



CSF



# PROPOSTE DI INTERVENTI PER LE SCUOLE MEDIE



2024/2025



**Gli adolescenti e i preadolescenti fanno sempre più fatica a crescere e a confrontarsi con il contesto scolastico.** Le ricerche e la nostra esperienza di lavoro ci dicono che **ansia, stress e depressione** sono molto aumentate così come le **difficoltà** nell'affrontare le **sfide scolastiche e sociali**.

La scuola, oggi più che mai, è chiamata ad occuparsi anche del **benessere emotivo degli studenti**. Per questo il **lavoro psicologico** trova sempre maggiore spazio al fianco di quello didattico, coinvolgendo gli insegnanti, i genitori e gli studenti stessi.

**Il CSF (Centro Studi Famiglia) vuole presentare qui alcune proposte esemplificative d'intervento** per favorire un **coinvolgimento positivo** e una **partecipazione armoniosa** degli studenti alla vita scolastica.





Il **Centro Studi Famiglia - CSF** è stato istituito con l'obiettivo primario di fornire **supporto educativo e psicologico** a bambini e adolescenti, nonché alle loro famiglie. Ci impegniamo nella formazione di **professionisti del settore** per garantire un supporto di qualità.

Abbiamo presentato una **richiesta di accreditamento al MIUR** e grazie alla collaborazione con la **Fondazione Cariplo**, abbiamo avviato un progetto mirato per fornire sostegno agli adolescenti e preadolescenti in tutto il territorio milanese e lombardo.



<https://www.centrostudifamiglia.com>

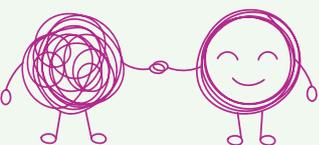
<https://www.zefirogiovani.com>

<https://www.centrostudifamiglia.com/progetto-navigare-consapevoli-giovani>



# PER IL TUO BENESSERE

ALCUNI DEI NOSTRI INTERVENTI



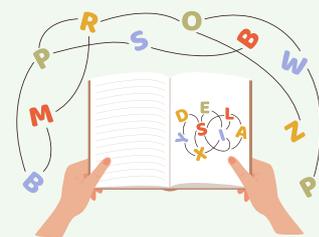
Supporto psicologico e sportello psicopedagogico per gli studenti



Sostegno ai genitori in presenza e online



Tutoraggio scolastico personalizzato



Valutazioni DSA e percorsi personalizzati e interventi per i problemi di apprendimento



Percorsi di orientamento e ri-orientamento scolastico



Lavoro di affiancamento agli insegnanti nel rapporto con la classe e con i genitori



# GESTIONE DELLE EMOZIONI

L'ANSIA E LA DEPRESSIONE  
NEI GIOVANI



I dati più recenti riguardanti la salute mentale degli adolescenti, indicano che circa **il 25% dei giovani può sperimentare un disturbo d'ansia durante l'adolescenza**, mentre circa **il 15% può sperimentare almeno un episodio di depressione**.

Risulta chiaro come la crescente dimensione ansiosa e depressiva fra i giovani sia una preoccupazione che richiede una risposta immediata.

Sempre più ragazzi si trovano ad affrontare **paure e ansie che permeano la loro quotidianità**; questa condizione ha un impatto diretto sulla motivazione e sulla concentrazione nello studio, portando a una diminuzione delle prestazioni scolastiche.

Solo creando un **ambiente che valorizzi il benessere mentale e offra risorse adeguate**, possiamo sperare di affrontare efficacemente questa sfida crescente.

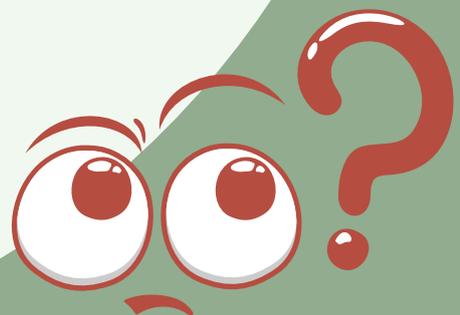




# GESTIONE DELLE EMOZIONI

## OBIETTIVI

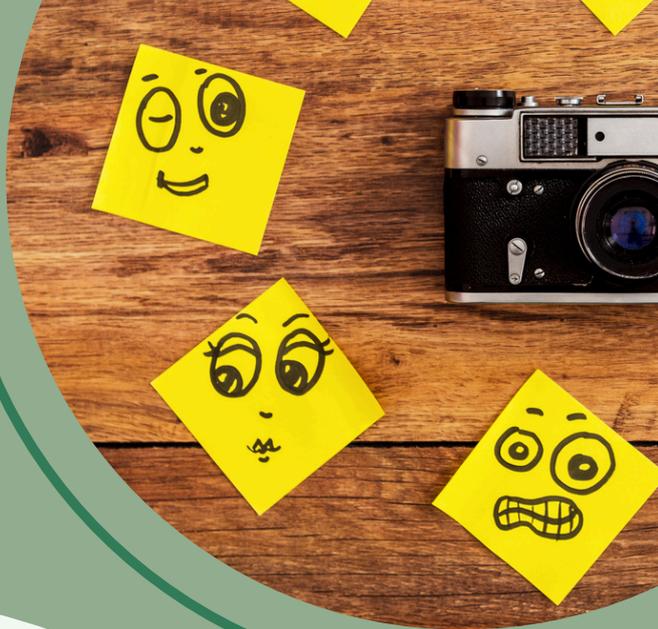
- **Contenimento della dimensione ansiosa** sia nell'ambito scolastico che extra-scolastico.
- **Ripresa della motivazione allo studio** e, in generale, ripresa della dimensione motivazionale dell'individuo.
- **Attivazione delle competenze e promozione della progettualità** orientata verso il futuro.
- **Percezione positiva di sè e aumento dell'autostima.**
- **Cura della propria identità sociale.**
- **Acquisizione di un ruolo sociale positivo.**





# GESTIONE DELLE EMOZIONI

## METODOLOGIA



Sportello scolastico e sostegno individuale per studenti che lo richiedono



Interventi di affiancamento delle competenze educative degli insegnanti allo studio e al compito scolastico



Interventi di team building mirati a favorire l'identificazione del gruppo classe come strumento motivazionale e di contenimento ansioso.



Contenimento delle dinamiche competitive.



Conferenze con insegnanti, genitori e studenti sulla gestione dell'ansia e della dimensione depressiva.



Sostegno educativo per i genitori





# EDUCAZIONE ALIMENTARE

PERCEZIONE CORPOREA POSITIVA



Le problematiche alimentari nelle scuole medie rappresentano una **sfida significativa** e una tematica fondamentale da affrontare.

Le ultime ricerche evidenziano come i **problemi alimentari tra adolescenti e preadolescenti sono più che raddoppiati negli ultimi 3 anni.**

Infatti, **i dati epidemiologici evidenziano che circa l'8% della popolazione di adolescenti presenta un disturbo alimentare:** in media uno o due per ogni classe.





# EDUCAZIONE ALIMENTARE

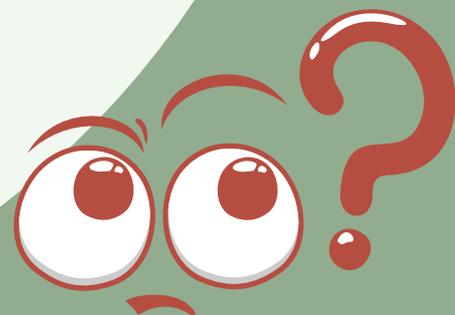
## OBIETTIVI



All'interno delle scuole proponiamo **interventi di prevenzione dei disturbi alimentari** attraverso laboratori e lavori nelle classi finalizzati alla **promozione dell'autostima** e all'**accettazione del proprio corpo**.

Inoltre, tramite l'utilizzo di **questionari specifici sulle abitudini alimentari e sulla percezione del sè corporeo** possiamo individuare precocemente il problema e sostenere insegnanti e allievi ad affrontarlo insieme.

L'intervento favorisce inoltre **la creazione di un ambiente sociale inclusivo e culturalmente preparato a rilevare i primi segnali sintomatici del DCA e ad intervenire al meglio.**





# EDUCAZIONE ALIMENTARE

## METODOLOGIA



La metodologia d'intervento verrà **concordata direttamente con i referenti della scuola** in modo da adattarsi alle esigenze specifiche. Di seguito **alcuni degli strumenti** che utilizziamo:



Questionari Self-Report e di screening sulle abitudini alimentari e sulla propria percezione corporea.



Risorse multimediali e materiali informativi sui Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA).



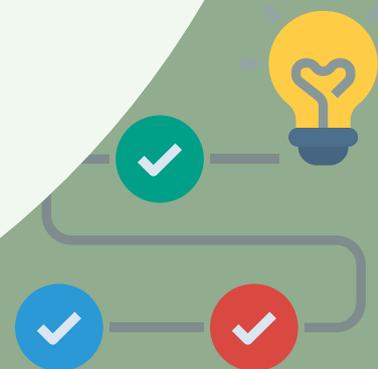
Conferenze per genitori e insegnanti sugli strumenti educativi di prevenzione ai DCA.



Esercitazioni e attivazioni di gruppo sul tema dell'identità e dell'autostima corporea.



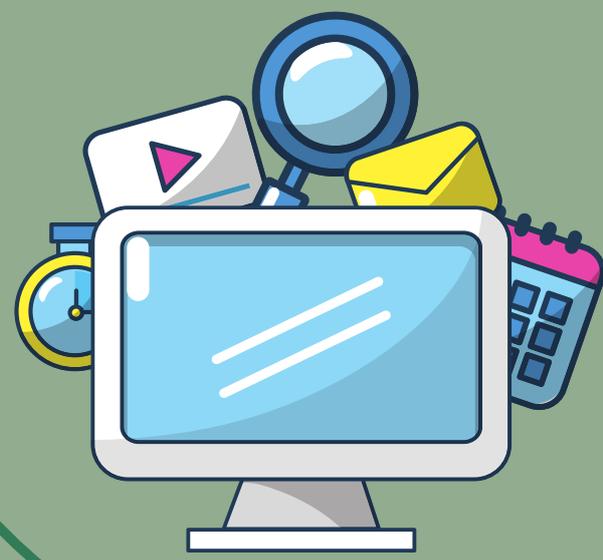
Attività di gruppo in classe o di confronto individuale sulle problematiche relative ai DCA.





# EDUCAZIONE DIGITALE:

USO RESPONSABILE DI INTERNET



I nostri ragazzi passano in media **più di 4 ore al giorno sui social** e sbloccano il loro telefono in media **120 volte al giorno**.

Anche **l'attività culturale ed educativa è oggi veicolata dal web**.

Inoltre **l'uso dell'intelligenza artificiale** anche nel supporto allo studio è sempre più diffuso.

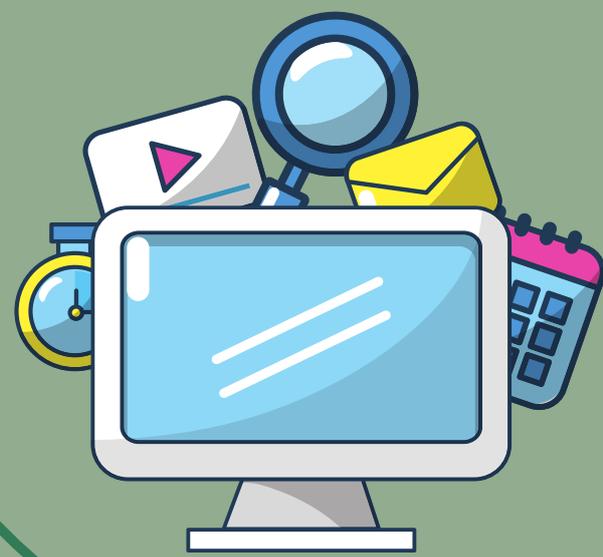
Inoltre, **un utilizzo poco consapevole del web oltre a favorire l'isolamento sociale può essere molto pericoloso**, ponendo i nostri ragazzi a contatto con fenomeni come il cyberbullismo o l'adescamento online .

**La scuola** è oggi chiamata ad intervenire a livello educativo accompagnando i ragazzi ad **un uso consapevole e misurato del web**.





# EDUCAZIONE DIGITALE: OBIETTIVI



## Ci proponiamo di...



Favorire una maggiore consapevolezza e responsabilità nell'uso del web.



Sostenere la rete web come strumento di condivisione educativa e culturale.



Ridurre il rischio di isolamento sociale causato dall'uso del web.



Formare alla protezione dai rischi nell'uso del web: Internet addiction, cyberbullismo, adescamento on line, sexting, etc.



Formare e sostenere insegnanti e genitori verso una sana educazione all'uso del web.



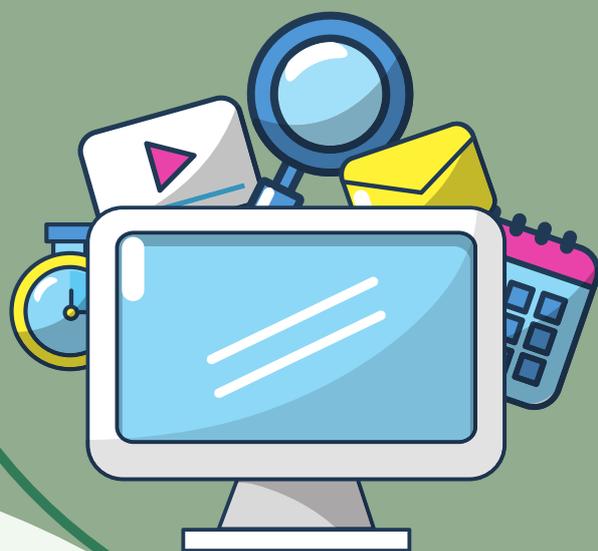
Favorire una condivisione tra studenti, insegnanti e genitori sulle regole di utilizzo del web.





# EDUCAZIONE DIGITALE:

## METODOLOGIA



La metodologia d'intervento verrà **concordata direttamente con i referenti della scuola** in modo da adattarsi alle esigenze specifiche. Di seguito **alcuni degli strumenti** che utilizziamo:



Questionari Self-Report di screening sull'uso responsabile del web e del cellulare.



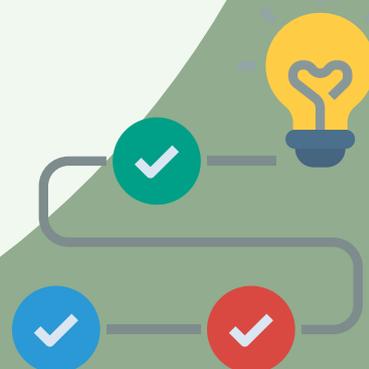
Workshop interattivi con gli studenti divisi per classi e conferenze per genitori studenti e insegnanti.



Discussione con insegnanti, studenti e genitori di casi e situazioni reali problematiche.



Attività di confronto in gruppo per la classe e definizione di regole condivise sull'uso del web.





# ORIENTAMENTO SCOLATICO

## E RI-ORIENTAMENTO



L'orientamento scolastico nelle scuole medie e superiori svolge un ruolo cruciale nell'**aiutare gli studenti ad esplorare le proprie passioni, sviluppare consapevolezza delle proprie abilità e prendere decisioni informate** per il loro percorso educativo e professionale futuro.

Il **ri-orientamento** Scolastico assume un'importanza strategica nella **lotta contro la dispersione scolastica e l'insuccesso formativo**, fenomeni sempre più diffusi tra i giovani.

Il **tasso di abbandono scolastico** nel 2023 in Italia ha raggiunto una delle cifre più elevate in Europa (**12,7%**)  
**E' necessario e urgente effettuare interventi efficaci per contenere il problema.**





# ORIENTAMENTO SCOLATICO

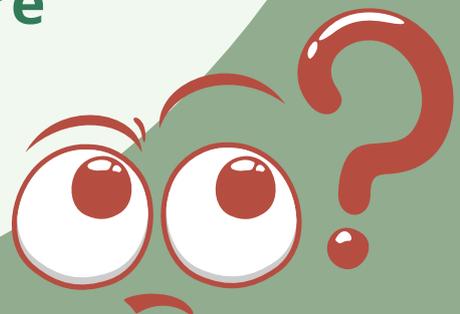
## OBIETTIVI



In un'ottica evolutiva, che favorisce una sempre maggiore **responsabilità rispetto alle proprie scelte evolutive**, l'orientamento non si intende solo come un percorso di scelta del percorso scolastico, ma specialmente come **affiancamento alla consapevolezza delle proprie competenze** al fine di definire e affrontare **il proprio futuro progetto formativo**.

Ci proponiamo di intervenire durante il penultimo e l'ultimo anno del ciclo per **fornire elementi conoscitivi** e **chiarire le aspettative** sul percorso futuro, **ridimensionare l'ansia** e le preoccupazioni sul proprio futuro formativo e **fornire propulsione** verso una scelta formativa adeguata.

Inoltre, ci proponiamo di affiancare insegnanti e genitori verso **il sostegno a chi durante il ciclo ha bisogno di essere ri-orientato** verso un altro percorso di studi, in modo da comprendere meglio quali sono le alternative più adeguate.





# ORIENTAMENTO SCOLATICO

## METODOLOGIA



Il nostro approccio si focalizza sull'**empowerment degli studenti nel processo decisionale**, offrendo loro gli strumenti e le conoscenze necessarie per **delineare consapevolmente il proprio percorso di vita**.



**Conferenze** per gli adulti su come sostenere al meglio gli studenti nel percorso di orientamento.



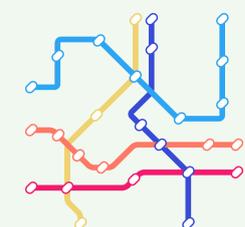
**Conferenze informative** rivolte agli studenti per aiutarli prendere decisioni informate sul loro futuro.



**Test di orientamento** mirati ad identificare le attitudini di ciascuno studente.



**Confronto con gli insegnanti e con i genitori sui consigli di orientamento** per offrire al ragazzo indicazioni coerenti e sinergiche.



**Percorsi individuali di orientamento e riorientamento** in sinergia con la scuola e con la famiglia.





## BULLISMO E GESTIONE DELL'AGGRESSIVITA'



Tra gli 11 e i 18 anni si verificano dei cambiamenti unici nel cervello: le aree coinvolte nel controllo, si sviluppano più lentamente rispetto a quelle associate all'impulsività. **Questo ritardo può portare a comportamenti aggressivi, come il bullismo, esercitato sia in modo tradizionale che via web.**

Secondo i dati della Sorveglianza HBSC Italia 2022, **il bullismo colpisce un numero sempre più significativo di giovani in Italia.**

**Promuovere il comportamento prosociale e le life skills come l'empatia e l'autoefficacia può proteggere l'individuo e il gruppo dal bullismo.**





# BULLISMO E GESTIONE DELL'AGGRESSIVITA'

## OBIETTIVI



**Migliorare la gestione delle situazioni di bullismo** che si verificano all'interno della scuola.

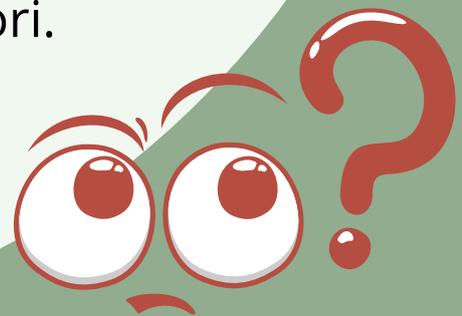
**Potenziare le competenze emotivo-relazionali** del gruppo classe, affinché gli stessi studenti possano diventare maggiormente capaci di leggere, gestire ed eventualmente segnalare situazioni di bullismo.

**Formare e sostenere gli insegnanti rispetto al fenomeno del bullismo**, così come rispetto alla gestione dell'aggressività degli studenti.

**Formare e sostenere i genitori** rispetto al fenomeno del bullismo, così da promuovere sinergia e coerenza tra le politiche che vengono adottate a scuola e i messaggi che vengono veicolati a casa degli studenti.

**Favorire lo sviluppo di una cultura collaborativa e pacifica** sia nelle relazioni tra studenti, sia nella relazione tra studenti, insegnanti e genitori.

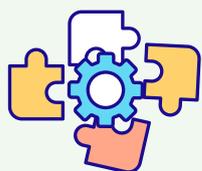
Far conoscere e riconoscere ai ragazzi i pericoli della rete: **adescamento e cyberbullismo**.





# BULLISMO E GESTIONE DELL'AGGRESSIVITA'

## METODOLOGIA



Interventi all'interno delle classi sul tema del bullismo.



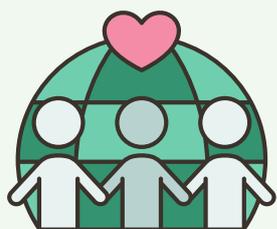
Presenza in carico di situazioni specifiche, con particolare attenzione alla mediazione tra i bulli e le vittime.



Conferenze teoriche focalizzate su temi quali l'aggressività, l'adolescenza e il bullismo.



Interventi di formazione al corpo docente per fornire strategie rispetto alla gestione dell'aggressività e degli episodi di bullismo.



Interventi di sostegno psico-educativo ai genitori, in forma individuale o grupppale, in relazione a situazioni di violenza e bullismo.



Sperimentare tecniche per migliorare il clima emotivo della classe accrescendo la capacità relazionale dei ragazzi, l'empatia e l'autoefficacia.





# SCREENING DSA



Il fenomeno dei **Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DSA)** tra i ragazzi è un argomento di grande rilevanza nell'ambito dell'istruzione e della salute mentale infantile.

Secondo una stima del Ministero dell'Istruzione Italiano **circa il 6% degli studenti italiani ha un DSA** e il numero di studenti con Disturbi specifici dell'Apprendimento è in continuo aumento.

**Il Centro Studi Famiglia** è, da molti anni, un **centro accreditato e riconosciuto per la diagnosi e la certificazione dei Disturbi Specifici dell'Apprendimento**, lavorando sul problema in sinergia con le scuole, con le famiglie e con i servizi di NPI.



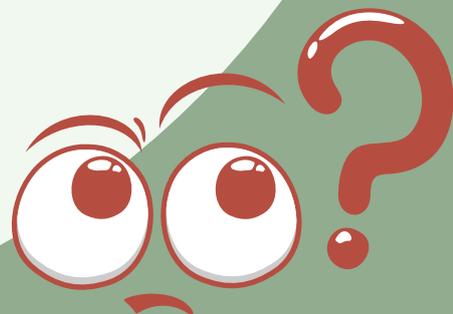


# SCREENING DSA OBIETTIVI



## L'intervento consente di:

- **riconoscere precocemente** gli studenti che possono avere Disturbi Specifici di Apprendimento o più in generale problemi di apprendimento.
- **avviare interventi precoci e personalizzati**, massimizzando così le opportunità di successo accademico e mitigando eventuali difficoltà future.
- **fornire agli studenti e agli insegnanti strumenti pratici di lavoro** nei casi di problemi di apprendimento o di Disturbi Specifici Apprendimento.
- **fornire informazioni e risorse specializzate ai genitori**, sulle esigenze formative specifiche del loro ragazzo.





# SCREENING DSA

METODOLOGIA



**Questionari e prove di screening** specifiche per l'**identificazione precoce** di studenti con alto rischio di DSA o di problemi di apprendimento.



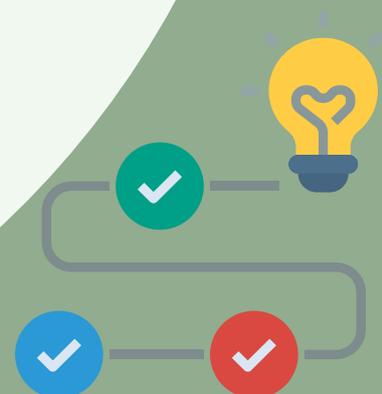
**Workshop interattivi con gli studenti con difficoltà di apprendimento** per l'apprendimento di strumenti specifici e di valorizzazione della propria identità di studente.



**Incontri e riunioni con insegnanti, studenti e genitori** su situazioni con problemi di apprendimento o DSA.



**Possibilità di effettuare valutazioni di DSA** da parte di un'equipe ufficialmente riconosciuta



Questi sono i nostri progetti più richiesti. **Se hai bisogno di un progetto diverso, specifico per la tua scuola, contattaci.** Lo definiremo inisieme.



## CONTATTACI



csf\_psicologia



CSF - Centro Studi Famiglia



CSF - Centro Studi Famiglia



+39 391 333 1283



segreteria@centrostudifamiglia.com



<https://www.centrostudifamiglia.com>