



il melograno



Il Melograno Società Cooperativa Sociale Onlus
Via Achille Grandi, 44
20090 Segrate (Mi)
e-mail ilmelograno@ilmelogranonet.it
Tel. 02-70630724
Fax 02-26688294
Cod. Fisc. e P.IVA 12874300150



FATTORI DI RISCHIO E FATTORI PROTETTIVI NEL BURNOUT DELL'INSEGNANTE

Con il termine burnout si indica una condizione di stress lavorativo protratto e intenso che determina un logorio psicofisico ed emotivo, cui seguono demotivazione, svuotamento interiore, disinteresse e senso di inefficacia per l'attività lavorativa. Particolarmente diffusa nelle professioni sanitarie ed educative (infermieri, medici, insegnanti, educatori), presenta numeri preoccupanti nel nostro Paese. Una ricerca condotta dal Comune di Milano per i casi di inabilità al lavoro, nel periodo 1992/2001, ha mostrato che, su oltre 3.000 persone, le più colpite sono le insegnanti, con una frequenza doppia di patologia rispetto ad altre categorie.

AMBITO SPECIFICO

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Educazione alla cultura economica | <input type="checkbox"/> Conoscenza e rispetto della realtà naturale e ambientale |
| <input type="checkbox"/> Orientamento e Dispersione scolastica | <input checked="" type="checkbox"/> Tutela della salute e sicurezza nei luoghi di lavoro |
| <input type="checkbox"/> Bisogni individuali e sociali dello studente | <input type="checkbox"/> Sviluppo della cultura digitale ed educazione ai media |
| <input type="checkbox"/> Problemi della valutazione individuale e di sistema | <input type="checkbox"/> Cittadinanza attiva e legalità |
| <input type="checkbox"/> Alternanza scuola-lavoro | <input type="checkbox"/> Didattica singole discipline previste dagli ordinamenti |
| <input type="checkbox"/> Inclusione scolastica e sociale | |
| <input type="checkbox"/> Dialogo interculturale e interreligioso | |
| <input type="checkbox"/> Gestione della classe e problematiche relazionali | |

AMBITI TRASVERSALI

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Didattica e metodologie | <input checked="" type="checkbox"/> Didattica per competenze e competenze trasversali |
| <input type="checkbox"/> Metodologie e attività laboratoriali | <input type="checkbox"/> Gli apprendimenti |
| <input type="checkbox"/> Innovazione didattica e didattica digitale | |

OBIETTIVI

- Approfondire il fenomeno dello stress, conoscerne le cause, le modalità di attivazione, le possibili reazioni
- Definire e valutare il burnout, considerarlo nello specifico delle professioni d'aiuto, riconoscerne le specificità
- Approfondire alcuni approcci teorico-pratici per la gestione dello stress e del burnout
- Introdurre il concetto di cambiamento come comportamento necessario per il raggiungimento del benessere psico-fisico e organizzativo
- Favorire la correlazione tra emozione, pensiero e comportamento
- Sviluppare abilità di resilienza

PROGRAMMA

- Modulo 1: **Introduzione al Burn Out** (Sabrina Cattaneo) - 5 ore
- Modulo 2: **Strategie e tecniche per affrontare il burn out - inquadramento** (Sabrina Cattaneo) - 5 ore
- Modulo 3: **Strategie e tecniche per affrontare il burn out - esercitazioni pratiche I** (Sabrina Cattaneo) - 5 ore



il melograno



Il Melograno Società Cooperativa Sociale Onlus
Via Achille Grandi, 44
20090 Segrate (Mi)
e-mail ilmelograno@ilmelograno.net
Tel. 02-70630724
Fax 02-26688294
Cod. Fisc. e P.IVA 12874300150



Modulo 4: Strategie e tecniche per affrontare il burn out - esercitazioni pratiche II (Sabrina Cattaneo) - 5 ore

PERIODO DI SVOLGIMENTO

Intero anno scolastico.

SEDE DI SVOLGIMENTO

Sede formativa di Milano, in viale Jenner 10 o presso una sede indicata dall'I.C. richiedente.

DESTINATARI

Il corso si rivolge agli insegnanti delle scuole dell'Istituto Comprensivo di ogni ordine e grado ed il numero dei partecipanti è illimitato.

- | | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Docenti scuola infanzia | <input checked="" type="checkbox"/> Docenti scuola secondaria II grado |
| <input checked="" type="checkbox"/> Docenti scuola primaria | <input checked="" type="checkbox"/> Dirigenti Scolastici |
| <input checked="" type="checkbox"/> Docenti scuola secondaria I grado | <input type="checkbox"/> Personale ATA |

N. DEI CORSISTI AMMISSIBILI

Il numero dei partecipanti è illimitato.

COSTO A CARICO DESTINATARI

Il corso ha un costo di € 150,00 (IVA inclusa) a partecipante, che possono essere rendicontate secondo quanto stabilito dalla Legge sulla Buona Scuola.

METODOLOGIE

Il percorso formativo prevede 4 moduli ognuno con un proprio tema conduttore, che verrà affrontato mediante lezioni frontali, lavori di gruppo, laboratori ed esercitazioni e attraverso l'utilizzo di tecnologie dell'informazione e della comunicazione come slide, videoproiettore, LIM.

- | | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Aula - Lezioni Frontali | <input type="checkbox"/> E-learning |
| <input checked="" type="checkbox"/> Aula - Lavori di Gruppo | <input type="checkbox"/> Webinar |
| <input checked="" type="checkbox"/> Laboratori | <input type="checkbox"/> Mista (blended) |

MATERIALI E TECNOLOGIE USATI

- | | |
|---|---------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> LIM | <input type="checkbox"/> PC |
| <input checked="" type="checkbox"/> Slide | <input type="checkbox"/> Dispense |
| <input type="checkbox"/> CD-ROM | <input type="checkbox"/> ebook |
| <input type="checkbox"/> Video | <input type="checkbox"/> web |
| <input checked="" type="checkbox"/> Videoproiettore | <input type="checkbox"/> Stampanti 3D |
| <input type="checkbox"/> Tablet | |

TIPOLOGIE VERIFICHE FINALI

Le attività formative verranno verificate sia all'inizio che al termine mediante un questionario sulle capacità in ingresso e uno sulle capacità acquisite.

- | | |
|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Questionario a risposte aperte | <input checked="" type="checkbox"/> Test a risposta multipla |
|--|--|



il melograno



Il Melograno Società Cooperativa Sociale Onlus
Via Achille Grandi, 44
20090 Segrate (Mi)
e-mail ilmelograno@ilmelogranonet.it
Tel. 02-70630724
Fax 02-26688294
Cod. Fisc. e P.IVA 12874300150



MAPPATURA DELLE COMPETENZE

- Gestione dello stress e del burnout
- Comportamenti funzionali al raggiungimento del benessere psico-fisico e organizzativo
- Abilità di resilienza

DIRETTORE RESPONSABILE

Sabrina Cattaneo, Psicologa e Psicoterapeuta esperta DSA, Direttore Clinico Centri Comunitari Coop Il Melograno

RELATORI/ FORMATORI/ FACILITATORI

Sabrina Cattaneo, Psicologa e Psicoterapeuta esperta DSA, Direttore Clinico Centri Comunitari Coop Il Melograno

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

Tel. 02-70630724 - E-mail formazione@cbm-milano.it