

Come molti dei nostri soci certamente sapranno **l'Accademia Scherma Marchesa** si avvale delle preziosa collaborazione della **Dottoressa Sonia Chies**, nella sua qualità di Psicologa, per gli aspetti che riguardano le prestazioni dei nostri atleti dal punto di vista della preparazione, non solo tecnica ed atletica dell'agonismo, ma anche quella psicologica. Ora la nostra società e la Dottoressa Chies, offrono a tutti i tesserati della Marchesa ed ai loro famigliari, la possibilità di usufruire della consulenza dello Studio di Psicologia e Psicoterapia della Dott.ssa Sonia Isabella Chies, relativamente a quanto di seguito elencato, con un onorario ridotto rispetto alla tariffa prevista dal nomenclatore-tarifario dell'Ordine degli Psicologi e Psicoterapeuti.

*Le attività dello Studio di Psicologia consistono in:*

- *Consulenza e sostegno psicologico ; Psicoterapia*
- *Training autogeno e tecniche di rilassamento*
- *Psicologia dello Sport*
- *Orientamento scolastico e professionale*
- *Gruppi tematici e di formazione sulla psicologia del benessere : gestione dello stress; rapporto genitori- figli; gestione e mediazione dei conflitti, etc*
- *Formazione: comunicazione, gruppo e facilitazione dei risultati; gestione delle emozioni; processi di presa di decisione –soluzione dei problemi;..*

*Le attività sono rivolte a:*

**Atleti:**

- *gestione delle fasi pre-competizione*
- *consapevolezza delle proprie capacità mentali implicate nello sport*
- *tecniche di concentrazione e rilassamento*

**Adulti :**

- *che stanno attraversando momenti di difficoltà (nella relazione, nella coppia) , stati di ansia, tristezza e depressione, panico, perdita del lavoro, cambiamento di ruolo*
- *che si trovano ad affrontare momenti di transizione della vita familiare e del ciclo di vita: nascite, pensionamenti, lutti, terza età, separazioni*

**Genitori,Futuri Genitori ,Neomamme e neopapà:**

- *percorsi alla genitorialità : essere madre, essere padre, essere genitori, essere genitori di figli disabili, affiancare il proprio figlio nelle attività di studio, relazione educativa genitore-figlio, difficoltà o aspetti dello sviluppo del bambino*
- *percorsi di accompagnamento alla nascita e post parto*
- *problemi connessi al concepimento*

*Le attività dello studio sono consultabili sul sito [www.benessereemozioni.net](http://www.benessereemozioni.net)*

*Per informazioni e contatti:*

*Dott.ssa Sonia Isabella Chies*

*Cell. 388/0595498 – [info@benessereemozioni.net](mailto:info@benessereemozioni.net)*

*[www.benessereemozioni.net](http://www.benessereemozioni.net)*

*oppure tramite la segreteria della Accademia Scherma Marchesa*