



Alto nel Disagio ed eDucazione" odv ETS

Progetto Dipendenze – Dipende anche da te

La dipendenza viene considerata da molti studiosi la malattia del secolo (Pigozzi, 2024).

In una società complessa, tecnologica, consumistica, i meccanismi cerebrali di base della ricompensa che generano la dipendenza vengono sfruttati per far girare un mercato che ci vuole tutti schiavi di qualcosa.

Una dipendenza che si estende a svariati ambiti: dalle sostanze, agli psicofarmaci, al cibo, alla tecnologia, alla relazione e a diversi altri tipi di comportamenti.

Di tutto questo chi ne risente di più sono gli adolescenti ed i preadolescenti, situati in una fase di vita di maggiore vulnerabilità.

La scuola rappresenta il contesto quotidiano, insieme alla famiglia, in cui i ragazzi si sperimentano e imparano a crescere e a socializzare con gli altri.

Il progetto, pertanto, vuole rivolgersi ai ragazzi frequentanti la scuola secondaria di primo grado, momento di passaggio fondamentale dove si passa dalla scuola dei bambini – la scuola primaria- alla prima scuola dei più grandi.

La preadolescenza, di solito considerata tra gli 11 ed i 14 anni, cade proprio nella scuola media, considerata un'età fondamentale di crescita, di prime autonomie, di trasformazione della propria identità e quindi la fase privilegiata per gli interventi di prevenzione, ma anche una fase di fragilità dove possono emergere i primi segnali che, se non presi in tempo, possono dare origine e portare, nell'adolescenza, ad un disturbo conclamato.

È necessario, quindi, accompagnare e guidare i ragazzi in questo complesso mondo degli adulti, fornendo loro informazioni e conoscenze, permettendo loro di sperimentarsi, confrontarsi e favorendo l'acquisizione di strumenti e competenze che possano tutelarli nella crescita e favorire il benessere fisico e psichico.

Per far questo, risulta importante educare al pensiero critico ed all'intelligenza emotiva, creando spazi protetti di riflessione e maggiore acquisizione di consapevolezza su di sé e sui propri comportamenti, agiti, dal vivo e in rete. Tutto questo al fine di sensibilizzare e prevenire i tanti rischi e pericoli presenti nella realtà e nel web, tra cui le diverse forme di dipendenza.



Aluto nel Disagio ed eDucazione" odv ETS

Questo progetto si articola, quindi, nei tre anni della scuola secondaria di primo grado, ponendo, come focus tre diverse tematiche, legate alla dipendenza.

Primo anno: il web ed i suoi pericoli, dipendenza tecnologica

Secondo anno: uso e abuso di alcol e di altre sostanze psicoattive, dipendenza da sostanze

Terzo anno: la relazione con gli altri, i primi innamoramenti, dipendenza relazionale

Primo anno: il web ed i suoi pericoli, dipendenza tecnologica

In una società sempre più online, multimediale e tecnologica, i ragazzi, i cosiddetti nativi digitali, abitano assiduamente, talora in modo improprio, la rete.

La rete è divenuta oramai, a pieno titolo, con i suoi vantaggi ma anche con i suoi rischi e pericoli, luogo virtuale, non tangibile ma significativo, in cui sperimentare la propria identità in divenire, conoscere e scoprire la realtà, giocare, cercare informazioni, ascoltare musica, socializzare ma anche apprendere ed entrare in relazione con coetanei e adulti, familiari, conosciuti e sconosciuti. Questo mondo virtuale, ricco di stimoli, rischia di attirare i ragazzi in una realtà immersiva che travolge e assorbe tempo, energia e volontà, rischiando di arrivare ad una vera e propria dipendenza, da smartphone, da videogiochi, dai social...

Nel corso dell'intervento, saranno presenti diverse figure professionali, psicologo ed avvocato, per offrire punti di vista differenti (psicologico e legale) e permettere ai ragazzi di riflettere sui comportamenti agiti e subiti in rete.

DESTINATARI

Alunni del primo anno della scuola secondaria di primo grado



Aluto nel Disagio ed eDucazione" odv ETS

Secondo anno: uso e abuso di alcol e di altre sostanze psicoattive, dipendenza da sostanze

Nel secondo anno si affronterà la dipendenza da sostanze, un capitolo vasto che comprende sostanze naturali e sintetiche, lecite e illecite, conosciute e sconosciute. Tra le sostanze lecite, merita particolare attenzione l'alcol tra i giovanissimi, il cui consumo sta crescendo sempre più, posizionando il "battesimo alcolico" ad età sempre più basse.

L'alcol risulta essere uno dei principali fattori di rischio di malattia, disabilità e mortalità, anche tra i giovani, non solo in Italia, ma anche in Europa e nel resto del mondo.

L'alcol rappresenta la prima sostanza che provoca dipendenza con un alto impatto a livello sociale, portando ad una vera e propria emergenza sociale.

Nel corso dell'intervento, saranno presenti diverse figure professionali, psicologo e medico, per offrire punti di vista differenti (psicologico e medico) e permettere ai ragazzi di riflettere sulle conseguenze psichiche e fisiche delle diverse sostanze.

DESTINATARI

Alunni del secondo anno della scuola secondaria di primo grado

Terzo anno: la relazione con gli altri, i primi innamoramenti, dipendenza relazionale

Nel terzo anno, il focus sarà sulle relazioni, in particolare, le relazioni tra pari, le amicizie, le dinamiche di gruppo e i primi innamoramenti e, quindi, le prime relazioni di coppia.

Anche questo risulta essere un tema molto attuale, necessario nella crescita per favorire relazioni sane, caratterizzate da empatia, rispetto di sé e dell'altro e prevenire alcune relazioni disfunzionali e/o di prevaricazione fino ad arrivare ad una vera e propria dipendenza dall'altro.

La dipendenza affettiva può riguardare la fatica a porre dei limiti e può portare a comportamenti aggressivi verso l'altro, amico o partner. Diversi studi hanno mostrato come la dipendenza affettiva possa essere alla base delle relazioni violente ed è considerata un precursore della violenza da parte del partner in una relazione di intimità (Kane e al, 2000).



Alto nel Disagio ed eDucazione" odv ETS

Affrontare questo tema tra i giovanissimi vuol dire fornire strumenti per costruire relazioni sane nel loro presente ma anche per vivere meglio il loro futuro.

DESTINATARI

Alunni del terzo anno della scuola secondaria di primo grado

FINALITA' generali

- Promuovere il benessere individuale e del gruppo – classe
- Sensibilizzare sull'importanza di un approccio responsabile e consapevole alla dipendenza in tutte le sue forme
- Favorire una maggiore consapevolezza di sé e degli altri
- Fornire strumenti, conoscenze e competenze personali, relazionali
- Promuovere la responsabilità relazionale, la capacità critica e l'educazione all'intelligenza emotiva
- Promuovere il rafforzamento dell'autostima e delle risorse personali

MODALITA' DI LAVORO

Per ogni classe partecipante sono previsti 3 incontri da 2 ore ciascuno per un totale di 6 ore.

Si utilizzeranno modalità attive, di tipo laboratoriale, in uno spazio protetto, per favorire l'integrazione dei diversi aspetti dell'identità (cognitiva, emotiva, affettiva, motoria, sociale).

Attraverso modalità attive che rendano i ragazzi i veri protagonisti della loro storia e della loro crescita: lavori di gruppo, role-playing, visioni di video, circle-time che permettano la riflessione, il confronto, la capacità critica ed una conoscenza più approfondita di un tema complesso come quello della dipendenza in tutte le sue forme.

Il tema della dipendenza non verrà affrontato con regole e divieti ma si articolerà in un percorso più ampio, multidisciplinare - medico-sanitario, psicologico, sociale, legale, storico, culturale, artistico, letterario - e coinvolgerà i diversi aspetti dell'identità: sociale, emotivo, relazionale, motorio.

Il percorso sarà rivolto anche ai docenti e ai genitori degli alunni delle classi coinvolte, con incontri di presentazione e restituzione del lavoro svolto con i ragazzi.

Gli incontri di restituzione saranno aperti a tutti i genitori e corpo educante dell'Istituto Scolastico e alla cittadinanza.



Aluto nel Disagio ed eDucazione” odv ETS

Attraverso diverse azioni, s'intende sensibilizzare, informare, rendere maggiormente consapevoli e responsabili, in primis, i ragazzi e le loro famiglie, la scuola e il territorio rispetto a questa tematica delicata. Si vuole rendere i ragazzi protagonisti del loro percorso di apprendimento e di crescita con un approccio globale che mette al centro la persona ed il suo contesto di vita, compresi gli adulti che, con diversi ruoli, ruotano intorno agli studenti.

Alla luce di quanto detto si intende articolare il progetto nel seguente modo:

