

# Dipendenze social



Gabriele Barbieri, Stefano Bosis, Tommaso Bovi,

Andrea Negri



# Scaletta attività

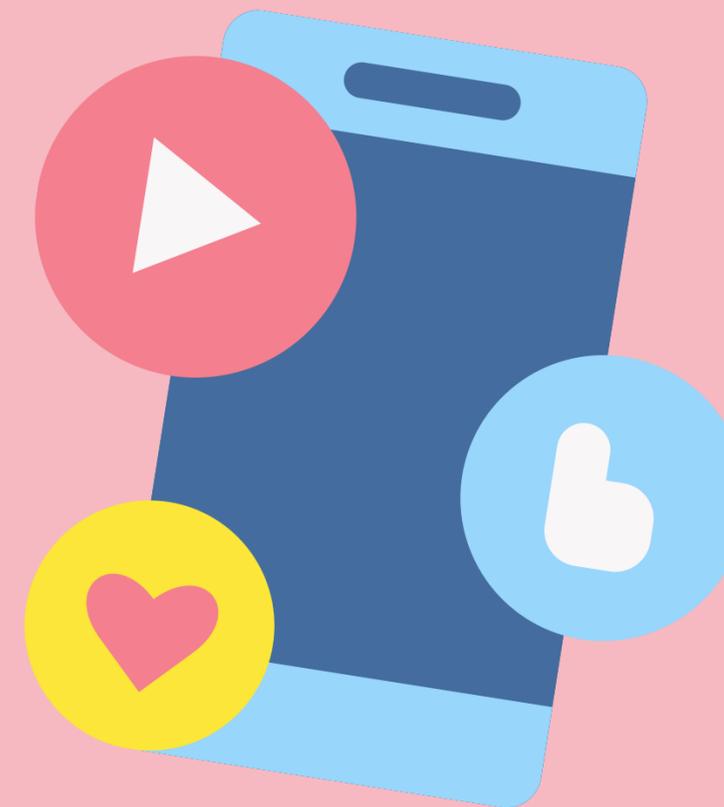
<b>Contratto di classe</b>	<b>5-10 min</b>
<b>Sfida di conoscenza</b>	<b>15-20 min</b>
<b>Definizione di Peer</b>	<b>15-20 min</b>
<b>Brain Storming</b>	<b>15 min</b>
<b>Presentazione</b>	<b>20-30 min</b>
<b>Kahoot</b>	<b>10-15 min</b>
<b>Riflessioni</b>	<b>5-10 min</b>
<b>Questionario</b>	<b>10 min</b>

# Contratto di classe



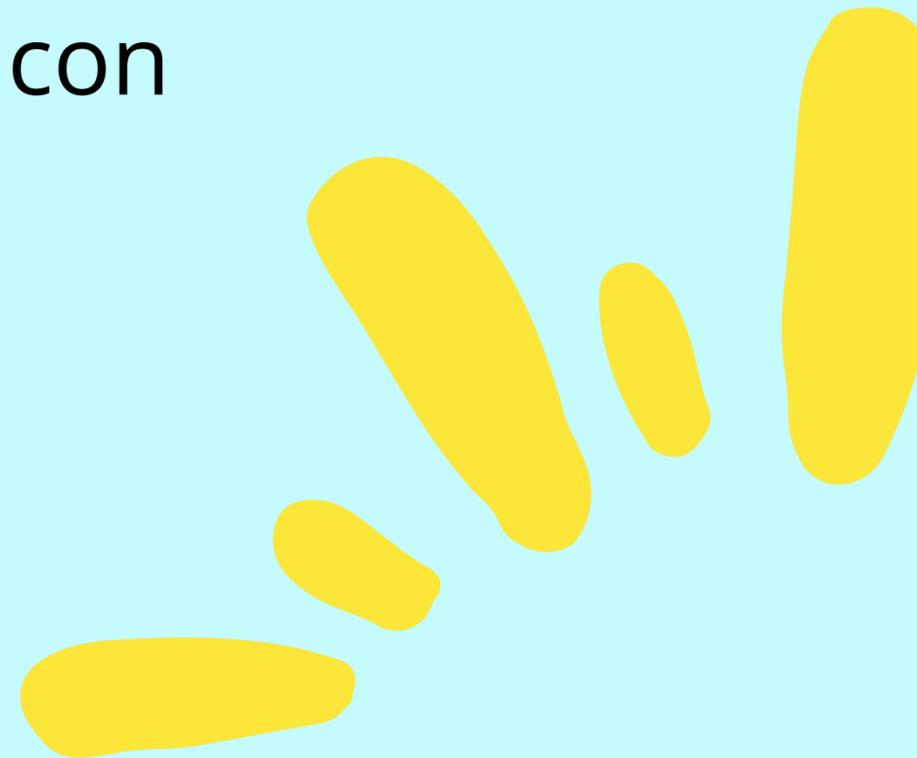
Le regole del gruppo

# Sfida di conoscenza



# Cos'è la peer education?

La peer education è un metodo educativo in cui un gruppo di pari si confronta con altri studenti sulla tematica del benessere personale in un clima non giudicante con modalità dinamiche.



# **Dipendenze social**



# Brain Storming



# Di cosa vi parleremo?

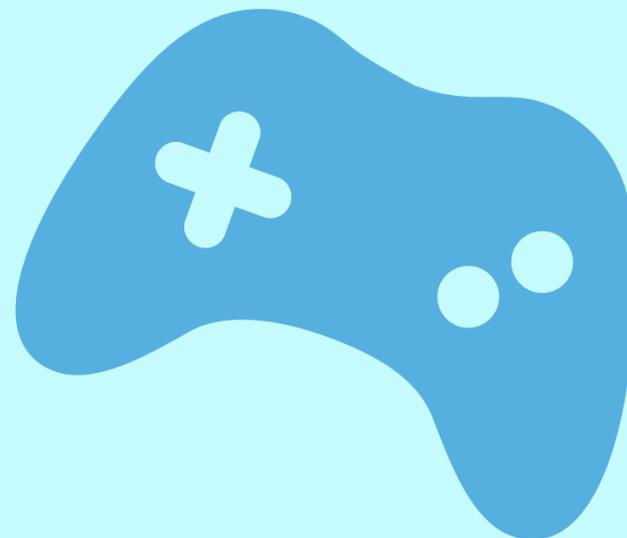
- Cosa sono i social media
- Gli algoritmi
- Le situazioni correlate
- Gli esempi
- Come affrontarli





# Cosa sono i social media?

I social media sono una modalità comunicativa interattiva che permette agli utenti di creare, condividere e partecipare a contenuti virtuali e interazioni sociali tramite piattaforme online.



# Gli algoritmi

## COSA SONO?

Gli algoritmi social network sono quell'insieme di fattori che decidono quali post mostrare e a quali persone

## COSA FANNO?

Raccolgono e aggiornano informazioni continuamente sui possibili contenuti da mostrare agli utenti, favorendo la visione di determinati argomenti rispetto ad altri.



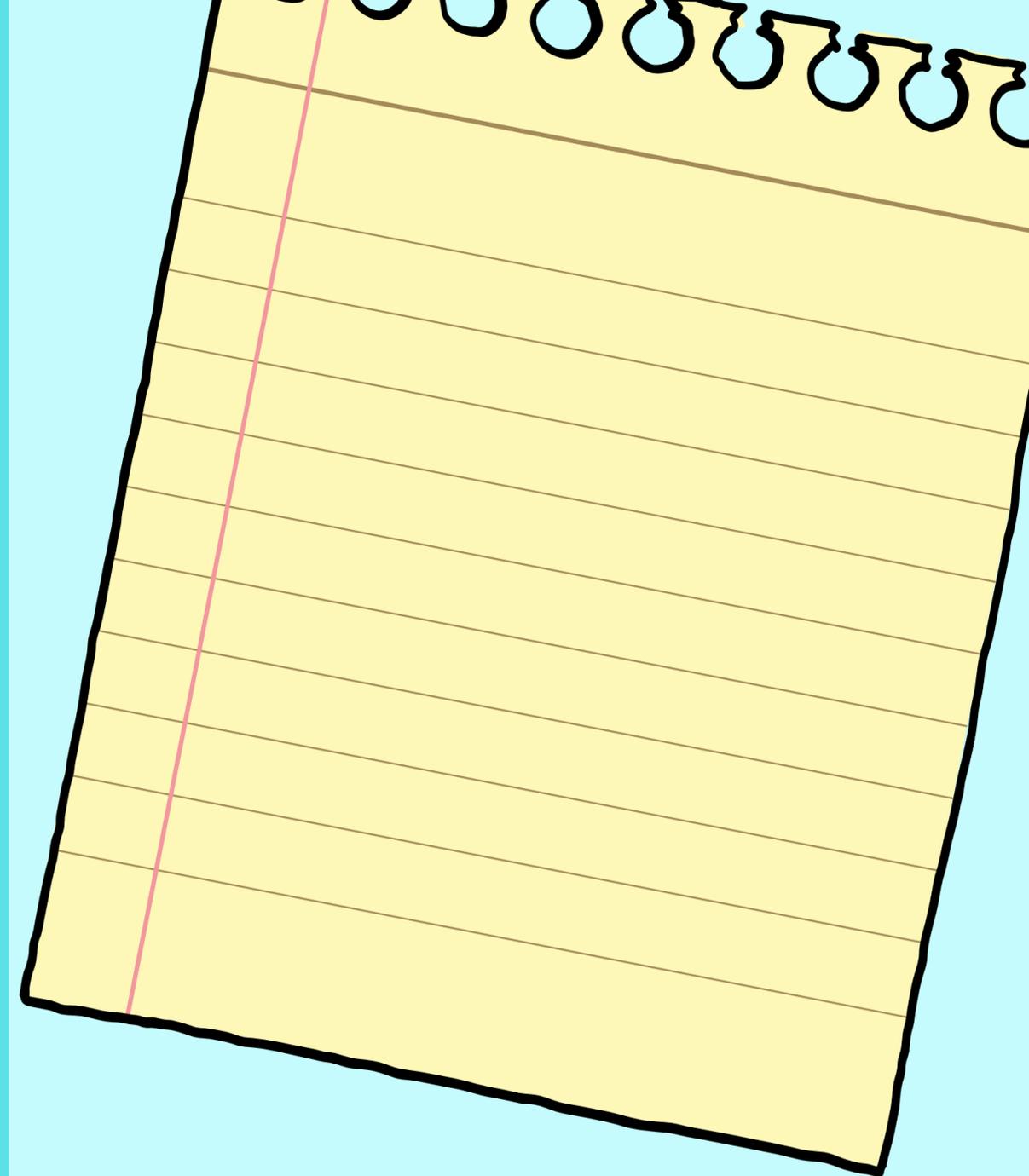
# Situazioni correlate

**Uso eccessivo** associato alla perdita della cognizione del tempo e che finisce per far trascurare i bisogni fondamentali come l'alimentazione e il sonno.

**Chiusura verso l'esterno**, con sentimenti di rabbia, tensione e/o depressione quando il computer non è accessibile.

**Persistenza**, con richieste di nuove dotazioni tecnologiche, migliori software, più tempo per stare al computer.

**Ripercussioni negative**, come frequenti litigi con i familiari, facilità nel mentire, ridotta produttività professionale o scolastica, isolamento sociale, stanchezza.



# Disturbi associati

- Nomofobia
- Phubbing
- Sindrome del pensiero accelerato
- Dismorfofobia



# Come affrontarli?

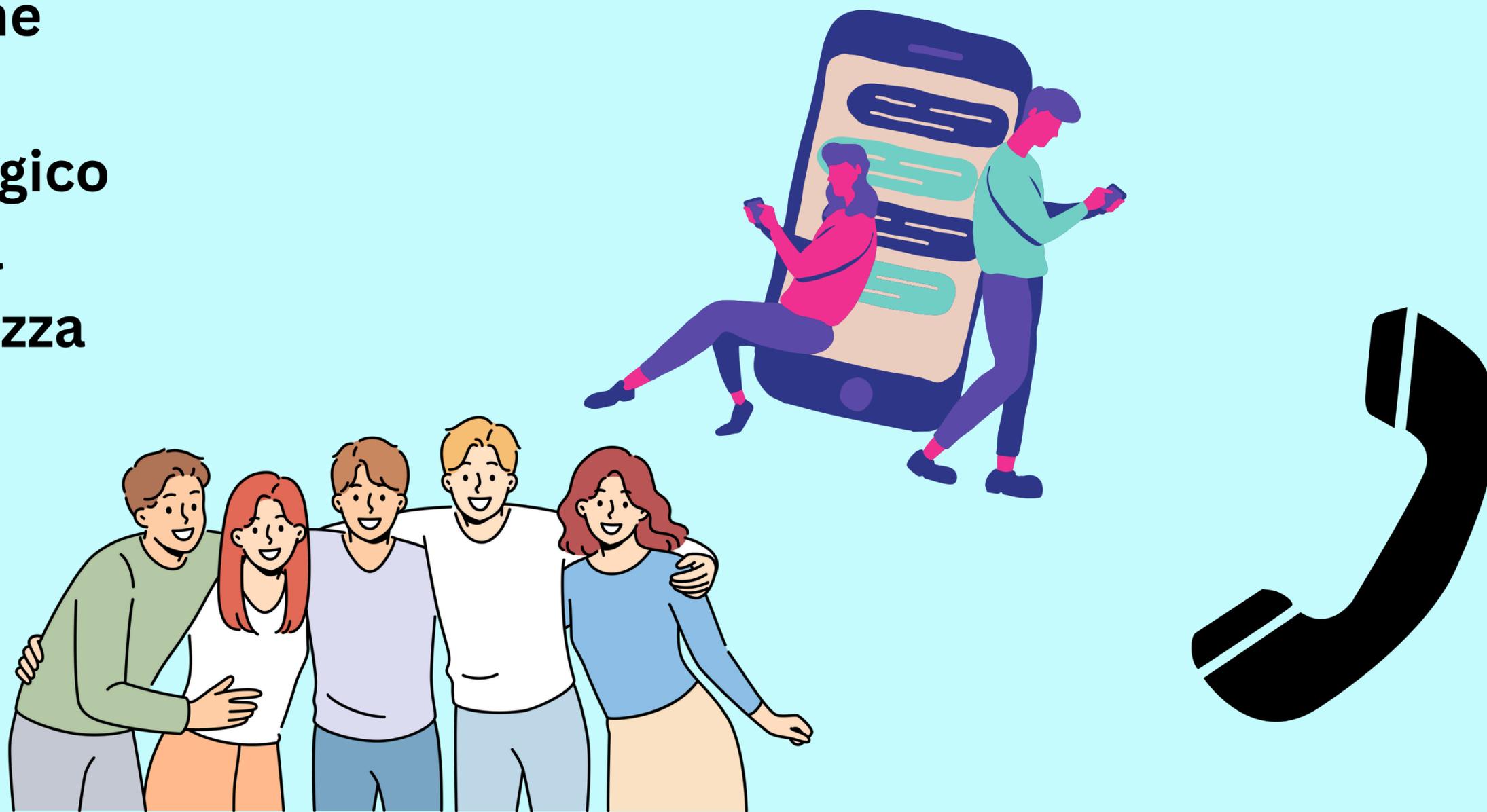


- Non tenere il telefono vicino mentre dormi;
- Disattivare le notifiche;
- Coltivare altri hobby che ti distraggano;
- Eliminare l'uso dei social nella routine mattutina;
- Cercare di non dare peso all'immagine sui social.

# Relazione tra vita reale e vita social

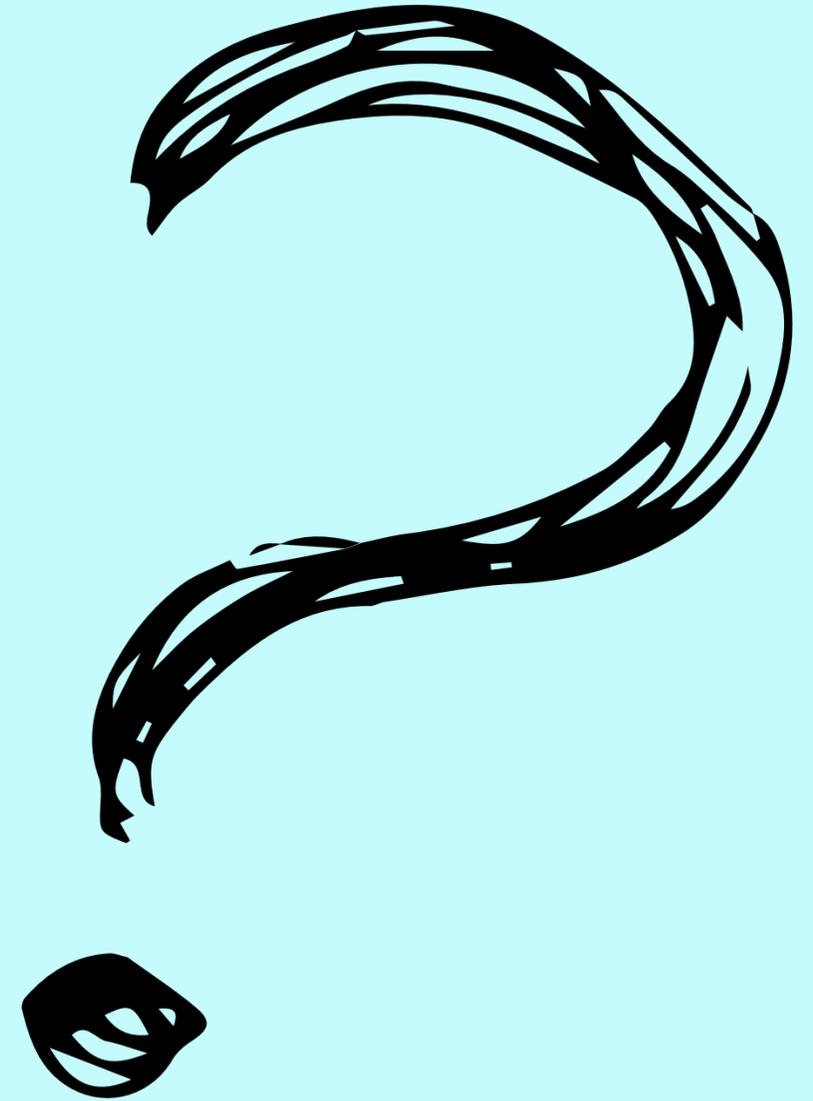
La relazione tra vita reale e vita social è un tema molto attuale e complesso. Ecco alcuni aspetti importanti da considerare:

- **Interconnessione**
- **Comunicazione**
- **Impatto Psicologico**
- **Eventi e Attività**
- **Privacy e Sicurezza**

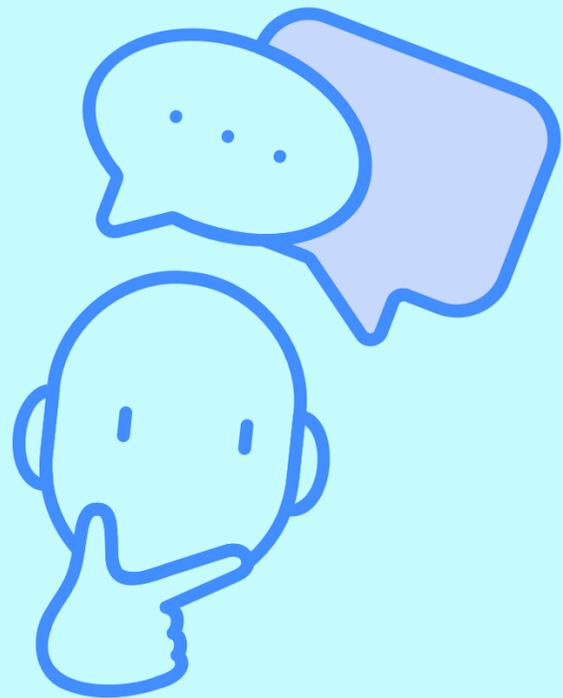




**Kahoot**



# Riflessioni



# Non aver paura di chiedere aiuto

- **Sportello di ascolto della scuola**
- **Consultori pubblici ASST**

**Rovato e Chiari**

<https://www.asst-franciacorta.it/rete-territoriale/famiglia/consultorio-familiare>

- **Consultorio privato**

**Iseo**

<https://www.ilmagodiozonlus.it/area-consultorio/>



# QUESTIONARIO

