



**Istituto Istruzione Secondaria Superiore S.A. De Castro - O R I S T
A N O**

Piazza Aldo Moro,2 Tel **0783-70110/769106** - CF: 90050990952

Mail ORIS011007@istruzione.it - Pec. ORIS011007@pec.istruzione.it

PROGETTO: RI-UNIAMOCI

Progetto di supporto psicologico per la ripresa dell'attività scolastica al tempo del Covid-19

Referente: Dr.ssa Manuela Spigno, psicologa-psicoterapeuta

PREMESSA:

Il progetto intende fornire un supporto psicologico ai ragazzi nella fase di inizio dell'anno scolastico per prevenire eventuali forme di disagio e di demotivazione legate anche alla particolare condizione storica e sanitaria che stiamo attraversando. I ragazzi infatti mancano dal contesto scolastico ormai da mesi e sono così stati privati non solo di opportunità essenziali di tipo educativo e di apprendimento, ma anche e soprattutto della loro vita sociale e affettiva legata ai pari e alle interazioni quotidiane che la scuola fornisce. Diventa quindi preminente la componente emozionale che trova nelle interazioni scolastiche una palestra fondamentale, capace di lavorare sul significato di eventi e vissuti, e che, ormai da mesi non può più fornire questo tipo di stimolazione e opportunità. A livello emotivo quindi prevalgono una serie di vissuti quali l'incertezza, la paura, la sensazione di estraneità rispetto ai contesti, la tristezza e la demotivazione che non trovano argine e struttura, alimentati dalla confusione che spesso riguarda anche le figure adulte di riferimento e la comunicazione mediatica a cui i ragazzi accedono senza filtro con frequenza maggiore rispetto agli adulti. Queste riflessioni riguardano tutti i ragazzi che vivono la scuola, nello specifico anche gli studenti che presentano una qualche forma di disabilità e difficoltà, che hanno vissuto questi ultimi mesi sperimentando un forte isolamento, che a livello psicologico potrebbe essere non facilmente gestibile. La situazione che può venire a determinarsi tra gli adolescenti nell'imminente anno scolastico è quindi estremamente delicata, sia per l'età che facilita comportamenti bizzarri, sia per la situazione generale di incertezza e preoccupazione, che contribuisce ad acuire la sensazione legata alla mancanza di punti di riferimento. Il rischio è che le ragazze e i ragazzi entrino in modalità difensive che consistono nello spendere le proprie risorse verso una forma di sopravvivenza attuale, inibendo l'elaborazione di una progettualità. La scuola è l'unico luogo dove i ragazzi possono ricompattarsi e accedere a forme di progettualità futura e per farlo hanno necessità di strumenti per esprimere il proprio disagio ed avere consapevolezza di se stessi e degli altri.

Finalità principale di questo intervento è la promozione del benessere psicologico negli studenti, attraverso una maggiore consapevolezza di se stessi e degli altri, imparando ad esprimere il proprio disagio e i propri bisogni, ciascuno in relazione alle proprie tempistiche e capacità. Infatti, laddove vi è un'adeguata capacità di esporre il proprio disagio, di solito è possibile mettere in campo un'adeguata capacità di elaborazione con relativi atteggiamenti di apertura verso gli altri e le situazioni di apprendimento; viceversa laddove vi è una inadeguata capacità di esprimere il proprio disagio e i propri bisogni, spesso vi è una scarsa capacità di elaborazione che da origine a sentimenti di chiusura e atteggiamenti oppositivi. Diventa quindi fondamentale imparare a conoscere il proprio mondo emotivo per riuscire a gestirlo, in uno spazio protetto di ascolto e confronto che si allontani dagli

aspetti del contesto scolastico maggiormente legati alla performance e che mantenga un'ottica inclusiva.

OBIETTIVI

- migliorare la capacità di leggere i propri bisogni ed esprimerli in maniera adeguata
- conoscere le emozioni primarie e secondarie e imparare ad esprimerle e a gestirle in maniera adeguata, a partire dall'analisi del comportamento non verbale
- contenere il livello di stress e imparare strategie per gestirlo

DESTINARI

Il progetto è destinato agli studenti della scuola secondaria di II grado

METODOLOGIA

Il progetto si svolgerà attraverso workshop in piccoli gruppi di max 6-10 studenti, in un arco temporale concordato tra scuola e professionista. Sono previste 8 ore per gruppo. Il progetto sarà gestito da una psicologa e si concentrerà sulla conoscenza, espressione e regolazione delle emozioni, a partire dall'analisi del comportamento non verbale e sulla lettura dei propri bisogni. E' possibile che partecipino al progetto solo i ragazzi che volontariamente si offrono di aderirvi. Il lavoro per piccoli gruppi su base volontaria ha il vantaggio di rispondere a eventuali bisogni consapevoli e richieste di espressione da parte dei ragazzi e di restituire loro un senso di libertà. I partecipanti fungeranno da veicoli di disseminazione all'interno della stessa scuola anche nei confronti di coloro che non hanno partecipato al progetto. Le attività saranno essenzialmente pratiche: partendo da una forma di dialogo socratico in contesti più destrutturati rispetto all'aula classica, la conoscenza di se stessi e di sé nella relazione con l'altro, verranno promosse attraverso attività ludiche, espressive e role playing.

VALUTAZIONE

Verrà effettuata attraverso un questionario di gradimento e un'osservazione iniziale e una finale rispetto ai processi che si vogliono promuovere.