



ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE  
**ALESSANDRO ROSSI**  
Via Legione Gallieno, 52 - 36100 **VICENZA**  
Tel. 0444 500566 - Fax. 0444 501808 - [www.itisrossi.edu.it](http://www.itisrossi.edu.it)  
email: [vitf02000x@istruzione.it](mailto:vitf02000x@istruzione.it) - [vitf02000x@pec.istruzione.it](mailto:vitf02000x@pec.istruzione.it) - C.F. 80016030241



**CIRCOLARE N. 254**

**ALL' ATTENZIONE**

**DI TUTTI I DOCENTI  
SEDE**

**OGGETTO: Corso di aggiornamento: "Star bene, oggi con se stessi, al lavoro, con gli altri".**

Si comunica che nei giorni 17 e 24 febbraio 2023, dalle 14.00 alle 18.00 si terrà, in presenza, il corso di aggiornamento in oggetto proposto dall'Istituto Serblin di Vicenza.

Relatori: Avvocato Carlo Spillare e la Dott.ssa Patrizia Serblin

Le iscrizioni, per un massimo di 30 docenti, si ricevono in Vicepresidenza.

In allegato informazioni riguardo il corso

Vicenza, 19 dicembre 2022

La docente referente  
**Prof.ssa Elena Busatta**

Il Dirigente Scolastico  
**F.to Prof. Alberto Frizzo**



## Progetto breve di Formazione Professionale e Umana

# Stare bene, oggi

*con sé stessi, al lavoro, con gli altri.*

### Contenuti del Progetto

Ogni attività lavorativa consiste certamente nelle questioni tecniche che si affrontano, nella conoscenza delle materie e degli istituti, negli atti, lettere e messaggi che si debbono redigere ed inviare, nei colloqui che si intrattengono, nelle riunioni alle quali si partecipa e nei risultati pratici che si ottengono; vero è peraltro che accanto a questi aspetti “istituzionali”, c’è anche una parte meno visibile, ma consistente, che spesso **influenza** la professione stessa.

Le decisioni che si debbono prendere, la difficoltà e la delicatezza di certe posizioni, la perentorietà delle scadenze, il carico di lavoro (o la sua scarsità), le responsabilità relative agli incarichi assunti, l’esito delle varie intraprese, determinano spesso uno stato di **tensione psicofisica** al quale diventa spesso difficile porre rimedio.

Non solo, ma a volte è difficoltoso **comunicare** adeguatamente e mantenere un adeguato livello di **motivazione** di fronte alle difficoltà e all’andamento della carriera professionale.

Inoltre, l’**emergenza epidemiologica** ha ancor più accentuato la difficoltà a reagire in maniera adeguata alle varie sollecitazioni ed il livello di stress complessivo è oggi generalmente molto elevato, con le relative precarie e pericolose conseguenze sul benessere fisico e mentale.

É pertanto indubbio che la “prestazione” di ogni lavoratore può essere influenzata, se non anche determinata, dalla capacità di fare fronte e di rispondere in termini positivi e costruttivi alle sollecitazioni cui si è sottoposti quotidianamente.



## 1- Lavoro & Stress

### Contenuti e finalità:

Nella pratica, le tecniche di Dinamiche della Mente e del Comportamento finalizzate al “**controllo dello stress**” possono essere utilizzate, nelle attività lavorative, per:

- mantenere e raggiungere la necessaria “*tensione produttiva*”;
- rilassarsi prima e/o dopo una giornata di lavoro;
- recuperare energia dopo intense attività;
- mantenere il necessario controllo emozionale (relativo a colloqui, riunioni, decisioni, esiti delle varie iniziative);
- focalizzare le idee, prima della redazione di uno scritto o di una decisione da prendere;
- mantenere un’adeguata concentrazione, durante la redazione degli scritti, i colloqui e le riunioni;
- modificare abitudini indesiderate;
- prepararsi anche mentalmente alla *performance* lavorativa.

## 2- Motivazione & Leadership

Se per successo intendiamo: la progressiva realizzazione di un valido (per noi, soprattutto) ideale, non è possibile prescindere, nel percorso di realizzazione di tale valido ideale, dall’aver un buon rapporto con sé stessi e con gli altri, dal saper comunicare in modo corretto e dall’essere **motivati** all’azione, nonostante i problemi e le difficoltà che si incontrano.

La stessa ipotesi di lavoro vale anche per qualsiasi lavoratore, impegnato a dare un senso positivo e “vincente” alla sua carriera. Nella giornata dedicata alla “**Motivazione & Leadership**” vengono presentati gli elementi di base della motivazione che possono aiutare a raggiungere i propri “validi ideali”, professionali e personali.

### Contenuti e finalità:

- Elementi di ordinaria motivazione;
- I principi della realizzazione personale e professionale;
- L’atteggiamento mentale positivo;
- Un’armonica organizzazione del tempo (per il lavoro, per sé stessi, per gli altri, per il riposo);
- La gestione della crisi.

**Durata di ogni iniziativa:** una giornata, mattino e pomeriggio.



## **Docenti dei Corsi:**

### **avv. Carlo Spillare**

Avvocato, già Vice-Pretore Onorario presso la Pretura di Vicenza. Psicologo. Presidente dell'Istituto Serblin per l'Infanzia, l'Adolescenza, l'Età adulta e la Terza età - APS di Vicenza. Istruttore di Dinamica Mentale Base, specializzato in Dinamiche della Mente e del Comportamento. Operatore di supporto psico-pedagogico. Responsabile del Progetto di Formazione Umana e Professionale e del Corpo Docente dell'Istituto di Dinamiche Educative Alternative di Curno (Bg).

### **dott.ssa Patrizia Serblin**

Fondatrice dell'Istituto Serblin per l'Infanzia e l'Adolescenza, l'Età adulta e la Terza età - APS di Vicenza. Psicologa. Istruttore di Dinamica Mentale Base, specializzata in Dinamiche della Mente e del Comportamento. Operatore di supporto psicopedagogico e Responsabile del Corpo Docente dell'Istituto di Dinamiche Educative Alternative di Curno (Bg).

## **Estratto di referenze di interventi formativi**

Consiglio Nazionale Forense	
Tribunale di Vicenza	Ordine dei Commercialisti ed Esperti Contabili di Vicenza
Ordine degli Avvocati di Modena	Ordine degli Architetti di Vicenza
Ordine degli Avvocati di Monza	Ordine degli Ingegneri di Vicenza
Ordine degli Avvocati di Padova	
Ordine degli Avvocati di Pordenone	Banca Mediolanum
Ordine degli Avvocati di Vicenza	Banca Generali Private
A.I.G.A. di Verona	Banca del Centroveneto
A.I.G.A. di Vicenza	
Scuola Forense dell'Ordine degli Avvocati di Trento	C.O.N.I.
Scuola di Formazione Forense «Enrico Schiavo» di Vicenza	Federazione Italiana Pallacanestro
Fondazione Italiana per l'Innovazione Forense	Federazione Italiana Pallavolo
Fondazione «Feliciano Benvenuti» di Venezia	Federazione Italiana Sci
Fondazione Forense di Monza	Federazione Italiana Volo a vela
Fondazione Forense Modenese	Conad società cooperativa
Congresso Giuridico Distrettuale del Trentino-Alto Adige	ULLS 8 Berica - Suem 118 Vicenza
Università di Trento - Facoltà di Giurisprudenza	