

Mercoledì 31 maggio 2023

ore 17-19

Centro per le Famiglie
Traversa Via A. La Marmora 3
La Spezia

Capire meglio gli adolescenti

- Informazioni sulle caratteristiche psicologiche e sociali dell'adolescenza
- Informazioni sulle droghe
- Uso di sostanze come parte del comportamento sperimentale a rischio degli adolescenti
- L'influenza e il ruolo del funzionamento familiare durante questa fase di sviluppo

Mercoledì 7 giugno 2023

ore 17-19

Centro per le Famiglie
Traversa Via A. La Marmora 3
La Spezia

Essere genitori di un adolescente significa crescere insieme

- Processo di autonomia e acquisizione dell'identità degli adolescenti
- Il conflitto generazionale e il necessario sviluppo della famiglia
- Assertività genitoriale

Mercoledì 14 giugno 2023

ore 17-19

Centro per le Famiglie
Traversa Via A. La Marmora 3
La Spezia

Un buon rapporto significa anche stabilire regole e limiti

- Autorità senza essere autoritari
- Monitoraggio senza reprimere
- Negoziare senza perdere potere
- Stabilire limiti chiari in famiglia sull'uso di sostanze

Possibilità di affidare gratuitamente il proprio figlio dai 3 ai 14 anni allo spazio gioco della vicina **Ludoteca** per la durata dell'incontro.
Prenotazione obbligatoria contattando il Centro per le famiglie. **0187 023994 - 329 2616515**

Obiettivi di Unplugged

Il programma è in grado di:

- favorire lo sviluppo ed il consolidamento delle **competenze interpersonali**;
- sviluppare e potenziare le **abilità intrapersonali**;
- correggere le **convinzioni** dei ragazzi sulla diffusione dell'uso di sostanze psicoattive, nonché sugli interessi legati alla loro commercializzazione;
- migliorare le **conoscenze** sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive;
- sviluppare un **atteggiamento non favorevole** alle sostanze.

Perché è importante Unplugged

L'adolescenza è una **fase di cambiamenti importanti e spesso difficili** da affrontare, un momento in cui anche le capacità della famiglia sono messe alla prova.

Spesso i genitori in questa fase provano molti dubbi sul fatto di poter ancora influenzare lo sviluppo dei loro figli.

Gli studi scientifici mettono però in evidenza che **i genitori possono ancora sostenere i propri figli in modo decisivo**.

Qualunque sia il livello di competenza e autostima di un ragazzo che entra in adolescenza, quel livello potrà aumentare anche grazie al ruolo dei genitori.

Cos'è Unplugged

Unplugged è un **programma di prevenzione** efficace nell'evitare o ritardare il consumo di **tabacco, alcol e droghe**. Si basa sul cosiddetto «modello dell'influenza sociale».

Il programma coinvolge le scuole (docenti e alunni), e le famiglie. Per le sue caratteristiche è rivolto a preadolescenti e adolescenti (12-15 anni).

Come si lavora in Unplugged

Sia il percorso scolastico che quello con i genitori, puntano a sviluppare e allenare abilità di tipo personale, relazionale e sociale: le **Life Skills**. Si tratta di competenze per la vita di ogni giorno che ci proteggono da comportamenti rischiosi per la salute e ci orientano verso scelte positive.

In questi tre incontri i **genitori**, guidati da **professionisti** della **ASL 5**, potranno rafforzare le loro life skills e metterle in pratica nel rapporto con i propri figli.

Iscrizioni e Info pratiche

Accesso libero e gratuito per tutti i genitori fino ad esaurimento posti. Si consiglia l'iscrizione

Per info e prenotazioni: Centro per le famiglie
Lunedì - sabato 15:00-18:00
Lunedì e venerdì 9:30-12:30

0187 023994

329 2616515

centrofamiglia@comune.sp.it



tabacco | alcol | sostanze

**Crescere figlie e figli liberi da tabacco, alcol e droghe
Impresa impossibile?**



Tre incontri dalla parte dei genitori di preadolescenti e adolescenti



Città della Spezia
MEDAGLIA D'ARGENTO AL VALORI MILITARE
MEDAGLIA D'ORO AL MERITO CIVILE



COOPERATIVA
LINDBERGH



C.O.C.E.A.
Cooperativa Sociale Onlus

MONDO APERTO
cooperativa sociale