

---

## Spazio alle emozioni

**Autore:** Sofia Mastrilli

**Fonte:** Città Nuova

### **Adolescenza, umori, storie: un ricco numero di Teens, la rivista scritta dai giovani per i giovani**

Noi ragazzi siamo sempre stati tempestati di informazioni sull'**adolescenza**. Sappiamo bene infatti che è un passaggio della vita molto particolare e delicato, che comporta **grandi cambiamenti fisici e soprattutto emotivi**. Quante volte ci sarà capitato di vivere emozioni in modo amplificato o di avere frequenti **sbalzi emotivi**? *Teens*, con questo numero, vuole dare **spazio alle emozioni dei giovani** mettendo in luce moltissime novità a riguardo. Scopriremo insieme quali sono le emozioni di cui abbiamo bisogno in contesti di gruppo, quali sono stati gli effetti della pandemia su di noi, leggeremo consigli per **migliorare il nostro umore** e anche per conoscere noi stessi attraverso l'aiuto di esperti. Potremo anche immergerci nelle **storie** di nuovi film, musica, libri sul tema e molto molto altro.