

CONSCIOUS YOUTH BEHAVIOURS.  
IN EMERGING REALITIES

# Pratiche di educazione non formale: Social Media Challenges

R2 CYBER TOOLKIT



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

<b>#10</b>	<b>Tendenze pericolose: Smascherare i pericoli delle sfide nei social media</b>
<b>Minaccia/e</b>	<b>Social media challenges</b>
	Le challenge sui social media si riferiscono a tendenze, attività o sfide virali che circolano su Internet e incoraggiano gli individui a partecipare a vari compiti, spesso con l'obiettivo di ottenere attenzione, riconoscimento o divertimento. Se da un lato le sfide online possono favorire la creatività, la connettività e l'impegno della comunità, dall'altro presentano rischi e sfide che richiedono misure proattive per salvaguardare la sicurezza, la privacy e il benessere degli individui nell'ambiente online. Pertanto, mentre alcune sfide online possono essere innocue o leggere, altre comportano seri rischi per il benessere fisico, mentale o emotivo dei partecipanti.
<b>Tipologia</b>	Discussione di gruppo
<b>Durata</b>	45 minuti
<b>Modalità</b>	In presenza [in classe]
<b>Obiettivo</b>	Questa pratica mira a fornire ai partecipanti le competenze e le conoscenze necessarie per valutare criticamente la sicurezza e le conseguenze delle tendenze dei social media e prendere decisioni sicure e informate. Si concentra sulla sensibilizzazione degli studenti sui rischi potenziali della partecipazione alle sfide dei social media e sulla promozione di un ambiente di sostegno in cui gli studenti si sentano a proprio agio nel discutere la pressione dei pari e la sicurezza online.
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<p>Identificare le varie sfide pericolose dei social media e comprenderne i rischi.</p> <p>Sviluppare strategie per resistere alla pressione dei pari e prendere decisioni informate sulla partecipazione ad attività online.</p> <p>Riconoscere l'importanza di segnalare i contenuti pericolosi e di aiutare i coetanei a fare scelte sicure.</p>
<b>Profilo del tirocinante</b>	Partecipanti di età compresa tra i 15 e i 18 anni, con competenze di base nella navigazione digitale. Non ci sono prerequisiti specifici, ma la curiosità per i media digitali e le interazioni online è utile.
<b>n° partecipanti</b>	20-30
<b>I materiali</b>	<p>Proiettore per video e presentazioni.</p> <p>Presentazione di diapositive sulle sfide dei social media.</p> <p>Brevi video sulle recenti sfide pericolose dei social media e sul loro impatto.</p> <p>Carte raffiguranti varie sfide dei social media. [Vedi allegato. Carte delle sfide pericolose dei social media].</p> <p>Schede di discussione per analizzare le sfide dei social media. [Vedi allegato. Schede di discussione].</p>

	Lavagna e pennarelli.
<b>Preparazione</b>	<p>Raccogliere esempi di recenti sfide pericolose sui social media.</p> <p>Selezionare brevi video sulle recenti sfide pericolose dei social media e sul loro impatto (vedere Risorse).</p> <p>Organizzate una presentazione sulle sfide dei social media.</p> <p>Preparate delle schede con esempi di sfide pericolose sui social media.</p> <p>Preparare schede di discussione con scenari e domande.</p> <p>Disporre i posti a sedere in piccoli gruppi per facilitare la discussione.</p>
<b>Implementazione</b>	<p>1. Introduzione (10 minuti): introdurre brevemente il tema delle challenge sui social media; mostrare i video e la presentazione che evidenziano le recenti sfide pericolose e le loro conseguenze; spiegare lo scopo e gli obiettivi della lezione.</p> <p>2. Attività di gruppo: Schede di discussione (20 minuti): dividete gli studenti in piccoli gruppi e distribuite a ciascun gruppo due diversi tipi di schede: schede che raffigurano sfide pericolose sui social media e schede con scenari e domande. Lasciate che ogni gruppo discuta la propria carta e poi condivida i propri pensieri con la classe.</p> <p>3. Discussione in classe (10 minuti): riunitevi di nuovo come classe intera e discutete i punti chiave di ogni gruppo; scrivete i punti importanti alla lavagna; incoraggiate gli studenti a pensare in modo critico alle motivazioni che spingono a partecipare alle sfide e alle possibili conseguenze.</p> <p>4. Domande e risposte e conclusioni (5 minuti): lasciare agli studenti il tempo di fare domande; riassumere i punti principali della lezione; sottolineare l'importanza di fare scelte sicure e di guardarsi le spalle a vicenda.</p>
<b>Suggerimenti e consigli</b>	<p>Utilizzate esempi di vita reale per rendere la discussione più vicina e d'impatto.</p> <p>Incoraggiare il dialogo aperto e l'ascolto attivo tra gli studenti.</p> <p>Rafforzare il comportamento positivo e le capacità di pensiero critico nel corso della lezione.</p> <p>Siate sensibili agli studenti che possono aver avuto esperienze personali con i social media.</p> <p>Adattare i contenuti all'età e al livello di maturità degli studenti.</p>
<b>Misure di sicurezza</b>	<p>Garantire un ambiente favorevole in cui gli studenti si sentano sicuri di esprimere i loro pensieri e le loro preoccupazioni. Questo potrebbe includere il monitoraggio delle discussioni di gruppo per evitare commenti negativi o sprezzanti. Essere pronti a fornire ulteriore supporto o risorse agli studenti che potrebbero aver subito pressioni o partecipato a sfide pericolose.</p>
<b>Valore aggiunto</b>	<p>I partecipanti acquisiranno conoscenze e competenze per navigare nei social media in modo sicuro e per migliorare il loro pensiero critico e le loro capacità decisionali. La pratica favorisce una cittadinanza digitale consapevole e promuove una cultura di sostegno tra pari e un comportamento online responsabile.</p>

<b>Feedback e valutazione</b>	<p>Svolgete un breve sondaggio o chiedete un feedback verbale per valutare la comprensione e i pensieri degli studenti sulla lezione.</p> <p>Utilizzate un rapido quiz per valutare la capacità degli studenti di identificare le sfide pericolose e le risposte appropriate.</p> <p>Riflettere sull'efficacia delle attività e apportare modifiche per le lezioni future in base al feedback degli studenti.</p>
<b>Conclusione</b>	<p>Riassumete i punti chiave: comprendere i rischi delle sfide pericolose sui social media, riconoscere e resistere alla pressione dei pari e sapere come prendere decisioni sicure. Ricordare agli studenti che la loro sicurezza e il loro benessere sono fondamentali e che hanno a disposizione un supporto se ne hanno bisogno. Incoraggiate gli studenti a continuare la conversazione con amici e familiari sulla sicurezza online e sulla pressione dei pari. Motivateli a essere cittadini digitali attenti e ad aiutare gli altri a fare scelte sicure online.</p> <p>Seguendo questo piano di lezioni, gli educatori possono affrontare efficacemente il tema delle sfide pericolose sui social media, dotando gli studenti degli strumenti e delle conoscenze per rimanere al sicuro online.</p>
<b>Riferimenti e risorse</b>	<p><i>Come gli adolescenti trovano sfide pericolose sui social media.</i> Recuperato da <a href="https://www.youtube.com/watch?v=hd4r7FjBQ8g&amp;pp=ygU0SG93IFRlZW5hZ2VycyBGaW5kIE-Rhbmdlcm91cyBTb2NpYWwgTWVkaWEgQ2hnbGxlbmdlcw%3D%3D">https://www.youtube.com/watch?v=hd4r7FjBQ8g&amp;pp=ygU0SG93IFRlZW5hZ2VycyBGaW5kIE-Rhbmdlcm91cyBTb2NpYWwgTWVkaWEgQ2hnbGxlbmdlcw%3D%3D</a></p> <p><i>Psicologia dietro le sfide pericolose dei social media.</i> Recuperato da <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nUUhMdM0cME">https://www.youtube.com/watch?v=nUUhMdM0cME</a></p> <p><i>Cosa c'è da sapere sulle sfide dannose di TikTok.</i> Recuperato da <a href="https://www.youtube.com/watch?v=OGTBhAW_AEY">https://www.youtube.com/watch?v=OGTBhAW_AEY</a></p>
<b>Partner/ Autore</b>	<p>Casa do Professor, Portogallo</p>

#### Allegato. Schede sulle sfide pericolose dei social media

Stampa di schede informative per "Tendenze pericolose: Smascherare i pericoli delle sfide dei social media".

<p><b>Scheda informativa 1: La sfida del test di gravidanza Plan B</b></p> <p>La sfida consiste nel rompere un semplice test di gravidanza da banco e ingoiare la compressa al suo interno credendo che si tratti di un farmaco Plan B®. La speranza è che abbiano acquistato un prodotto combinato - un test e un contraccettivo d'emergenza venduti insieme. Uno dei motivi per cui un prodotto combinato non viene venduto è che non funzionerebbe. Plan B® deve essere assunto subito dopo il rapporto sessuale per prevenire la gravidanza, e un test di gravidanza non può rilevare una gravidanza fino a settimane dopo, quando è troppo tardi per assumere Plan B®.</p> <p>La compressa che si trova in un test di gravidanza è posta lì per assorbire l'umidità e mantenere il contenuto asciutto. Questi articoli che assorbono l'umidità sono disponibili in una varietà di dimensioni e</p>
---

forme, come compresse, pacchetti e barattoli, e vengono utilizzati per confezionare vitamine, medicinali, prodotti elettronici, scarpe e molti altri prodotti. Il gel di silice è la sostanza chimica più comunemente utilizzata a questo scopo e nella maggior parte dei casi non è dannosa. Tuttavia, se ingerito può costituire un rischio di soffocamento.

#### **Scheda informativa 2: La sfida della noce moscata**

Questa sfida si verifica quando una persona ingerisce la spezia noce moscata nel tentativo di sballarsi. Spesso sono persone incarcerate o giovani adulti che usano la noce moscata quando non possono procurarsi altre droghe preferite. La noce moscata, così come una serie di altre spezie ed erbe, contiene una sostanza chimica naturale chiamata miristicina. Se assunta in quantità elevate, può causare mal di stomaco, nausea, vomito, visione offuscata, tachicardia, agitazione e allucinazioni. Possono verificarsi altri effetti gravi, come convulsioni e morte. La quantità di miristicina contenuta nella noce moscata varia da un prodotto all'altro, rendendo facile l'assunzione di una quantità eccessiva. Alcune persone sono state addirittura ricoverate in ospedale a causa di questa tendenza.

#### **Scheda informativa 3: La sfida delle Tide Pod**

La sfida Tide Pod consiste nel mangiare una confezione di detersivo per il bucato come parte di una sfida. Le bustine di detersivo contengono detersivi e sostanze chimiche altamente concentrate. Questo rende il detersivo molto irritante in piccole quantità. Se mangiate, possono causare nausea e vomito. Inoltre, quando un pacchetto "scoppia" nella bocca di una persona, questa può accidentalmente inalare parte del detersivo nei polmoni, compromettendo la capacità di respirare normalmente. L'ingestione di pacchetti di biancheria ha causato ricoveri e decessi.

#### **Scheda informativa 4: Le sfide del sale**

Sono molte le sfide sui social media legate al sale. Tra queste, nascondere un cucchiaino di sale nel cibo per fare uno scherzo a qualcuno, ingerire sale prima di allenarsi o versare grandi quantità di sale in bocca come punizione dopo aver perso una scommessa.

Il sale da cucina è composto da due elementi messi insieme, il sodio e il cloruro. Entrambi sono necessari per il corretto funzionamento dell'organismo, ma una quantità eccessiva può essere pericolosa. L'ingestione di grandi quantità di sale può causare rapidamente nausea, vomito e diarrea. Quando il sale viene assorbito in modo più completo dall'organismo, possono verificarsi sonnolenza, gonfiore cerebrale e convulsioni. Poiché il sale viene utilizzato quotidianamente negli alimenti, molte persone non si rendono conto di quanto possa essere pericoloso. Anche solo un cucchiaino da tavola nei bambini e negli adolescenti può essere molto dannoso.

#### **Scheda informativa 5: La sfida del Benadryl**

Questa sfida si verifica quando una persona assume una quantità di Benadryl (difenidramina) superiore al normale per avere allucinazioni. La difenidramina aiuta a contrastare i sintomi delle allergie, ma se viene assunta in quantità eccessive provoca effetti collaterali come allucinazioni, pressione alta, temperatura corporea elevata, agitazione e convulsioni. Diversi adolescenti hanno avuto bisogno di essere ricoverati in ospedale e almeno un decesso è stato causato da questa sfida.

#### **Scheda informativa 6: La sfida della cannella**

Questa sfida incoraggia le persone a mangiare un cucchiaino di cannella macinata senza bere acqua. Il risultato è tosse, soffocamento e irritazione di bocca, naso e gola. Alcuni lo trovano divertente da guardare. Tuttavia, possono verificarsi effetti gravi quando una persona tossisce e si strozza con la cannella in polvere e poi la inala accidentalmente nei polmoni. La cannella può irritare i polmoni e persino causare polmonite. Alcune persone che si sono cimentate in questa sfida hanno richiesto il ricovero in ospedale per essere aiutate a respirare.

### **Allegato. Schede di discussione per analizzare le sfide pericolose dei social media**

**Stampa delle schede di discussione per "Tendenze pericolose: Smascherare i pericoli delle sfide dei social media".**

#### **Scheda di discussione 1: La sfida del test di gravidanza Plan B**

1. Che cos'è la sfida del test di gravidanza Plan B e perché pensi che sia diventata popolare sui social media?
2. Quali sono i potenziali rischi per la salute e le conseguenze della partecipazione a questa sfida?
3. Perché è importante capire l'uso corretto di farmaci come il Plan B?
4. Come potete educare gli altri sui pericoli di questa sfida e promuovere pratiche sicure?

#### **Scheda di discussione 2: La sfida della noce moscata**

1. Che cos'è la Nutmeg Challenge e come si svolge di solito?
2. Quali sono i potenziali rischi per la salute e gli effetti collaterali del consumo di grandi quantità di noce moscata?
3. Perché, secondo voi, alcune persone partecipano a questa sfida nonostante i pericoli?
4. Come si può diffondere la consapevolezza dei rischi associati alla Nutmeg Challenge e scoraggiare la partecipazione?

#### **Scheda di discussione 3: La sfida del sale**

1. Cos'è la Sfida del sale e cosa comporta?
2. Quali sono i potenziali rischi per la salute e gli effetti fisici della partecipazione a questa sfida?
3. Perché è importante pensare in modo critico prima di partecipare alle sfide dei social media?
4. Quali azioni potete intraprendere per evitare che altri tentino la sfida del sale e altre attività pericolose simili?

#### **Scheda di discussione 4: La sfida dei baccelli di marea**

1. Che cos'è la Tide Pod Challenge e come ha ottenuto l'attenzione dei social media?
2. Quali sono i gravi rischi per la salute e le conseguenze dell'ingestione di Tide Pods?
3. Come possono le piattaforme di social media e gli utenti collaborare per scoraggiare sfide pericolose come questa?
4. Quali misure potete adottare se vedete qualcuno che promuove o tenta la Tide Pod Challenge?

#### **Scheda di discussione 5: La sfida del benadryl**

1. Cos'è la sfida del Benadryl e perché è pericolosa?
2. Quali sono i potenziali rischi per la salute e gli effetti collaterali del consumo di grandi quantità di Benadryl?

3. Come potete contribuire a sensibilizzare l'opinione pubblica sui pericoli dell'abuso di farmaci per le sfide sui social media?

4. Cosa fare se si sospetta che qualcuno abbia partecipato alla Sfida del Benadryl?

**Scheda di discussione 6: La sfida della cannella**

1. Cos'è la Sfida della cannella e cosa comporta?

2. Quali sono i potenziali rischi per la salute e i pericoli immediati di questa sfida?

3. Perché le persone potrebbero essere tentate di partecipare alla Sfida della cannella nonostante ne conoscano i rischi?

4. Come potete comunicare efficacemente i pericoli della Sfida della cannella ai vostri coetanei?

**Allegato. Quiz di valutazione per identificare e rispondere alle sfide pericolose dei social media.**

**Stampa del Quiz per "Tendenze pericolose: Smascherare i pericoli delle sfide dei social media".**

**Domanda vera o falsa**

Un indicatore chiave di una sfida pericolosa sui social media è l'approvazione di attività che hanno il potenziale di infliggere danni fisici o psicologici significativi ai partecipanti.

A) Vero

B) Falso

Risposta: Vero

**Domanda vera o falsa**

È corretto affermare che le challenge sono classificate come pericolose solo in base alla presenza di rischi fisici, escludendo altri fattori come danni psicologici, stress emotivo o danni alla reputazione.

A) Vero

B) Falso

Risposta: Falso

**Domanda a scelta multipla**

Quando si vede un amico o un collega impegnato in una sfida pericolosa sui social media che pone rischi sostanziali per la sua sicurezza o il suo benessere, la linea d'azione più responsabile è quella di:

A) Ignorare la situazione, presumendo che siano consapevoli dei rischi.

B) Incoraggiarli a continuare la sfida, nonostante i rischi che comporta.

C) Avvisarli dei potenziali pericoli e informare un adulto fidato o un'autorità.

D) Documentarlo e diffonderlo sui social media per una maggiore visibilità.

Risposta: C)

**Domanda a scelta multipla**

Se vi imbattete in un video che promuove attivamente una sfida pericolosa e potenzialmente letale sui social media, l'approccio migliore, considerando la sicurezza vostra e degli altri, è quello di:

A) Partecipare al video mettendo un like e condividendolo nel tentativo di diffondere la consapevolezza.

B) Segnalare il video direttamente alla piattaforma di social media per violazione delle linee guida sulla sicurezza.

C) Tentare personalmente la sfida per valutarne il livello di pericolosità.

D) Pubblicare un commento dettagliato che avverta gli spettatori dei potenziali rischi associati alla partecipazione alla sfida.

Risposta: B)

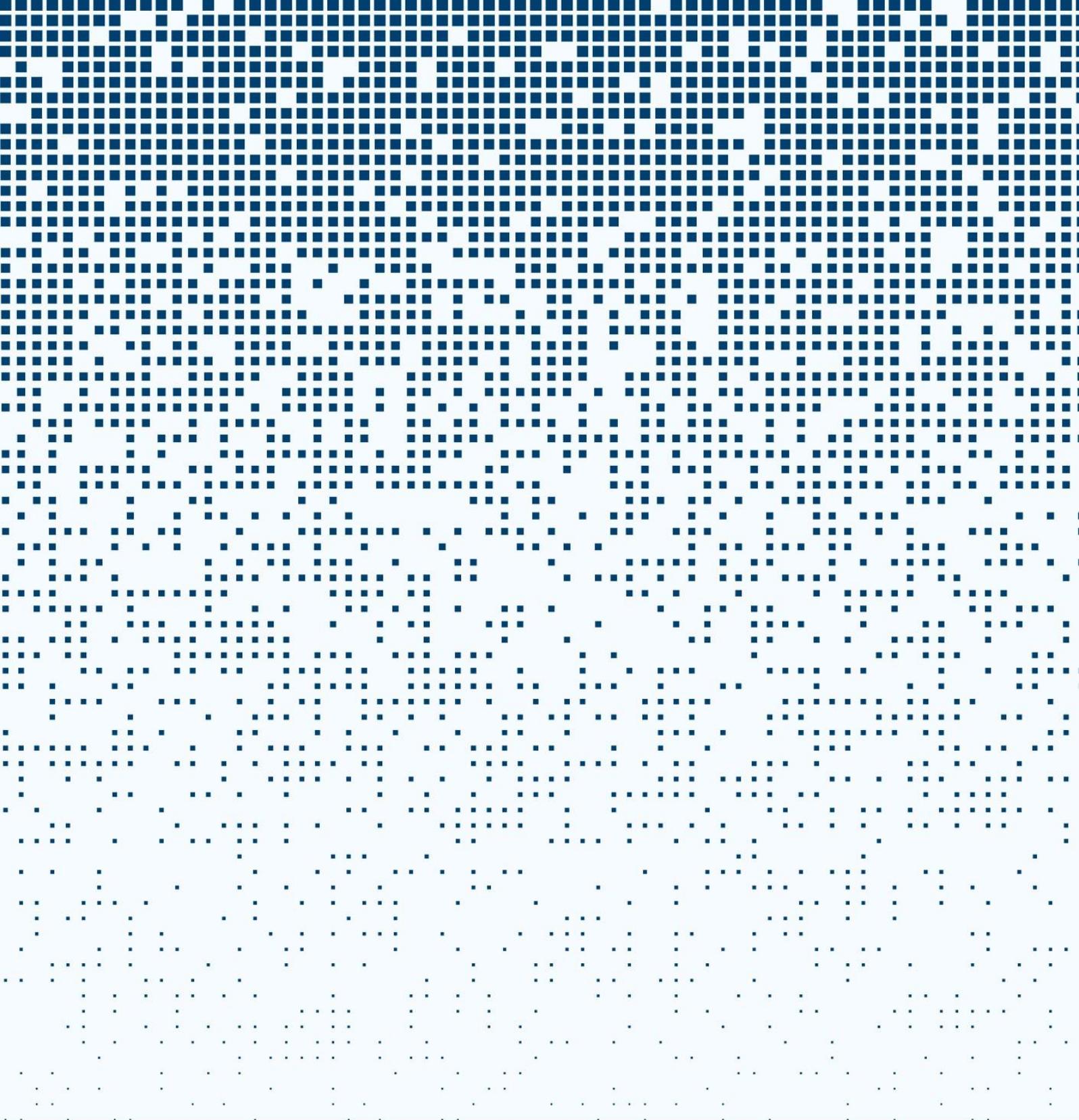
**Domanda a vuoto**

Condividere una sfida pericolosa sui social media senza comprenderne i rischi associati può \_\_\_\_\_ aumentare la probabilità che altri la tentino, mettendo inavvertitamente a rischio altre persone.

Risposta: aumento



This Document is published under an [Attribution-NonCommercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) International license [CC BY-NC].



# Conscious Youth Behaviours in Emerging Realities

Erasmus+ KA2 Cooperation Partnerships in School Education

[Reference n. 2023-1-EL01-KA220-SCH-000156982]



**Co-funded by  
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.