

Dott.ssa
Giuseppina Russo

Psicologa



La strutturazione dei laboratori nasce, dalla necessità di informare e sensibilizzare in modo ampio ed idoneo gli adolescenti. Con l'obiettivo di

- Riconoscere le proprie potenzialità ed aspetti resilienti.
- Far spazio alle emozioni e situazioni che possono richiedere un'attivazione della resilienza.
- prevenire la messa in atto di modelli relazionali e disfunzionali che possono alimentare chiusura ed isolamento, dinanzi ad eventi traumatici.

Una delle chiavi di accesso nel mondo dei giovani è il loro coinvolgimento diretto nelle attività promosse durante la settimana del benessere.

In questa settimana la scuola e l'ordine degli Psicologi della Campania, collaborerà insieme avendo un obiettivo Primario. *“Prevenire modelli relazionali di chiusura ed isolamento, rafforzare una metaconoscenza delle proprie risorse, mediante la stimolazione di un ascolto attivo”*

Come Concordato stamane, gli alunni coinvolti ad un focus group strutturato in due parti.

La prima parte avrà come obiettivo l'emersione dei 4 fattori pregiudicanti l'esperienza:

- **Fattori Emozionali** (abuso, bassa autostima, scarso controllo emotivo)
- **Fattori Interpersonali** (isolamento, rifiuto di amicizie, chiusura in sé stessi)
- **Fattori Familiari** (vivere in famiglie poco abbienti, in situazioni di conflitto o violenza, scarso legame con i genitori e limitata comunicazione intrafamiliare)
- **Fattori Di Sviluppo** (disabilità psichica e cognitiva)

Studio: Via G. Parini n. 7 Aversa (Ce)

Tel: [333-4972425](tel:333-4972425)

Mail: psicologa.russo.g@gmail.com

Mail pec: g_russo@psypec.it

STRUTTURAZIONE LABORATORIO CLASSI PRIME-SECONDE –TERZE-QUARTE E QUINTE

PRESENTAZIONE DELLE PSICOLOGHE

L'obiettivo di questi incontri sarà incrementare la conoscenza di ciascuno con conseguente potenziamento dell'autostima.

La scuola è una palestra in cui l'adolescente può allenare la propria resilienza.

PRIMO MOMENTO DI INCONTRO (la valigia della crescita)

AD OGNI DISCENTE VIENE CHIESTO, di immaginare una valigia ed al suo interno inserire cose, persone, animali fondamentali per il loro presente e la crescita futura.

Ciascuno esporrà il contenuto della valigia e viene chiesto di scegliere tra i suoi elementi uno che andrà nella valigia della classe.

Al termine di questo si rifletterà sulla Valigia della classe, gestendo i feedback del gruppo di discenti.

SECONDO MOMENTO DI INCONTRO (la descrizione di Sè)

OGNI DISCENTE DEVE DESCRIVERE SE STESSO: i suoi gusti, le sue qualità, passioni, sentimenti, hobby, aspetti caratteriali positivi-negativi, paure e aspettative.

I compagni di classe a turno ascoltano l'altro e possono aggiungere aspetti che la persona non ha menzionato con il vincolo di argomentazione.

L'obiettivo di questo incontro sarà incrementare la conoscenza di ciascuno con conseguente potenziamento dell'autostima

TERZO MOMENTO (la mano dei talenti)

OGNI DISCENTE DOVRA' SCRIVERE SU UN FOGLIO IL SUO TALENTO, senza però esporlo ai compagni.

Gli altri discenti a turno descriveranno il talento del proprio compagno.

Dopo aver ascoltato tutti il singolo può commentare e descrivere le proprie sensazioni ed emozioni provate dopo aver ascoltato le opinioni su di lui da parte dei compagni.

Studio: Via G. Parini n. 7 Aversa (Ce)

Tel: 333-4972425

Mail: psicologa.russo.g@gmail.com

Mail pec: g_russo@psypec.it

QUARTO MOMENTO (SOS HO BISOGNO DI TE)

CIASCUN DISCENTE DOVRA' DESCRIVERE

- SITUAZIONI IN CUI HA PROVATO DIFFICOLTA' ED HA CHIESTO AIUTO AD UN SUO COMPAGNO.
- SITUAZIONI IN CUI LUI HA AIUTATO UN SUO AMICO IN DIFFICOLTA'

Accanto alle situazioni sopraindicate dovranno essere indicate:

- Le emozioni provate
- Le difficoltà incontrate.

QUINTO MOMENTO (TOCCARE LE PAURE PER CRESCERE)

CIASCUN DISCENTE DOVRA' INDICARE:

- LE PAURE CHE HA PROVATO E CHE PROVA ATTUALMENTE.
- MODALITA' DI GESTIONE E FRONTEGGIAMENTO DI QUESE.
- LUOGHI CHE GENERANO PAURA
- LUOGHI CHE GENERANO SICUREZZA E POSSIBILITA' DI ESPLORAZIONE.

Tramite questi interventi, i ragazzi avranno un momento in cui ciascuno sarà sincronizzato con l'altro e pronto ad un ascolto attivo e proattivo.

Gli alunni potranno percepire un numero maggiore di persone su cui poter contare, incrementando le possibilità di successo.

Intorno a loro si creerà una nuova figura quello del TUTORE DELLA RESILIENZA, capace di incrementare la fiducia e trasformare situazioni logaranti in opportunità di crescita e sviluppo individuale. Il focus per il cambiamento sarà l'individuo stesso, le sue risorse interne e strumenti adoperati ai fini del fronteggiamento della crisi vissuta.

Studio: Via G. Parini n. 7 Aversa (Ce)

Tel: 333-4972425

Mail: psicologa.russo.g@gmail.com

Mail pec: g_russo@psypec.it

STRUTTURAZIONE LABORATORIO PER CLASSI QUINTE

L'obiettivo del laboratorio sarà quello di portare i discenti ad una consapevolezza delle proprie risorse utilizzate proprio in dei momenti critici della loro vita.

Creando le opportunità di conoscersi e farsi conoscere.

Il focus per quanto concerne le psicologhe è registro ed eventuale intervento a favore dell'incremento dell'autostima

Il laboratorio sarà strutturato nel seguente modo:

Presentazione della Psicologa sulla motivazione dell'intervento,

in un primo tempo si chiederà ad ogni discendente di

1. Rievocare e scrivere un momento critico, individuando:
 - Le caratteristiche della propria persona e le risorse utilizzate per il superamento dell'evento.
 - Le difficoltà incontrate.

Ogni ragazzo avrà la possibilità di esporsi e di rielaborare insieme al gruppo classe.

In un secondo tempo le psicologhe chiederanno ad ogni dicente di pensare ad un personaggio o animale e partendo da questo dare un nome, delle caratteristiche, dei talenti e costruire una storia intorno ad esso.

Successivamente, viene chiesto

- Le caratteristiche che vorrebbe avere di quel personaggio
- Le caratteristiche proprie che ha dato al suo personaggio
- In quale momento della sua vita avrebbe voluto usarle.

Il lavoro viene condiviso con il gruppo creando un cerchio

Studio: Via G. Parini n. 7 Aversa (Ce)

Tel: 333-4972425

Mail: psicologa.russo.g@gmail.com

Mail pec: g_russo@psypec.it

La scelta della tipologia di laboratorio viene presa in virtù delle caratteristiche psicorelazionali del gruppo classe.

La durata varia dai 50- ai 70 minuti

Succesivo alla strutturazione del laboratorio, i discenti dell' Istituto Falco, hanno la possibilità di usufruire dello sportello Psicologico in cui potranno portare elementi di disagio e difficoltà dei vissuti.



Studio: Via G. Parini n. 7 Aversa (Ce)

Tel: 333-4972425

Mail: psicologa.russo.g@gmail.com

Mail pec: g_russo@psypec.it