



## COMUNE DE PÀDRIA

Pratza de su Comune – Pàdria – Tel. 079/807018 – Fax 079/807323 –

E Mail: [sociale@comune.padria.ss.it](mailto:sociale@comune.padria.ss.it)

SERVÌTZIU SÒTZIO - ASSISTENTZIALE

### COOPERATIVA LACHESOS SOC. COOPERATIVA MORES

#### TRETU PRO GIÒVANOS E MANNOS

# Benèssere psicològicu

T'at a accollire in custu tretu su dut.re Franco Ferreri, psicòlogo, psicoterapeuta, programmatore nèuro linguìsticu e coach.

S'obietivu de custu tretu "Benèssere Psicològicu" est de favorèssere s'isvilupu de sa serenidade tua. Gai dae su primu aboju, gràtzias a peràulas sèmplitzes e a fatos cuncretos, as a resessire a balorizare sas resursas tuas e as a dare serenidade a sos pensamentos tuos, a manera de resessire a torrare a leare podèriu de sa vida tua, como!

In custos adòbios as a pòdere isvilupare istrategias pràticas pro acrèschere in presse su benèssere, su bonu cunsideru de a tie, sas motivatziones e sa serenidade pro bìvere cun un'enèrgia noa s'amore, sa famìllia, sas amitzìtzias o su traballu, s'iscola o s'azienda. Su dut.re t'at a accollire cun professionalidade, passione e disponibilidade, in Comune o puru si preferis in domo tua.

As a pòdere seberare percursos de *coaching*, crèschida personale, psicoterapia, babbos e mamas de giudu e, pro sos prus giòvanos, sos mètodos pro imparare prus in presse e pro àere prus motivatziones pro istudiare, puru pro istudiantes chi apant DSA.

Sos percursos s'ant a pòdere fàghere a sa sola, in còpia, familiares o de grupu.

<b>PositivaM.E.N.T.E.: PSICOLOGIA - PSICOTERAPIA – CRÈSCHIDA PERSONALE</b>
Problemas de còpia: crisi, incapatzidade a si cumprèndere, traitorias, divòrtziu e separatzione
Problemas de onniunu: ànsia, atacos de pànicu, depressione, lutos, timòrias
Problemas familiares: incapatzidade de si faeddare, problemas de sos piseddos, dificutades chi podent àere sos babbos e mamas
Si s'abarrat a sa sola o s'at unu dispiaghare dae una persona a sa cale si cheret bene
Problemas alimentares: Anoressia, Bulimia, Obesidade
Discumbèniu Iscolàsticu in s'edade evolutiva e Timòria de andare a Iscola
Dificurtates a trattare cun sa gente: amicìtzias, cullegas
Cunsideru non tantu bonu de isse etotu e sensu de inferioridade, inadeguatesa e ineficatzidade
Istress, discumbèniu, paga sodisfatzione, pagos resurtados in su traballu o in s'iscola

<b>PotenziaM.E.N.T.E.: Mètodu de istùdiu lestru e Motivazione Iscolàstica</b>
Tretu pro sos còmptos
Mapas mentales
Planning: tènicas pro s'organizatzione de s'istùdiu
Acostamentu eficatze a sas matèrias de istùdiu
Mètodu de istùdiu e istrategias de apredimentu
Letura lestra
Tènicas de memòria
Comunicatzione eficatze
Cunsideru de isse etotu e Motivazione
Afortigamentu de sos protzessos de connoschèntzia: atenzione, cuntzentrazione, memòria

**Pro informatziones o marcare un'apuntamentu crama, imbia unu SMS o WhatsApp a su**

**3453850123 dut.. Franco Ferreri. Su servìtziu at a èssere ativu pro su 2017/2018/ 2019**