



ISTITUTO COMPRENSIVO  
“F.LLI TRILLINI” OSIMO

Via Aldo Moro, 72 - 60027 OSIMO (An) Tel. 071 7231613  
Cod. Mecc. ANIC84400V - C.F. 80012750420 - CODICE UNIVOCO: UFNF5I  
[anic84400v@istruzione.it](mailto:anic84400v@istruzione.it) - [anic84400v@pec.istruzione.it](mailto:anic84400v@pec.istruzione.it)  
Pagina web: [www.ictrilliniosimo.edu.it](http://www.ictrilliniosimo.edu.it)



**“Pensieri, parole ed emozioni”**  
**Un intervento psicologico per dar voce ai bisogni delle componenti  
della scuola**

Anno scolastico 2020/2021

*dott.ssa Elena Míni*  
Psicologa – Psicoterapeuta





## ISTITUTO COMPRENSIVO "F.LLI TRILLINI" OSIMO

Via Aldo Moro, 72 - 60027 OSIMO (An) Tel. 071 7231613  
Cod. Mecc. ANIC84400V - C.F. 80012750420 - CODICE UNIVOCO: UFNF5I  
[anic84400v@istruzione.it](mailto:anic84400v@istruzione.it) - [anic84400v@pec.istruzione.it](mailto:anic84400v@pec.istruzione.it)  
Pagina web: [www.ictrilliniosimo.edu.it](http://www.ictrilliniosimo.edu.it)



M.I.U.R.

### Premessa

Negli ultimi vent'anni si è conclamata una frattura nella relazione tra i giovani e gli adulti, che è esplosa in famiglia e nel mondo della scuola, che si manifesta in modi diversi ed a volte anche opposti.

Se fino a circa dieci anni fa la difficoltà relazionale si avvertiva fondamentalmente nelle scuole superiori, ora è presente anche nella scuola media inferiore, con elementi predittivi che si potrebbero cogliere già dalla scuola elementare.

Al determinarsi di tale situazione hanno probabilmente contribuito da un lato il senso di inadeguatezza, il disagio e la rabbia dei giovani (giustificata o meno), dall'altra la scarsa capacità degli adulti di comprenderli nella loro problematicità, mostrando invece di esserne indispettiti e irrigiditi, se non addirittura travolti. I ragazzi, d'altro canto, si sono sentiti autorizzati e spinti ad essere sempre più autonomi anche laddove a questo desiderio/bisogno non corrisponde una reale e posseduta autonomia. Il risultato di tale situazione a volte viene manifestato in una dimostrazione di forza, indifferenza e distacco dalle regole sociali degli adulti.

La mancanza di limiti, la difficoltà a mettere regole chiare da far seguire ai propri figli, è quello che si può incontrare nel mondo infantile inizialmente, ed adolescenziale poi, sempre più spesso nella nostra società occidentale.

La preadolescenza prima, e l'adolescenza in seguito, con le sue manifestazioni disturba e sconcerta. Mette in difficoltà coloro che ne sono testimoni, a volte sprovvveduti e privi di chiavi di lettura per afferrarne la portata.

La preadolescenza e l'adolescenza sono l'età che creano più preoccupazioni, più dubbi e più difficoltà al mondo degli adulti, non solo ai genitori e alla famiglia estesa, ma anche alle istituzioni, alla scuola, agli insegnanti, ai medici e in generale a tutti coloro che si occupano di adolescenti.

L'obiettivo generale di questo progetto è riuscire a dare ai giovani l'opportunità di manifestare il proprio disagio, trovare comprensione ed accoglienza ma soprattutto è prevenire situazioni di disagio e comportamenti a rischio.

Questo obiettivo non può essere disgiunto da quello di informare e formare adulti sempre più capaci di ascoltare e di comprendere linguaggi e bisogni solo all'apparenza incomprensibili.

Non è difficile oggi trovare preadolescenti ed adolescenti depressi o aggressivi, anoressici o bulimici o con disturbi da alimentazione incontrollata (binge eating), consumatori di sostanze o dipendenti da internet, cellulare o shopping, che manifestano attraverso questi comportamenti quello che non riescono a dire o sentire in un modo più funzionale.

Spesso l'uso problematico di internet e dei social network (e della tecnologia in genere) rappresenta una strategia disfunzionale di autoregolazione emotiva usata come distrazione da stati emotivi negativi quali tristezza, rabbia, ansia e sentimenti di solitudine ed emarginazione.



## ISTITUTO COMPRENSIVO "F.LLI TRILLINI" OSIMO

Via Aldo Moro, 72 - 60027 OSIMO (An) Tel. 071 7231613  
Cod. Mecc. ANIC84400V - C.F. 80012750420 - CODICE UNIVOCO: UFNF5I  
[anic84400v@istruzione.it](mailto:anic84400v@istruzione.it) - [anic84400v@pec.istruzione.it](mailto:anic84400v@pec.istruzione.it)  
Pagina web: [www.ictrilliniosimo.edu.it](http://www.ictrilliniosimo.edu.it)



M.I.U.R.

Abbiamo assistito in questi ultimi anni all'emergere sempre più frequente di fenomeni di cyberbullismo, gaming disorder, dipendenza da relazioni virtuali, da sesso virtuale, delle challenge che hanno messo a rischio il benessere psico-fisico dei nostri ragazzi.

Essere un adolescente ed un preadolescente è quindi una faticosa fase del ciclo vitale in ogni circostanza, che il coronavirus (COVID-19) rende ancora più faticosa.

La comunità scientifica riconosce tra i rischi maggiori, la possibilità di sviluppare varie psicopatologie: disturbi d'ansia, depressione, ossessioni, fobie, psicosi, disturbi alimentari, disturbi del sonno e disturbi post-traumatici. Parliamo di reazioni da parte del corpo e della mente in risposta ad una situazione particolarmente difficile. Ad entrare in gioco sono numerosi fattori, dalla vulnerabilità personale al contesto di vita, considerando la realtà individuale prima del virus. E' chiaro che, la stessa situazione può avere un significato differente per il singolo individuo, perciò è necessario tener conto dell'elaborazione soggettiva operata da ognuno, del contesto sociale in cui vive e delle risorse in suo possesso.

### **Il progetto si propone quindi i seguenti scopi:**

- Promuovere uno sviluppo psicoaffettivo armonioso attraverso un supporto psicologico individualizzato;
- Facilitare l'incontro dello studente con la figura dello psicologo scolastico;
- Supportare psicologicamente i nuclei familiari in cui i soggetti sono inseriti per rafforzare e migliorare i rapporti affettivi da essi vissuti;
- Sostenere gli insegnanti che quotidianamente si trovano ad affrontare la realtà psichica cognitiva ed emotiva dei ragazzi;
- Fornire agli studenti l'opportunità di essere più responsabili rispetto alla propria salute;
- Promuovere la salute ed il benessere attraverso il riconoscimento precoce di sintomi di malessere psichico ed emotivo ed il rafforzamento di fattori protettivi quali ad esempio lo sviluppo di abilità di regolazione emotiva;
- Promuovere un ruolo attivo ed un atteggiamento critico come qualità in generale e nell'educazione dei media in particolare.

### **E con i seguenti esiti attesi:**

- riduzione del fenomeno dell'abbandono scolastico;
- prevenzione e riduzione del fenomeno delle dipendenze patologiche tra cui la dipendenza da internet e del cyberbullismo;
- stili comunicativi più efficaci e funzionali tra i diversi attori coinvolti;
- aumento dell'autostima dei ragazzi con conseguente rispetto reciproco, coscienza di se' e conoscenza delle possibilità di autorealizzazione;



## ISTITUTO COMPRENSIVO "F.LLI TRILLINI" OSIMO

Via Aldo Moro, 72 - 60027 OSIMO (An) Tel. 071 7231613  
Cod. Mecc. ANIC84400V - C.F. 80012750420 - CODICE UNIVOCO: UFNF5I  
[anic84400v@istruzione.it](mailto:anic84400v@istruzione.it) - [anic84400v@pec.istruzione.it](mailto:anic84400v@pec.istruzione.it)  
Pagina web: [www.ictrilliniosimo.edu.it](http://www.ictrilliniosimo.edu.it)



M.I.U.R.

- riconoscimento e gestione delle proprie ed altrui emozioni;
- aumento di un atteggiamento critico e responsabile nella lettura dei fenomeni e della realtà circostante.

## Struttura

- a. attività di sportello aperto a tutti coloro che ne facciano richiesta (alunni, insegnanti, personale scolastico e genitori) con finalità che si collocano nell'ambito della prevenzione primaria e secondaria. La funzione principale di tale attività è essenzialmente consultiva (la consulenza psicologica può essere individuale o a coppia e può interessare più incontri in base alla complessità del problema presentato);
- b. incontri con i genitori al fine di affrontare temi di interesse comuni relativi all'infanzia, preadolescenza ed adolescenza.
- c. Incontri di discussione con gli studenti che si configureranno come modalità di formazione concreta ed orientata ad affrontare questioni significative per loro e finalizzata al potenziamento del giudizio critico dei partecipanti. Scopo di questi incontri sarà quello di aiutarli a sviluppare una più completa e sistematica conoscenza del proprio stile relazionale, delle proprie risorse, competenze nonché delle proprie ansie, dei propri timori e delle proprie difficoltà, in vista di una revisione critica e maturazione delle loro personalità.
- d. Incontri con gli insegnanti su tematiche concordate con loro in base alle esigenze, difficoltà ed osservazioni rilevate durante il loro lavoro con i ragazzi e le loro famiglie.

## Possibili temi

- 1) L'importanza dei limiti: regole, premi e punizioni;
- 2) Il cervello dei bambini e degli adolescenti e la finestra di tolleranza;
- 3) Educazione emotiva ed affettiva;
- 4) Comunicazione efficace;
- 5) Team-building;
- 6) Gestione dell'ansia e dello stress.

## Modalità

Considerato il particolare momento storico in cui stiamo vivendo, con situazioni che cambiano repentinamente e senza possibilità di previsione dell'andamento della





## ISTITUTO COMPRENSIVO "F.LLI TRILLINI" OSIMO

Via Aldo Moro, 72 - 60027 OSIMO (An) Tel. 071 7231613  
Cod. Mecc. ANIC84400V - C.F. 80012750420 - CODICE UNIVOCO: UFNF5I  
[anic84400v@istruzione.it](mailto:anic84400v@istruzione.it) - [anic84400v@pec.istruzione.it](mailto:anic84400v@pec.istruzione.it)  
Pagina web: [www.ictrilliniosimo.edu.it](http://www.ictrilliniosimo.edu.it)



M.I.U.R.

diffusione del Covid-19 e delle conseguenti misure di contenimento, il progetto è pensato sia in presenza che in modalità online.

Se in presenza, l'orario di ricevimento allo sportello sarà concordato con la scuola in orari e giorni prestabiliti.

Se online, lo sportello potrà essere attivato con qualsiasi piattaforma suggerita e/o utilizzata dalla scuola, dopo ricevimento, ovviamente, dei moduli sulla privacy firmati dal soggetto ricevente la consulenza (se maggiorenne) o firmati da entrambi i genitori (se trattasi di minore).

Le modalità di accesso al servizio verranno discusse con la scuola e potranno essere scelte tra diverse possibilità: inviare una richiesta alla mail del professionista, fissare un appuntamento con la Referente individuata, richiedere un colloquio mettendo la richiesta in una "cassetta postale" predisposta a scuola.

Gli incontri con i ragazzi, genitori o insegnanti possono essere effettuati in piccoli gruppi con il distanziamento sociale richiesto ed i dispositivi del caso, se i decreti emanati dal governo lo permetteranno. Oppure, possono essere condotti online con piattaforme che prevedano l'uso di un microfono e di una webcam.

In ogni caso, se trattasi di minore, sarà necessario avere l'autorizzazione scritta di entrambi i genitori.

### Tempi

Il progetto si svolgerà dal periodo gennaio-giugno 2021, con tempi di esecuzione concordati con la scuola.