



Città di Troina

PRIMA CAPITALE NORMANNA DI SICILIA
MEDAGLIA D'ORO AL MERITO CIVILE
COMUNE DEL PARCO DEI NEBRODI

“CRESCITA IN GIOCO”

Progetto psico-educativo per adolescenti e giovani adulti

L'OMS definisce il concetto di salute come “stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non semplicemente assenza di malattie e infermità”.

Tale definizione pone le basi per ampliare la comprensione del termine “salute mentale”, che non riguarda esclusivamente la mancata appartenenza ad un quadro patologico diagnosticato ma ad una maggiore comprensione del proprio sé e delle proprie modalità comportamentali e cognitive. Vivere le proprie esperienze con consapevolezza, infatti, pone l'individuo ed essere presente nel qui ed ora e a sviluppare maggiore benessere.

È importante parlare di benessere psicologico sin dalla prima infanzia, poiché è proprio durante il periodo dello sviluppo che il bambino inizia a delineare i primi schemi cognitivi grazie alle interazioni con l'ambiente circostante, iniziando in primis dalla famiglia e successivamente dai contesti sociali in cui si inserisce (scuola, associazioni, attività sportive e ludiche).

Ogni fase della crescita risulta essere cruciale e per tale ragione deve essere seguita con particolare attenzione dai caregivers e dalle figure di riferimento della vita del bambino, adolescente e futuro adulto.

Uno stadio evolutivo particolarmente critico è quello dell'adolescenza, definita come periodo di sviluppo che inizia dai 12 anni con la pubertà e finisce intorno ai 22 anni con l'ingresso nel mondo degli adulti, un'acquisizione identitaria e un riconoscimento sociale (Pellerone, 2011).

L'acquisizione di un'identità autonoma è considerato il compito principale dell'adolescente, che attraverso un distacco dalla famiglia, una maggiore vicinanza con il gruppo dei pari, lotta per affermare sé stesso come soggetto unico, cercando al contempo di mantenere lo stile valoriale passato e condiviso dal proprio gruppo attuale (Pellerone, 2011).

Marcia (1966) ha approfondito le due variabili che permettono di comprendere la lotta interiore dell'adolescente per la creazione della propria identità:

- *l'esplorazione*, in cui si cerca attivamente di arrivare a una decisione sui propri obiettivi, valori e atteggiamenti;
- *l'impegno*, la scelta di mettere in atto comportamenti volti al raggiungimento degli obiettivi derivanti dalla propria scala valoriale.

La combinazione delle due dimensioni porta alla creazione di quattro possibili stati dell'identità:

via Conte Ruggero, 4 - 94018 Troina (En)

Tel. 0935.937178

pec: comunetroina@legalmail.it - mail: staff@comune.troina.en.it



Città di Troina

PRIMA CAPITALE NORMANNA DI SICILIA
MEDAGLIA D'ORO AL MERITO CIVILE
COMUNE DEL PARCO DEI NEBRODI

- *acquisizione*, l'esplorazione delle alternative è stata significativa nei diversi ambiti e si è conclusa con l'assunzione di impegni precisi a lungo termine;
- *blocco*, l'adolescente è impegnato in determinati ambiti ma tale impegno è stato scelto senza nessun processo di esplorazione precedente e senza nessuna valutazione delle diverse alternative;
- *moratorium*, la fase esplorativa delle varie alternative non si è conclusa e non si è ancora aggiunti all'assunzione di impegno;
- *diffusione*, deriva da una esplorazione confusa e superficiale, che non ha portato a nessun investimento chiaro e specifico (Crocetti, 2012).

Nell'ultimo decennio la ricerca sull'identità è stata ulteriormente approfondita e sono stati proposti modelli teorici che hanno posto l'attenzione sulla dinamicità di tale processo, alternando assunzioni di impegni e continue rimesse in discussione delle scelte prese (Crocetti, 2012).

Meeus, difatti, sviluppando il modello degli stati dell'identità di Marcia, si è focalizzato sull'analisi dell'interdipendenza dei processi che permettono di cogliere la dinamica iterativa in cui l'identità si forma e si modifica nel tempo. Tale analisi si focalizza sui due processi analizzati da Marcia: l'impegno e l'esplorazione in profondità, aggiungendo successivamente lo studio di un terzo processo, ovvero la riconsiderazione dell'impegno. Da tale analisi si arriva così a definire un modello trifattoriale dell'identità: impegno, esplorazione in profondità e riconsiderazione.

Il primo fa riferimento alle scelte fatte negli ambiti rilevanti dell'identità e alla misura in cui gli individui si identificano con tali scelte; il secondo rappresenta un impegno attivo e riflessivo relativamente alla scelta fatta aggiungendo informazioni convalidanti provenienti da ricerche personali e confronto sociale; la riconsiderazione dell'impegno, invece, fa riferimento al confronto con gli impegni presi e le possibili alternative disponibili, mettendo in atto comportamenti volti al cambiamento poiché gli impegni assunti non risultano più soddisfacenti (Crocetti, 2012).

Tale lotta interiore, dunque, può essere vissuta dall'adolescente come un momento di crisi e fragilità, terreno fertile per la nascita di quadri patologici come disturbi dell'umore, disturbi del sonno, disturbi d'ansia, disturbi dell'alimentazione, disturbi dell'attenzione e comportamentali.

Una mancato riconoscimento di pattern comportamentali disfunzionali rischia di invischiare l'adolescente in situazioni di rischio, compromettendo in tal modo il riconoscimento di sé come individuo adulto sicuro e affermato.

via Conte Ruggero, 4 - 94018 Troina (En)

Tel. 0935.937178

pec: comunetroina@legalmail.it - mail: staff@comune.troina.en.it



Città di Troina

PRIMA CAPITALE NORMANNA DI SICILIA
MEDAGLIA D'ORO AL MERITO CIVILE
COMUNE DEL PARCO DEI NEBRODI

L'impatto della pandemia causata dal Covid-19 e le conseguenti misure restrittive, hanno avuto un forte impatto psichico sulla popolazione, dai bambini agli anziani, alterando il normale processo evolutivo.

I bambini e gli adolescenti, lontani dalla scuola e dagli amici, hanno iniziato a porsi delle domande alle quali non tutti ricevevano le stesse risposte e vivendo lo stress in maniera diversa. Dagli studi effettuati, si è notato in questa fascia di età un aumento di pattern comportamentali disadattivi, disturbi del sonno, difficoltà di attenzione e concentrazione, disturbi dell'alimentazione (Cantalemi, Lambiase, Pensavalli, Levalsa, Cecchetti, 2020).

L'aumento del disagio psicologico causato dalla pandemia ha posto maggiore attenzione alla condizione di benessere e soprattutto di fragilità, per tale ragione risulta di fondamentale importanza intervenire all'interno del proprio contesto territoriale per poter valutare maggiormente i fattori di rischio e di malessere e attuare dei programmi di prevenzione adatti.

È importante dare sostegno all'intera comunità, la fascia adolescenziale, con l'obiettivo di creare uno spazio in cui potersi sentire accolti e ascoltati, supportati nella conoscenza del sé e delle proprie capacità, promuovendo il benessere nel qui ed ora.

Il lavoro effettuato all'interno del territorio troinese dallo Sportello d'ascolto psicologico in sinergia con i servizi sociali del comune, istituzioni scolastiche, associazioni ed enti del terzo settore ha rivelato una maggiore fragilità nella fascia che va tra i 14 ai 25 anni.

Emergono, di fatto, difficoltà legate alla crescita del proprio sé e l'accettazione dei propri punti di forza e debolezza, portando a livello sintomatologico disturbi d'ansia e del sonno, difficoltà nella regolazione emotiva, autolesionismo, disturbi del comportamento alimentare e isolamento sociale.

Per lo stato dell'arte enunciato sino adesso, risulta necessario intervenire tempestivamente all'interno dell'aria territoriale di riferimento con l'obiettivo di donare un luogo di incontro e di crescita alle fasce più sensibili quali minori adolescenti e giovani adulti, sostenendo al contempo le famiglie e i caregivers.

Per la creazione di tale spazio, risulta necessario agire in un concetto di rete dinamica ed interdipendente, in cui sportello d'ascolto psicologico, servizi sociali, istituzioni scolastiche e associazioni collaborino in attività e percorsi strutturati.

Tale lavoro, permetterà di creare una "spazio" condiviso volto all'incontro con sé e con gli altri, proponendo occasioni **di confronto, crescita, ascolto e apertura** in un contesto strutturato e protetto.

Le finalità, dunque, delle attività svolte saranno quelle di:

via Conte Ruggero, 4 - 94018 Troina (En)

Tel. 0935.937178

pec: comunetroina@legalmail.it - mail: staff@comune.troina.en.it



Città di Troina

PRIMA CAPITALE NORMANNA DI SICILIA
MEDAGLIA D'ORO AL MERITO CIVILE
COMUNE DEL PARCO DEI NEBRODI

- sensibilizzare i ragazzi verso temi di impatto psicologico e sociale quali benessere psicologico, crescita personale, autostima, identità, sessualità, dipendenze, bullismo, disturbi del comportamento alimentare;
- aiutare i ragazzi ad affrontare il passaggio tra adolescenza e mondo degli adulti promuovendo e/o consolidando le competenze necessarie per interagire con l'ambiente circostante;
- fornire un luogo di aggregazione, socialità e progettualità e un punto di riferimento stabile in campo educativo, sociale e culturale;
- favorire l'integrazione e inclusione di gruppi sociali vari e multiculturali.

Di seguito, tabella strutturale con metodologia e attività.

PROGETTO “CRESCITA IN GIOCO”	
Ente Promotore	Comune di Troina Servizi Sociali Sportello d'ascolto psicologico
Enti/Associazioni coinvolte	Istituzioni scolastiche del territorio Associazioni del territorio con associati rientranti nella fascia di età adolescenziale: <i>Traynante, Scout, associazioni sportive</i>
Professionisti coinvolti	Psicologa dello sportello d'ascolto psicologico <i>Dott.ssa Laura L'Episcopo</i>
Metodologia	<i>Questionari</i> , indirizzati alle scuole con l'obiettivo di comprendere le tematiche psicologiche più vicine ai ragazzi e alle loro famiglie; Incontri di sensibilizzazione su tematiche emerse dal questionario; <i>Circle Time</i> , attività strutturate in cui il gruppo assume una posizione circolare con lo scopo di favorire il rapporto alla pari e il contatto oculare;

via Conte Ruggero, 4 - 94018 Troina (En)

Tel. 0935.937178

pec: comunetroina@legalmail.it - mail: staff@comune.troina.en.it



Città di Troina

PRIMA CAPITALE NORMANNA DI SICILIA
MEDAGLIA D'ORO AL MERITO CIVILE
COMUNE DEL PARCO DEI NEBRODI

	<i>Giochi interattivi, trattazioni di tematiche psicologiche attraverso la tecnica del gioco;</i> <i>Counseling psicologico, rivolto alle associazioni;</i>
Tempi e durata	Febbraio/Marzo

Troina 20/01/2025

Psicologa
Dott.ssa Laura L'Episcopo