

EDUCAÇÃO

Colégio Connexus apresenta método de estudo para a vida

Método Leal associa inteligência emocional, psicologia positiva e bem-estar aos métodos de estudos já tradicionais



Fernanda Leal, idealizadora do Método Leal, com as turmas do Nono Ano e Ensino Médio, em período pré-pandemia. Foto: Divulgação



Opinião A Crítica



Ação indica concurso e

PORTAL A CRÍTICA 07/06/2020 ÀS 14:33

Facebook Twitter WhatsApp

Ouvir: 0:00

Muita gente pensa que o sucesso profissional está relacionado somente a questões como boas notas no colégio ou cursar uma excelente faculdade. Só que não. Na verdade, pesquisas mostram que os profissionais com carreiras mais bem sucedidas em todo o mundo são os que conseguem equilibrar trabalho e vida pessoal.Isso mesmo: ser feliz, fazer o que gosta... são determinantes! Mas isso é fácil? Para muita gente, não! Por isso, a Mestra em Educação Fernanda Leal desenvolveu um método de estudo que associa resultados a bem estar,uma maneirade ajudar principalmente os jovens que enfrentam enorme pressão para passar no vestibular a viver essa fase com tranquilidade e eficiência. Achou interessante? **Em Manaus, o Colégio Connexus adotou a estratégia e começa a colher os primeiros frutos desse trabalho.**

Em que consiste o método

Newsletter - Receba os destaques do portal A Crítica todos os dias no seu e-mail.

Digite seu e-mail

Assinar

O método, batizado de Leal (sobrenome da professora), associa inteligência emocional, psicologia positiva e bem-estar aos métodos de estudos já tradicionais. O trabalho se apóia em técnicas de autoconhecimento, neurociência aplicada e

O Ministério Público do Amazo Pública para que o Governo concurso público em sete órg ações foram ajuizadas pelo Antônio José Mancilha em servidores efetivos e, em algur excessivo de cargos...

HÁ 6 HORAS

Mantenha-se conectado

Curtir

Seguir

Seguir

Assinar

Mais Lidas

mindfulness.Já no primeiro encontro, os alunos recebem orientações, dicas de como estudar (fugindo, por exemplo, de gatilhos mentais) ea ter uma rotina de estudos saudável. Eles aprendem a construir hábitos e, sobretudo, a priorizarem o aprendizado, sem deixar de lado, claro, seus hobbys e tudo mais que amam.“O melhor caminho para o sucesso não é abster-se da própria felicidade. Pelo contrário, é encontrar um caminho saudável e feliz para chegar lá. O que não quer dizer que não tenha trabalho duro e disciplina. Só não precisa ser sofrido, desmotivante ou enfadonho”, explica Fernanda.

O passo a passo inclui a aplicação de questionários, dinâmicas individuais e em grupo, acompanhamento periódico, além de palestras para pais e alunos. Fernanda faz questão de trabalhar com toda a família, já que muitas vezes as pressões vêm de casa. “Meu objetivo desde o início era ajudar os adolescentes a ter uma vida mais feliz, mais plena, uma jornada para o sonho deles que fosse mais saudável. Eu não planejava criar o método, mas já desejava poder ajudar muitos estudantes. O que vivo hoje é maravilhoso! Ter impactado a vida de tantas pessoas (estudantes, pais, professores) me deixa profundamente feliz e agradecida”, comenta.

O método já garantiu a aprovação de centenas de estudantes nas melhores Faculdades do Brasil. "**Em Manaus, os alunos do Connexus são os primeiros a participar do programa, onde todas as turmas do Ensino Médio têm encontros permanentes com a mentora", conta Henrique de Cristo, 15 anos**. Mesmo com a Pandemia os encontros continuam acontecendo.

EDUCAÇÃO | ENSINO | MÉTODO | COLÉGIO CONNEXUS | LEAL

Compartilhe este conteúdo

Facebook Twitter WhatsApp



Morte de líder de facçã teria desencadeado on em Manaus

MANAUS HOJE

Ataques teriam sido cc irmão de traficante mc



MANAUS

Marid diaria recup intern com (



MANAUS

Noite vários Mana

Conteúdo Patrocinado



Pilote um

Jogue agora