

La autoestima de los adolescentes, objeto de un seminario

- El segundo seminario del ciclo “Hijos adolescentes, ¿sintonizamos?” aborda la compleja relación entre padres e hijos en la configuración de la autoestima.
- El ciclo ha sido declarado de Interés Sanitario por el Gobierno de Aragón

El próximo **26 de abril** se celebrará en Zaragoza el **segundo de los seminario-coloquios** que imparte el médico psiquiatra Fernando Sopeséns en el ciclo “**Hijos Adolescentes: ¿sintonizamos?**”, que comenzó el pasado 5 de abril. En esta ocasión, también con la etapa de la adolescencia como protagonista, **la ponencia trasladará a los asistentes cómo favorecer la autoestima de los hijos** en el periodo más complejo de sus vidas.



La autoestima de cada uno se va desarrollando a lo largo de la vida a través de las experiencias y las circunstancias que le rodean. Los jóvenes, en su etapa adolescente, viven la llamada “crisis de identidad”. Un período lleno de cambios, una época de aprendizaje en la que todas sus experiencias son vitales para su crecimiento y para la configuración de su autoestima.

En el **seminario “Favorecer la autoestima en nuestros hijos”** se transmitirán cuáles son las mejores actitudes que los padres pueden adoptar hacia ellos mismos y hacia sus hijos para encaminar las riendas de su vida hacia un futuro más feliz. De hecho, una buena autoestima en los hijos es un fuerte escudo ante problemas como la drogadicción, la delincuencia o las relaciones conflictivas.

El ciclo es organizado por la Asociación **Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME)** con la colaboración de la Obra Social de IberCaja. Una iniciativa dirigida a padres, familiares, educadores, estudiantes de psicología, ciencias sociales y de la salud, y en general, a cualquier persona interesada en el desarrollo de una sana madurez para los jóvenes y los adolescentes.

Durante el seminario, los asistentes podrán intervenir, realizando preguntas y expresando sus inquietudes. La sesión tendrá lugar en el **Patio de la Infanta de Zaragoza de 19.00 a 21.00 horas**.

ASAPME

La Asociación Aragonesa Pro Salud Menta I(ASAPME) es una entidad privada sin ánimo de lucro, pionera en salud mental en Aragón, que presta sus servicios tanto a las personas con enfermedad como a sus familias. La principal finalidad de ASAPME es mejorar su calidad de vida, mediante la creación de recursos comunitarios capaces de cubrir sus necesidades de forma integral.

Además, ASAPME lleva a cabo acciones destinadas a la prevención y la promoción de la salud mental, basadas en la información, el asesoramiento, la psicoeducación y la sensibilización social.

Marta Martínez Berdié
Comunicación ASAPME
comunicación@asapme.org

Para más información:

Ana López Trencó
Directora ASAPME
alopez@asapme.org
TFNO 976 532499

Hilda Vásquez-Caicedo Gil
Comunicación ASAPME
comunicación@asapme.org

E-mail: asapme@asapme.org

Parque Delicias, C/Ciudadela s/n. CP 50.017 – Zaragoza
Tfno: +34 976 532 499 – Fax. +34 976 532 505



Número de Certificado:
ESQ24079