



RADIO GIORDANO BRUNO

Polo civico, culturale e artistico per la Comunità

LE PILLOLE DEL DOTT. GUERRA

"Le Pillole del Dott. Guerra" - Un nuovo spazio di ascolto e crescita

Siamo felici di presentare una nuova rubrica della nostra radio scolastica, in collaborazione con il Dott. Guerra, neuropsichiatra infantile. Ogni 15 giorni, il Dott. Guerra offrirà spunti e riflessioni su tematiche cruciali per il benessere dell'intera comunità scolastica, ma anche degli ascoltatori che avranno modo di seguirci. Un appuntamento pensato per supportare docenti, famiglie e studenti, favorendo un dialogo costruttivo e una crescita reciproca. Non mancate a questo spazio di consulenza e confronto, un'opportunità per migliorare le relazioni e affrontare insieme le sfide quotidiane.

La prima stagione della rubrica condotta dal Dottor Stefano Guerra si baserà principalmente sulla **COMUNICAZIONE: l'empatia, l'intelligenza emotiva, la motivazione, l'ascolto attivo** con spiegazioni scientifiche e consigli/esercizi.

Le pillole si soffermeranno anche su alcuni **trucchi della comunicazione** e sul suo corretto utilizzo, sull' **educazione emotiva** degli adolescenti, sull' **inclusione** e **di didattica laboratoriale** con suggerimenti culturali, come libri, film, mostre e artisti che possono arricchire di stimoli i radio ascoltatori.

In ogni puntata lasceremo aperto lo spazio dei commenti su Spotify per avere dagli ascoltatori una serie di domande a cui il Dott. Guerra risponderà.

MODALITÀ: Le pillole saranno diffuse attraverso due canali. **Su Instagram**, registreremo un reel di 30-45 secondi in cui il Dott. Guerra mostrerà un esercizio o esporrà un consiglio sul tema della settimana. Nella descrizione del reel su Instagram, inviteremo poi gli ascoltatori a spostarsi su **Spotify** per ascoltare un contenuto più lungo, 5-10 minuti in cui il Dott. spiegherà il processo mentale e psichico dietro l'esercitazioni approfondendo il tema di turno

FREQUENZA: Una puntata ogni quindici giorni, a partire da metà febbraio fino ad arrivare a ridosso delle prove di maturità (3° settimana di giugno). Nelle settimane precedenti alla pubblicazione della prima puntata saranno postati su Instagram diverse grafiche e contenute di presentazione della rubrica.

PUNTATE:

1) INTRODUZIONE

Il lupo e il filosofo: l'idea della rubrica, come possiamo comunicare meglio e come la radio e i social possono essere degli ottimi canali per farlo.

2) INTELLIGENZA EMOTIVA

Come funziona il nostro cervello?

3) ASCOLTO ATTIVO

Metodi, esercizi e consigli per assorbire tutto ciò che si ascolta

4) DIDATTICA LABORATORIALE

Come una dinamica laboratoriale può aiutare a studiare meglio.

5) TRUCCHI DELLA COMUNICAZIONE

Cinque modi per far diventare il tuo modo di parlare più efficace?

6) INCLUSIONE

Che cos'è l'inclusione? Su che principi si basa e come applicarla.

7) MOTIVAZIONE

Come si attiva l'attenzione e la motivazione? Come possiamo combattere la distrazione?

8) EDUCAZIONE EMOTIVA

Come funzionano le nostre emozioni? Come possiamo riconoscere e imparare a gestirle.

9) COME CONFRONTARSI COL PROPRIO DOLORE?

Come accettare il dolore e non lasciarsi sopraffare da esso.

10) L'IMPORTANZA DEL FEEDBACK

Aiutare l'altro attraverso il feedback: i vantaggi di una comunicazione proficua.

Link per ascoltare le puntate di Radio GB: <https://open.spotify.com/show/42ntCV0Mt6Ukqz255do5xZ>

Link per seguire la pagina Instagram di Radio GB: https://www.instagram.com/radio_giordanobruno/