



I. C. SAN GIORGIO DI PIANO

Via Gramsci, 15 40016 - SAN GIORGIO DI PIANO (Bo)
Tel. 051/897146 – fax 051/89754 - C. F. 80074550379

e-mail: boic83400t@istruzione.it – boic83400t@pec.istruzione.it



*"La vita è dappertutto, la vita è in noi stessi e non fuori di noi.
Accanto a me ci saranno sempre degli esseri umani,
ed essere uomo tra gli uomini e restarlo sempre,
in nessuna sventura avviliti o perdersi d'animo:
ecco in che cosa consiste la vita, ecco il suo compito".*

Fëdor M. Dostoevskij, 1849,

Prot. n. 2858/C27

San Giorgio di Piano, 22 marzo 2020

Care famiglie,

la scuola non dimentica i bisogni legati allo stato d'animo delle famiglie in questi difficili giorni. Per questo **lo sportello d'ascolto** riprende ad essere attivo tramite la possibilità di richiedere consulenze e incontri in videochiamata scrivendo a: sportelloascolto@icsgp.istruzione.it. Verrete quindi contattati per fissare al più presto un appuntamento ed effettuare la vostra videochiamata o semplicemente per rispondervi via mail se lo preferite.

Alleghiamo alcuni documenti e vademecum che la dott.ssa Celi ci invia per orientarci ed il seguente messaggio:

Carissimi, stiamo vivendo un momento molto particolare e vorrei rassicurarvi sul fatto che è normale in situazioni d'emergenza provare sentimenti come paura, disorientamento, frustrazione, rabbia, ecc. Queste emozioni possono portarci ad avere (noi, i nostri figli, i nostri cari) comportamenti di 'iperattivazione', in cui cerchiamo in tutti i modi di occupare il tempo, riempiendoci di stimoli oppure di 'paralisi' in cui sentiamo l'impotenza e diventiamo passivi. In questo periodo può essere normale sentirsi affaticati, senza concentrazione, senza la voglia di rispettare programmi di lavoro o rispondere alle chiamate, ma anche, come forse capita più ai ragazzi, irritabili e nervosi giacché l'energia non trova un canale espressivo. Cerchiamo un nuovo equilibrio fra un estremo e l'altro, provando intanto a fermarci e riflettere su quale sia il nostro stato d'animo.

Anche se non possiamo vederci fisicamente non esitate a scrivermi e/o richiedere un incontro in videochiamata, ci sono e sono pronta ad ascoltarvi!

Un caro saluto a tutti

Selene Celi

In allegato alla presente alcuni suggerimenti per il benessere dei vostri figli e non solo, forniti dalla nostra psicologa, dott.ssa Celi. Insieme, ce la faremo! Un caro saluto

La Vostra Preside
Cinzia Quirini