostenuti l'ascolto attivo reciproco e la comunicazione ecologica.

#### **Obiettivi specifici:**

- Creare occasione di condivisione e confronto tra genitori e figli in un contesto disteso e sicuro;
- sperimentare modalità differenti di stare in relazione;
- riflettere e confrontarsi sugli stili comunicativi.

**Struttura del progetto:** gli obiettivi saranno perseguiti nell'arco di tre incontri di gruppo in presenza, con restituzione finale dell'esperienza e possibilità di follow-up a tre mesi per valutare gli effetti del lavoro con la diade genitore-figlio/a a più lungo termine.

**Altre informazioni:** Gli incontri verranno condotti da due psicoterapeute, saranno a numero chiuso e sarà necessaria una prenotazione tramite e-mail a [info@anemoiaps.org](mailto:info@anemoiaps.org) ; i tre incontri genitori/figli saranno in presenza e della durata di 1,5 ore. Al termine del progetto ai partecipanti verrà richiesta la compilazione di un modulo feedback per la valutazione.