

# GENITORI E FIGLI: ISTRUZIONI PER L'USO

All'improvviso vostro figlio è diventato un ragazzino  
incomprensibile e scontroso.

**Che cosa fare?**

**Come affrontare i dilemmi?**

**Cedere o non cedere alle richieste?**

**Bisogna essere rigidi, protettivi o amichevoli?**

**12 incontri di gruppo a partire dal 29 marzo**

**Un'ora e mezza (dalle ore 17:30 alle 19:00) a cadenza  
settimanale per apprendere tecniche di gestione del  
conflitto basate su mindfulness, efficacia interpersonale  
e regolazione emotiva.**

**Per maggiori informazioni contattaci**

**tel. 0524 202745**

**[centroperlefamiglie@aspdistrettofidenza.it](mailto:centroperlefamiglie@aspdistrettofidenza.it)**