

STUDI DI PSICOLOGIA
PSICOTERAPIA
PIACENZA TORTONA (AL)

Studi Affiliati



CENTRO DI TERAPIA STRATEGICA®
PSYCHOTHERAPY CLINIC, RESEARCH & TRAINING INSTITUTE
Postgraduate School of Brief Strategic Psychotherapy

di Arezzo
diretto dal prof. G. Nardone

Blocco della performance dello studente®

OVVERO: LA FUGA PRIMA DEGLI ESAMI

Corso di Formazione Strategica
per ottimizzare lo studio, superare lo stress e l'ansia per l'esame

La nostra **esperienza decennale** in psicologia scolastica e le nostre competenze ispirate al **Modello di Terapia Breve Strategica** mostrano come è possibile **in tempi brevi** sbloccare situazioni complesse che creano sofferenza e mettono in difficoltà lo studente. La Formazione fornisce tecniche e strategie efficaci per superare difficoltà scolastiche e universitarie, gestione e superamento dell'ansia e per il miglioramento della metodologia di studio.

**Il progetto formativo è dedicato a studenti universitari,
di scuola superiore e agli studenti di III Media**

Il principio cardine in questo progetto è che la difficoltà dello studente risieda nelle strategie disfunzionali utilizzate per lo studio e per affrontare le prove d'esame.

LE TENTATE SOLUZIONI

La "*tentata soluzione*" è un concetto determinante della Terapia Breve Strategica. Sono quelle modalità ridondanti e inefficaci attuate per risolvere un problema, ma che al contrario finiscono per amplificarlo, facendolo addirittura peggiorare. La persona che le mette in atto le riconosce come non efficaci alla soluzione del problema, ma non riesce a fare altrimenti. Sviluppa così sfiducia nella possibilità di un cambiamento della propria situazione problematica. Grazie alla continua ricerca sul campo sono state individuate le tipiche Tentate Soluzioni disfunzionali.

E le tecniche per bloccarle sostituendole con soluzioni funzionali!

Sfogarsi continuamente dei propri problemi nello studio, ...



più se ne parla, più si aumenta la difficoltà...
e la paura!

EVITAMENTO

"*Non sono pronto!* L'illusione è che la volta successiva si sia più preparati e in grado di affrontare la prova. Ma ogni evitamento prepara la fuga successiva!



STUDIO "METICOLOSO"

Quando studiare diviene un'analisi
cavillosa si perde lo sguardo d'insieme!

PIÙ "COSE" SO E MEGLIO È ...

Lo studente s'impegna nel tentativo di ricordare tutto ciò che legge. Solo individuando le informazioni rilevanti si ricorda meglio e con meno sforzo!

SBAGLIARE “CAMPO DI BATTAGLIA”

Dopo un esame evitato, una verifica fallita etc., lo studente si mette alla prova con obiettivi che nulla hanno a che fare con l'apprendimento. Fallendo!

SUPLIZIO DELLA “NOTTE PRIMA”

Ridursi all'ultimo giorno per preparare una verifica prepara una maggior paura!



“Cerco di rendere lo studio più piacevole: ascolto musica, chatto di tanto in tanto, un'occhiatina a facebook, ...”

**ORGANIZZAZIONE DELLO STUDIO? BOOOOOO!?!****Programma dell'attività di Formazione**

La Formazione si sviluppa in 5 sessioni a cadenza settimanale/quindicinale, individuale o in gruppo con un massimo di 4 partecipanti per ogni gruppo per massimizzare efficacia ed efficienza.

Sono definiti gli obiettivi sulle esigenze dei partecipanti, condotte esercitazioni e training per superare l'ansia per le verifiche e gli esami. Si propone di trasmettere metodologie di studio avanzate (tempo e studio paradossale), tecniche su come “prendere appunti”, costruire Mappe Mentali. Esercitazioni su tutte le tecniche utilizzate e valutazione dei risultati raggiunti dai singoli partecipanti.

LA FORMAZIONE È CONDOTTA DA:

<p>Dott. Massimo Botti Psicologo, Formatore, Psicoterapeuta. Ricercatore Associato presso il Centro di Terapia Strategica di Arezzo. Formazione in psicoterapia analitica, presso il C.I.Ps.Ps.I.A. integra la propria formazione con il Corso di perfezionamento in psicologia scolastica. Specialista in Psicoterapia Breve Strategica</p>	<p>Dott.ssa Elena Dacrema Psicologa, laureata in Psicologia dello Sviluppo presso l'Università di Pavia, sta perfezionando la propria formazione presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Breve Strategica. Svolge attività di progettazione pedagogica tesa al recupero di deficit scolastici e collabora ad attività di formazione e aggiornamento per insegnanti.</p>	<p>Dott. Emilio Gatti Psicologo, Psicoterapeuta. Ricercatore Associato presso il Centro di Terapia Strategica di Arezzo. Specialista in Psicoterapia Breve Strategica. Oltre all'attività clinica svolge docenze, tutoraggio d'aula e di stage, formazione.</p>
---	---	--

ISCRIZIONI e INFORMAZIONI

invia una mail a Elena Dacrema: elenadacrema@gmail.com con i propri dati o contattaci telefonicamente al **334.211.288.7**

La partecipazione al corso è subordinata ad un colloquio gratuito di valutazione.

COSTO: Il corso *individuale* ha il costo di € 260 + IVA
Il corso in *gruppo* ha il costo (ind.le) di € 150 + IVA

SEDI del corso

<p>Piacenza (PC) Corso Vittorio Emanuele II, 317</p>	<p>Tortona (AL) Via Pelizzari, 9</p>
--	--

web site: www.bottimassimo.it

web site: www.terapiastrategicapiacenza.it