

Caratteristiche generali

Titolo: Metodi di studio e gestione dell'ansia.

Tipologia: Corso di formazione.

Obiettivi:

- Suggestire strategie di studio più efficaci da applicare fin da subito, che tengano conto delle problematiche connesse alla memorizzazione, all'apprendimento (motivazione, atteggiamento mentale, concentrazione, emotività, ecc.) e alla gestione del tempo
- Stimolare le capacità di problem-solving, sviluppando il pensiero critico ed analitico
- Stimolare la creatività e l'immaginazione per coinvolgerle nel processo di studio
- Insegnare a gestire l'emotività e ad affrontare gli esami con fiducia e sicurezza
- Migliorare l'autostima
- Migliorare la percezione visiva nella lettura e potenziare la memoria
- Vincere la timidezza e migliorare la comunicazione verbale e non verbale.

Destinatari: Il corso è rivolto a studenti o lavoratori che desiderano sviluppare un metodo di apprendimento efficace e personalizzato che garantisca una resa migliore attraverso l'organizzazione mentale e la gestione della propria emotività.

Durata: 6 mesi.

Quota di iscrizione¹: € 395

Quota di partecipazione mensile¹: € 219

Organismo di formazione: Beta Academy, brand di Beta Service, centro di formazione professionale convenzionato con l'Università degli Studi di Messina (www.betaacademy.it).

Sede del corso: Viale San Martino n. 262 (cortile dietro Prinzi), 98123 Messina.

Patrocini: Ludicultura.

Dettagli

Area tematica: Sviluppo personale, gestione delle emozioni, comunicazione.

Settore: Comportamentale, risorse umane, metodologie dell'apprendimento.

Durata totale in ore: 180.

Durata attività di laboratorio in ore: 90.

Laboratorio: Saranno effettuate intense attività di laboratorio, durante le quali, ogni allievo si eserciterà applicando operativamente le metodologie apprese durante l'attività formativa.

¹ I prezzi indicati nella pagina sono da intendersi esclusi di iva

Frequenza: L'attività formativa sarà svolta in 2-3 incontri settimanali in orari mattutini e/o pomeridiani. Gli incontri formativi saranno di 3/4 ore ciascuno. La frequenza alle attività previste è obbligatoria con tolleranza del 20% (un numero di assenze superiore al 20% del monte ore impedirà l'ottenimento del titolo di attestazione finale).

Attestazioni: Attestato di partecipazione con dettaglio, attestato finale.

Valutazione: La valutazione delle competenze sarà effettuata con un sistema di monitoraggio basato su test e verifiche di apprendimento proposte durante tutto l'iter formativo.

Metodologie e strumenti applicati: Si utilizzeranno lezioni frontali e tecniche tradizionali (lavagna e slides) in unione con strumenti avanzati per l'interazione, la cooperazione e il monitoraggio didattico quali controllo remoto, lavagne virtuali, co-browsing, group leading e altro. Inoltre si utilizzeranno tecniche formative attive quali discussioni di gruppo, simulazioni, autocasi, case history e role playing.

Materiali didattici: Agli allievi sarà fornito il materiale didattico sottoforma di dispense, presentazioni multimediali e video oltre agli applicativi per le esercitazioni e il post lesson.

Attrezzature: Le aule sono organizzate per fornire spazi idonei per le esperienze individuali, minigruppo e collettive proposte durante il corso.

Community: Nell'ambiente sono stati organizzati spazi di condivisione, comunicazione e approfondimento. Ogni utente potrà incontrarsi e discutere con altri corsisti entrando a far parte di una community, in cui approfondire argomenti disciplinari e di altro genere, ma anche chiedere spiegazioni e relazionarsi con esperti.

Docenti: Il corso sarà presentato da docenti esperti altamente qualificati, con larga esperienza nelle metodologie dell'apprendimento e nel personal coaching. Oltre ad avere le competenze e le capacità, saranno in grado di gestire il rapporto d'aula, creando un ambiente collaborativo di partecipazione e motivazione.

Accessibilità persone disabili: La sede del corso è accessibile ai disabili nel rispetto dell'attuale normativa: i locali destinati alle attività formative (aule didattiche e laboratorio di informatica) e i servizi igienici (wc per disabili) garantiscono l'accessibilità ai portatori di handicap, inoltre, l'organismo di formazione garantisce ogni supporto necessario, sia strumentale che di personale, a seconda del tipo di svantaggio.

Competenze acquisite durante il corso

Capacità organizzative

1. Conoscenza di strategie di pianificazione dello studio
2. Maggiore organizzazione mentale
3. Capacità di suddividere e sintetizzare un testo.

Gestione dell'emotività

1. Capacità di gestire l'emotività in fase di esame
2. Capacità di indurre rilassamento.

Gestione dell'acquisizione

1. Utilizzo efficace della memoria
2. Miglioramento della concentrazione
3. Capacità di prendere appunti in modo efficace

4. Maggiore rapidità nell'apprendimento
5. Sviluppo della creatività e delle capacità di visualizzazione.

Gestione della memorizzazione

1. Avere una eccellente ritenzione delle informazioni
2. Rapidità e scioltezza nel richiamo.

Capacità trasversali

1. Migliore capacità di comunicazione e di esposizione
2. Potenziamento dei propri risultati

Modalità di adesione

Accesso a numero chiuso: L'ammissione al corso è riservata ad un numero massimo di 30 partecipanti per ogni sessione.

Iscrizioni: L'iscrizione al corso può essere effettuata tramite colloquio di valutazione individuale o collettivo da definirsi contattando telefonicamente la segreteria didattica dell'organismo di formazione.

Programma del corso

Vedi documento "Scheda di programma".

