



# Orienta-Attiva-Mente

Esistono delle competenze personali che ci permettono di vivere in salute, definite life skills dall'OMS.

Le **life skills e l'intelligenza emotiva** hanno un impatto significativo, ed ormai riconosciuto, sul **benessere dei bambini/e e dei ragazzi/e**: migliorano la capacità di avere buone relazioni, la performance scolastica, la capacità di realizzazione personale, permettendoci di fronteggiare con efficacia le sfide della vita quotidiana nei principali contesti di vita.

Le life skills sono centrali nel **processo decisionale** e nelle **scelte** in un mondo sempre più complesso e che cambia molto velocemente. In un momento delicato come quello della **scelta della scuola secondaria di secondo grado**:

Come può un genitore affiancare il/la proprio/a figlio/a nel processo decisionale?

Quali sono le competenze necessarie per operare una "buona" scelta?

Qual è il mio ruolo di genitore e quali sono le cose su cui riflettere insieme?

## 1° INCONTRO | 11 novembre 2020 | 20.30 - 22.30

- Life skills e intelligenza emotiva
- L'importanza della consapevolezza di sé nel processo decisionale

## 2° INCONTRO | 25 novembre 2020 | 20.30 - 22.30

- Il ruolo genitoriale nella scelta
- La competenza del prendere decisioni

I due incontri permetteranno ai genitori di riflettere su come supportare e affiancare i/le propri/e figli/e nel delicato momento di passaggio alla scuola superiore, prendendo in considerazione le dinamiche decisionali connesse al processo di scelta.

La consapevolezza di sé, il prendere decisioni e l'intelligenza emotiva saranno i temi attorno cui cercheremo di ragionare per trovare il giusto equilibrio tra scelta razionale e benessere emotivo, tenendo in considerazione talenti, abilità e caratteristiche dei/le nostri/e ragazzi/e.

PERCHÉ PARTECIPARE?

### RELATRICE

Michela Rizzardi  
Psicologa-psicoterapeuta  
Orientatrice  
Trainer LIFE SKILLS® Italia

### DOVE

On-line su piattaforma ZOOM

### INFO E ISCRIZIONI

Contattare la Segreteria  
+39 366 2611598  
segreteria@lifekills.it



Iscrizioni preferibilmente  
entro il 9/11/2020