

PROGETTO

“SPORTELLLO D’ASCOLTO PSICOLOGICO”

Dott.ssa Chiara Zioli Psicologa Psicoterapeuta

Premessa

La scuola, insieme alla famiglia, rappresenta il principale contesto di formazione e di socializzazione dell’individuo, uno dei perni su cui far leva per promuovere il benessere integrale dei ragazzi.

Non si tratta semplicemente di un luogo di trasmissione di conoscenze, è un contesto di vita, dove si sperimentano molteplici incontri tra coetanei, si impara la convivenza civile e a relazionarsi con gli adulti. Il seguente progetto propone l’inserimento all’interno della scuola di uno Sportello d’Ascolto Psicologico, pensato come un servizio di promozione della salute, intesa nel senso più ampio che ne dà l’Organizzazione Mondiale della Sanità: benessere fisico, psichico, sociorelazionale, con obiettivi di prevenzione del disagio e delle devianze, oltre che di educazione alla gestione del proprio equilibrio mentale nel rispetto della propria individualità. L’iniziativa di istituire lo Sportello d’Ascolto Psicologico si inserisce in un progetto più ampio teso a valorizzare l’individuo nella sua interezza e a stimolarne una crescita cognitiva ed emozionale.

Il progetto si propone di supportare i ragazzi durante una fase peculiare e complessa della loro vita: adolescenza e preadolescenza costituiscono infatti fasi del ciclo di vita caratterizzate da importanti cambiamenti fisici, psicologici e relazionali, che richiedono una ristrutturazione dell’immagine di sé.

L’adolescenza rappresenta anche il periodo di ricerca e costruzione della propria identità personale, che avviene attraverso sperimentazioni, incertezze e paure, e l’inizio di un processo di emancipazione dalla famiglia con l’allargamento delle relazioni verso il contesto extrafamiliare, con il gruppo dei pari. Queste ultime sono caratterizzate dallo scambio di risorse che permettono di affrontare il percorso che conduce all’assunzione dei ruoli adulti.

Nell’affrontare questi compiti molti ragazzi possono sentirsi confusi e disorientati e questa situazione spesso si unisce alla difficoltà nel comunicare e condividere le proprie esperienze. Il processo di crescita, talvolta, se non accompagnato da un’adeguata riflessione può portare l’adolescente a esperire disagio e confusione.

Pertanto la scuola, che rappresenta un luogo di passaggio tra fanciullezza e adolescenza, si può configurare come un prezioso osservatorio dei processi di crescita e delle fatiche ad essi correlate e può rappresentare sicuramente un ambito privilegiato per la conduzione di un intervento psicologico che possa contribuire ad affrontare le problematiche presenti nella fase di crescita individuale dei ragazzi e a prevenire il disagio giovanile.

L'esigenza di uno spazio di ascolto all'interno delle istituzioni scolastiche diviene ancora più evidente durante questo periodo storico, dove l'emergenza sanitaria si è spinta oltre il contagio fisico, determinando un impatto che coinvolge il contagio emotivo e che va a colpire in modo forte le nostre abitudini, la nostra quotidianità e il nostro modo di entrare in relazione.

La scuola accoglie diverse categorie di soggetti particolarmente colpite dallo stress psicofisico di questo periodo, i cui effetti, anche quando non sfociano in disturbi o patologie, incidono fortemente sullo sviluppo emotivo e relazionale dei singoli e delle famiglie.

Lo sportello sarà infatti aperto anche ai genitori, che rimangono il primo contesto evolutivo di ogni ragazzo e che possono quindi richiedere un aiuto per confrontarsi rispetto alle problematiche relative al rapporto con i propri figli, e agli insegnanti, che possono sentire la necessità di un confronto con un esperto, che possa fornire supporto, aiuto, coesione, supervisione.

Gli insegnanti potrebbero necessitare infine di uno spazio per l'elaborazione personale e professionale delle emozioni legate ai cambiamenti che sono stati costretti a vivere negli ultimi mesi in seguito allo stravolgimento e la messa in discussione del loro lavoro, e a cui è importante dare il giusto peso, per il fondamentale ruolo educativo che ricoprono.

Il ruolo dello psicologo

Le principali funzioni dello psicologo all'interno della scuola possono essere individuate nelle seguenti attività:

- Costruire un'opportunità per favorire delle riflessioni;
- Costruire un'occasione di educazione alla salute e prevenzione del disagio, per il benessere psicofisico degli alunni e degli insegnanti;
- Promuovere negli studenti la motivazione allo studio e la fiducia in se stessi;
- Costruire un momento qualificante di ascolto e di sviluppo;
- Intervenire per prevenire il disagio evolutivo;
- Collaborare con insegnanti e genitori per la prevenzione del disagio e dell'abbandono scolastico;
- Rappresentare un'occasione di sostegno del personale docente e dei genitori.

Destinatari

In senso stretto, lo sportello d'ascolto psicologico è pensato per tutti gli studenti. In senso lato, tuttavia, il servizio si propone di fornire un punto di riferimento psicologico per la scuola nel suo insieme, ed è pertanto aperto anche ad insegnanti e genitori.

Obiettivi generali:

- Promuovere il benessere psicologico e il successo scolastico degli studenti;
- Sostenere alunni, genitori e docenti ad affrontare il carico emotivo e la nuova organizzazione che si è determinata in seguito all'emergenza sanitaria;
- Potenziare le competenze degli insegnanti;
- Sostenere la qualificazione del ruolo dei genitori.

Obiettivi specifici:

Per gli alunni:

- L'accoglienza di ansie, dubbi, incertezze, curiosità, problematiche e timori relativi sia all'ambito delle relazioni familiari, socio-amicali e scolastiche, sia ai processi di crescita emotiva, fisica, cognitiva e alla percezione di sé;
- Riconoscere ed affrontare problematiche sia in riferimento agli aspetti didattici che a quelli personali e relazionali (fobie scolastiche, bullismo, cyberbullismo, dipendenza da internet ecc...);
- Favorire l'integrazione socio- affettiva- culturale in un clima di permanente accoglienza;
- La prevenzione primaria in ambito di disagio e sofferenza preadolescenziale, tesa ad evidenziare i fattori che contribuiscono al manifestarsi del problema e delle condotte a rischio al fine di individuare e suggerire interventi mirati;
- Valorizzare le risorse personali per favorire la motivazione all'apprendimento;
- Individuare le linee di azione più appropriate per superare il problema.

Per i genitori:

- Attivare un servizio di informazione/formazione per favorire la corresponsabilità educativa nel processo di formazione dell'alunno;
- Offrire un supporto per una appropriata interpretazione del disagio dei figli.

Per gli insegnanti:

- Predisporre strumenti per l'individuazione precoce delle situazioni a rischio;
- Operare un coordinamento di interventi adeguati all'assunzione di atteggiamenti e relazioni appropriate verso l'alunno e la famiglia;
- Agevolare la cogestione delle situazioni anche in relazione alle problematiche indotte dal Covid-19.

Descrizione del progetto

Lo Sportello d'Ascolto Psicologico offrirà a tutti gli studenti l'opportunità di usufruire della consulenza psicologica all'interno dell'Istituto. Obiettivo primario sarà quello di ascoltare, far fronte e prevenire situazioni di disagio esperite all'interno del contesto familiare, sociale e relazionale. Ulteriore obiettivo sarà quello di far diventare lo Sportello un punto di riferimento e uno spazio che offra accoglienza e ascolto e come tale non si occupi solo del disagio, ma anche dell'aumento delle risorse e delle competenze personali dei ragazzi, aiutandoli ad attenuare i pregiudizi rispetto alla richiesta di aiuto. Lo sportello sarà anche a disposizione dei genitori e, con delle ore a loro dedicate, agli insegnanti, che richiederanno la collaborazione dello psicologo per confrontarsi con problematiche vissute in famiglia e a scuola.

In parallelo, nel caso in cui si verificasse la necessità, verranno progettati interventi educativi individualizzati con attività di supporto, consulenza, supervisione tra cui: osservazioni in classi,

proposte di strategie migliorative nella gestione della stessa, definizione di piccoli progetti relativi alle problematiche riscontrate.

Tempi

L'organizzazione del monte ore verrà definita in base al numero di classi e studenti che potranno usufruire del servizio, in accordo con il Dirigente Scolastico, e in base alle necessità riscontrate dal corpo docente.

Giorni e orari di presenza a scuola saranno quindi concordati con il personale scolastico.

Metodologia e organizzazione dello sportello

Lo sportello d'ascolto potrà essere attivato sia in presenza che a distanza attraverso l'utilizzo di piattaforme informatiche quali Skype o Zoom.

Le attività di ascolto rivolte agli alunni sono effettuate seguendo il metodo del colloquio psicologico, accogliendo il richiedente in spirito di non-giudizio, indirizzandolo nell'analisi del problema e nella comprensione del suo vissuto.

Per i ragazzi è un'occasione di accoglienza e accettazione, di sostegno alla crescita, di orientamento, di informazione, di gestione e risoluzione di problemi/conflitti.

Rispetto ai genitori, si privilegia il potenziamento delle capacità genitoriali e delle abilità comunicativo – relazionali con i figli, affinché essi possano trovare ascolto e supporto nell'esercizio di una genitorialità piena e consapevole e nell'empowerment delle proprie competenze educative. Nei confronti dei docenti, infine, vengono fornite specifiche indicazioni psicopedagogiche da integrare nelle attività curriculari.

Lo sportello verrà inoltre presentato attraverso un breve incontro per ciascuna classe, durante il quale verrà descritta la figura dello psicologo, ne verrà chiarito il ruolo, verranno specificate le finalità dello sportello di ascolto, i giorni, il luogo, la durata del colloquio e le modalità di prenotazione.

Risorse umane

Dott.ssa Chiara Zioli, Psicologa e Psicoterapeuta sistemico relazionale

Spazi

Un'aula da destinare allo Sportello d'Ascolto Psicologico che si terrà in presenza.

Monitoraggio e verifica del servizio

Si prevede il monitoraggio e la verifica dell'andamento del Servizio a fine anno scolastico attraverso la somministrazione di questionari di gradimento.