

Associazione Psicologia Insieme



## MASTER BREVE

# Gli Interventi specifici a scuola



**Data di inizio:** 11 gennaio 2014

**Sede:** Roma

**RICONOSCIMENTO DEL MIUR** Direttiva ministeriale n.90 del 1° dicembre 2003

# Il master

- Con questo master si intende focalizzare l'attenzione su alcuni dei principali interventi che uno psicologo che lavori nel contesto scolastico può attuare. Gli interventi verranno trattati nel dettaglio, focalizzandosi sugli aspetti preventivi e sulla metodologia di attuazione.
- **Obiettivi:** Fornire le competenze necessarie per riconoscere le problematiche proposte, per saper costruire un progetto di prevenzione e/o di intervento mirato. Il master è prevalentemente esperienziale e permetterà di sperimentare in aula diverse tecniche utili alla realizzazione dei progetti.
- **Destinatari:** Psicologi, psicoterapeuti e laureandi in psicologia.
- **Aspetti organizzativi:** Il master breve è organizzato in 4 finesettimana intensivi ogni tre settimane per un totale di 50 ore
- **Orari:** SABATO 9/18 – DOMENICA 9-13

# Programma:

- I: 11-12 gennaio 2014 STRESS E BURN OUT DELL'INSEGNANTE
- II: 1-2 febbraio 2014 2014 IL DISTURBO DI ATTENZIONE E IPERATTIVITÀ
- III: 22-23 febbraio 2014 2014 LO SPORTELLO D'ASCOLTO - L'ORIENTAMENTO SCOLASTICO E PROFESSIONALE
- IV: 8-9 marzo 2014 LA PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE E DEI DISORDINI ALIMENTARI

*Adesso una passeggiata tra le tematiche trattate, per avere un assaggio di quello che vedremo insieme nel master.*

*Una premessa: Ogni tematica verrà trattata sia dal punto di vista teorico che metodologico e alla fine del master dovremo davvero essere pronti per affrontare un intervento nella scuola, nell'argomento che piu' ci interessa.*

*Buona passeggiata e.. Buon assaggio!*

**STRESS E BURN OUT  
DELL'INSEGNANTE.  
Progetti di prevenzione**

# Il burn-out nell'insegnamento

Il burn out è un particolare fenomeno psicopatologico che definisce il crollo emotivo, e talvolta anche fisico, che può coinvolgere le professionalità che svolgono lavori di cura, che si fondano sulla relazione d'aiuto (insegnanti, infermieri, volontari, educatori, psicologi, etc...).

Questo crollo psicofisico avviene per eccesso di stress

# Le fonti di stress nell'insegnamento

## *Eventi Stressanti:*

Circostanze percepite come fonti di stress nell'insegnamento

## *Fonti di stress fisico-sociali:*

carenze di sussidi e materiali, mancanza di locali

## *Fonti di stress relazionali:*

rapporti conflittuali o problematici con colleghi, studenti, preside

# Le diverse fasi

## Fase dello stress

Squilibrio tra richieste e risorse disponibili  
Il disagio inizia a presentarsi sotto forma di stress lavorativo



## Fase dell'esaurimento

Produzione di una risposta emotiva immediata e di breve durata contro lo stress, caratterizzata da una sensazione di tensione, ansietà, fatica ed esaurimento



## Fase di difesa

Caratterizzata da cambiamenti di atteggiamento e di comportamento  
Sviluppo atteggiamenti di rigidità, cinismo e distacco emotivo per far fronte alla tensione accumulata



# Burnout come "mancanza di..."

(McGee-Cooper, 1990)

- ✓ energia
- ✓ gioia
- ✓ entusiasmo
- ✓ soddisfazione
- ✓ motivazione
- ✓ interesse
- ✓ sogni
- ✓ idee
- ✓ concentrazione
- ✓ autostima
- ✓ sicurezza
- ✓ humor



***CHE COSA FARE? LO VEDREMO  
INSIEME NEL MASTER!***

# **IL DISTURBO DI ATTENZIONE E IPERATTIVITÀ**

## **Progetti di prevenzione ed intervento**

# Il Comportamento disturbante Come inquadrarlo?

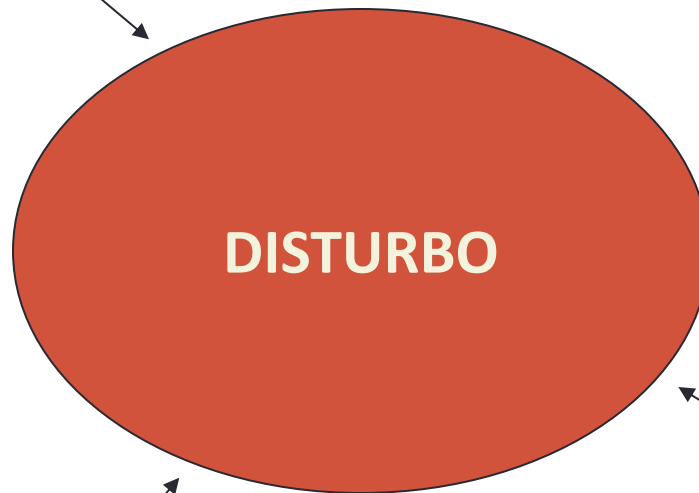
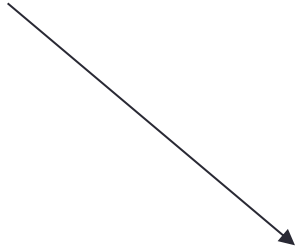


**Disturbo**

**VS**

**Incontro-scontro  
B-A**

**IPERATTIVITA'**



**DISTURBO**

**DISATTENZIONE**



**DISTURBO DELLA CONDOTTA  
O DELL'UMORE**



# Il comportamento disturbante/ 1

## Caratteristiche principali:

- Difficoltà a controllare le proprie reazioni
- Difficoltà ad adeguare il proprio comportamento alle richieste dell'ambiente
- Difficoltà a considerare il punto di vista altrui e pretesa che i propri bisogni abbiano la precedenza su quelli degli altri
- Oppositività
- Rendimento scolastico al di sotto delle reali possibilità



# Che fare?



1. Capire e valutare il comportamento
2. Utilizzare le strategie efficaci

# **LO SPORTELLLO D'ASCOLTO - L'ORIENTAMENTO SCOLASTICO E PROFESSIONALE**

# ..C'È ASCOLTO PER TE!

## Una scuola in cui stare bene

**Cos'è lo sportello** : è uno spazio di ascolto in cui è possibile usufruire di un **colloquio riservato** con uno psicologo su tematiche personali legate alla scuola, alla famiglia, alle relazioni... è accessibile agli studenti, ai gruppi classe, ai docenti e ai genitori che ne facciano richiesta.

**Perché**: per affrontare dubbi, difficoltà, fatiche... relative alla vita scolastica e personale





**Come farlo?**

***Lo scopriremo insieme..***

# **LA PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE E DEI DISORDINI ALIMENTARI**

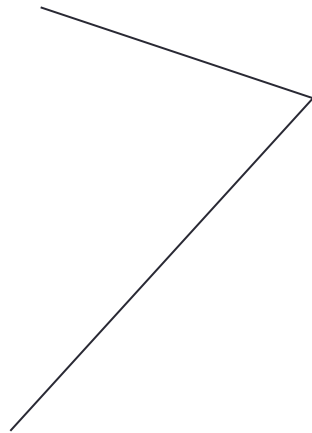
# Dipendenza o *Addiction*

Ricerca degli effetti prodotti sull'organismo o sulla mente da una sostanza o da un comportamento che orienta la vita del soggetto, pena un intenso disagio fisico e psicologico



# Gli oggetti delle dipendenze

- Cibo
- Sesso
- Alcool
- Droghe
- Denaro
- Rischio



Campi dell'attività umana che, in ogni epoca, scaturiscono dalla sfera del sacro e della religione e che furono oggetto di culti e riti



Difficoltà a considerarli disturbi

# Dinamica delle dipendenze

## cause

- Fattori ambientali
- Eccessive pretese o stress
- Disponibilità dell'oggetto
- Ricompense abituali
- Fattori personali
- Fragile supporto familiare
- Personalità vulnerabile

# Tematiche trattate nelle classi

- Le diverse sostanze: caratteristiche, storia ed effetti
- Classificazione delle sostanze
- Concetti di: dipendenza fisica e psicologica
- Concetti di tolleranza ed assuefazione
- Distinzione tra uso ed abuso
- Le motivazioni del consumo di sostanze
- Le conseguenze legali
- Quali interventi in caso di tossicodipendenza
- Consegna di un volantino riassuntivo degli incontri

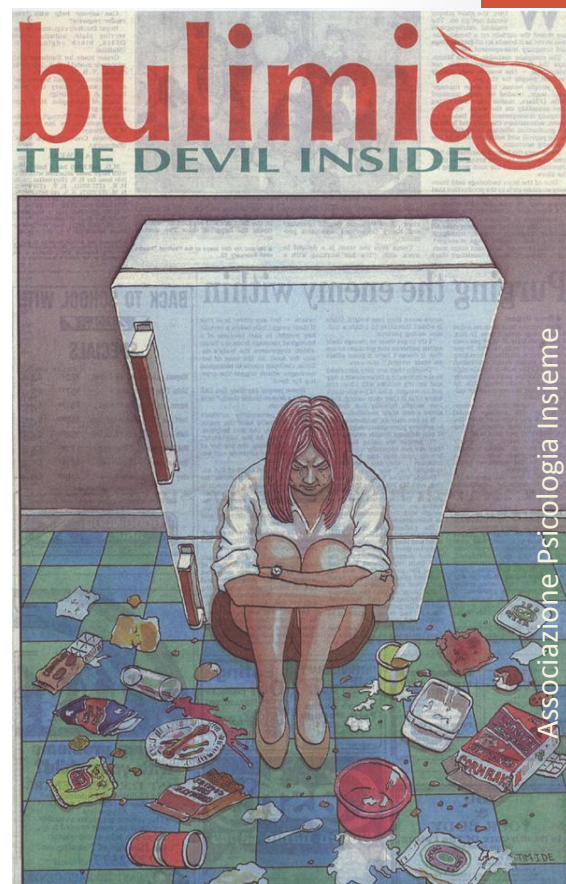
# I disturbi alimentari

- Esordio in adolescenza
  1. Comportamenti alimentari instabili
    - \* voglia di fame
    - \* fame emotiva
  2. Comportamenti qualitativamente alterati
  3. Comportamenti quantitativamente alterati
    - \* iperfagia
    - \* restrizioni alimentari

# Che cos'è la bulimia

E' un disturbo del comportamento alimentare caratterizzato da un rapporto distorto con il corpo e con il cibo

Al contrario della ferrea determinazione dell'anoressica, la **bulimica** ha perso la propria lotta contro la fame. Infatti la bulimia è caratterizzata dall'esigere immediato sollievo dalla pressione emotiva attraverso episodi di abbuffate alimentari e successivi comportamenti finalizzati a prevenire l'aumento di peso attraverso il vomito autoindotto, lassativi, diuretici, intenso moto.



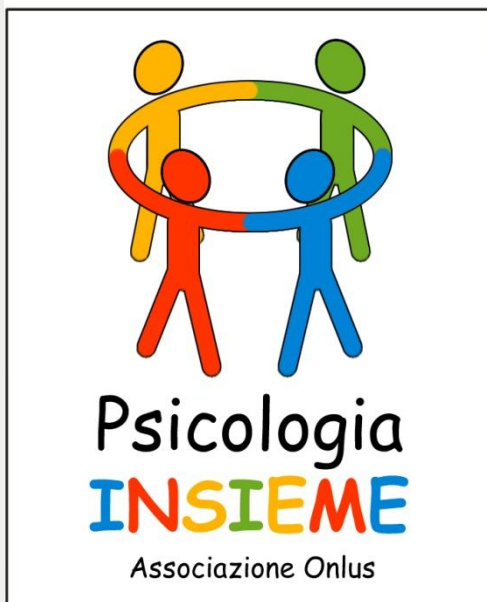


# Caratteristiche del B.E.D. disturbo da alimentazione incontrollata

- Il cibo diventa un modo per evitare qualsiasi problema della vita che li affligge.
- Permette un blocco delle emozioni intollerabili.
- Le crisi compaiono con una frequenza di almeno due volte a settimana per un periodo di almeno sei mesi
- Solitamente non ci sono comportamenti compensatori
- ***NEL MASTER VEDREMO COME PREVENIRE QUESTI DISTURBI***

*Ci auguriamo che questa presentazione possa  
avervi chiarito le idee sul lavoro che faremo,  
vi aspettiamo l'11 gennaio per l'inizio del  
master!*

*Grazie per l'attenzione*



Sede centrale: Via G.B.Morgagni 22 00161  
Roma  
Tel. 06.64012707

e-mail: [info@psicologiainsieme.it](mailto:info@psicologiainsieme.it)  
web: [www.psicologiainsieme.it](http://www.psicologiainsieme.it)

Area di Varese: 320. 6474095