



## LIBERA.MENTE

LIBERAMENTE

“Progetto sportello d’ascolto psicologico a seguito dell’emergenza sanitaria da COVID-19”.



Istituto committente: “I.C.S. De Nicola-Sasso”

In riscontro al bando emanato dal “I.C.S. De Nicola- Sasso” con Protocollo: “REGISTRO PROTOCOLLO - 0006568 - 10/11/2022 – IV.5 – U” si propone, come richiesto, il “Progetto Sportello d’ascolto e supporto psicologico: **LIBERA.MENTE**”.

Il progetto LIBERA.MENTE si prefigge di offrire supporto psicologico agli alunni di suddetto Istituto, al fine di far fronte alle difficoltà emerse a seguito dell'emergenza sanitaria da COVID-19.

Il progetto avrà altresì lo scopo di riconoscere, fronteggiare e supportare: forme di disagio, malessere psico-fisico *difficoltà relazionali e di apprendimento*, e *dinamiche relazionali disfunzionali* e aiutare gli alunni ad *identificare e fronteggiare forme di bullismo e/o cyberbullismo*.

Inoltre il progetto si pone come scopo ultimo la diffusione della cultura della psicologia e dello psicologo come figura di supporto e sostegno, volendone abbattere pregiudizi e stereotipi.

#### **Premessa:**

A seguito dell'emergenza sanitaria da Covid-19, si è verificata, a livello globale e territoriale, una slatentizzazione di difficoltà di varia natura, definibili come “ripercussioni a lungo termine”. Tali ripercussioni si riflettono nella vita quotidiana di ognuno, e all'interno delle classi, centinaia di bambini e ragazzi sono isole che tentano di costruire ponti. Nella fascia d'età 8-15 anni, possiamo riconoscere i soggetti che più sono stati colpiti dalle ripercussioni dell'isolamento dato dal lockdown.

Tale isolamento ha spezzato la naturale evoluzione sociale di bambini e ragazzi, lasciandoci in eredità giovanissimi e adolescenti incapaci di strutturare legami e approfondire relazioni sociali.

Tutto ciò ha ingenerato lungo un continuum, da lievi difficoltà a disagi di natura più profonda e strutturata, come modalità di interazione basate sulla prepotenza, sfruttando la diversità come discriminazione, fino ad arrivare ad atti di bullismo o cyberbullismo più frequenti ed intensi del pre-pandemia. La scuola, come Istituzione ed ente di formazione, si fa carico della crescita degli alunni, sia per quanto concerne l'aspetto didattico, sia sotto il profilo umano ed emotivo.

L'istituzione *scuola*, insieme con l'istituzione *famiglia*, è quindi responsabile dell'evoluzione e della crescita dei propri alunni. Le difficoltà sono molteplici, complesse e a più livelli.

La scuola promotrice di "evoluzione" è responsabile della cultura delle emozioni, delle relazioni e della cooperazione. Il contesto scolastico è da sempre un luogo fisico, oltre che di apprendimento, di contatto con l'altro, luogo di socializzazione e del nascere di un sentimento comunitario e partecipativo. Il costo che gli alunni pagano oggi, è altissimo. Il progetto "Sportello d'ascolto e supporto psicologico LIBERA.MENTE" nasce per inserirsi tra lo stato di malessere che ha colpito le istituzioni scolastiche ed il sovraccarico emotivo che colpisce la fascia d'età suddetta.

### ***Definizione del problema:***

Le ripercussioni dell'emergenza sanitaria da COVID-19, ancora in essere, hanno messo a dura prova l'intera popolazione mondiale, ed a livello regionale e territoriale i comuni della provincia di Napoli ed in particolare il comune di Torre del Greco che ne è stato duramente colpito. Nodale è stato il ruolo giocato dall'isolamento dovuto alle misure restrittive dettate dal Governo e dalla Regione Campania, fino ad avere una scuola completamente digitale e telematica, snaturata dei suoi fondamentali principi.

I ragazzi, i bambini, le famiglie e il corpo docente, si sono ritrovati tutti dinnanzi ad un pc (tablet o smartphone), perdendo pian piano la capacità di interagire, di sentirsi contestualizzati nel gruppo classe, e di negoziare i propri impulsi nei confronti dei docenti o della classe.

Molteplici le situazioni in cui i docenti sono stati costretti a richiedere l'intervento delle famiglie per regolare i comportamenti degli alunni, i quali al momento del reinserimento all'interno dei contesti scolastici non avevano più gli strumenti per mantenere comportamenti adeguati. Il reinserimento dei ragazzi nei contesti scolastici ha pian piano lasciato emergere, in moltissimi, l'incapacità di autoregolazione emotiva e relazionale. Moltissimi ragazzi sono diventati "problematici", mostrando disinteresse, difficoltà attentive, difficoltà di apprendimento, e spesso tutto ciò ha condotto nella direzione di un rendimento scolastico al limite, rispetto agli obiettivi fissati per intere classi di alunni.

La difficoltà risiede, già, nel combattere le resistenze che i ragazzi mettono in atto quotidianamente, (peso distribuito tra scuola e famiglia).

Inoltre la difficoltà dell’Istituzione Scolastica inizia ad affondare le radici in una criticità che sembra abbia fagocitato gli spazi e le energie mentali. La didattica si trova oggi in uno spazio più ristretto, in cui da una parte vi è la ricaduta degli effetti del lockdown e dall’altra la ricaduta degli effetti della ripresa della vita quotidiana. In quello spazio, ormai striminzito, ritroviamo la scuola e gli alunni, in un confronto denso di pesi emotivi, difficoltà pratiche, incapacità a stare nelle relazioni, incapacità a gestire le emozioni, e non ultima, una didattica che fa fatica a collocarsi.

### ***Scopi e finalità:***

Sulla base di quanto detto in premessa e nel precedente paragrafo, lo scopo del progetto “Sportello d’ascolto e supporto psicologico” è quello di riconoscere, definire, prevenire ed arginare le difficoltà, i disagi, il malessere psico-fisico e i traumi derivati dalla situazione attuale.

Sarà inoltre compito del professionista quello di:

- accrescere le capacità emotive, cooperative, comunicative, relazionali e di apprendimento nel contesto scolastico;
- elaborare e superare i vissuti di isolamento, solitudine e paura;
- incrementare la fiducia in sé, l’autostima e le proprie capacità adattive.

### ***Obiettivi generali:***

Il ruolo dello psicologo come consulente nella scuola è oggi essenziale, più di quanto non lo fosse già prima della pandemia. A tal proposito, gli interventi di carattere psicologico, psicopedagogico e psicoeducativo saranno strumenti e metodologie del professionista e avranno lo scopo di offrire:

- supporto finalizzato a far fronte a problematiche quali, traumi di natura psicologica, forme di disagio o malessere di natura psico- fisica, e difficoltà relazionali tra pari e con i docenti;
- supporto per traumi o disagi ingenerati dall’emergenza da COVID-19
- sostegno allo sviluppo emotivo e globale degli alunni;
- sostenere e potenziare le competenze legate al riconoscimento delle emozioni e alla regolazione emotiva;
- favorire lo sviluppo dell’affettività e delle capacità relazionali degli studenti;
- infine, riconoscere dinamiche relazionali disfunzionali, anche in casi di bullismo e cyberbullismo.

### ***Obiettivi specifici:***

Alla luce di quanto detto finora si definiscono di seguito gli obiettivi specifici:

- Diminuire i sentimenti di smarrimento e angoscia;
- Imparare a chiedere supporto e aiuto;
- Facilitare la comunicazione tra pari e tra alunni e docenti;
- Ridurre livelli di ansia laddove già manifesti;
- Accrescere le capacità di gestione di ansia, stress, frustrazione;
- Incrementare il riconoscimento dei propri ed altrui stati emotivi;
- Incoraggiare e supportare le abilità di autoregolazione emotiva anche in relazione agli stati emotivi altrui;
- Sviluppare le capacità di coping ed empowerment degli alunni;
- Elaborare e ri-significare i vissuti emotivi ed affettivi.

### ***Attività:***

Le attività saranno strutturate su due livelli:

- I. Uno sportello d'ascolto rivolto agli alunni della scuola secondaria di primo grado, ed è finalizzato all'accoglienza emotiva, inoltre è volto a supportare da un punto di vista psicologico, psico-pedagogico e psico-educativo. È da considerarsi un percorso di consapevolezza e di ridefinizione sul significato e sulle emozioni che il covid-19 ha nella vita di ciascuno e nel contesto scolastico. Inoltre, il supporto psicologico consentirà di rispondere a traumi ed ai disagi derivanti dall'emergenza sanitaria e a prevenire l'insorgere di forme di disagio e/o malessere psico-fisico;**
- II. Verranno strutturate e organizzate nelle classi delle attività di diffusione e pubblicizzazione dello “sportello d'ascolto psicologico”.**

### ***Destinatari:***

Alunni dell'Istituto De Nicola – Sasso, famiglie, personale scolastico.

### **Metodologie e tecniche:**

Le metodologie e le tecniche utilizzate saranno scelte in base alla fascia d'età dei destinatari. Inoltre si preferiranno tecniche o metodologie a seconda degli obiettivi che il professionista, insieme agli utenti, vorrà raggiungere.

Lo psicologo è obbligato e tenuto al pieno rispetto del **Codice Deontologico** nel quale è contenuto **l'articolo 11** che cita testualmente: *“Lo psicologo è strettamente tenuto al segreto professionale. Pertanto non rivela notizie, fatti o informazioni apprese in ragione del suo rapporto professionale, né informa circa le prestazioni professionali effettuate o programmate, a meno che non ricorrano le ipotesi previste dagli articoli seguenti”*.

L'ascolto attivo e non giudicante sarà finalizzato all'analisi della domanda, all'articolazione del piano di intervento e alla ristrutturazione della percezione delle problematiche e dei disagi per affrontare in modo propositivo ciò che sta accadendo a livello individuale, comunitario e globale.

### **Tempi di realizzazione:**

I tempi di realizzazione del progetto sono dettati dalla scadenza fissata nel bando, ovvero 10 marzo 2023.

### **Mezzi e risorse:**

In presenza, il professionista si rende disponibile ad effettuare le attività previste dal progetto presso la sede dell'I.C.S. De Nicola- Sasso usufruendo di uno spazio che garantisca la privacy all'utenza. Il professionista si farà carico di utilizzare i DPI personali al fine di effettuare gli incontri nel massimo rispetto della legge e dell'utenza.

Qualora si verificassero condizioni di emergenza il professionista si rende disponibile ad effettuare gli incontri con l'utenza tramite piattaforma online.

Il professionista si rende inoltre disponibile a fornire il proprio indirizzo di posta elettronica affinché l'utenza ne possa usufruire in caso di necessità.

### ***Conclusioni:***

L’istituzione scolastica ha oggi il delicato compito di occuparsi della formazione dei propri alunni sia sul piano didattico sia sul piano umano. Il compito di occuparsi dell’evoluzione di individui, dall’età dell’infanzia fino all’età dell’adolescenza, è un compito arduo, nel quale l’istituzione scolastica potrebbe essere talvolta impreparata. La presenza costante di una figura professionale, quale quella dello psicologo, solleva l’istituzione scolastica da oneri complessi facilitandone il lavoro didattico e l’esperienza formativa. Il confronto ed il sostegno tra le due professionalità, quella dei docenti e quella degli psicologi, mira ad una sinergia in grado di far funzionare il sistema scolastico in modo più fluido ed armonioso. Il presente progetto, quindi, pone l’attenzione non solo sui destinatari, ma avvalendosi di un’ottica sistematica, anche sulle dinamiche scolastiche e relazionali che scaturiscono dall’interazione tra tutti gli elementi del sistema.

***Il modo più semplice per  
iniziare è smettere  
di parlare e agire.***

***Walt Disney***

***Dott.ssa Annalisa Romano  
Psicologa e Psicoterapeuta***