

**CORSO ONLINE**



**Conoscere come  
nascono le paure per  
insegnare a fronteggiarle  
e a non esserne  
sopraffatti**

a cura di  
• Paolo Legrenzi

 **GIUNTI EDU**

Il corso nasce con l'intento di aiutare i docenti ad affrontare le paure e i pericoli che possono presentarsi nella vita senza perdere il proprio equilibrio, nonché a instillare sicurezza nei propri alunni, guidandoli con razionalità e senso critico ad affrontare i propri timori.

Attraverso 13 videolezioni e materiali da studiare, il corso fornisce indicazioni chiare e puntuali sui meccanismi psicologici della paura e dei fattori che la scatenano, per imparare a distinguere il sentimento di paura dal rischio oggettivo, distinguere le paure "giuste" da quelle infondate e saper utilizzare in modo corretto le informazioni sui fatti che ci spaventano.

Inoltre il corso fornisce le informazioni necessarie per insegnare agli allievi come si manifestano le paure e come gestirle nelle varie situazioni di vita

## PROGRAMMA

### CONOSCERE COME NASCONO LE PAURE PER INSEGNARE A FRONTEGGIARLE E A NON ESSERNE SOPRAFFATTI

Il corso online si articola in 13 videolezioni della durata di circa 5 minuti ciascuna:

- **Videolezione 1** - Perché è giusto avere paura. Paure innate e apprese
- **Videolezione 2** - Le nostre paure nel lontano passato
- **Videolezione 3** - La paura entra nella modernità
- **Videolezione 4** - La misura dei pericoli e il divario con le paure
- **Videolezione 5** - Troppa paura e troppo poca paura
- **Videolezione 6** - Il contagio psicologico non è uguale a quello biologico
- **Videolezione 7** - Paura, ansia, panico collettivo
- **Videolezione 8** - Emozioni inutili e quindi sprecate
- **Videolezione 9** - Come l'opinione diventa più importante della realtà delle cose
- **Videolezione 10** - La paura e chi ci sta attorno
- **Videolezione 11** - Non provare le paure altrui ma costruirsi le proprie paure

- **Videolezione 12** - Linee guida da seguire per controllare le paure
- **Videolezione 13** - Che cosa fare per trasformare le paure in speranza Il corso prevede delle esercitazioni su casi e integrazioni relative al contesto scolastico.

## DURATA:

6 ore

## OBIETTIVI

- ✓ Acquisire conoscenze sulla paura, sui diversi tipi di paure e su come fare a distinguerle
- ✓ Imparare che cos'è il contagio psicologico e come si sviluppano la paura e l'ansia collettive
- ✓ Distinguere le paure giuste da quelle sbagliate e insegnare a farlo, guidando gli alunni con razionalità e senso critico ad affrontare i propri timori
- ✓ Sapere controllare le tue paure per affrontare ogni situazione con razionalità, conoscenza e speranza.



Maggiori dettagli su  
[www.giuntieducare.it](http://www.giuntieducare.it)  
oppure scrivi a  
[formazione.edu@giunti.it](mailto:formazione.edu@giunti.it)