

**Centro Territoriale per l'Inclusione**  
**TRADATE**  
**PREVENIRE IL BURNOUT**  
**A SCUOLA**



Percorso formativo gratuito per docenti di ogni ordine e grado curricolari e per il sostegno

---

**FORMATRICI**

**Gaggero Elisa - Martella Silvia**

Pedagogiste e Formatrici Metodo Feuerstein

---

Verranno organizzate due edizioni distinte per ordine di scuola.

**INFANZIA E PRIMARIA**

**SECONDARIA di I e II grado**

Con il termine burnout (in inglese bruciato, fuso) 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.

Il periodo di emergenza in atto, ci ha portato ad affrontare un livello di stress molto alto e talvolta la perdita di riferimenti fondamentali per il nostro cervello. In questo contesto il livello di stress generalizzato è più alto, e con esso il rischio di incorrere in burnout.

#### Primo incontro: IL BURNOUT

- *Definizione e segnali di allarme*
- *Correlazione con lo stress*
- *Emergenza covid19, stress e cervello: un approccio brain-based*

#### Secondo incontro: STRESS, COVID-19 E BURNOUT

- *Cosa è successo al nostro cervello*
- *Modello SCARF*
- *La motivazione*
- *Ricadute sul team di lavoro*
- *Spazio di discussione*

#### Terzo incontro: COME RIPARTIAMO?

- *Attività di gruppo*
- *Studio di strategie concrete*

## MODALITÀ DI SVOLGIMENTO

La formazione si svolgerà a distanza attraverso la piattaforma MEET.

## DATE

### INFANZIA e PRIMARIA

15, 22, 29 gennaio 2021 dalle 15:00 alle 17:30

### SECONDARIA di I II GRADO

14, 21, 28 gennaio 2021 dalle 15:00 alle 17:30

## PARTECIPANTI

Massimo 20 partecipanti per edizione.

## SCADENZA ISCRIZIONI

Lunedì 11 gennaio

Per l'iscrizione utilizzare il seguente link:

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=o98jr62Pykip8ghLHdsKANFmGRRQtOVPr9-oE5ePZzxUQ1pSTjk3NTU5MEllWjRKOE44UjZONlleMi4u>



### **Per informazioni:**

Sara Todde - 3470970620  
cti\_tradate@istruzione.varese.it