



Invito alla partecipazione al progetto “Te.c4stress” destinato agli insegnanti della scuola della scuola secondaria di primo e secondo grado.

Gentili docenti,

Sono Maria Pietronilla Penna, Professore Ordinario di Psicologia Generale presso l'Università degli Studi di Cagliari. Vi scrivo per invitarvi a partecipare a un progetto PRIN PNRR, organizzato, promosso e realizzato insieme all'Università “Gabriele D'Annunzio” di Chieti-Pescara e l'Università degli Studi di Teramo.

Questo progetto, chiamato “Te.c4stress” si articola in due momenti. Nel primo svolgiamo una rilevazione sui livelli di technostress (lo stress causato dall'esposizione alle nuove tecnologie) tra voi docenti, per comprendere meglio quanto le innovazioni tecnologiche sul lavoro abbiamo modificato la vostra esperienza professionale. Nella seconda fase offriamo un training online per il potenziamento dei processi cognitivi, in particolar modo la memoria e la creatività. La partecipazione, completamente gratuita, dà l'opportunità di promuovere il benessere psicologico degli insegnanti, specialmente nei contesti dove l'inserimento delle tecnologie digitali nei processi lavorativi ha creato una significativa trasformazione delle prassi quotidiane. Forniremo, quindi, strumenti utili al miglioramento della gestione dello stress e delle capacità cognitive.

In cosa consiste il progetto?

In sintesi, i partecipanti saranno chiamati a:

- Compilare un questionario iniziale*, necessario a valutare il livello di stress legato all'uso delle tecnologie, nonché altri fattori individuali che ne possono influenzare la percezione.
- Partecipare a un Training di potenziamento cognitivo. Chi lo desidera potrà partecipare a un training online su piattaforma Moodle, progettato per migliorare specifiche abilità cognitive.
- Compilare un questionario finale*, con domande analoghe a quelle presenti nel questionario iniziale.

Ogni partecipante, riceverà un report personale.

Maggiori informazioni possono essere trovate ai seguenti link:

Link Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=61563224741942>

Link Instagram: <https://www.instagram.com/training.cognitivo.online/>

Per aderire al progetto

I docenti interessati potranno manifestare il proprio interesse compilando il modulo accessibile al seguente link:

https://disputer.eu.qualtrics.com/jfe/form/SV_a8ENLbxwT0HG0pU

Io e il gruppo di ricerca restiamo a disposizione per qualsiasi richiesta di chiarimento all'indirizzo e-mail progetto.tec4stress@gmail.com

Vi ringrazio anticipatamente per la collaborazione.

Prof.ssa Maria Pietronilla Penna

* Informazioni sulla privacy: I dati personali saranno trattati secondo la normativa vigente. I dati raccolti saranno letti solo in forma aggregata previa elaborazione con software specifici per la ricerca scientifica. Ogni forma di divulgazione avverrà in modo che non vi sia la possibilità di ricondurre le informazioni concesse dai partecipanti alle loro identità.

