



WORKSHOP COM CRISTINA VALENTE

“O QUE SE PASSA NA CABEÇA DO MEU ADOLESCENTE?”

A Biblioteca Municipal da Mealhada recebe, dia 12 de maio, pelas 15h, o workshop “O que se passa na cabeça do meu adolescente?”, com a psicóloga Cristina Valente, que se propõe levar os participantes a uma viagem até à adolescência, fornecendo ferramentas úteis para pais, educadores e familiares.

“Quem nunca sentiu a angústia e o desespero de não compreender um filho? A cabeça dos mais jovens é um mistério imprevisível e fascinante mas, na maioria das vezes, frustrante. E um dos maiores desafios da educação é conseguir entender e descodificar as atitudes e comportamentos dos filhos. Perceber o que se passa nas suas cabeças, para criar relações mais felizes.” Neste Workshop, a psicóloga Cristina Valente apresenta ferramentas úteis para entender os estados mentais e as necessidades emocionais dos filhos, desde as primeiras birras à adolescência. Pretende apresentar um guia para entender os comportamentos de oposição, decifrar silêncios e aprender a comunicar com os nossos filhos.

O público-alvo são pais de adolescentes (dos 10 aos 18 anos), avós, professores, educadores e outros agentes educativos, psicólogos e outros profissionais de saúde mental. A participação é sujeita a inscrição, em biblioteca@cm-mealhada.pt, e tem o custo de 3€.

Sobre Cristina Valente

Cristina Valente, formada pelo I.S.P.A., é psicóloga, coach parental e formada em Programação Neurolinguística pelo INEXH (Instituto Nacional de Excelência Humana - São Paulo, Brasil). É Trainer do Treino das Emoções / DL – Desenvolvimento e Liderança, assim como da versão para Adolescentes (DL Jovem).

É Autora dos livros "Coaching para Pais", "O Que se Passa na Cabeça do Meu Filho?" e "O Que se Passa na Cabeça do Meu Adolescente?". Assinou as rubricas “Cadernos de Psicologia” (Revista Pais & Filhos) e “Pais Positivos” (SIC Mulher e Web TV Amadora). Concede formações online de coaching parental para colégios e empresas, consultas in home visits, workshops, palestras, etc..



Comunicado de Imprensa

Tornou-se Empreendedora Digital depois de ter abandonado o mundo corporativo e é agora mentora de famílias que desenvolvem projectos de Home Business, ganhando assim mais qualidade de vida e dedicando mais tempos aos seus filhos.

Páginas de Facebook: O Que se Passa na Cabeça do Meu Adolescente? | O Que se Passa na Cabeça do Meu Filho? | Coaching para Pais | Educação Positiva | Treino das Emoções powered by Cristina Valente

Mealhada, 3 de maio de 2018

Gabinete de Comunicação

Tânia Moita

☎ 926 608 284

✉ comunicacao@cm-mealhada.pt

Câmara Municipal da Mealhada

☎ 231 200 980 (Ext. 271)

🌐 www.cm-mealhada.pt

📘 /camaramealhada