

## **S.F.I.D.E. Sportivi Fiduciosi Intelligenti Determinati ed Efficaci**

Il Centro psico-educativo PragmaticaM.E.N.T.E., in collaborazione con il Gruppo Sportivo San Paolo Sassari, permette ai tesserati, alle loro famiglie e ai componenti della società calcistica, di usufruire dei servizi dai noi offerti ad una tariffa agevolata. L'équipe del Centro PragmaticaM.E.N.T.E. è composta da psicologi, educatori, psicoterapeuti ed altre figure professionali.

Le nostre esperienze formative e lavorative abbracciano diverse discipline scientifiche come la Psicologia, la Pedagogia, la Psicoterapia, inglobando l'approccio Sistemico-Relazionale, quello Cognitivo-Comportamentale, la Programmazione Neuro Linguistica, la Pedagogia del Terzo Millennio, il Metodo Feuerstein® e tanti altri.

### **Cosa offriamo**

- Spazio compiti individuale e/o di gruppo, prima e dopo gli allenamenti, al fine di migliorare i risultati scolastici ed incrementare l'autostima, l'intelligenza e l'autoefficacia.
- Spazio di ascolto per i bambini, i ragazzi, le famiglie e tutte le persone coinvolte nella società.
- Doposcuola specialistico DSA
- Applicazione del Metodo Feuerstein
- Percorsi di crescita personale
- Percorsi per genitori efficaci
- Psicoterapia individuale e di coppia

### **Dove**

Tutti i nostri servizi possono essere svolti presso la sede del Gruppo Sportivo San Paolo Sassari, prima o dopo gli allenamenti, oppure presso le nostre sedi.

## **Sportivi Costanti = Studenti più Bravi**

Obiettivo del progetto è permettere ai ragazzi di svolgere un anno scolastico proficuo senza dovere rinunciare ai benefici di un'attività fisica costante. Quando i risultati scolastici non sono del tutto positivi, si ha la tendenza a interrompere l'attività fisica con l'idea che il ragazzo abbia più tempo da dedicare allo studio. Gli esperti ormai concordano che rinunciare allo sport per migliorare i risultati scolastici possa essere assai controproducente nel tempo. Le ricerche hanno scoperto che gli sportivi, rispetto ai sedentari, presentano all'interno del cervello parti sostanziose di materia grigia che favorisce l'aumento delle celle cerebrali e il potenziamento del flusso del sangue all'encefalo e producono una sostanza chiamata "irisina", che stimola il miglioramento della memoria favorendo una capacità di ragionare più fluida e veloce. Inoltre gli sportivi hanno stili di vita più salutari, alimentazione più equilibrata, fumano meno, adottano condotte sociali costruttive e sono meno a rischio di devianza.

Naturalmente per diventare adulti forti, capaci e determinati, oltre ad essere degli sportivi, bisogna essere dei bravi studenti in grado, non solo di sapere ma anche di saper fare. Gli ingredienti per queste nuove sfide sono intelligenza e autostima.

Intelligenza intesa non come un insieme di nozioni ma come la capacità di usare al massimo le nostre potenzialità al fine di trovare un atteggiamento proattivo, flessibile ed efficace, teso a trovare le soluzioni per costruire il futuro. Per sfruttare pienamente le nostre potenzialità è anche necessario un buon livello di autostima, ossia l'opinione che abbiamo di noi stessi, il giudizio di valore che attribuiamo alla nostra identità.

Una persona con bassa autostima sarà portata a scegliere obiettivi più limitati e a impegnarsi di meno in ambito scolastico, sportivo, relazionale e lavorativo.

Rispetto a quello che si pensava sino a qualche anno fa, le ricerche scientifiche ci dimostrano che l'intelligenza e l'autostima non sono innate, bensì possono essere imparate, sviluppate e potenziate.

Siamo convinti che creare un percorso sinergico che sia in grado di allenare i nostri figli nello sport come nella scuola possa aiutarli ad affrontare nel migliore dei modi le sfide del domani.

TIPO DI ATTIVITÀ	EURO	DURATA
SPAZIO COMPITI INDIVIDUALE	13	1 ORA
SPAZIO COMPITI DI GRUPPO	7	1 ORA
DOPOSCUOLA SPECIALISTICO DSA INDIVIDUALE	15	1 ORA
DOPOSCUOLA SPECIALISTICO DSA DI GRUPPO	13	1,5 ORA
METODO FEUERSTEIN DI GRUPPO (strumenti compresi)	15	1,5 ORA
SPAZIO DI ASCOLTO	40	1 ORA
PERCORSI DI CRESCITA PERSONALE	40	1 ORA
PERCORSI PER GENITORI EFFICACI	40	1 ORA
PSICOTERAPIA INDIVIDUALE E DI COPPIA	40	1 ORA
Inoltre aiutiamo gli studenti delle scuole medie che si sono ritirati o stanno pensando di farlo, a conseguire la licenza media sostenendo l'esame come privatista e recuperando più anni in uno!		

Per maggiori informazioni sulle attività che il Centro svolge visitate il sito [www.pragmaticamente.net](http://www.pragmaticamente.net) oppure contattateci ai numeri:

**Dott. Franco Ferreri: 345 3850123 - Dott.ssa Cristina D'Amicis: 347 1716441**

**Sedi PragmaticaM.E.N.T.E.:**

**Sassari: Via Napoli 145 – Ittiri: Via Umberto 85 - Thiesi: Via Cagliari 10**