



LICEO STATALE "G. CARDUCCI"

Via S.Zeno 3 - 56127 Pisa

**Scienze Umane, Linguistico,
Economico-sociale, Musicale**



tel.: +39 050 555 122 - fax: +39 050 553 014 - email: pipm030002@istruzione.it - pec: pipm030002@pec.istruzione.it
sito: <https://www.liceocarducci.edu.it> - cod. mecc.: PIPM030002 - cod. fiscale: 80006190500 - cod. univoco ufficio: UFK690

LICEO STATALE - "G. CARDUCCI"-PISA
Prot. 0007497 del 03/05/2025
IV (Uscita)

Pisa, sabato 3 maggio 2025

Ai Genitori/tutori delle studentesse e degli studenti
Ai docenti

Circ. n. 279

Percorsi gratuiti di consulenza rivolti a genitori di alunni e alunne iscritti/e al Liceo Carducci

Si comunica che il Liceo Carducci organizza percorsi gratuiti di consulenza rivolti a genitori, finanziati con fondi PNRR (Azione 4 - Percorsi di orientamento con il coinvolgimento delle famiglie. Progetto: "Equità educativa: oltre il divario").

I percorsi saranno avviati a partire da martedì 6 maggio e saranno tenuti dalla Dott. ssa Francesca Raimondi, psicoterapeuta, in orario pomeridiano (dalle 14 alle 18) per tutto il mese di maggio e il sabato mattina a partire dal 21 giugno (dalle 8:00 alle 13:00) presso la sede centrale del Liceo Statale "G. Carducci", solo su prenotazione.

Sono previsti tre percorsi specifici sui seguenti temi:

1) **PARENT TRAINING con la REBT** (Rational Emotive Behavior Therapy)
cognitivo-comportamentale per la gestione dei comportamenti problema (13 -18 anni).

Si tratta di un percorso psicoeducativo mirato a sostenere i genitori nella gestione degli aspetti comportamentali, quali quelli connessi al disturbo da deficit di attenzione e iperattività (ADHD), disturbo oppositivo provocatorio, disturbo della condotta.

2) **GESTIONE DELL'ANSIA: conoscerla per non temerla.**

Si tratta di un percorso psicoeducativo sulla gestione dell'ansia: un'occasione per imparare a riconoscerla, comprenderne i meccanismi, apprendere tecniche di rilassamento e respirazione, nonché strategie cognitive ed educative per affrontare l'ansia in se stessi e nei propri figli, promuovendo il benessere personale e familiare.

3) **FIGLI CHE CAMBIANO, GENITORI CHE ACCOMPAGNANO: vivere l'adolescenza insieme.**

Un percorso di accompagnamento per genitori che desiderano comprendere più a fondo i cambiamenti emotivi, cognitivi e comportamentali tipici dell'adolescenza. Uno spazio per

esplorare insieme le dinamiche relazionali, imparare a gestire i conflitti, riconoscere e affrontare l'impulsività e la ricerca di autonomia dei figli, rafforzando al tempo stesso il legame affettivo. Un'occasione per condividere dubbi, ridurre il senso di solitudine e acquisire strumenti psicologici ed educativi per vivere con maggiore consapevolezza e serenità questa fase delicata ma fondamentale della crescita.

Si richiede a chi è interessato di compilare quanto prima questo form:

<https://forms.gle/pba7JGjmyRwV1b689>

I genitori verranno contattati direttamente dalla dottoressa per la gestione degli appuntamenti.

Per maggiori informazioni:

Prof.ssa Franca Settembrini, referente per la promozione del benessere relazionale del Liceo Carducci: settembrini.franca@liceocarducci.edu.it

Dott.ssa Francesca Raimondi, psicoterapeuta: fra.raimondi22@gmail.com