



**INMENTE**  
PSICOLOGIA BENESSERE

## STUDIO EFFICACE

12 INCONTRI PER IMPARARE  
UN METODO DI STUDIO  
EFFICACE RIVOLTO A  
STUDENTI FRA I 9 E I 15 ANNI.

Conduce gli  
incontri la  
Dott.ssa Monica  
Antonioli

**INMENTE PSICOLOGIA BENESSERE**

Via A. Degasperis, 150 - 38123 Trento (TN)



+39 0461 218855



info@inmente.tn.it

[www.inmente.tn.it](http://www.inmente.tn.it)

[www.facebook.com/inmentepsicologia](https://www.facebook.com/inmentepsicologia)

## PRIMO MODULO: **Sapersi organizzare** (3 incontri)

Controllo del tempo e uso efficace del diario

Planning della settimana

Organizzare il pomeriggio di studio

## SECONDO MODULO: **Imparare a studiare** (7 incontri)

Prendere appunti

Studiare sui libri di testo (analisi indici testuali, sottolineare, annotare, organizzare le idee, schematizzare, strategie per memorizzare e ripassare)

Affrontare i diversi tipi di verifiche e vincerne la paura

Strumenti a supporto dello studio (a bassa e alta tecnologia)

## COLLOQUI CON I GENITORI (2 incontri)

Il primo incontro si svolgerà all'inizio del percorso e il secondo alla fine

Durata incontri: **un'ora e mezza**  
Costo: **€ 20,00 a incontro**  
Svolgimento: **piccolo gruppo** (2-3 studenti) suddivisi per età  
Sede: **Cooperativa InMente**



Contattaci per saperne di più.