

PROGRAMMA DEL MASTER

PROMEMORIA

MODULO "A": TECNICHE DI MEMORIA DI BASE

- Test iniziali
- Tecnica della visualizzazione attiva per la buona formazione delle immagini mentali
- Tecnica della memorizzazione per associazione di immagini
- Come ricordare le informazioni astratte
- Tecnica della sequenza per la memorizzazione di liste o elenchi di informazioni
- Come correggere la tendenza alla distrazione
- Come memorizzare i concetti
- Ricordare termini tecnici di qualsiasi natura
- Memorizzazione dei vocaboli stranieri
- Tecniche di rilassamento e concentrazione
- Come memorizzare le formule
- Articoli del codice e leggi
- Acrostici e acronimi
- Per ricordare i nomi delle persone: memoria e umorismo

MODULO "B": TECNICHE DI MEMORIA AVANZATE

- Conversione fonetica per ricordare i numeri
- Tecnica della fotografia mentale per memorizzare fotografie, disegni, grafici, diagrammi, quadri
- Tecnica degli schedari mentali per la memorizzazione ed il richiamo rapido di elenchi di informazioni di qualsiasi lunghezza
- Come memorizzare numeri telefonici, date, orari
- Memorizzazione di numeri di qualsiasi lunghezza
- Come memorizzare il calendario dell'anno in corso
- Agenda mnemonica

MODULO "C": METODOLOGIE DI STUDIO

- La tecnica "glossario" o delle note a margine
- Come costruire una mappa mentale
- I tre livelli logici della mappa mentale
- Mappe mentali come base della memorizzazione degli argomenti di studio
- Uso delle tecniche di memoria per la memorizzazione delle mappe mentali
- Tecniche per lo sviluppo della creatività. "*Problem solving*"
- Mappe ad albero e mappe a raggiera
- Organizzazione del tempo applicata allo studio
- Ampliamento degli schedari mentali
- Metodo organico di studio: come integrare l'uso delle tecniche di memoria e delle mappe mentali per la memorizzazione di interi libri e testi di studio

MODULO "D": LETTURA VELOCE

- Test di valutazione iniziale
- Eliminazione dei difetti di lettura
- Come si calcola la velocità di lettura ed il suo rendimento
- Allargamento del campo visivo: esercizi della piramide e del rombo
- Riconoscimento rapido dei caratteri di stampa, delle parole, di intere frasi
- Punti di fissità e lettura ritmica
- Rilassamento dei muscoli oculari
- Lettura orizzontale delle colonne larghe
- Lettura verticale delle colonne strette
- Lettura "dimezzata" delle parole
- Intuizione del significato
- Lettura selettiva e scrematura
- Come raggiungere una maggiore elasticità di lettura: esercizi di lettura divergente e in diagonale
- Lettura a blocchi

Nel corso del modulo "D" sono previsti test di verifica parziali ed un test di verifica finale per il "monitoraggio" dei risultati raggiunti.

38° MASTER: TABELLA DEGLI INCONTRI

MODULO	GIORNO		ORARIO	
MODULO A MAXIMUM MEMORY	Ven	4/11	- - -	15 -19,30
	Sab	5/11	9,30-13,30	15,30-19,30
	Dom	6/11	9,30-13,30	15,30-19,30
MODULO B MEMORY ADVANCED	Ven	11/11	- - -	15 -19,30
	Mer	16/11	- - -	15 -19,30
	Ven	18/11	- - -	15 -19,30
	Mer	23/11	- - -	15 -19,30
MODULO C MAXIMUM READING	Ven	2/12	- - -	15 -19,30
	Sab	3/12	9,30-13,30	15,30-19,30
	Dom	4/12	9,30-13,30	15,30-19,30
MODULO D MIND MAPPING	Ven	16/12	- - -	15 -19,30
	Sab	17/12	9,30-13,30	15,30-19,30
	Dom	18/12	9,30-13,30	15,30-19,30

INVESTIMENTO MASTER PRO MEMORIA

Ogni modulo: € 275,00 (I.V.A. inclusa)

Con "Sconto presentazione": € 250,00 (I.V.A. inclusa)

Con borsa di studio I.B.C.: i 4 moduli € 880,00 (I.V.A. inclusa)

N.B Laddove è indicato, la frequenza dei corsi s'intende mattina e pomeriggio, non a scelta.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE PER PAGAMENTO A RATE

(con BOLLETTINI POSTALI o ACCREDITO in C/C)
Finanziamento "PRESTITEMPO" – Gruppo Deutsche Bank

MASTER COMPLETO

Acconto contanti € 100,00

Saldo in:

- 24 RATE MENSILI DA € 37,80
oppure
- 18 RATE MENSILI DA € 48,60
oppure
- 12 RATE MENSILI DA € 70,10

MODULI A+B+C

Acconto contanti € 100,00

Saldo in:

- 24 RATE MENSILI DA € 27,80
oppure
- 18 RATE MENSILI DA € 35,60
oppure
- 12 RATE MENSILI DA € 51,40

MODULI A+B

Acconto contanti € 90,00

Saldo in:

- 24 RATE MENSILI DA € 17,70
oppure
- 18 RATE MENSILI DA € 22,70
oppure
- 12 RATE MENSILI DA € 32,70

N.B. IL MODULO D (DA SOLO) NON È RATEIZZABILE

➤ ***SONO PREVISTE FORME DI PAGAMENTO PERSONALIZZATO
(NEL CASO SI VOGLIA AUMENTARE L'ACCONTO IN CONTANTI)***

DOCUMENTAZIONE DA PRESENTARE (N.B. solo per il pagamento a rate)

- Fotocopia di valido documento d'identità (fronte e retro) del richiedente e del garante – in visione l'originale
- Fotocopia di un documento di reddito (busta paga più recente oppure ultimo 740 se lavoratore autonomo) del richiedente o del garante – in visione l'originale
- Codice fiscale del richiedente e del garante

MODALITA' DI ISCRIZIONE
(pagamento in CONTANTI)

- **ACCONTO MASTER COMPLETO: € 220**
così suddiviso:
 - € 55 IN ACCONTO SU MOD. A
 - € 55 IN ACCONTO SU MOD. B
 - € 55 IN ACCONTO SU MOD. C
 - € 55 IN ACCONTO SU MOD. D

- SALDO MODULO **A** : € 165 ENTRO IL GIORNO 04/11/2005
- SALDO MODULO **B** : € 165 ENTRO IL GIORNO 11/11/2005
- SALDO MODULO **C** : € 165 ENTRO IL GIORNO 02/12/2005
- SALDO MODULO **D** : € 165 ENTRO IL GIORNO 16/12/2005

- *NEL CASO DI ISCRIZIONE PARZIALE, L'ACCONTO SARÀ DIMINUITO IN RAGIONE DI € 55 PER OGNI MODULO NON PRENOTATO. OVVIAMENTE, NON SARÀ DOVUTO IL SALDO DEI MODULI NON PRENOTATI.*
- *PER L'ISCRIZIONE AL SOLO MODULO D È PREVISTO L'ACCONTO DI € 100. IN TAL CASO IL SALDO SARÀ DI € 120.*
- *RICORDIAMO CHE I MODULI NON PRENOTATI SONO ESCLUSI DALLO SCONTO. SENZA PRENOTAZIONE L'ACCONTO NON È DOVUTO, MA IL SALDO SARÀ DI € 275,00 PER OGNI MODULO NON PRENOTATO, DA VERSARE ENTRO IL GIORNO D'INIZIO DEL MODULO.*

- N.B.** NON È POSSIBILE FREQUENTARE IL MODULO C SENZA AVER PRIMA FREQUENTATO I MODULI A+B, NÉ IL MODULO B SENZA AVER FREQUENTATO IL MODULO A. È, INVECE, POSSIBILE FREQUENTARE IL SOLO MODULO D O IL SOLO MODULO A.

Modulo E

Comunicazione Efficace e Autostima

✓ Capire gli altri

1. I principi di base della comunicazione moderna
2. I presupposti della P.N.L. (Programmazione Neuro-Linguistica)
3. I tre livelli della comunicazione: Verbale, ParaVerbale e Non Verbale
4. Comprensione del linguaggio. I sistemi rappresentazionali
5. I segnali di accesso oculare (L.E.M.)
6. Capire e usare il linguaggio del corpo
7. Ricerca del feeling: tecniche di colloquio
8. Come gestire i contrasti

✓ Capire se stessi

1. Come comunicano mente e corpo
2. Tecniche di rilassamento e dinamica mentale
3. L'autoimmagine (o immagine dell'io)
4. Miglioramento dell'autoimmagine e dell'autostima
5. Le strategie dell'automotivazione
6. Uso della visualizzazione creativa
7. Imparare ad usare le Leve Motivazionali
8. Come usare il Potere delle decisioni: la buona formazione degli obiettivi

Date e luogo:

Il corso avrà una durata di 20 ore, distribuite in 3 giornate:

- Venerdì 21 ottobre 2005
- Sabato 22 e Domenica 23 ottobre 2005

Orari: Venerdì: 15,00 - 19,30

Sabato e Domenica: 9,30 - 13,30 / 15,30 - 19,30

N.B. Le prime 4 ore di lezione di venerdì 21 ottobre sono gratis e assolutamente non impegnative. È però necessaria la prenotazione (via e-mail o telefonica). Chi poi deciderà di continuare, sabato 22 e domenica 23, pagherà la regolare quota di iscrizione.

Costo del corso:

Il corso ha un costo di **190€** (I.V.A. inclusa)

ALTRE INFORMAZIONI

1. Le date a cui si riferisce l'allegato "Tabella degli incontri" sono relative alla nostra sede di Napoli, che è presso l'Istituto Benedetto Croce, in via Duomo 61 (scala A, 1° piano), in prossimità della fermata "Cavour" delle due linee metropolitane di Napoli (venendo dalla Stazione FF.SS. di Piazza Garibaldi, è la **prima** fermata della Metro, in direzione Fuorigrotta-Pozzuoli).
2. Per ottenere la borsa di studio dell'Istituto Benedetto Croce, presentare attestazione di iscrizione all'Università o a Scuole Superiori, oppure curriculum.
3. Nello stesso palazzo dell'Istituto Benedetto Croce, c'è *l'Hotel des Artistes*, 3 stelle di recente apertura, Tel. 081.44.61.55 – Fax 081.211.04.03 – www.hoteldesartistesnaples.it . Presentandosi come "clienti" dell'Istituto, si può ottenere uno sconto.
4. Altri Hotel raggiungibili **a piedi** dall'Istituto sono:
 - Hotel del Real Orto Botanico – Via Foria, 192 – 3 stelle – Tel. 081.44.21.528, Fax 081.44.21.346 – www.hotelrealortobotanico.it
 - Hotel Europeo – Via Mezzocannone, 109 – 1 stella – Tel. 081.551.72.54, Fax 081.552.22.12 – www.sea-hotels.com
 - My home your home – Via Duomo, 196 – Bed & Breakfast – Tel. e Fax 081.1956.58.35 / 081.28.25.20 – www.myhomeyourhome.it