

# IMPARIAMO A STUDIARE

Quando, quanto, come, dove e perché studiare

*E' un Corso rivolto agli studenti della III media e del biennio delle superiori. E' necessario, per avere successo scolastico, che gli studenti della scuola dell'obbligo (Scuola secondaria di I e II grado) adottino un metodo di studio efficace e pertanto diverso da quello spontaneo usato nella Scuola Primaria. La maggior parte dei ragazzi è in difficoltà nel primo anno delle superiori perché agisce in base a "credenze", ad ingenuità, a strategie poco adeguate ma solidificate nel corso del tempo. E' necessario, che già all'inizio dell'anno scolastico in corso, non si disperdano energie con atteggiamenti di scarsa efficacia, confidando in un recupero futuro. Le prediche, i rimproveri e le punizioni non sono efficaci per far studiare. Sono necessarie, invece, buone strategie di studio. Non serve urlare: "Devi studiare di più". E' necessario dare ai ragazzi i mezzi per comprendere ed acquisire bene le spiegazioni fornite in classe. I contenuti, nel corso del tempo, saranno dimenticati inevitabilmente, ma le strategie per usare bene la propria mente saranno utili per sempre a scuola e nella vita.*

*AbilMente*

Il corso è costituito da 8 incontri di 2 ore ciascuno a cadenza settimanale; il numero massimo di partecipanti per gruppo è di 8 studenti.

### **Titolo incontri:**

- 1) Le strategie di apprendimento
- 2) Motivazione allo studio; organizzazione e lavoro personale.
- 3) Stili cognitivi: di che stile sei?
- 4) Autonomia e modo personale di affrontare lo studio.
- 5) Metacognizione e studio; concentrazione, selezione aspetti principali, capacità di autovalutazione.
- 6) Strategie e sensibilità meta-cognitiva (preparazione a verifiche ed interrogazioni).
- 7) Atteggiamento verso la scuola e verso lo studio. Ansia scolastica: rapporto con i compagni ed insegnanti.
- 8) Verifica e valutazione percorso.

### **Date partenza gruppi:**

**1° gruppo:** inizio 11 Novembre ore 15.00

Iscrizioni entro il 4 Novembre

**2° gruppo:** inizio 27 Gennaio ore 15.00

Iscrizioni entro il 20 Gennaio

**3° gruppo:** inizio 24 Marzo ore 15.00

Iscrizioni entro il 20 Marzo



### **Sede:**

Studio Abilmente Via Carlo Noè, n. 32 Gallarate.

### **Costo:**

Il costo per incontro è di 30 euro (2 ore), per un totale di 240 euro. E' necessario partecipare a tutti gli incontri.

### **Informazioni e iscrizioni:**

**Dott.ssa F. Bonali:** cell 335/7477615; e-mail drbonali@alice.it

**Dott.ssa E. Cardone:** cell 349/8023272; e-mail cardone.eliana@libero.it

- **Francesca Flora Bonali**

**Psicologa, psicoterapeuta, esperta in tematiche adolescenziali.**

- **Elia Cardone**

**Psicologa, psicoterapeuta, esperta in tematiche adolescenziali.**

Da anni lavorano insieme per la realizzazioni di progetti relativi alle difficoltà scolastiche attraverso l'Associazione Syntonia e sono da un decennio le referenti dello Sportello Psicologico di Ascolto presso le scuole superiori di Gallarate.

Hanno concretizzato la loro collaborazione anche con la costituzione dello Studio Abilmente di Gallarate.

*AbilMente*