

ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΑ ΜΕ ΓΟΝΕΙΣ & ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ. ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΕΣ  
ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΣΕ ΘΕΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΦΗΒΩΝ

«ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ Ι & ΙΙ»

14 & 21 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ στις 18:00΄

Με την Ευαγγελία Τσαπατσάρη: Κοινωνιολόγο, MSc, PhDc, Σύμβουλο Ψυχικής  
Υγείας, Ψυχοθεραπεύτρια

Αίθουσα πολλαπλών χρήσεων του 17<sup>ου</sup> Γυμνασίου Περιστερίου

Πολλές φορές η επικοινωνία ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας δεν είναι τόσο απλή υπόθεση. Όσο καλές και αν είναι οι προθέσεις των μελών της, πολύ συχνά δημιουργούνται εντάσεις και συγκρούσεις οι οποίες μπορεί να δυσκολεύουν την καθημερινότητα και να επηρεάζουν αρνητικά την ψυχική ισορροπία.



Στο πλαίσιο των δύο επόμενων συναντήσεων (1<sup>η</sup>-Τετάρτη 14 Δεκεμβρίου και 2<sup>η</sup> - Τετάρτη 21 Δεκεμβρίου 2022) οι γονείς θα έχουν την δυνατότητα να μοιραστούν τις εμπειρίες τους με άλλους γονείς και να συζητήσουν για θέματα που αφορούν:

- την επικοινωνία και τις σχέσεις μέσα στην οικογένεια
- την αξία των ορίων και την επίλυση συγκρούσεων
- την ενίσχυση της αυτοεκτίμησης των παιδιών
- τη σημασία της ενσυναίσθησης

Βασικός στόχος, είναι η ενίσχυση και ενθάρρυνση των γονέων στο δύσκολο και πολύπλοκο έργο τους, λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαίτερες συνθήκες της ζωής μας.

"Η ψυχική υγεία συνεπάγεται συμπεριφορά θερμή, γενναιόδωρη και γεμάτη κατανόηση, συναίσθημα τρυφερό, στάση εγκάρδια και πράξεις αλληλεγγύης..."

Χόρχε Μπουκάι "Ο Δρόμος της ευτυχίας"

Δηλώσεις συμμετοχής στην παρακάτω φόρμα:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdVAjguqdRtoXGJNoUOuVPqZ53yPa9-Z-KhiDIJInOBnkhTdg/viewform?usp=sharing>