

#educazionedigitale

Naviga in rete, non farti catturare!

Il percorso intende fornire gli strumenti adatti ad utilizzare il web in modo gratificante e sicuro.

- ◊ Nativi digitali e cittadinanza digitale: nuovi orizzonti di possibilità e rischi.
- ◊ Cyberbullismo e cybersesso: cosa sono? Come funzionano? Come superarli?
- ◊ Identità in rete: chi siamo e chi vorremmo essere.
- ◊ Tutela della privacy: a chi vanno i nostri dati? Chi può utilizzarli e come? Conoscere per scegliere.
- ◊ Social network: collegarsi con gli altri o scollegarsi dalla vita reale? Invito alla riflessione sull'utilizzo di facebook & co.



I corsi sono dedicati a ragazzi delle scuole secondarie di primo e secondo grado e differenziati per fascia di età. Essi sono progettati per offrire conoscenze e strategie utili ad affrontare le problematiche di attualità più diffuse.

L'equipe multidisciplinare è composta da uno psicologo e due educatori professionali, supervisionati dagli psicologi dell'età evolutiva e dai neuropsichiatri infantili del Polo Saronnese di Psicologia

Organizzazione e costi:

Gli incontri hanno frequenza settimanale in orario pomeridiano. Il numero di incontri varia da 4 a 6 a seconda del tipo di progetto. Il costo è di 15€ a incontro. I corsi saranno attivati al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

Serate informative gratuite:



Per informazioni:



347-1238365



progettolazona@gmail.com



Spazio Educativo "La Zona"



<http://www.psicologosaronno.com>

Spazio educativo La ZONA

Percorsi formativi per ragazzi



Conoscere,
Capirsi,
Crescere.

QUI CI VUOLE METODO!

Davvero studiare può non essere così difficile.

Corso mirato allo sviluppo di un metodo di studio proficuo, basato sui principi della metacognizione, sulla gestione dell'ansia e sull'accrescimento dell'autoefficacia.

◊ Motivazione allo studio: perchè studiare? Come stabilire i propri obiettivi e come accrescere la propria motivazione.

◊ Sviluppare il proprio metodo di studio:
- in classe (attenzione, tecniche per prendere appunti, comportamenti funzionali da adottare in classe...);

- a casa (mnemotecnica, mappe concettuali, condizioni ottimali di studio e capacità di concentrazione, tecniche di lettura, progettazione e pianificazione delle attività...).

◊ "Non è giusto, un altro brutto voto. Eppure ho studiato...". Non sempre le difficoltà sono legate direttamente allo studio: come potenziare il senso di autoefficacia e l'autostima, come gestire l'ansia da prestazione.

SBULLONIAMOLI!

Percorso di acquisizione e di rafforzamento di conoscenze e tecniche utili per gestire la relazione con soggetti conflittuali, in particolar modo in ambito scolastico.

◊ È successo anche a te di essere preso di mira?

Non sei solo. Parlarne è il primo passo per stare meglio.

◊ Perchè a me? La difficile posizione di chi riceve attenzioni indesiderate.

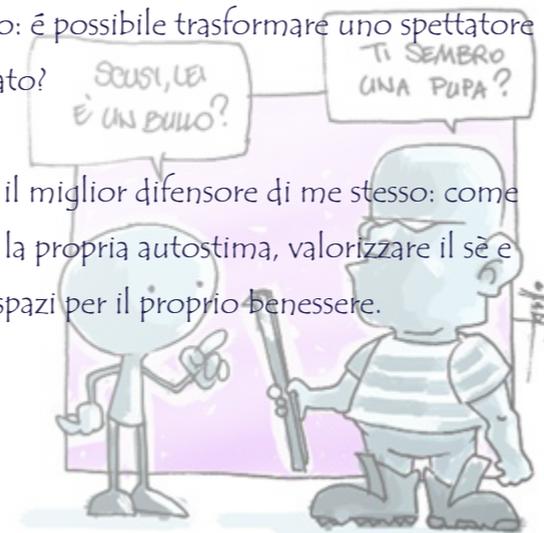
◊ Quando il bullo è in azione, io che faccio?

◊ Chi è il bullo? Perchè si comporta così?

◊ Le diverse forme di bullismo: aggressione verbale o fisica, bullismo psicologico, cyber bullismo.

◊ Il gruppo: è possibile trasformare uno spettatore in un alleato?

◊ Io sono il miglior difensore di me stesso: come rafforzare la propria autostima, valorizzare il sé e costruire spazi per il proprio benessere.



A SCUOLA DI EMOZIONI

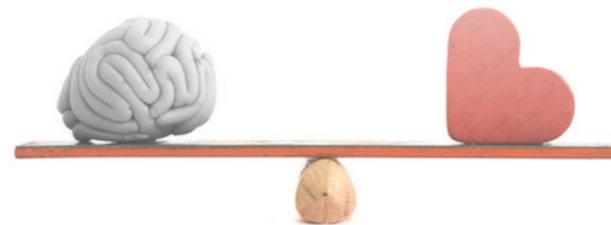
Percorso educativo sulle emozioni mirato al benessere del ragazzo e al potenziamento delle sue abilità sociali.

◊ Autoconsapevolezza emotiva: riconoscere le proprie emozioni e gli stimoli che le provocano;

◊ Gestione delle relazioni interpersonali: come sviluppare strategie comunicative volte alla gestione dei conflitti;

◊ Decision making e problem solving: imparare a prendere decisioni e a risolvere problemi, valutando le varie possibilità disponibili ed esaminando quali possano essere le conseguenze che derivano dalla decisione presa o dalla strategia scelta per la risoluzione del problema;

◊ Motivazione e senso di autoefficacia: tecniche e attività a sostegno dell'autostima.



INDEPENDENTE: DIPENDENZA DA SOSTANZE E NUOVE DIPENDENZE

Percorso formativo di prevenzione alle vecchie e nuove dipendenze.

◊ Le sostanze stupefacenti.

◊ "Spegni il cellulare, accendi la testa!". Dipendenza senza sostanza: quando uno svago diventa disagio?

Introduzione alle nuove dipendenze:

- telefoni cellulari;

- internet, cybersex, videogiochi;

- gioco d'azzardo patologico.

◊ Regista per un giorno: videomaking sulle dipendenze per (fare)conoscere divertendosi!

