



VINCI L'ANSIA, CONQUISTA IL TUO METODO: suggerimenti per studiare con serenità e successo”

L'ansia e lo studio possono sembrare nemici difficili da affrontare, ma con gli strumenti giusti possono diventare alleati per la tua crescita personale. In questa conferenza, dedicata ai ragazzi dai 14 ai 18 anni, esploreremo come riconoscere e gestire l'ansia, trasformandola in energia positiva per affrontare le sfide quotidiane. Scopriremo, inoltre, alcuni suggerimenti per sviluppare un metodo di studio efficace che ti permetta di organizzarti al meglio, raggiungere i tuoi obiettivi e studiare con maggiore serenità. Un viaggio verso una mente più calma e un apprendimento più consapevole!

LICEO SCIENTIFICO "P.G. BONSIGNORI"
GIOVEDÌ 30 GENNAIO - ore 11.00-13.00 e 14.00-16.00

DOTT. PIETRO LOMBARDO
psicopedagoga e mental coach,
direttore del Centro Studi Evolution Verona

COME COMUNICARE CON EFFICACIA E TRASMETTERE AUTOSTIMA IN CLASSE

La comunicazione è il cuore del rapporto tra docente e studente, ed è attraverso di essa che possiamo costruire un ambiente scolastico capace di ispirare fiducia, crescita e motivazione. Il corso di formazione "Come comunicare con efficacia e trasmettere autostima in classe" è pensato per fornire strumenti pratici e riflessioni utili ai docenti delle scuole superiori, con l'obiettivo di migliorare le dinamiche comunicative e favorire lo sviluppo dell'autostima nei ragazzi.

Durante l'incontro esploreremo:

- Tecniche di comunicazione assertiva per costruire relazioni positive e costruttive.
- Strategie per valorizzare i talenti individuali e promuovere la fiducia negli studenti.
- L'arte di offrire feedback motivanti e incoraggianti, capaci di sostenere l'autoefficacia.

Un percorso per trasformare la comunicazione in uno strumento di empowerment, capace di far emergere il potenziale unico di ogni studente, rafforzando il loro senso di appartenenza e il desiderio di apprendere.



Il dott. Pietro Lombardo (psicopedagogista) è un mental coach, formatore e motivatore, ha conseguito la laurea in pedagogia con il punteggio di 110/110. Nel 1990 a Verona fonda e poi dirige il Centro Studi Evolution che ha a cuore la formazione integrale dell'essere umano. Da più di trent'anni svolge un'intensa attività di consulenza (coppie, genitori, bambini e adolescenti) e incontri di formazione tramite conferenze, corsi e workshop. Ha pubblicato numerosi libri di successo nell'ambito dell'educazione e della crescita personale. Ha ideato il progetto Mathesis un corso per studenti atto a fornire metodi e strategie per dare il meglio di sé nello studio. Conduce corsi di formazione per aziende e amministrazioni pubbliche sui temi del teambuilding, la comunicazione efficace, la gestione creativa del conflitto, ecc.. Da anni collabora con istituti, scuole, associazioni, enti o aziende per promozione di incontri aperti al pubblico. È molto attivo nell'opera di divulgazione tramite i social.

Alcune tematiche trattate:

- I bisogni del bambino – Come riconoscerli e come soddisfarli
- La rabbia e l'aggressività dei bambini
- Le paure dei bambini – Cosa significano, come gestirle
- Un no è un no! – Come gestire le regole e trasmetterle ai bambini
- Adolescenti e genitori – Una sfida educativa da vincere insieme
- Bullismo? No grazie! – Da dove nasce e come si cura
- Il disagio giovanile – Conoscerlo per prevenirlo
- La dipendenza da internet (IAD) – Come riconoscerla e come superarla
- Sopravvivere con un adolescente in casa – Come gestire la fase della tempesta ormonale
- Come favorire la gioia di studiare e il desiderio di apprendere
- Ma qual è oggi il "posto del padre"?
- Gli stili educativi dei genitori – Come comunicare regole, emozioni e valori?
- La gestione creativa del conflitto – Imparare a gestirlo
- La giusta stima di sé
- Il valore della resilienza – La capacità di fronteggiare la sofferenza e di ricostruire
- Carpe diem – Cogli l'attimo per rendere straordinaria la tua vita
- Credi nel tuo sogno! – Come un desiderio può diventare realtà