

## Progetto Yaps-Young and Peer School

DESCRIZIONE DELL'ATTIVITA' - Psicologa Dott.ssa L. Scortecci

La centralità della scuola nella realizzazione di azioni integrate a livello territoriale è presente nel Piano Regionale di Prevenzione 2020/2025 al cui interno si trova il programma "Impariamo a Resistere", prevede progetti da sviluppare in tutte le scuole di ogni ordine e grado mirati a supportare il processo di crescita della persona.

Yaps-Young and Peer School è un progetto di peer education che vede coinvolti ragazzi e ragazze degli istituti secondari di secondo grado. La peer education è una metodologia che valorizza l'apprendimento all'interno dello stesso gruppo di coetanei, la comunicazione orizzontale, infatti, ha un'efficacia maggiore rispetto a quella verticale tra un adulto e un ragazzo. La comunicazione tra pari è un processo di scambio e di confronto che avviene spontaneamente all'interno dei sistemi relazionali informali. Nella peer education l'adulto assume un ruolo di sostegno e guida.

La peer education permette di veicolare con maggiore efficacia l'insegnamento delle life skills, definite dall'OMS come quelle competenze che portano l'individuo a comportamenti positivi e di adattamento e che lo rendono abile nel far fronte alle richieste, alle sfide della vita quotidiana e capace di prendere scelte consapevoli.

Obiettivi:

- Rafforzare le life-skills
- Promuovere il pensiero critico e l'autoconsapevolezza
- Sviluppare empowerment, avere padronanza della propria vita, sottolinea il ruolo del peer educator come artefice di un progetto su una tematica di salute
- Sviluppare il senso di autoefficacia, possedere capacità e risorse in termini di pensiero critico, problem solving, comunicazione efficace e gestione delle emozioni necessarie ad affrontare una data situazione e nel raggiungimento dei propri obiettivi.

**Presenta il progetto una studentessa del 4 AC Yasmin N. Servizi Commerciali IO Salvatorelli Moneta.**

## LE DIPENDENZE DIGITALI



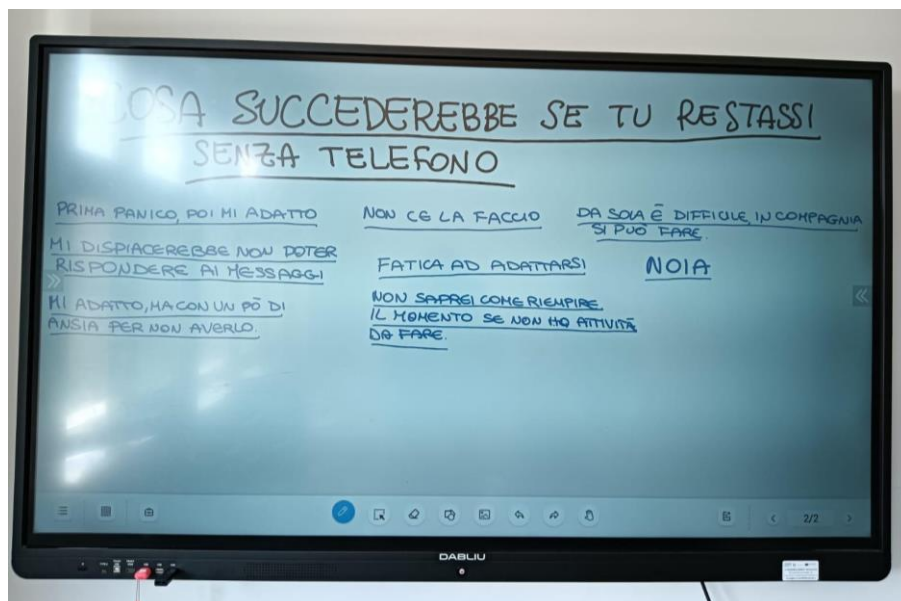
YAPS  
young and peer  
school

Dai risultati delle inchieste somministrate a studenti e genitori siamo passati alla fase di analisi psicologica dei disturbi legati alla sfera del digitale. Per questo sono stati invitati nelle nostre scuole degli **psicologi dell'ASL di Marsciano (PG)** che all'interno del **PROGETTO YAPS portato avanti dall'Equipe Promozione della Salute- Usl Umbria 1 Distretto Media Valle del Tevere**

Hanno svolto degli **workshop** nella classe 4 AC riguardo ai fenomeni dell'

- Iperconnessione digitale,
- Game disorder
- FOMO
- Chatting disorder
- Body shaming

**Le nostre attività hanno avuto come obiettivo l'acquisizione di una consapevolezza per studenti e genitori rispetto ai divari sociali, alla frustrazione, all'ansia causata dall'eccessiva esposizione a Internet.** Le attività sono state riportate nella piattaforma eTwinning. L'attività con lo psicologo ci ha guidato al riconoscimento dei nostri sentimenti FOMO e della nostra frustrazione, ansia e inattività fisica. Questi ci hanno aiutato a collegare i nostri "panici mediatici" e le cattive relazioni sociali con l'uso eccessivo dei servizi e dei dispositivi digitali. I sondaggi che abbiamo creato rispondono all'obiettivo del progetto di renderci attivi e dinamici. Abbiamo migliorato le nostre capacità cooperative, formato forti legami tra noi, imparato a condividere e cooperare, rispettare le idee e il ritmo di lavoro degli altri membri.



## **Commenta la psicologa L. Scortecchi**

Durante la formazione abbiamo alternato momenti teorico-didattici e attività stimolanti in cui le ragazze si sono messe in gioco secondo una modalità attiva-partecipativa.

La formazione si è così articolata:

### Prima giornata

- cornice teorica di riferimento: yaps e le life-skills
- presentazione dei partecipanti con il gioco del gomito per riflettere insieme su cosa significa essere in relazione con l'Altro
- definizione delle regole per il buon funzionamento del gruppo
- circle time, cos'è e la sua applicazione. Abbiamo sperimentato il circle time riflettendo insieme su cosa significa sentirsi "on line" e "off line" nella vita quotidiana
- emozione e empatia: abbiamo parlato di cosa sono le emozioni, a cosa ci servono e cosa significa essere empatici, abbiamo poi fatto un gioco sul significato soggettivo delle emozioni ragionando insieme sull'ascolto ed il rispetto dell'emozione altrui

### Seconda giornata

- la comunicazione e l'assertività: momento teorico in cui riflettiamo su cosa si intende per ascolto attivo, su cosa significa essere assertivi con particolare attenzione alla comunicazione verbale e non verbale
- il pensiero critico, il pensiero creativo ed il problem solving
- Attività di brainstorming: dopo un'introduzione teorica sulla tecnica del brainstorming, lo abbiamo applicato attraverso la consegna: "cosa succederebbe se tu restassi senza telefono un giorno?"
- aspetti operativi del progetto yaps: le ragazze hanno pensato ad un intervento di peer education nella propria scuola all'interno del progetto ONLIFE
- restituzione e chiusura: attraverso il gioco delle carte "DIXIT" ognuno di noi ha scelto l'immagine più rappresentativa del percorso fatto insieme.

Il progetto è andato avanti con due incontri a distanza di un mese in cui abbiamo affrontato la parte operativa del progetto ovvero come diventare peer efficaci nella propria scuola al fine di sensibilizzare i compagni di scuola alla tematica dell'iperconnessione.

## **ANALISI ESPERIENZA**

Le partecipanti si sono sentite fin da subito a proprio agio ed entusiaste di mettersi in gioco in attività pratiche e stimolanti.

Hanno riferito di aver goduto specialmente del momento del circle time poiché si sono conosciute maggiormente tra loro scoprendosi anche in termini di risorse personali e relazionali, è stato per loro un momento introspettivo in cui hanno condiviso vissuti emotivi.

Hanno riferito di essersi sentite libere di esprimersi in un contesto di sospensione del giudizio nel quale hanno potuto manifestare i propri bisogni.

In particolare nel momento di restituzione hanno comunicato come questa esperienza sia stata significativa in termini di scoperta, esplorazione e conoscenza di un modo nuovo e alternativo di “stare a scuola”.

Per approfondimenti su tutte le attività svolte nell’ambito del progetto contattare:

[mariangela.severi@iomarsciano.it](mailto:mariangela.severi@iomarsciano.it)- Dirigente IO Salvatorelli Moneta, Marsciano,PG.

[martapaola.priorelli@iomarsciano.it](mailto:martapaola.priorelli@iomarsciano.it)- Referente progetto Erasmus ON LIFE

Equipe Promozione della Salute- Usl Umbria 1 Distretto

Media Valle del Tevere

Lucia Scortecci, psicologa-psicoterapeuta

Amilcare Biancarelli, educatore professionale

Clarissa Cannata, ostetrica

Silvia Beati, assistente sanitaria