

DAL 18 AL 30 APRILE

SOTTOCOSTO



FRESCHISSIMI



**SPECIALE
BENESSERE**

Scopri le offerte
nel punto vendita

MERCATO

Mettiamo l'accento sulla convenienza.

mymercato.it



SCARICA L'APP
E INQUADRA QUI
CON IL TUO
SMARTPHONE

segui su



facebook.com/mymercato

TUTTI I GIORNI IL PIÙ CONVENIENTE

Scegli tra oltre 300 prodotti evidenziati
con il cartellino "il più conveniente di Esselunga"
per una spesa quotidiana con il massimo risparmio.

ALCUNI ESEMPI



BANANE
al kg
0,95
EURO



LATTE FRESCO
intero o parzialmente
scremato, 100% italiano, 1 litro
0,69
EURO



OLIO DI OLIVA
TORRE ANTICA
1 litro
2,99
EURO



PASSATA DI POMODORO
4 STELLE
680 g
0,45
(€ 0,66 al kg)
EURO



CONFEZIONE
2
LITRI
DETERSIVO PER
STOVIGLIE PRATIC
2 litri
0,95
EURO

ESSELUNGA®

S

PROMOZIONE VALIDA NEI NEGOZI DEL PIEMONTE/SESTO CALENDE (VA).

Balbuzie, si può risolvere?

Un approccio efficace per risolvere la balbuzie e migliorare la comunicazione

La Dr.ssa Chiara Comastri, Psicologa, si occupa da anni di balbuzie e problemi di linguaggio e comunicazione. Lei stessa, da bambina, ha conosciuto il problema della balbuzie, che l'ha condizionata per tutta l'adolescenza, finché, dopo vari tentativi, è riuscita a superare questo disagio. Ora che si è riconquistata la libertà nella propria comunicazione, attraverso il suo Centro Specializzato insegna in tutta Italia, alle altre persone il metodo PsicoDizione per risolvere la balbuzie.

sia un problema meccanico, di articolazione o respirazione, o ancora un "difetto di pronuncia". In realtà il nostro punto di vista è che queste siano solo le conseguenze evidenti di una difficoltà che nasce molto prima. Quando una persona vuole dire una frase qualsiasi, prima di iniziare a parlare, sa esattamente cosa vuole dire e lo dice. Ma noi balbuzienti, ancora prima di iniziare la frase, sappiamo già che avremo difficoltà su una specifica parola o lettera, e percepiamo già su quale vocale o consonante ci potremo inceppare. Le situazioni di ansia, agitazione, paura del giudizio, essere all'altezza dell situazione, sono tutti stati emozionali che predispongono e aggravano questa sensazione di "blocco".

persona si sente libera nella comunicazione.

E questo approccio funziona su tutti?

Sì, ci sono molte forme differenti di balbuzie, da quelle più lievi, che l'interlocutore quasi non nota, a quelle più gravi, ma tutte hanno in comune la fase due, e risolvendo quella come ho spiegato le altre fasi non si presentano e quindi non si arriva al blocco.



La sua teoria è che ci siano fasi ben distinte nell'evoluzione dell'inceppo, quali sono?

Il nostro approccio si è sviluppato grazie all'osservazione e alla ricerca costante, e abbiamo individuato quattro fasi principali che portano al blocco: la fase uno è quella in cui la persona sa esattamente cosa vuole dire; la fase due è quella in cui percepisce internamente che avrà una difficoltà nel dire quella frase o parola, nella fase tre si "spaventa" del fatto che avrà una difficoltà, e nella fase quattro cerca una soluzione alle difficoltà percepite e quindi il "blocco" si manifesta all'esterno. Quello che tutti noi vediamo quando una persona "balbetta" quindi non è l'evento principale, ma bensì la conseguenza di un meccanismo che è già iniziato molto prima. Molti approcci lavorano su questa quarta fase attraverso la respirazione, cantilene o il rilassamento, senza però ottenere risultati stabili perché lavorano sulle conseguenze e non sulle cause dell'inceppo. Noi con il corso di PsicoDizione lavoriamo sul prevenire la fase due, perché se eliminiamo la sensazione di difficoltà interna, in automatico le fasi tre e quattro si risolvono da sole, e la

Personalizzate anche l'intervento?

Sì. Nonostante si parta per tutti da una base comune, ci occupiamo di risolvere le difficoltà peculiari di ognuno. Infatti molte persone parlano bene in alcune circostanze ed hanno maggiori problemi in altre. Nel nostro approccio che mira a migliorare la qualità comunicativa dell'individuo, forniamo "strumenti" pratici sia per aumentare il benessere e la comodità durante l'eloquio, sia per utilizzare in modo attivo l'emozione, canalizzandola senza subirla.

A chi è rivolto il corso di PsicoDizione?

E' rivolto ai bambini, ai ragazzi ed agli adulti senza limite di età. In fondo la comunicazione è importante per tutti ed il risultato finale del nostro approccio è quello di rendere le persone più abili ed efficaci del dire ciò che vogliono.

A Torino vengono organizzate conferenze gratuite sul tema della balbuzie e su come sia possibile superarla. Per informazioni o per prenotare una consulenza gratuita:

Tel. 0110466223

oppure www.psicodizione.it

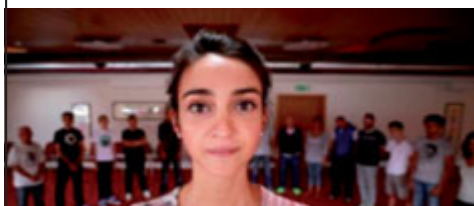


Dott.ssa Comastri, da cosa deriva il problema della balbuzie?

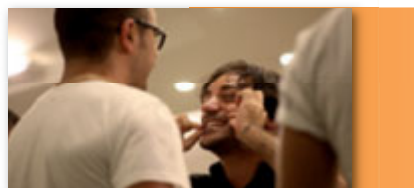
La balbuzie è un problema che statisticamente colpisce circa il 5% della popolazione, e gli studi più aggiornati parlano di una tendenza in crescita. Non sono state individuate le cause esatte del disturbo, e probabilmente sono molteplici e difficilmente rintracciabili. La cosa importante da sapere è che è possibile trattarla con ottimi risultati.

Quando una persona si "inceppa" cosa succede?

Spesso si pensa che "l'inceppo" della balbuzie



BALBUZIE, si può risolvere?



"Ha vinto la balbuzie e ora aiuta chi ne soffre"



Dott.ssa Chiara Comastri, psicologa ed ex balbuziente conduce la conferenza informativa sul metodo "PsicoDizione" da lei stessa ideato, per risolvere il problema delle balbuzie.

 **Psicodizione**
balbuzie e comunicazione

**Per informazioni o prenotazioni:
Tel. 011.0466223**

**chiara@psicodizione.it - www.psicodizione.it
www.mywordsandi.com**



**EDICOLA
FIORE**

**La prima buona notizia dopo Pasqua.
Torna Edicola Fiore.**

Da domani
alle 8.00 e alle 20.30



**Al tasto 8 del
telecomando**

