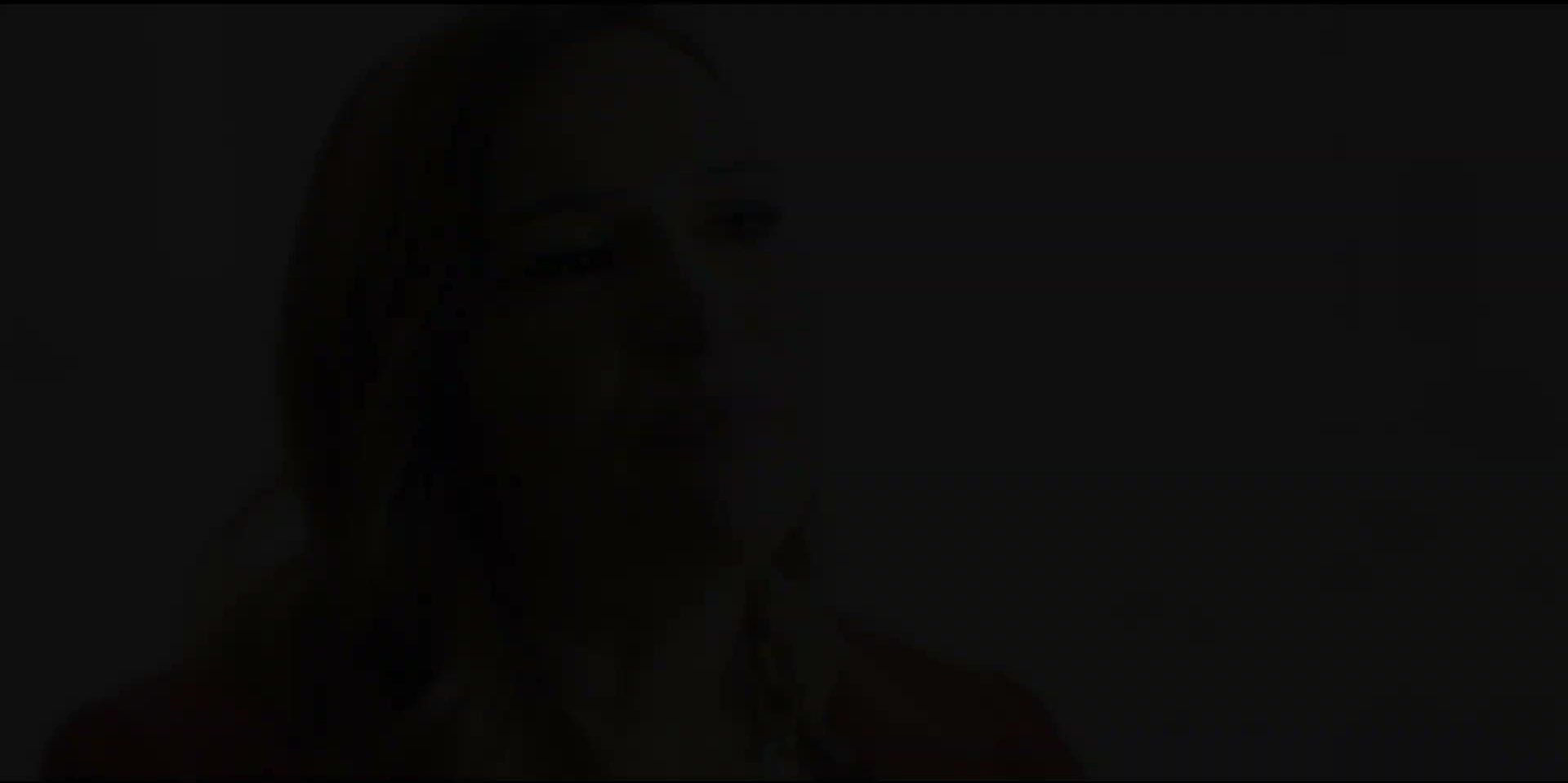
workshop

conexão com ADOLESCENTES

SEJAM BEM-VINDOS! COMEÇAMOS ÀS 09H



PROGRAMAÇÃO

PARTE 01: **09H - 12H**

INTERVALO PARA O ALMOÇO

PARTE 02: **13H30 - 16H**

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Prazer, **Jacqueline!**

Educadora Parental
Especialista em Adolescentes.

Psicanalista. Professora. Fundadora da Parent Brasil, empresa pioneira em formação de profissionais parentais e criadora do método SER.

Escritora. Autora dos Livros “Meu Filho Cresceu, e Agora?”, “Pare o Mundo que Eu Quero Descer” e “Detox Digital”.

ACADEMIA
PARENT BRASIL

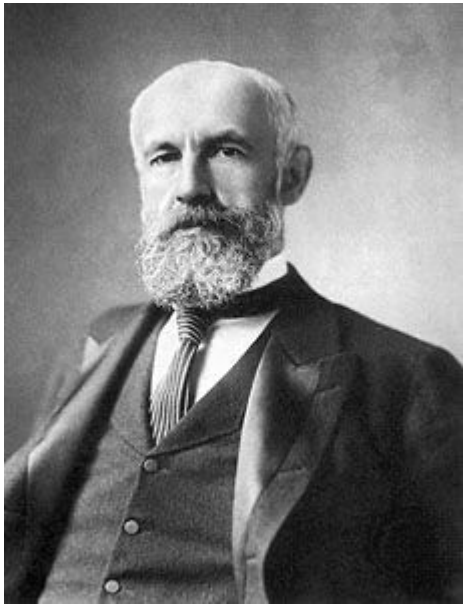
Mais de 10.000 alunos espalhados ao redor do Brasil e do Mundo

O que é a Adolescência?

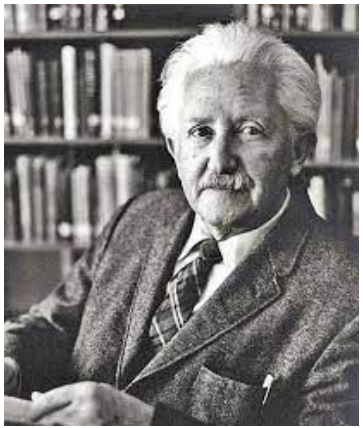
Vamos aprender mais sobre esse universo tão complexo que é a adolescência

workshop conexão com ADOLESCENTES

A palavra "adolescência" deriva do latim adolescere, que significa **"crescer" ou "tornar-se maior"**



Stanley Hall



Erik Erikson

workshop conexão com ADOLESCENTES

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

1) Um longo trabalho de **identificação;**

2) Um longo trabalho de **elaboração de escolhas;**

3) Um longo trabalho de elaboração da **Separação dos Pais.**

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Cada fase do desenvolvimento Humano requer uma habilidade específica dos cuidados porque possuem FUNÇÕES também específicas e essenciais na fase adulta.

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

O Adolescente NÃO BROTA

PILAR 1: ENTENDER A ADOLESCÊNCIA

workshop conexão com ADOLESCENTES

Estágios do Desenvolvimento Erikson

1. Confiança vs. desconfiança (do nascimento aos 18 meses)
2. Autonomia vs. dúvida e vergonha (18 meses a 3 anos)
3. Iniciativa vs. culpa (3 anos a 6 anos)
4. Zelo vs. inferioridade (6 anos a 13 anos)
5. **Identidade vs. confusão da identidade (13 anos a 18 anos)**

Os adolescentes tentam repetidamente respostas diferentes para a pergunta:

Os adolescentes podem considerar uma ampla gama de orientações ou comportamentos antes de estabelecer a identidade que os definirá na vida adulta.

4 ESTADOS DE IDENTIDADE

- **Execução** – Partir dos valores infantis, identificação com os pais.
- **Moratória** – Tomada de consciência das duas percepções - si mesmo e entorno. A crise de identidade, sem escolhas permanentes.
- **Difusão** – Pode aparecer no começo ou no final da Moratória. Não tomou decisões e não está particularmente preocupado em aceitar compromissos.
- **Construção** – Atravessou a crise e chegou ao comprometimento.

1. EXECUÇÃO (IDENTIFICAÇÃO COM OS PAIS / VALORES HERDADOS)

Idade aproximada: 11 a 12/13 anos

Sinais Comportamentais:

- Admiração ou imitação direta dos pais ou figuras de autoridade.
- Pouca contestação de regras.
- Falas como: *“Meus pais acham que...”* ou *“Lá em casa a gente faz assim.”*
- Busca por pertencimento por meio de valores familiares ou tradições.

🧠 O que avaliar?

- O quanto o adolescente ainda repete ou adere aos valores familiares sem questionar.
- Grau de autonomia nas decisões cotidianas.

1. EXECUÇÃO (IDENTIFICAÇÃO COM OS PAIS / VALORES HERDADOS)

🧩 Características

- Busca aprovação dos pais e professores
- Segue regras com facilidade
- Pouco questionamento, ainda se apoia em valores familiares

💛 O que o adolescente precisa?

- Segurança emocional
- Modelos estáveis de comportamento
- Reconhecimento e valorização

✅ Como criar conexão:

- Reforce RECONHECIMENTOS sinceros
- Esteja presente com rotina e previsibilidade
- Demonstre orgulho pelas pequenas conquistas

🚫 Evite:

- Excesso de crítica ou exigência
- Comparações com outros adolescentes

2. MORATÓRIA (Crise de identidade / questionamento)

Idade aproximada: 13 a 16 anos

Sinais Comportamentais:

- Questionamento de regras, valores e limites.
- Experimentação: estilos, grupos, ideias, orientação sexual.
- Instabilidade emocional, indecisão, conflitos internos.
- Frases como: *“Não sei o que quero...”*, *“Nada faz sentido.”*, *Quero fazer do meu jeito*, *“Você não entende”*

🧠 O que avaliar?

- Se o adolescente está em fase de experimentação.
- Se há conflitos com autoridade ou mudanças bruscas de humor/interesses.
- Nível de incerteza e busca por identidade.

MORATÓRIA (Crise de identidade / questionamento)

🧩 Características

- Questiona valores e limites
- Testa ideias, estilos e grupos
- Busca intensa por pertencimento

💛 O que o adolescente precisa?

- Escuta ativa
- Espaço para experimentar com segurança
- Diálogo sem julgamentos
- Adultos seguros e que sirvam de parâmetros e contraponto

✅ Como criar conexão:

- Pergunte antes de dar opinião: “Quer desabafar ou quer um conselho?”
- Demonstre curiosidade real sobre o mundo dele(a)
- Trabalhe limites com responsabilidade
- Permita erros sem humilhar ou controlar

🚫 Evite:

- Minimizar as emoções (“Isso é drama”)
- Proibir amizades sem explicar ou ouvir

DIFUSÃO

Idade possível: **início da adolescência**, mas também comum entre 16-18 anos

Sinais Comportamentais:

- Falta de direção e motivação.
- Pouco interesse em refletir sobre o futuro.
- Conformismo com o momento presente.
- Frases como: *“Tanto faz”*, *“Não estou preocupado com isso.”*

🧠 O que avaliar?

- Se há ausência de interesse ou negação de compromisso.
- Falta de planos, metas ou vontade de se descobrir.
- Passividade no processo de construção da identidade.

Difusão de Identidade:
Início x Final da Adolescência

Aspecto	Difusão Inicial (11–13 anos)	Difusão Final (16–18 anos)
Nível de reflexão	Baixo – transição da infância	Médio/alto – evita refletir ou decidir
Rebeldia	Emotiva, reativa, imitativa	Pouco confronto, mas pode ser apático ou cínico
Relação com os pais	Ainda há dependência, mas começa a rejeitar limites	Pode evitar conversa ou ignorar orientação
Interesse por identidade	Baixo – ainda segue padrões externos	Fraco ou ausente – nega o processo de descoberta
Risco de estagnação	Baixo – ainda é início do ciclo	Alto – pode cristalizar passividade ou desânimo
Sinais comuns	Provocações, teste de limites, irritação repentina	Desmotivação, apatia, distanciamento social

DIFUSÃO

🧩 Características

- Evita pensar sobre si ou o futuro
- Desinteresse por compromissos
- Falta de engajamento e direção

💛 O que o adolescente precisa?

- Estímulos leves, sem pressão
- Propostas de descoberta (não imposição)
- Relação baseada em presença, não cobrança

✅ Como criar conexão:

- Convide para experiências (viagens, voluntariado, oficinas)
- Valide interesses simples (“Legal que curte isso! Me conta mais.”)
- Mostre que você acredita no potencial dele(a), mesmo se ele ainda não vê isso

🚫 Evite:

- Pressionar para decidir rápido sobre o futuro
- Fazer discursos longos e moralistas

CONSTRUÇÃO (Comprometimento / sentido pessoal)

Idade aproximada: 17 a 19 anos (mas pode acontecer antes ou depois)

Sinais Comportamentais:

- Tomada de decisões conscientes sobre valores, amigos, carreira etc.
  Maior estabilidade emocional.
- Consistência nas escolhas.
- Frases como: *“Eu sou assim.”*, *“Acredito nisso porque...”*

🧠 O que avaliar?

- Clareza de objetivos e senso de identidade.
- Capacidade de explicar suas escolhas com segurança.
- Nível de autoconhecimento e autonomia.

CONSTRUÇÃO (Comprometimento / sentido pessoal)

🧩 Características

- Tem valores mais claros
- Comprometido com escolhas pessoais
- Assume responsabilidades com mais autonomia

💛 O que o adolescente precisa?

- Confiança dos adultos
- Diálogo adulto-adulto
- Espaço para aplicar o que acredita

✅ Como criar conexão:

- Ofereça parceria, não tutela
- Celebre conquistas reais (pequenas ou grandes)
- Respeite os posicionamentos mesmo quando diferentes dos seus

🚫 Evite:

- Duvidar da capacidade dele(a)
- Tratar como criança ou invalidar suas decisões

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Quando a identidade não é construída.

Na difusão de identidade, o jovem não se preocupa com sua falta de comprometimento e, em consequência, n**ão explora ativamente as alternativas disponíveis**. Os jovens que permanecem no estado de difusão de identidade correm alto risco de desenvolver transtornos psicológicos

Comportamentos Típicos da Adolescência - FASES E INTERPRETAÇÕES

COMPORTAMENTO	FASE MAIS COMUM	MOTIVO PRINCIPAL	QUANDO É PREOCUPANTE / QUANDO É ACEITÁVEL
Experimentar bebida alcoólica	Moratória	Testar limites e se encaixar socialmente	✅**Comum:** Experimentar em contexto social, com curiosidade ⚠️**Preocupante:** Beber com frequência, se alterar ou esconder consumo
			✅**Comum:** Explorar identidade com

DESCOBRINDO EM QUE FASE VOCÊ ESTÁ

(Desenvolvimento da sua identidade)

Responda a cada frase com:

0 Nada a ver comigo	1 Às vezes	2 Totalmente eu

PARTE 1

Ainda sigo os valores da minha família?

(Fase de Execução – 6 questões)

FRASE	PONTUAÇÃO
Gosto quando meus pais ou responsáveis se sentem orgulhosos de mim.	
Normalmente sigo o que aprendi em casa, sem questionar muito.	

Neurociências a serviço da Adolescência

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

CÉREBRO ADOLESCENTE

1) Sistema de recompensa ativado:
   Impulsividade;
   Suscetibilidade ao vício;
   Hiper racionalidade.

1) Cortex Pré-frontal não integrado

2) Área límbica mais ativa (emocional)

Contribuições práticas das neurociências

1. **Educação**: entender que o cérebro adolescente aprende melhor com **estímulo emocional** e **conexão social.**

2. **Neuroplasticidade alta = mais suscetível ao ambiente:** O cérebro adolescente é **altamente plástico**, ou seja, está moldando conexões o tempo todo.
3. **Saúde mental**: **Busca por alívio emocional = risco para uso de substâncias**

   Como o **cérebro busca prazer intensamente** (via dopamina) e **ainda não tem boa regulação emocional**, o adolescente pode tentar **aliviar a dor emocional com comportamentos de risco**

4. **Relacionamento com pais e educadores**: ajuda a trocar a ideia de “rebeldia” por **"processo neurológico em curso"**.

workshop conexão com ADOLESCENTES

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Comportamentos do Adolescente e Explicações da Neurociência

Comportamento Observado	O que o adulto pensa	O que a neurociência mostra	Como o adulto pode agir
Age por impulso	Faz tudo sem pensar!	Córtex pré-frontal (planejamento e controle) ainda em desenvolvimento.	Ajudar o adolescente a pensar antes de agir, sem envergonhar.
Muda de humor rápido	É bipolar, muda de ideia toda hora	Amígdala cerebral (emoções) mais ativa que o controle racional.	Validar sentimentos, ensinar a nomear emoções.
Precisa da aprovação dos amigos	Só escuta os colegas!	Hipersensibilidade à rejeição social – necessidade de aceitação.	Conversar sem julgar. Falar sobre valores e escolhas.
Busca experiências intensas	Gosta de se meter em encrenca	Sistema dopaminérgico busca prazer e novidade intensamente.	Propor desafios saudáveis e supervisionados.
Tem dificuldade em ouvir críticas	Não aceita ser corrigido	Críticas são percebidas como ameaças à identidade em formação.	Usar linguagem construtiva, perguntar como se sentiu.
Parece preguiçoso ou desatento	Só quer saber de celular e cama	Reorganização cerebral exige muito sono. Fase de baixa energia mental.	Estabelecer rotina e oferecer pausas com empatia.
Faz escolhas sem noção	Falta de juízo!	Dificuldade em prever consequências de longo prazo.	Permitir pequenos erros e ensinar com exemplos reais.

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Afinal, **quem é essa geração?**

Compreender qual o **perfil do adolescente** contemporâneo;

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Adol-ESSÊNCIA

1) Busca pela novidade
2) Engajamento social
3) Aumento da intensidade emocional
4) Exploração criativa

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

GERAÇÃO Z

- Nascidos entre 1990 até o início de 2010.
- Conectada
- Dificuldades em distinguir o mundo real do virtual
  Usa a internet para se expressar
- São nômades digitais, gamers
- profissionais, influenciadores digitais.
  Possuem uma linguagem própria
- Assistem vídeos do TikTok e relacionados à cultura oriental, como os animes.

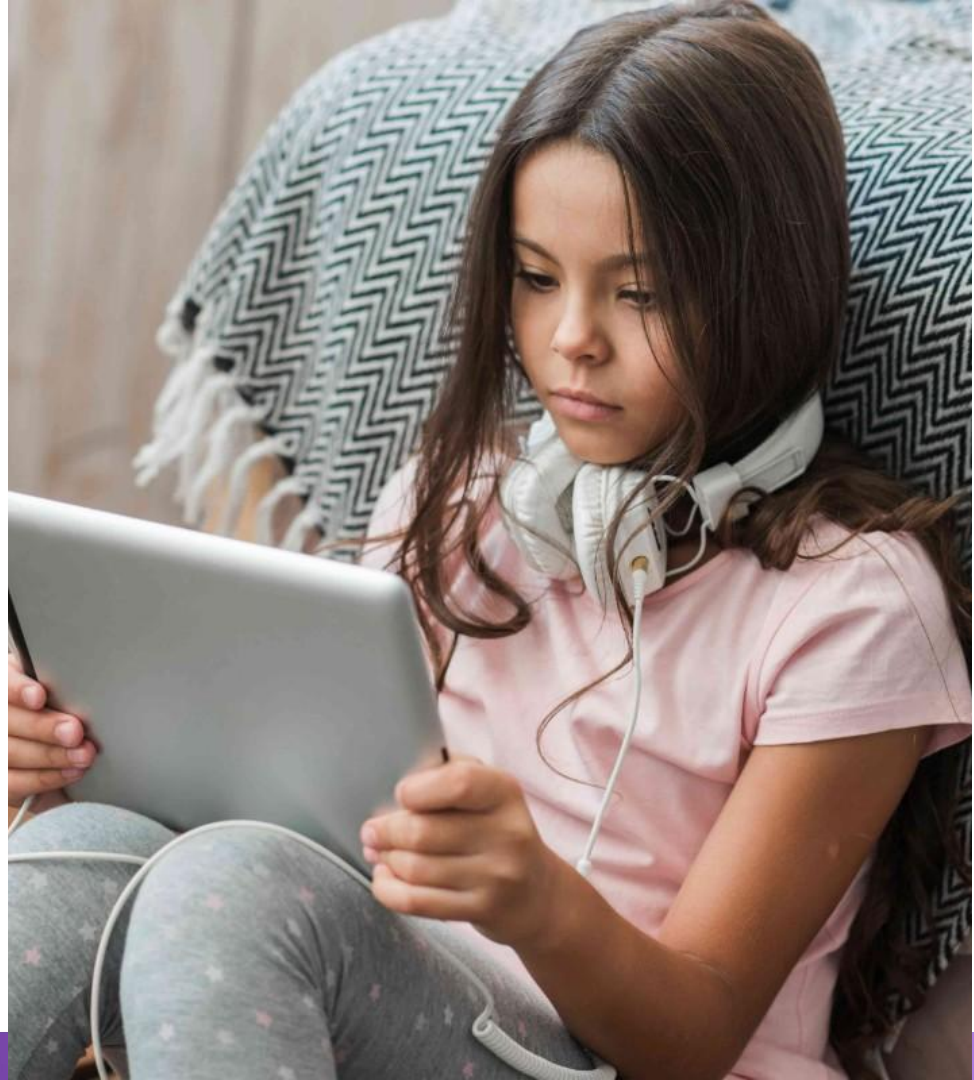
workshop
conexão com
ADOLESCENTES

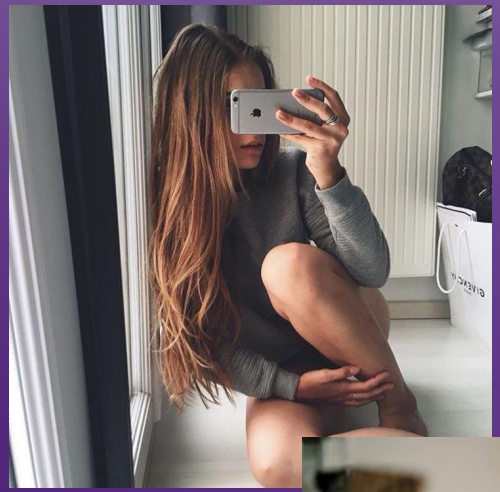
ALPHA

Nascidos entre 2010 a 2025

Era onde se fala cada vez mais de metaverso, nanorobôs e inteligência artificial

O desafio está em saber lidar com os sentimentos e se desenvolver emocionalmente





workshop
conexão com
ADOLESCENTES

COMO FOI A SUA ADOLESCÊNCIA?

ISOLADO

LOUCO

ASSUSTADO

CONFUSO

BAGUNÇADO

INSEGURO

DESCONECTADO

DESILUDIDO

DESORIENTADO

APAVORADO

INTENSO

PERTURBADO

DESENCORAJADO

INCOMPREENDIDO

SOZINHO

INCAPAZ

PERDIDO

Pilar 2: Conexão, um caminho que precisa ser construído

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

CONEXÃO: Ligação de uma coisa com outra; **união**. **Relação coerente**; em que há lógica, nexo;

CONEXÃO EMOCIONAL: Estarmos criando **vínculos satisfatórios** com pessoas em nosso dia a dia

O que Desconecta?

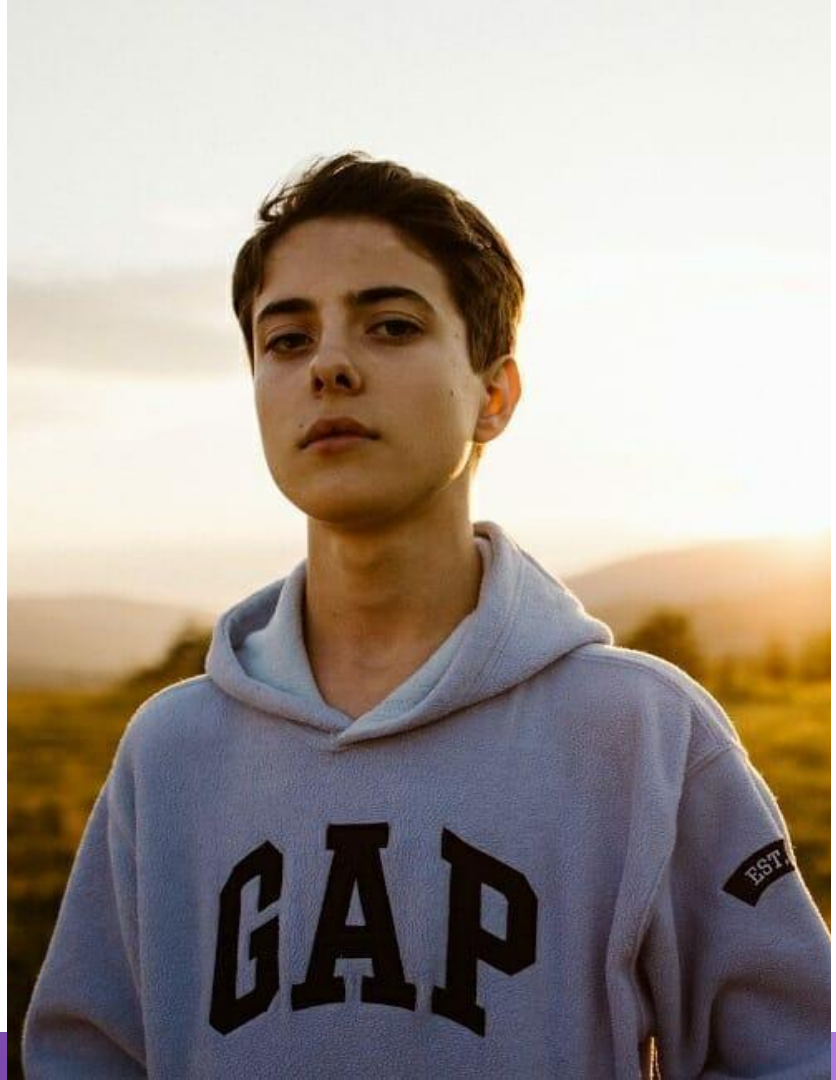
workshop
conexão com
ADOLESCENTES

1) Criou **vínculos NÃO SEGUROS**

2) Confusão sobre a **identidade**

3) Não entendeu a **proposta**

4) Se sente **julgado**



workshop
conexão com
ADOLESCENTES

MITOS

Besteirol, e os adolescentes cada dia pior.

Blá-blá-blá

Adolescente é tudo igual

A adolescência é a fase problema/chata

Não dá mais tempo

Os adolescentes não querem os pais por perto

Vai passar

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

CADERNO DE ATIVIDADES
Mitos que Desconectam Adultos de Adolescentes

Este caderno foi criado para ajudar adultos (pais, professores, cuidadores) a refletirem sobre crenças comuns que, mesmo sem intenção, podem dificultar a conexão com adolescentes. Use este material como um espaço de autoanálise e transformação.

MITO: Adolescente é tudo igual

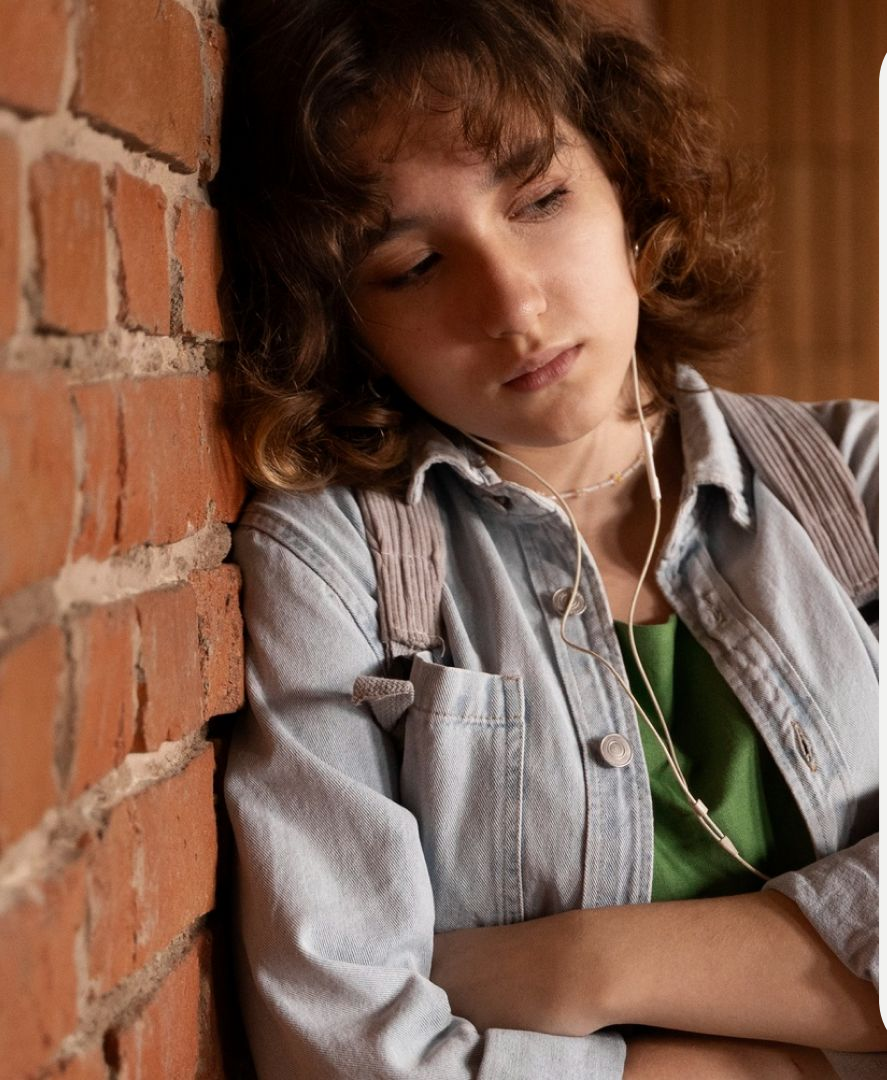
Como esse mito aparece: "Eles são todos dramáticos, bagunceiros..."

Como isso desconecta: Ignora a individualidade e inválida sentimentos reais.

Nova visão possível: Todo adolescente é único e reage de forma diferente às mesmas experiências.

Reflexão Pessoal:

1. Você já acreditou ou ouviu esse mito? Como isso impactou sua relação com adolescentes?
2. Como seria agir diferente a partir de agora?
3. Escreva um exemplo de como você pode demonstrar uma nova postura com base nessa nova visão.



Trauma, do grego, significa "ferida"

Não se trata apenas do que aconteceu, mas de como isso afeta a pessoa por dentro.

O trauma é o que acontece dentro de você como resultado do que aconteceu com você.

Pode ser comparado a uma ferida física: se alguém toca, dói, e o trauma age da mesma maneira nas emoções – ao reviver memórias, a dor retorna.

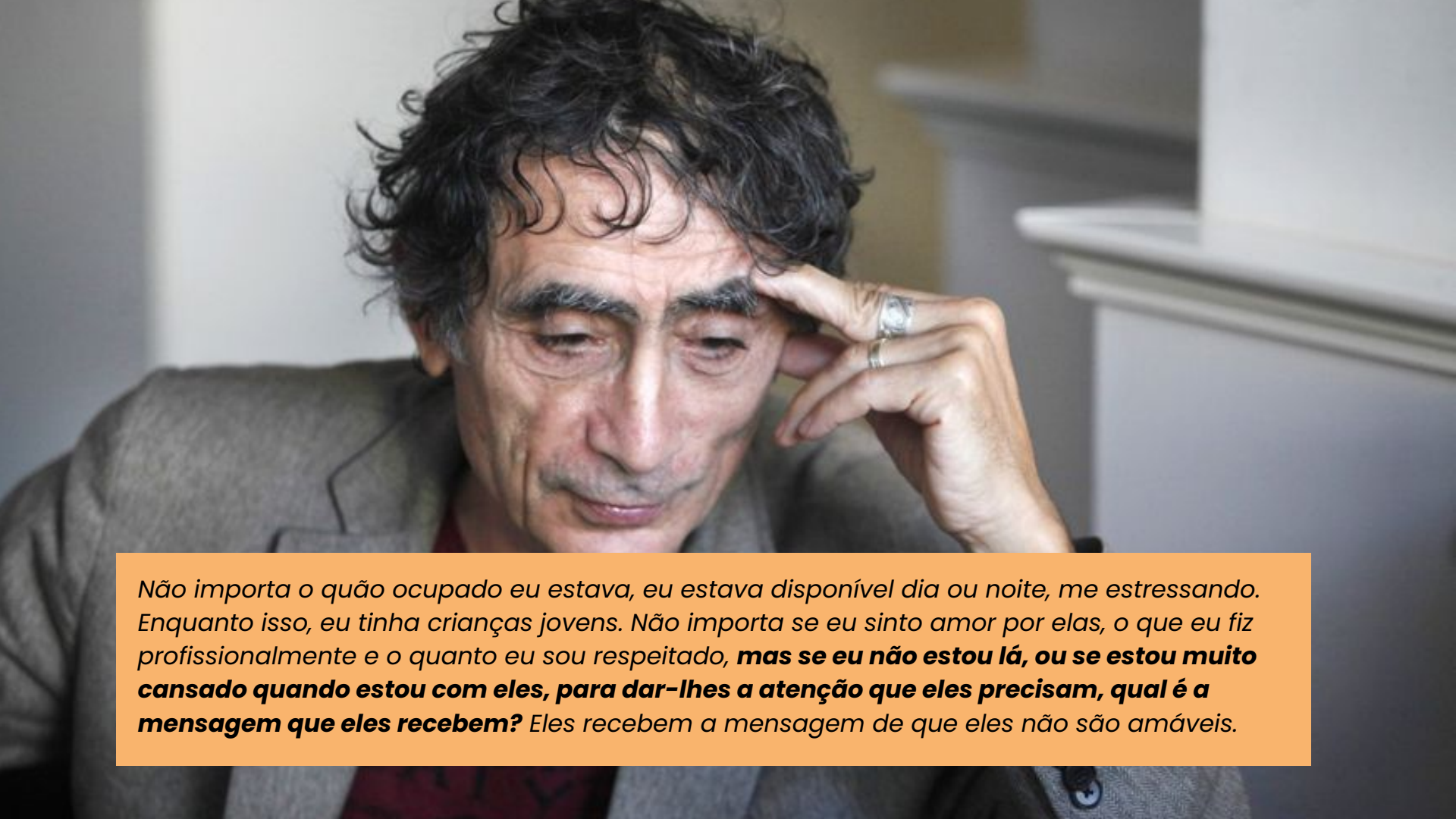
Grande T

Eventos agudos, repentinos e sofridos: Abuso sexual, físico e emocional, a morte de uma mãe ou pai, um divórcio ruim, uma atmosfera ruim de família constante, um pai mentalmente disfuncional, um pai/mãe adicto, violência na família, um pai/mãe preso, alienação parental, negligência, grandes tragédias.

Pequeno T

Há outra forma de machucar crianças, que não é fazendo coisas ruins para eles, **mas não lhes dando as coisas boas que eles precisam.**

Falas recorrentes do pai ou da mãe diminuindo o/a filho/a “Você não consegue mesmo, é muito incompetente”, “Seu irmão é um exemplo! Já você...”



Não importa o quão ocupado eu estava, eu estava disponível dia ou noite, me estressando. Enquanto isso, eu tinha crianças jovens. Não importa se eu sinto amor por elas, o que eu fiz profissionalmente e o quanto eu sou respeitado, ***mas se eu não estou lá, ou se estou muito cansado quando estou com eles, para dar-lhes a atenção que eles precisam, qual é a mensagem que eles recebem?*** *Eles recebem a mensagem de que eles não são amáveis.*

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Como isso afeta os adolescentes?

- Evitar conversas difíceis.
- Se isolar em seu quarto.
- Ter dificuldades em expressar suas emoções.

"Se eu falar, ninguém vai me entender."
"Meus problemas não são importantes."
"É melhor ficar quieto do que me machucar de novo."

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Agora, vou te mostrar uma oportunidade...

As Camadas da Cebola

Descoberta

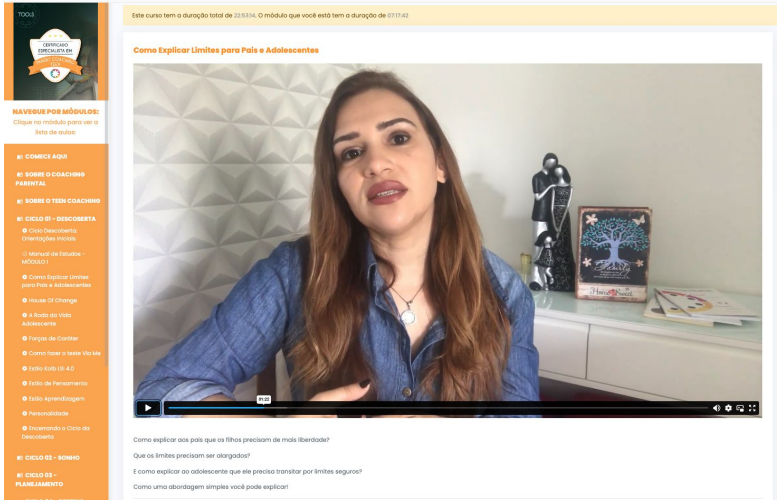
Sonho

Planejamento

Destino

ACADEMIA
PARENT BRASIL

- PLATAFORMA EXCLUSIVA
- CURSO 100% ONLINE
- +50 AULAS GRAVADAS
- MATERIAL DE APOIO (PDF)
- CARGA HORÁRIA: 90H
- SUPORTE PARA TIRAR DÚVIDAS



ACADEMIA PARENT BRASIL

CICLO #1

FUNDAÇÕES FIRMES PARA UMA ADOLESCÊNCIA SEGURA

- Avaliar a visão de mundo atual do adolescente;
- Trabalhar a motivação;
- Forças;
- Valores;
- Perspectiva de vida;
- Ferramentas específicas para as primeiras sessões;
- Ferramenta para início do processo.

CICLO #2

CRIANDO UMA FORTALEZA INTERNA

- Trabalhar o Mindset;
- Entender as emoções;
- Controlar o Crítico interno;
- Criar âncoras positivas;
- Ferramentas específicas para as primeiras sessões;
- Ferramentas para início do processo.

CICLO #3

LÍDER DE SI MESMO

- Crítico Interno;
- Ajustando a Visão de Mundo;
- Projetando o Futuro Resiliência;
- Sucesso nos estudos e na vida;
- Rotina para estudos;
- Ferramentas específicas para as sessões.

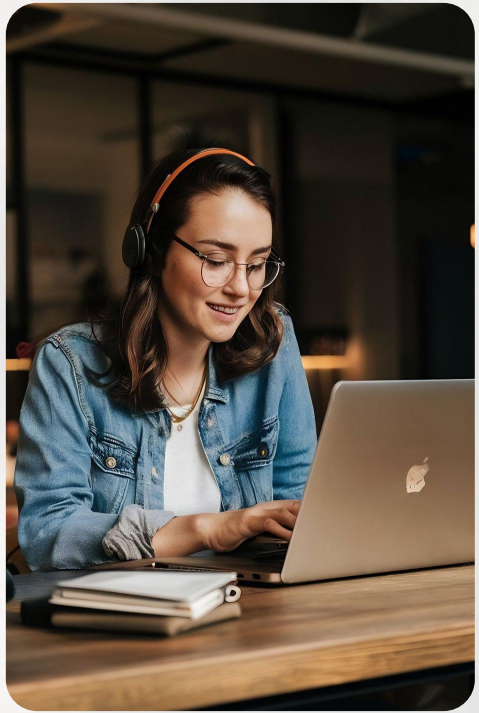
CICLO #4

PROJETANDO O FUTURO

- Escolhas (longe de coisas ruins, perto de coisas boas);
- Planejamento de futuro;
- Autoestima blindada;
- Projetos de liderança;
- Garra, caráter e realização;
- Ferramentas específicas para as sessões.

Tudo pensado para você conseguir estudar no seu ritmo e nos seus horários

Você vai poder fazer o seu próprio horário de estudo e assistir às aulas quantas vezes desejar.



AULAS GRAVADAS

AULA INAUGURAL AO VIVO

01 ANO DE ACESSO

MATERIAL DE APOIO (PDF)

FERRAMENTAS ESPECÍFICAS

SUPORTE NA PLATAFORMA

GRUPO NO WHATSAPP

CERTIFICADO VALIDADO PELO MEC

COMO VAI FUNCIONAR:

AULA INAUGURAL AO VIVO

SEMANA 01

SEMANA 02

SEMANA 03

SEMANA 04

CERTIFICADO DE CONCLUSÃO

CICLO 01

CICLO 02

CICLO 03

CICLO 04

METODOLOGIA GRAVADA

CERTIFICADO COM RECONHECIMENTO DO MEC

CERTIFICADO DA ACADEMIA PARENT BRASIL

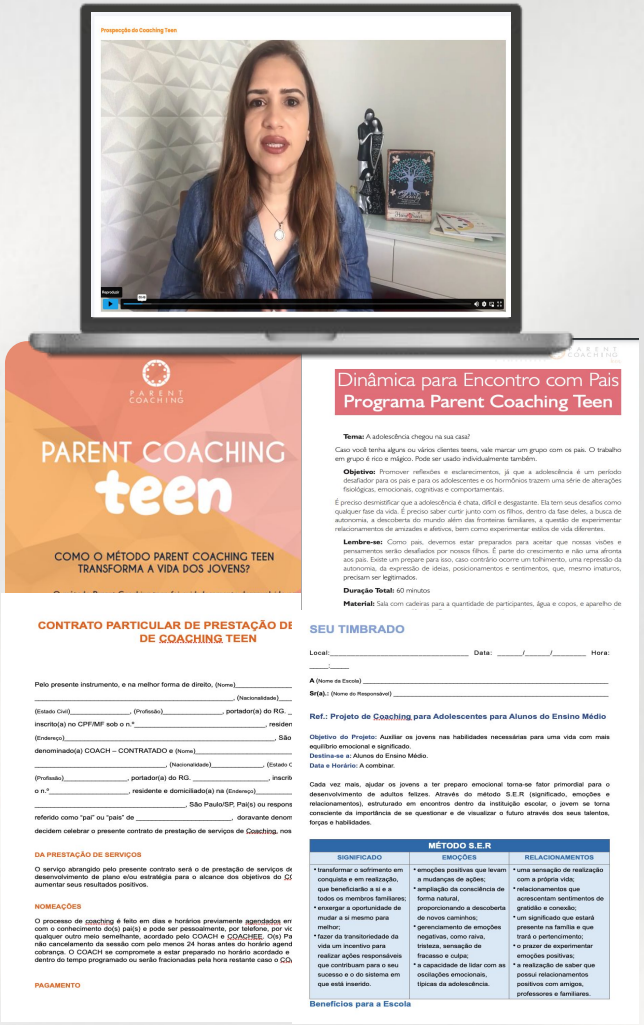
COMPROVAÇÃO DE 02 ATENDIMENTOS (PRÁTICA)

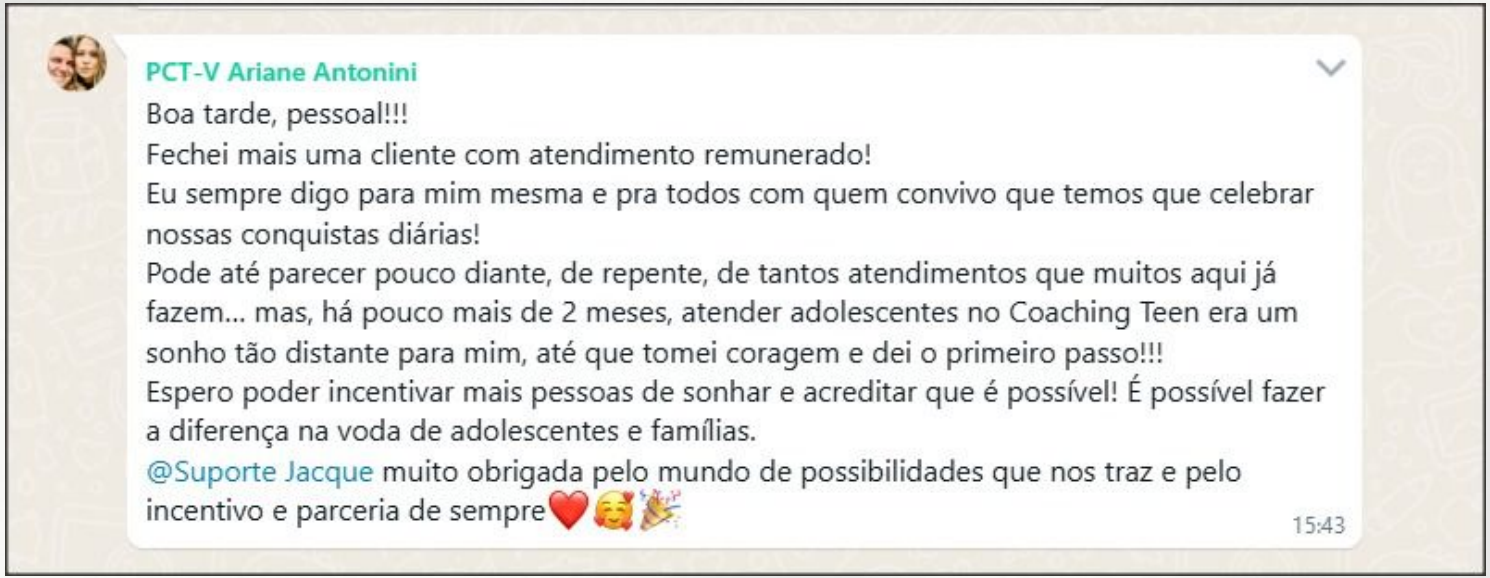
SOLICITAÇÃO DA CHANCELA DO MEC

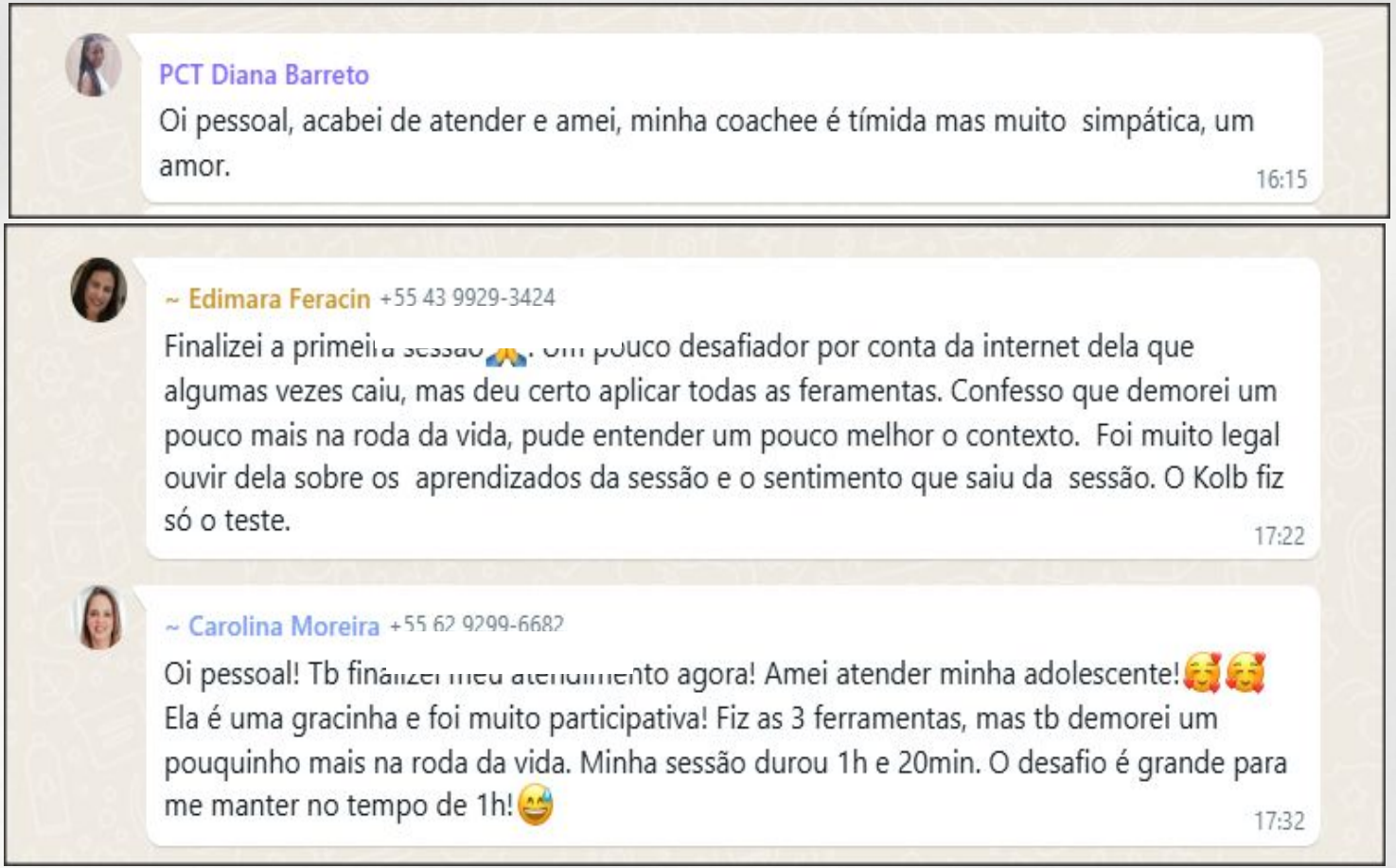
ACADEMIA PARENT BRASIL

Você vai receber **MATERIAIS EXCLUSIVOS** prontos para você editar e usar!

- AULA EXCLUSIVA DE PROSPECÇÃO
- PROPOSTA DE ATENDIMENTO INDIVIDUAL
- PROPOSTA PARA ESCOLAS
- MODELO DE CONTRATO
- FOLDER DE DIVULGAÇÃO
- SLIDE DE PALESTRA PARA ESCOLAS
- DINÂMICAS PARA ENCONTRO COM PAIS




PCT-V Ariane Antonini
Boa tarde, pessoal!!!
Fechei mais uma cliente com atendimento remunerado!
Eu sempre digo para mim mesma e pra todos com quem convivo que temos que celebrar nossas conquistas diárias!
Pode até parecer pouco diante, de repente, de tantos atendimentos que muitos aqui já fazem... mas, há pouco mais de 2 meses, atender adolescentes no Coaching Teen era um sonho tão distante para mim, até que tomei coragem e dei o primeiro passo!!!
Espero poder incentivar mais pessoas de sonhar e acreditar que é possível! É possível fazer a diferença na voda de adolescentes e famílias.
@Suporte Jacque muito obrigada pelo mundo de possibilidades que nos traz e pelo incentivo e parceria de sempre❤️🥰🎉
15:43



PCT Diana Barreto

Oi pessoal, acabei de atender e amei, minha coachee é tímida mas muito simpática, um amor.

16:15

~ Edimara Feracin +55 43 9929-3424

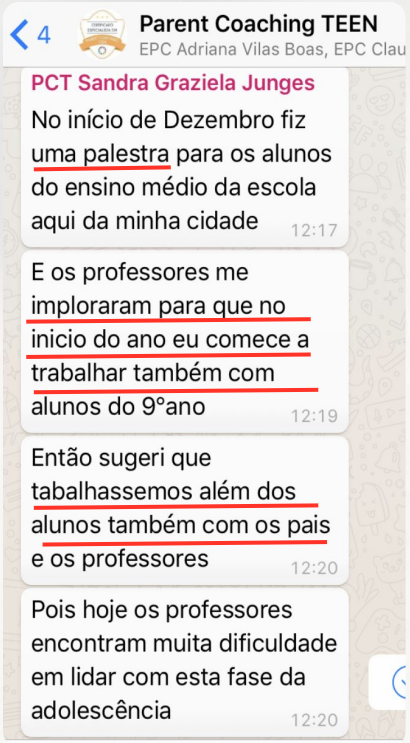
Finalizei a primeira sessão 🙌. Um pouco desafiador por conta da internet dela que algumas vezes caiu, mas deu certo aplicar todas as feramentas. Confesso que demorei um pouco mais na roda da vida, pude entender um pouco melhor o contexto. Foi muito legal ouvir dela sobre os aprendizados da sessão e o sentimento que saiu da sessão. O Kolb fiz só o teste.

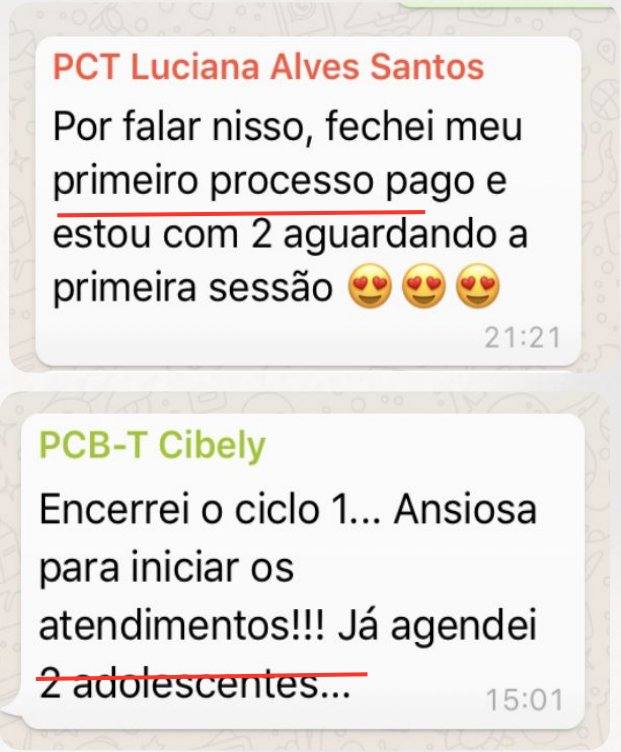
17:22

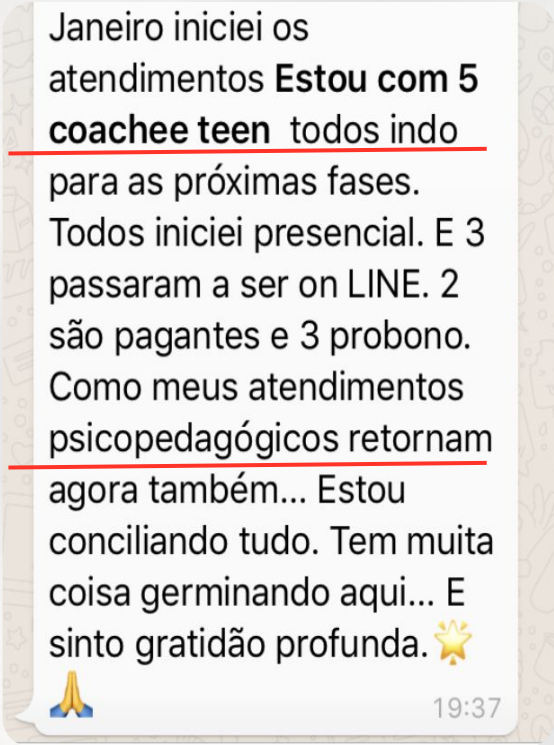
~ Carolina Moreira +55 62 9299-6682

Oi pessoal! Tb finalizei meu atendimento agora! Amei atender minha adolescente!🥰🥰
Ela é uma gracinha e foi muito participativa! Fiz as 3 ferramentas, mas tb demorei um pouquinho mais na roda da vida. Minha sessão durou 1h e 20min. O desafio é grande para me manter no tempo de 1h!😅

17:32


4
Parent Coaching TEEN
EPC Adriana Vilas Boas, EPC Clau
PCT Sandra Graziela Junges
No início de Dezembro fiz uma palestra para os alunos do ensino médio da escola aqui da minha cidade
12:17
E os professores me imploraram para que no inicio do ano eu comece a trabalhar também com alunos do 9°ano
12:19
Então sugeri que tabalhassemos além dos alunos também com os pais e os professores
12:20
Pois hoje os professores encontram muita dificuldade em lidar com esta fase da adolescência
12:20


PCT Luciana Alves Santos
Por falar nisso, fechei meu primeiro processo pago e estou com 2 aguardando a primeira sessão 😍😍😍
21:21
PCB-T Cibely
Encerrei o ciclo 1... Ansiosa para iniciar os atendimentos!!! Já agendei 2 adolescentes...
15:01


Janeiro iniciei os atendimentos **Estou com 5 coachee teen** todos indo para as próximas fases. Todos iniciei presencial. E 3 passaram a ser on LINE. 2 são pagantes e 3 probono. Como meus atendimentos psicopedagógicos retornam agora também... Estou conciliando tudo. Tem muita coisa germinando aqui... E sinto gratidão profunda. 🌟🙏
19:37

Eu preparei 03 presentes especiais para quem entrar hoje na Certificação Teen...

BÔNUS 01

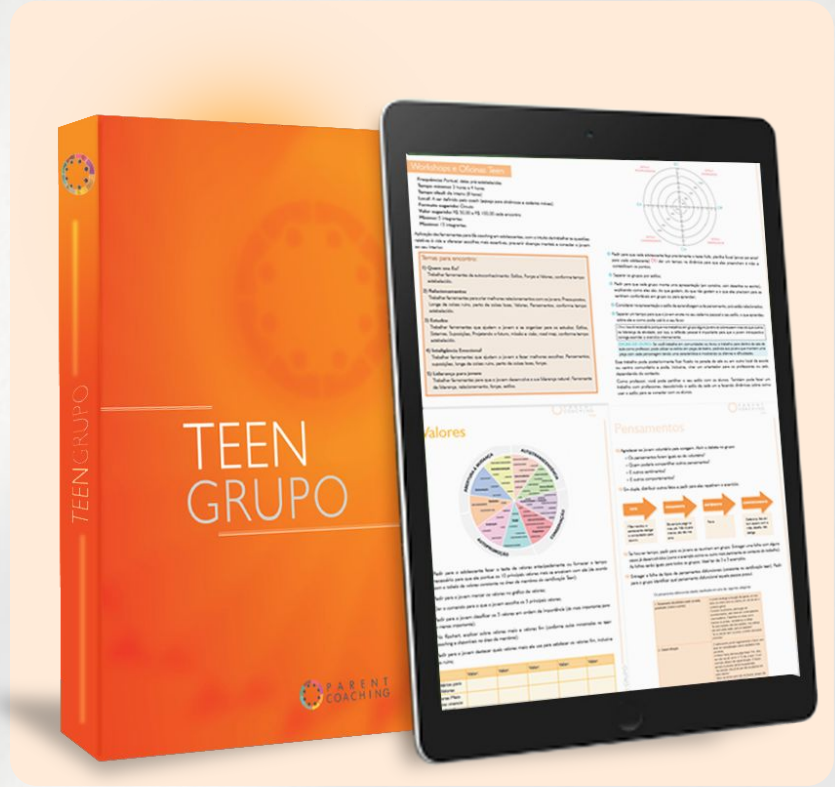
Acesso estendido à plataforma das aulas de 01 para 02 anos

BÔNUS 02

Curso COMPLETO sobre COMO COBRAR pelos seus Serviços + Modelo de Slide e de panfleto PRONTO

BÔNUS 03

Manual Completo para aplicação
do processo
em GRUPO de adolescentes



E QUAL É O VALOR DE TUDO ISSO?

2 anos de acesso ao curso profissionalizante

R$ 1.997,00

+ Materiais de prospecção de clientes

R$ 497,00

+ Curso completo de precificação dos atendimentos

R$ 497,00

+ Manual de aplicação das ferramentas em grupo

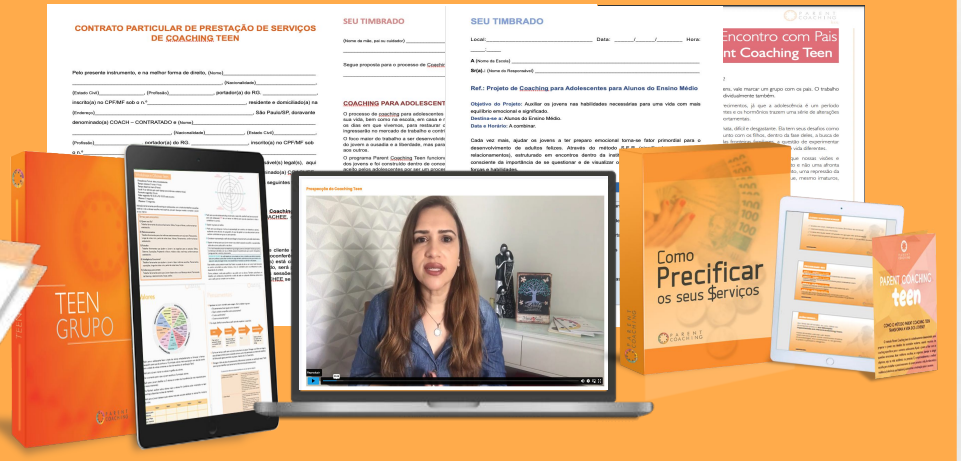
R$ 997,00

R$ 3.188,00

PORÉM, VOCÊ NÃO VAI INVESTIR ESSE VALOR!

CERTIFICAÇÃO TEEN

BÔNUS ESPECIAIS



R$ 1.497,00

Mas eu tenho um presente para você que está aqui nesse treinamento...

EXCLUSIVO PARA VOCÊ:

CONDIÇÃO ESPECIAL PARA QUEM ESTÁ INSCRITO NO WORKSHOP

OS 15 PRIMEIROS

que se inscreverem na Certificação Teen vão ganhar...

CARTÃO PRESENTE
VALOR
R$500
VALOR EXCLUSIVO!

CERTIFICAÇÃO TEEN

BÔNUS ESPECIAIS

DE R$ ~~1.497,00~~ POR APENAS

12X R$ 99,70

NO CARTÃO DE CRÉDITO

R$ 99,70 POR MÊS...

É O QUE VOCÊ GASTA MUITAS VEZES COM:

PARA OS 15 PRIMEIROS:

Certificação Teen com R$ 500,00 OFF

+ Bônus 1: Acesso estendido por 2 Anos
+ Bônus 2: como cobrar pelos seus serviços
+ Bônus 3: Manual para aplicação em GRUPO

GARANTA SUA VAGA

~~DE R$ 1.497,00~~ **POR R$ 997,00**

12X R$ 99,70

E tem mais um presente que eu quero dar para aqueles que estão decididos a entrar na Certificação Teen...

SOMENTE ATÉ AMANHÃ:

Com uma abordagem prática e acessível, o curso oferece **recursos pedagógicos aplicáveis tanto na vida pessoal quanto profissional**, facilitando intervenções em **situações cotidianas ou em momentos críticos**.

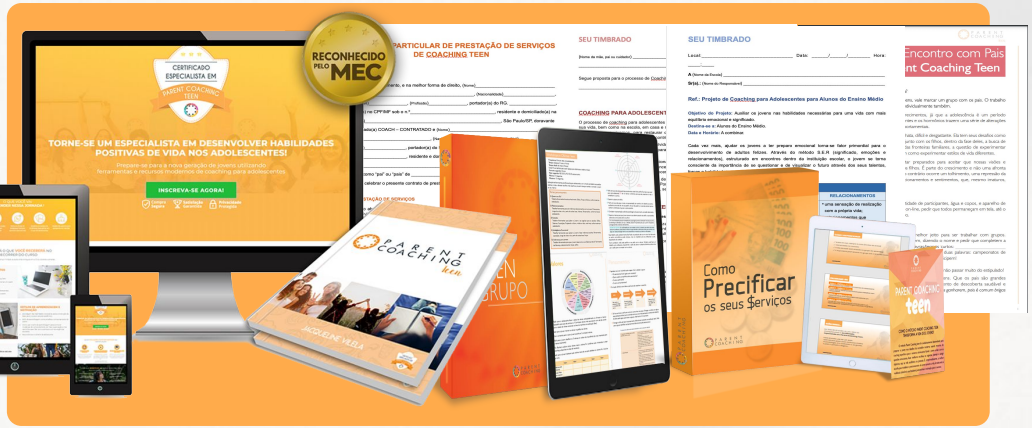
+ A Passagem da infância para a Adolescência
+ O Real Propósito da Adolescência
+ **Os Mitos da Adolescência**
+ A maturidade do cérebro do adolescente
+ A Impulsividade do Adolescente
+ A Forma de Pensar do Adolescente
+ **Como o Adolescente faz Escolhas**
+ O Adolescente e os Pais
+ O Adolescente e a Escola
+ O Adolescente e os Amigos
+ **O desafio do Convívio em Família**
+ A Construção da Personalidade
+ A Construção da Identidade
+ O Adolescente e o Autoconceito
+ **O Adolescente e a Autoestima**
+ A Diferença entre Autoestima e

+ **Sexo na Adolescência**
+ Identidade de Gênero
+ A importância das Emoções
+ Como os vínculos são Transformados na Adolescência
+ **Como melhorar a Conexão com o Adolescente**
+ Educação no Mundo Digital: As tecnologias e seus desafios
+ A melhor forma de se comunicar com o adolescente
+ Os sintomas do excesso de tecnologia para a mente e corpo
+ Sexting na Adolescência
+ Como Agir com um Adolescente Rebelde
+ Como se Comunicar com um Adoles
+ **Cyberbullying na Adolescência**
+ Cigarro Eletrônico
+ Bebidas alcoólicas
+ **Pornografia na Adolescência**

PARA OS 15 PRIMEIROS:

Certificação Teen com R$ 500,00 OFF

+ Bônus 1: Acesso estendido por 2 Anos
+ Bônus 2: como cobrar pelos seus serviços
+ Bônus 3: Manual para aplicação em GRUPO
+ **SÓ ATÉ AMANHÃ: CURSO DECIFRANDO ADOLESCENTES**



GARANTA SUA VAGA

~~DE R$ 1.497,00~~ POR R$ 997,00

12X R$ 99,70

GARANTA SUA VAGA

~~DE R$ 1.497,00~~ POR R$ 997,00

12X R$ 99,70

workshop
conexão com
ADOLESCENTES
RETORNAMOS ÀS 13H30

O que cria Conexão?

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Jacque você que trabalha com adolescentes saberia me dizer **o que eles esperam de nós, adultos?**

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

3 Passos para a confiança

1) Mostrar **P**resença

2) **S**intonizar

3) **R**essoar

Os modelos de **VÍNCULO**

SEGURO

Percepção: Relação que transmitiu sensação de segurança, sossego e sentido.

Modelo: Permite equilibrar as emoções, entender a si mesmo e conectar-se com os outros de maneiras gratificantes.

FUGA

Percepção: Experiências repetidas de não se sentir sossegada, amparada.

Modelo: Aprende a se virar sozinho. Sente-se desconectado emocionalmente dos outros e das próprias emoções e necessidades.

AMBIVALENTE

Percepção: Inconsistência ou perturbação no amparo e sossego.

Modelo: Nunca sabe o que esperar, por isso se agarra a qualquer forma de vínculo, porque não sabe quando ele poderá vir de novo.

DESORGANIZADO

Percepção: Por algum motivo há uma espécie de terror.

Modelo: Fragmentação. Deixa vulnerável, com dificuldade de equilibrar as emoções, pensar com clareza em situações de estresse. Dissociação – Separar sentimentos de lembranças e os pensamentos das ações.

Questionário Simplificado de Apego Parental:

Identificando seu Tipo de Apego

INSTRUÇÕES: Leia as afirmações de cada tipo de apego e marque o que mais envolve suas experiências e sentimentos. No final, conte quantas afirmações você concorda em cada categoria para determinar seu estilo de apego predominante.

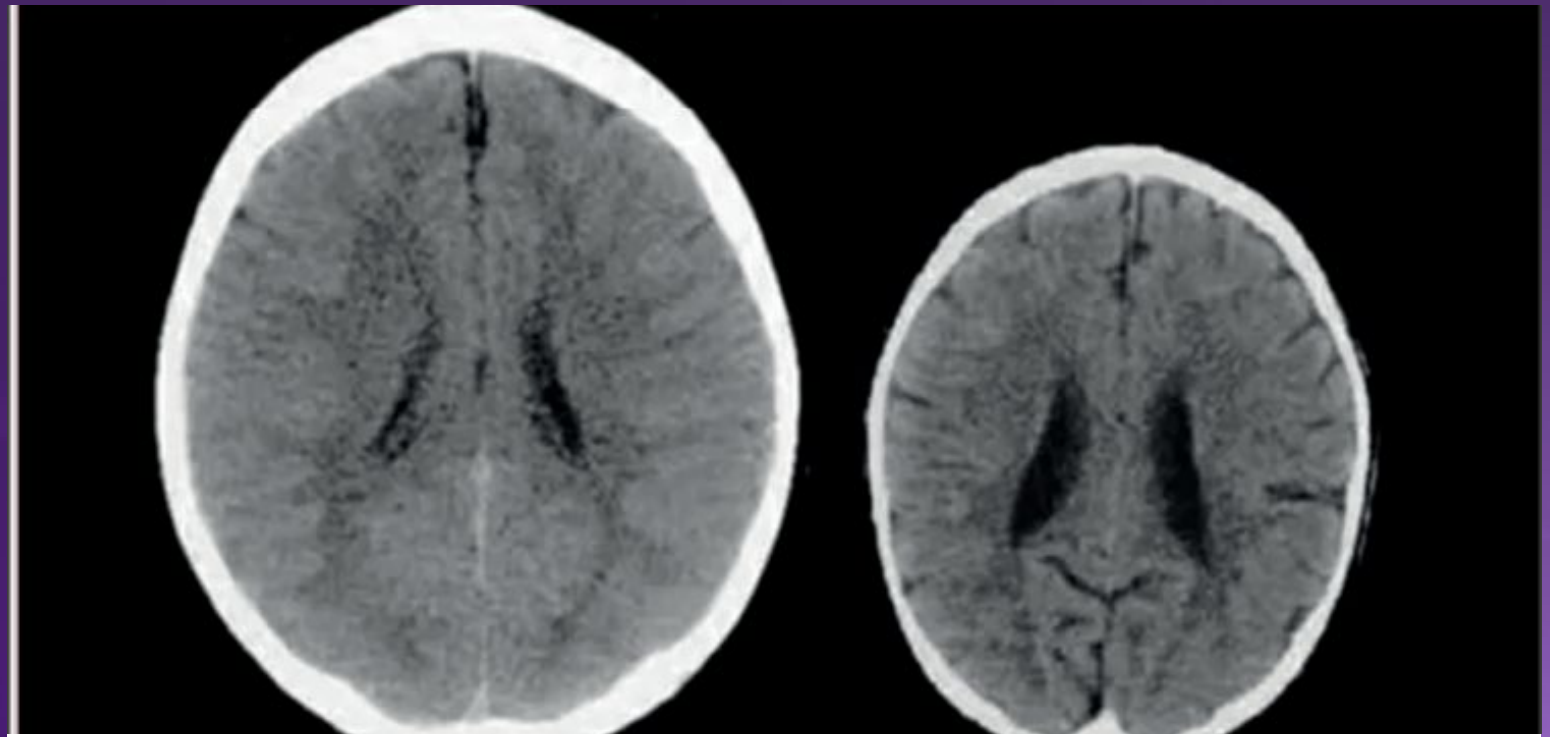
1 Apego Seguro

O amor é a emoção mais importante para a nossa convivência e conexão com os outros. Sem amor, as relações humanas se tornam frágeis, cheias de conflitos e rupturas.

As Interações não podem ser só encontros passageiros ou distantes; precisam ser repetidas e profundas.

Estar no mesmo ambiente não é interação e, portanto, não cria a conexão.

O projeto Meninos: sonhando os homens do futuro é idealizado pelo Instituto PDH e tem apoio estratégico do Pacto Global da ONU no Brasil.



O cérebro da criança amada (esq.) é maior e mais uniforme que o da criança negligenciada (dir.); as áreas escuras, mais intensas no cérebro da direita, são como espaços vazios

AMOR CONDICIONAL X AMOR INCONDICIONAL

"Eu te amo se você for um bom aluno" ou "Eu vou te dar carinho se você se comportar bem."

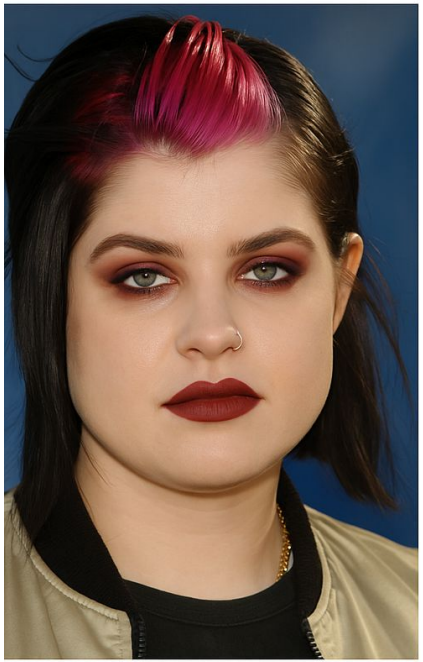
"Eu te amo, mesmo quando você comete erros. Mas isso não significa que eu concordo com seu comportamento. Vamos conversar sobre isso e ver formas de melhorar"

Tabela
com exemplos de **Amor Incondicional, Condicional e Permissividade**
(que não está relacionada a amor incondicional)

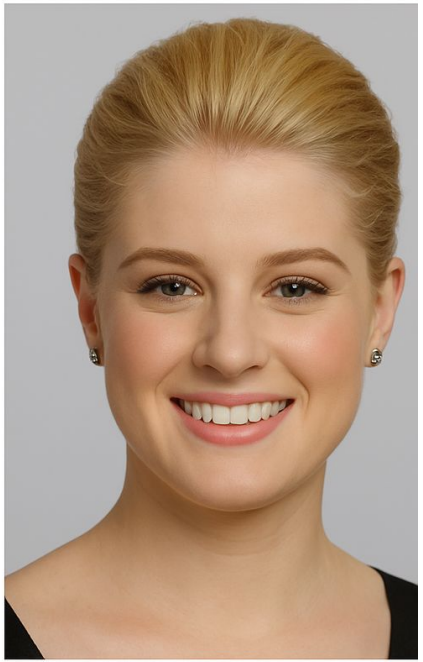
Amor Condicional	Amor Incondicional	Permissividade
Notas escolares como condição de afeto: "Que decepção, você só faz isso e ainda tira notas ruins" "Eu vou te elogiar se você tirar uma nota boa na prova."	**Amor demonstrado mesmo após erros:** "Eu te amo, mesmo que você tenha tirado uma nota ruim. Vamos trabalhar juntos para melhorar na próxima vez."	**Ignorar notas ruins:** "Tanto faz a nota que você tirou." "Esses professores não sabem de nada". "Você é inteligente, não se preocupe"
Comportamento perfeito para receber carinho: "Só te abraço se você parar de fazer birra." "Quando você é malcriado, fico triste"	**Carinho após comportamentos difíceis:** "Sei que está com raiva, e eu ainda estou aqui por você. Vamos descobrir por que você se sente assim."	**Minimizar a birra:** "Pára de chorar que eu compro aquele sorvetinho que você quer." "Passou, passou, passou, não foi nada". "Ele está expressando seus sentimentos, é só esperar passar"
Comparação com outras	**Reconhecimento pelo**	**Evitar limites comparativos:**

Toda mãe/pai tem um filho idealizado. Sim, ele está lá, à espreita, esperando o momento de surgir lindo e belo aos olhos de todos...

FILHO REAL



FILHO IDEAL



Meu filho idealizado

Toda mãe tem um filho idealizado. Sim, ele está lá, à espreita, esperando o momento de surgir lindo e belo aos olhos de todos...

Escreva uma carta para o seu filho idealizado.

Nessa carta, coloque características bem específicas, como: Meu filho idealizado se veste... O filho que eu idealizei age... O filho que eu idealizei fala... As pessoas falam do meu filho idealizado...

Filho, eu vejo você

Leia a carta do exercício anterior se colocando no lugar do seu filho.

Passo 1: Reflita em como é para você, na imagem do seu filho, descobrir que está competindo com esse filho idealizado? Escreva abaixo seus pensamentos...

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

A Razão Losada

Para que uma relação seja saudável e produtiva, é preciso haver uma **razão de pelo menos 3 emoções positivas para cada 1 negativa.**

A razão Losada

Para que relacionamentos positivos aconteçam, o saldo da conta precisa estar positivo.

Quantos elogios você faz ao seu filho antes de dirigir-lhe uma crítica?

Será que você passou apenas a corrigir os erros do seu filho e esquecer de parabenizá-lo pelos pequenos esforços ou pelas pequenas conquistas?

Escreva abaixo como está a sua Razão Losada, ou seja, como está o seu saldo bancário do amor. Todos os dias, durante 01 semana, escreva como foi a interação com o seu filho:

Dia da Semana	Eu elogiei/reconheci/usei as linguagens do amor:	Eu cobrei/briguei/repreendi:
Segunda		
Terça		

Linguagens do Amor na Adolescência – Como Conectam ou Desconectam

Linguagem do Amor	O que é	Como CONECTA	Como DESCONECTA
Palavras de afirmação	Frases, elogios, reconhecimento verbal	“Admiro seu esforço.” / “Você tem boas ideias.”	Críticas constantes, silêncio, ignorar conquistas
Tempo de qualidade	Estar presente com atenção e presença real	Conversar sem celular, fazer algo juntos com interesse	Estar junto fisicamente, mas ausente emocionalmente
Toque físico	Abraços, toques no ombro, carinho respeitoso	Um abraço sincero, um toque leve no braço ao conversar	Distância fria ou evitar totalmente o toque
Atos de serviço	Fazer algo pelo adolescente (sem cobrar)	Ajudar com algo importante pra ele(a), levar no lugar que gosta	Fazer por obrigação ou jogar na cara depois
Presentes	Dar algo com valor simbólico ou emocional	Um mimo que mostra que você lembrou dele(a), algo simples com afeto	Usar presentes como troca ou manipulação

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Escolha as batalhas

Como eu me sinto

ORIENTAÇÃO - MODELO

Primeira fase: Eu não aceito.
Escreva tudo o que você não aceita hoje no seu filho.

Eu não aceito que:

1- Eu não aceito que o meu filho seja inseguro.
2- Eu não aceito que o meu filho seja tímido.
3- Eu não aceito as roupas que o meu filho veste.
4- Eu não aceito o jeito que o meu filho fala com o irmão.
5- Eu não aceito que o meu filho tire notas menores que "x" na escola.
6- Eu não aceito que o meu filho esteja namorando nessa idade.
7- Eu não aceito que o meu filho fique com a porta fechada doquarto.
8- Eu não aceito que o meu filho não me conte as coisas.
9- Eu não aceito que o meu filho chore demais. Isso não é bom

Segunda fase: Ressignifique.
Reescreva as frases de maneira diferente. Depois, pegue um marca-texto e destaque as que você não consegue mesmo aceitar.

Eu posso aceitar e olhar de outro jeito para:

1- Eu entendo que a insegurança faz parte da adolescência. Eu acredito que o meu filho pode aprender a ser mais seguro com a minha ajuda.
2- A timidez é uma característica do meu filho. Aceito essa característica e vou ajuda-lo a se sentir confiante, mesmo sendo tímido.
3- Talvez eu possa ceder em ocasiões informais.
4- Eu realmente não aceito que o meu filho seja desrespeitoso com a irmã.
5- Eu realmente não aceito notas baixas.
6- Eu devo conversar com o meu filho sobre assuntos importantes, inclusive namoro, e não simplesmente proibir.
7- Talvez um pouco de privacidade não faça mal, desde que ele cumpra com os acordos.

A verdade sobre as coisas

Inverta o pensamento.

Para o oposto
Para você mesma
para o outro

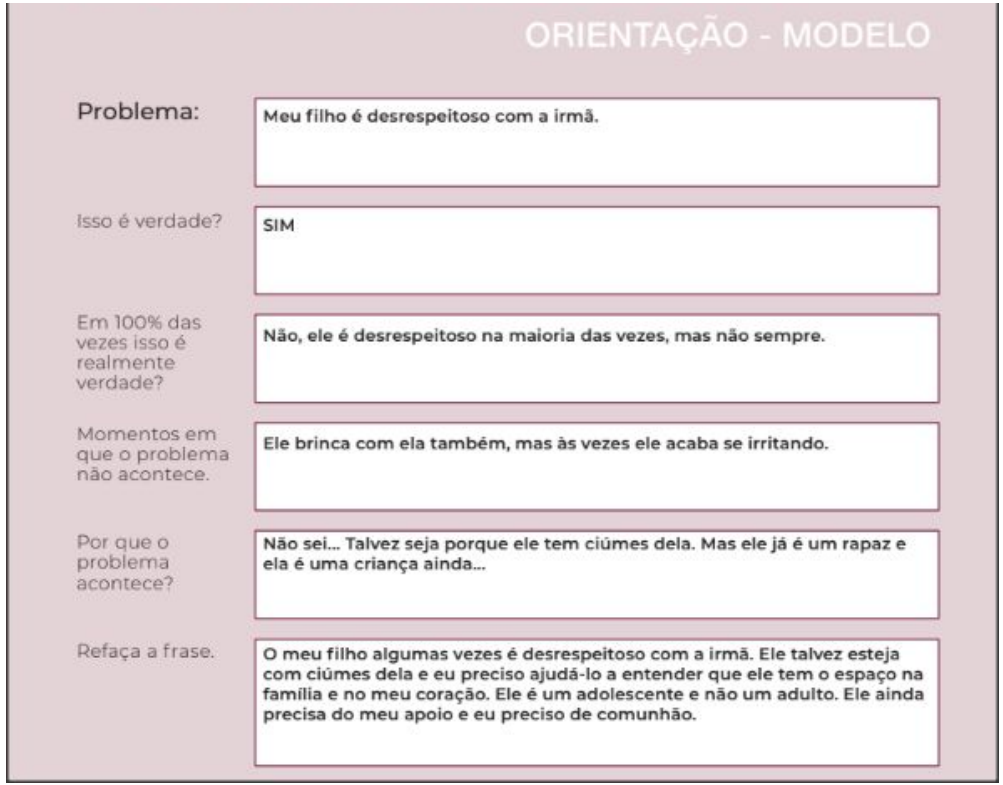
1. Isso é verdade?
Fique quieto(a). Espere pela resposta do coração.

2. Você pode saber com absoluta certeza que isso é verdade?
Por fim, você pode realmente saber o que ele deveria ou não deveria entender/fazer/ser? Você pode absolutamente saber o que é o melhor interesse dele entender?

3. Como você reage, o que acontece, quando você acredita neste pensamento?
Você experimenta raiva, estresse, frustração? Descreva as sensações físicas que acontecem quando você acredita nesse pensamento.

4. Quem você seria sem este pensamento?
Feche seus olhos. Imagine você mesmo(a) na presença da pessoa que você quer que entenda você. Agora, imagine-se olhando para aquela pessoa, só por um momento, sem o pensamento. O que você vê? O que sua vida seria sem aquele pensamento?

A verdade sobre as coisas



ORIENTAÇÃO - MODELO

Problema:	Meu filho é desrespeitoso com a irmã.
Isso é verdade?	SIM
Em 100% das vezes isso é realmente verdade?	Não, ele é desrespeitoso na maioria das vezes, mas não sempre.
Momentos em que o problema não acontece.	Ele brinca com ela também, mas às vezes ele acaba se irritando.
Por que o problema acontece?	Não sei... Talvez seja porque ele tem ciúmes dela. Mas ele já é um rapaz e ela é uma criança ainda...
Refaça a frase.	O meu filho algumas vezes é desrespeitoso com a irmã. Ele talvez esteja com ciúmes dela e eu preciso ajudá-lo a entender que ele tem o espaço na família e no meu coração. Ele é um adolescente e não um adulto. Ele ainda precisa do meu apoio e eu preciso de comunhão.

E em um primeiro contato com o adolescente?

Enquanto o adolescente fala ou se cala diante de você, pense o seguinte: a eficácia da minha ação dependerá da minha sensação de estar efetivamente na minha pele de pai ou terapeuta.

Quanto mais eu me sentir em consonância com o papel que eu assumo perante o jovem, mais chances eu terei de ajuda-lo a entrar em consonância consigo mesmo.

J.D. Nasio

Aspecto	Jovem Extrovertido	Jovem Introvertido
Como ele se recarrega?	Com interação, movimento, agitação social	Com silêncio, tempo sozinho e atividades introspectivas
Como ele expressa sentimentos?	Falando, agitando, compartilhando com muitos	Refletindo, escrevendo ou falando só com quem confia muito
O que o aproxima do adulto?	Conversas animadas, brincadeiras, reconhecimento público	Escuta tranquila, atenção individual, respeito ao silêncio
O que pode desconectar?	Ser ignorado, sentir-se "invisível", restrições de expressão	Pressionar para se expor, interromper tempo sozinho, forçar socialização
Formas de conexão práticas	Participar de atividades juntos (jogo, caminhada, ajudar no evento), elogiar em público	Conversas 1:1 em lugares calmos, perguntar “quer conversar ou só estar junto?”, bilhetes, mensagens escritas

Aproximação - Tornar-me acessível - Abordagem

O primeiro encontro com o jovem pode ser tenso, delicado, sempre prestes a romper ao menor passo em falso. Sentimentos de desconfiança corroem o adolescente.

Cada adolescente é, em si, um impenetrável mistério que exige uma **disponibilidade do profissional**.

Na fantasia do adolescente existe um adulto dominador que despreza uma criatura fraca.

Ele vai te **comparar**. E vai te **testar**, esteja preparado.

Como quebrar a resistência?

Cuidado com as suas interpretações e julgamentos sobre a adolescência e sobre o adolescente.

Você vai precisar **tolerar o silêncio.**

É fato: o jovem precisa **aceitar falar com você. Querer** é uma outra etapa.

Não queira ser igual ao jovem, ele precisa de um adulto.

Comunicação assertiva, Conexão, como chegar no deles.

Linguagem específica – Clara, dinâmica, atual. Simplifique, mas não infantilize o adolescente.

Progressão gradativa – A confiança do adolescente se conquista a cada encontro.

Empatia – Lembrar da sua adolescência ajuda a perceber os medos e crises dessa fase.

Rapport – Crie uma sintonia na relação com o adolescente.

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Rapport com adolescentes

93% da nossa comunicação é não verbal

Espelhar o comportamento do adolescente, criando uma conexão.

Fique atento a: postura, **gestos**, expressão facial, forma de falar, tom de voz.

Exemplo:
Se o adolescente usa determinada palavra, você pode usá-la também.

Se o adolescente possui gestos contidos, espelhe. Se ele é expansivo, você também pode ser.

Vá melhorando gradativamente, a cada sessão com o jovem.

workshop conexão com ADOLESCENTES

Rapport com adolescentes

Estude sobre o universo dos adolescentes. Quais os gostos, preferências gerais, músicas do momento, séries mais assistidas, estilos de roupas.

Pergunte sobre o adolescente: Músicas que escuta, banda ou cantor preferido, séries que assiste, hobbies, fragrâncias que gosta.

Você pode recepcionar o adolescente sempre com música que ele gosta (presencial). Ou pode trazer para a sessão algum assunto de uma série popular entre eles.

Estude a linguagem de amor do adolescente: Toque, palavras de afirmação, servir, presentes

workshop conexão com ADOLESCENTES

O primeiro encontro

Receba o adolescente a sós. Se apresente e comece dizendo claramente sobre a sua intenção de se conectar com ele, sem julgamentos.

Ignore o motivo do encontro dito pelos pais, não comece sendo agente de reclamação da outra parte. **Escute-o.**

Traduza ao jovem de forma mais clara o que ele disse. Isso demonstra que você o compreendeu.

Converse com os pais separadamente ou, se junto, depois das conversas individuais.

workshop
conexão com
ADOLESCENTES

Desenvolver sua capacidade de ajudar adolescentes a se comunicar para serem ouvidos

O adolescente perdido, não se comunica claramente.

Tenha Ferramentas

Todo desenvolvimento do Adolescente precisa de estrutura.

Você já conseguiu algumas ferramentas para esta CONEXÃO.

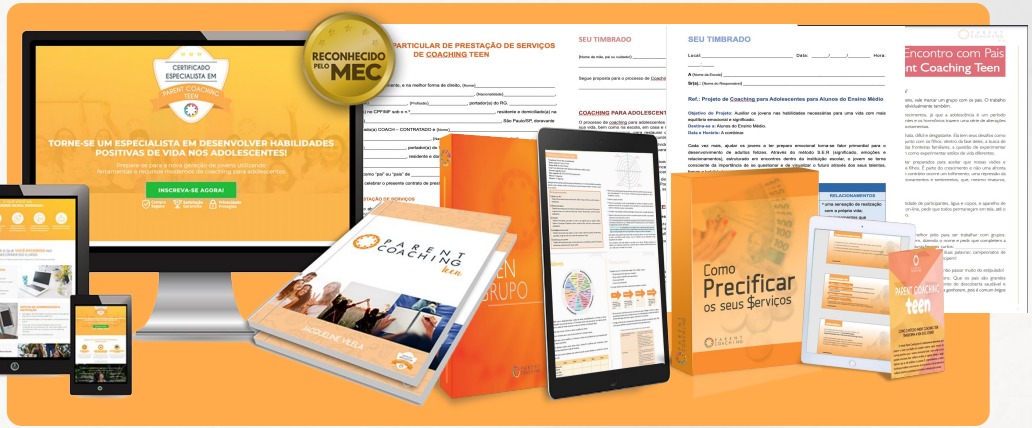
Com ela, poderá conduzir o adolescente RUMO a construção da Identidade

workshop conexão com ADOLESCENTES

PARA OS 15 PRIMEIROS:

Certificação Teen com R$ 500,00 OFF

+ Bônus 1: Acesso estendido por 2 Anos
+ Bônus 2: como cobrar pelos seus serviços
+ Bônus 3: Manual para aplicação em GRUPO
+ **SÓ ATÉ AMANHÃ: CURSO DECIFRANDO ADOLESCENTES**



GARANTA SUA VAGA

~~DE R$ 1.497,00~~ POR R$ 997,00

12X R$ 99,70

workshop
conexão com
ADOLESCENTES