

**PROJEKT „ZA ODGOVORNO ODRASTANJE MLADIH“ OVE GODINE USMJEREN NA ZAŠTITU  
MENTALNOGA ZDRAVLJA ADOLESCENATA U NEPREDVIDIVIM RAZDOBLJIMA**

*Predavanja za roditelje provode se u 2023. godini u velikom broju srednjih škola diljem Hrvatske*

Edukativni program „Za odgovorno odrastanje mladih“ se još od 2013. godine održava u suradnji sa srednjim školama kako bi se pružila podrška roditeljima u određivanju granica i uspostavljanju dobre komunikacije s djecom. Inicijator ovog projekta je HEINEKEN Hrvatska, a ponovno se provodi u partnerstvu sa Psihološkim centrom TESA te uz podršku Ministarstva znanosti i obrazovanja.

Psiholozi iz TESE će provesti predavanja za roditelje učenika srednjih škola na temu: **Komunikacija s adolescentima**. Temu smo izabrali vođeni iskustvima iz savjetodavnog rada s učenicima i roditeljima. Većini roditelja je povremeno potrebna podrška u odgoju, posebice kad je riječ o srednjoškolcima. Adolescenti se susreću se s brojnim izazovima koji, ako se njihovom rješavanju ne pristupi pravovremeno i na najbolji mogući način, mogu rezultirati nepoželjnim promjenama u ponašanju s kojima se kasnije moraju suočavati zajedno s roditeljima. Kvalitetna komunikacija u tome može značajno pomoći i prevenirati probleme u odnosima.

Na predavanju ćemo se baviti vještinama slušanja, kako kvalitetno i nekonfliktno prenijeti poruku, reći što nam smeta te zauzeti se za sebe i svoje potrebe. Kako za kvalitetnije roditeljstvo i odnos s djetetom, znanja iz ove teme mogu biti korisna i za sve druge odnose (partnerske, poslovne, prijateljske, obiteljske) tako da preporučujemo da na predavanju sudjeluju svi članovi obitelji koji su u mogućnosti. Predavanje je interaktivno, tako da ćemo rado čuti i vaše komentare, ideje te odgovoriti na vaša pitanja.



Svi sudionici će nakon predavanja dobiti edukativnu brošuru **Adolescencija i kako je preživjeti** koju su napisali u kojoj se, osim teme Komunikacije s adolescentima obrađuju i teme Karakteristika adolescencije, Pravila, disciplina i odgovornost; Samopoštovanje i samopouzdanje mladih te Signali problema mentalnog zdravlja i dostupna podrška.

**Psihološki centar TESA** je stručna udruga psihologa koja djeluje već 32. godinu. Više o TESI, projektima i programima saznajte na [www.tesa.hr](http://www.tesa.hr)