



PENSIERI ED EMOZIONI... A SCUOLA !

**Progetto rivolto agli studenti
delle scuole secondarie di
primo grado**

**Realizzato e condotto dalla Dott.ssa Tosi e
dalla Dott.ssa Orlandi**



Introduzione

“Pensieri ed emozioni... a scuola!” è un progetto che vuole offrire agli studenti delle scuole secondarie di primo grado del territorio la possibilità di affrontare tematiche importanti legate alla delicata fase di vita che stanno attraversando.

Intende inoltre rispondere ai bisogni e alle difficoltà che la scuola e gli insegnanti si trovano a gestire sempre più frequentemente.

La Dott.ssa Federica Tosi e la Dott.ssa Alessandra Orlandi hanno una consolidata esperienza all'interno del mondo scolastico e lavorano da anni con adolescenti e pre-adolescenti sia in ambito scolastico sia extrascolastico. La scelta di realizzare e di proporre questo progetto nella scuola nasce dall'idea che è proprio nella scuola che i ragazzi sperimentano i primi rapporti di gruppo e le dinamiche che ne scaturiscono. Pertanto si vogliono rendere i ragazzi protagonisti diretti, favorendo la nascita di situazioni in cui possono mettersi in gioco in prima persona.

Destinatari

I percorsi proposti, all'interno del progetto, sono rivolti agli studenti delle classi 1° e 3° delle scuole secondarie di primo grado.

Finalità

La finalità generale del progetto proposto è quella di promuovere interventi finalizzati al benessere del minore, identificando precocemente le difficoltà evolutive, contenendo i fattori di rischio e favorendo l'acquisizione di life skills.

Gli incontri in classe sono condotti con metodologie attive e sono basati sul potenziamento delle life skills: *“abilità emotive, relazionali e cognitive di base che permettono alle persone di acquisire un comportamento versatile e positivo, grazie al quale è possibile affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana”* (OMS).



Percorsi proposti e obiettivi

Classi 1° “Uno per tutti e tutti per uno”

Un buon clima emotivo interno alla classe, un forte senso di coesione intra - gruppale, non solo promuovono più incisive e significative occasioni di crescita, socializzazione, integrazione e creazione di legami amicali- relazionali significativi fra i ragazzi, ma migliorano e favoriscono anche un più alto e qualificato livello di apprendimento poiché il processo di insegnamento viene, in un simile contesto, facilitato e reso più efficace.

Percorso di 3 incontri della durata di 2 ore ciascuno rivolto agli studenti

Macro-obiettivo del percorso: favorire la costruzione del gruppo classe

Obiettivi specifici che si intende raggiungere:

Favorire la conoscenza reciproca dei ragazzi

Stimolare una riflessione riguardo al loro percorso scolastico e in particolare al momento di passaggio appena vissuto (dalla scuola primaria alla scuola secondaria di primo grado)

Far condividere alla classe le regole che ritengono necessarie per il raggiungimento di un obiettivo comune e per la convivenza all'interno del gruppo

Favorire una riflessione sulle proprie caratteristiche/qualità personali per migliorare la conoscenza reciproca tra gli studenti

Facilitare la creazione del gruppo classe e osservarne le dinamiche all'interno delle varie attività, anche tramite il non verbale

Favorire la cooperazione e la collaborazione per il raggiungimento di un obiettivo comune

Consolidare il senso di appartenenza al gruppo classe, del quale gli studenti fanno parte, attraverso la creazione di un'immagine rappresentativa sia del gruppo sia delle singole parti.

Life Skills che si intende promuovere

Autoconsapevolezza

Comunicazione efficace

Capacità di relazioni interpersonali

Problem solving



Classi 3° : “ **Adolescenza...e sperimentazione**”

Il periodo adolescenziale è l'età del cambiamento, il cui motivo conduttore è rappresentato proprio dal concetto di trasformazione. Uno degli aspetti che più caratterizza l'adolescenza è proprio il forte bisogno di far parte di un gruppo nel quale potersi rispecchiare ed identificare. Sono oggi Internet e le reti sociali a consentire di rispondere a questo bisogno impellente di relazioni amicali dei giovani. Il web diviene dunque uno spazio di relazione sempre disponibile, facilmente accessibile, nel quale si fa subito amicizia e si trova sempre qualcuno a qualsiasi ora del giorno e della notte. Ma tutta questa semplicità, rapidità, immediatezza, relazioni senza corpo davanti ad uno schermo tipiche del web e dei legami che in esso si instaurano, quali risvolti hanno sulla vita reale degli odierni adolescenti? Molti infatti sono, per i ragazzi, i rischi di una frequentazione assidua, solitaria e sprovvista del web.

Altri potenziali rischi in cui possono incorrere gli adolescenti sono legati al condizionamento operato dal gruppo dei pari e alla sperimentazione di sostanze stupefacenti.

Percorso di 3 incontri della durata di 2 ore ciascuno rivolto agli studenti

Macro-obiettivo del percorso: consapevolezza e prevenzione dei comportamenti a rischio (social network, sostanze stupefacenti: alcol, nicotina e cannabis, nuove dipendenze)

Obiettivi specifici che si intende raggiungere:

Far emergere, attraverso l' uso di immagini, la visione che gli studenti hanno di loro stessi come adolescenti e dell'adolescenza come fase di vita

Favorire, attraverso la ripresa in plenaria dei lavori realizzati, la presa di coscienza delle difficoltà presenti e future e le emozioni collegate

Favorire la riflessione sull'importanza del gruppo dei pari nel prendere determinate decisioni

Fornire, partendo dalle conoscenze degli studenti, informazioni chiare e corrette su alcune sostanze stupefacenti: alcol, cannabis, nicotina e su effetti, uso, conseguenze, rischi

Aiutare gli studenti a riflettere sui cambiamenti che stanno vivendo e sulle difficoltà o vantaggi che incontrano in questa fase della loro vita

Favorire la riflessione su uso/dipendenza dalle nuove tecnologie

Life Skills che si intende promuovere:

Autocoscienza

Gestione delle emozioni

Decision making

Comunicazione efficace

Problem solving



Metodologia e tempi

Sono previsti 3 incontri della durata di 2 ore ciascuno per ogni gruppo classe a cadenza settimanale.

Il metodo di lavoro prevede la presenza di un docente in aula che seguirà il percorso. Il ruolo del docente verrà concordato in fase di progettazione.

Anche le metodologie e gli strumenti utilizzati in ogni classe saranno definiti e concordati in fase di progettazione, in base al tipo di classe, alle dinamiche presenti e al metodo didattico con il quale gli studenti sono abituati a lavorare.

Indicativamente le modalità di lavoro adottate prevedono: attivazioni, giochi psico-pedagogici, discussioni in plenaria, esercitazioni di gruppo, brainstorming.

Valutazione

Alla fine di ogni percorso realizzato, verrà chiesta agli studenti una valutazione anonima che permetterà di rilevare le competenze e il grado di consapevolezza emotiva acquisiti.

Costi

Il progetto è interamente finanziato dall'azienda Ballarini Viale Risorgimento 3, Rivarolo Mantovano (MN) e pertanto gratuito per la scuola.

Le psicologhe si rendono disponibili a qualsiasi cambiamento o modifica richieste dalla scuola in base a specifiche necessità.

Conduttrici

Dott.ssa Federica Tosi – Psicologa-Psicoterapeuta in formazione, specializzata in psicoterapia sistemica familiare iscritta all'ordine degli psicologi della Lombardia n° 03/15729, Psicologa presso il Servizio Sociale Tutela Minori distretto di Viadana, Psicologa presso il Consultorio Ucipem di Viadana, consulente per servizi psico-pedagogici in ambito scolastico e formatrice per adulti presso enti sociosanitari accreditati .

Recapito Telefonico n. 3392150289

Dott.ssa Alessandra Orlandi – Psicologa-Psicoterapeuta, specializzata in psicoterapia dell'adolescente e dell'adulto, iscritta all'ordine degli psicologi della Lombardia n°8966, conduttrice di sportelli di ascolto psicologico rivolti agli studenti delle scuole secondarie di primo e secondo grado, consulente e formatrice per servizi psico-pedagogici e didattici in ambito scolastico.

Recapito telefonico n. 3385844253