

DOTT.SSA ISABELLA REMIGIO

*Psicologa,
Esperta in Psicodiagnosi,
Psicoterapeuta in formazione (I.P.G.E., Roma).
Iscritta all'Ordine degli Psicologi del Lazio sez. A con n. 24409*

PROGETTO

"Spazio di Ascolto"



INQUADRAMENTO DEL PROGETTO "SPAZIO DI ASCOLTO":

Il titolo del progetto, semplice e intuitivo, "*Spazio di Ascolto*" identifica nella parola *Spazio*, un luogo disponibile, inteso come un posto sicuro in cui ognuno si concede uno spazio per sé, *Ascolto*, inteso non come semplice atto percettivo del sentire, ma come "Ascolto Attivo", ossia ascoltare con accurata empatia dove l'elemento cruciale è ciò che si dice, rispondendo a quello che la persona ha detto (Gordon, 1970), in un clima di epochè, ossia di assenza di giudizio.

Il progetto si inquadra nel clima dell'emergenza attuale che tutti noi stiamo vivendo, numerosi sono stati i cambiamenti nel mondo scolastico e nel modo di vivere in generale, alto è lo stress che ne consegue verso la potenziale minaccia del virus Covid-19. Secondo Il Dsm-V (Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali) può essere traumatica, un'esperienza diretta, ossia l'essere stato testimone di esperienze che abbiano minacciato l'integrità di persone significative (familiari o amici stretti) o anche essere venuti a conoscenza di tali eventi vissuti da altri, risulta quindi chiaro il rischio che questa emergenza porta in sé.

Per il personale scolastico e i discenti è importante prevenire e intervenire sul disagio scolastico e quello dovuto all'emergenza in atto, sia per il benessere lavorativo o di apprendimento che della qualità della vita in generale.

La Scuola è un punto di riferimento molto importante per i discenti che la frequentano, in quanto questa rappresenta una guida, un mettersi alla prova, un conoscersi e un conoscere, considerando che i fanciulli, i pre-adolescenti e gli adolescenti trascorrono gran parte del

loro tempo nelle istituzioni scolastiche, le quali diventano una sorta di “seconda casa”. A tal proposito ritengo rilevante menzionare che già le intuizioni e la profonda sensibilità di Maria Montessori, la portarono ad aprire nel 1907 la “Casa dei bambini”, un luogo che oltre impartire l’istruzione aveva l’obiettivo di rappresentare per i bambini una struttura di riferimento, come una seconda casa, una integrazione paritaria dell’ambiente domestico e familiare che attornia ciascuno di noi soprattutto nella più tenera età prescolare.

Si denota quindi l’importanza che la scuola ha verso i discenti, le famiglie e la società stessa. Punto di riferimento rilevante, in particolar modo per il mondo degli adolescenti che si trovano a vivere di per sé un momento critico della vita, dove il corpo è in continuo cambiamento e centrale è la ricerca di sé stessi, lo sperimentarsi per la formazione della propria identità. Maria Montessori fu la prima che ha valorizzato la dimensione individuale nell’educazione, lavorando nel cuore di un regime “collettivizzante” e alienante, che ancora oggi risulta attuale e dove il discente è considerato parte attiva dell’organizzazione scolastica. Il metodo Montessori ha posto le radici per creare una scuola che sia oltre che “maestra di saperi” anche “maestra di vita”, l’intenzione del progetto è proprio quello di valorizzare e concretizzare questo aspetto affiancando alla didattica, uno spazio per sperimentarsi, esprimersi, conoscere sé stesso e l’altro in un clima di non giudizio, di individuazione e rielaborazione delle proprie risorse, fondamentalmente uno spazio che da voce anche alle emozioni e valorizza gli aspetti legati alla maturazione dei ragazzi, al coinvolgimento delle famiglie, alla qualità del lavoro degli insegnanti.

Il modello preso in considerazione nel presente lavoro è quello della Psico-educazione, il quale utilizza semplici tecniche al fine del miglioramento di atteggiamenti e comportamenti in modo da favorire il benessere psico-fisico di insegnanti, famiglie e discenti tramite l’attivazione delle risorse personali. Il progetto di seguito illustrato vuole porsi come valido “strumento” a disposizione della scuola, per prevenire e intervenire efficacemente nelle situazioni di disagio e difficoltà riguardanti gli alunni, le loro famiglie e i docenti.

DESTINATARI:

Il progetto è rivolto:

- Agli studenti della scuola
- Alle famiglie degli alunni
- Al personale scolastico

FINALITA’ DEL PROGETTO:

Offrire agli alunni, alle famiglie e ai docenti uno “spazio di ascolto” basato sul supporto psicologico, per affrontare eventuali disagi e difficoltà, o momenti di impasse, all’interno della scuola stessa.

OBIETTIVI DEL PROGETTO

- Fornire supporto psicologico a studenti e docenti per rispondere a traumi e disagi derivanti dall’emergenza COVID-19;

- Fornire supporto nei casi di stress lavorativo, difficoltà relazionali, traumi psicologici;
- Prevenire l'insorgere di forme di disagio e/o malessere psico-fisico.
- Individuazione, decodifica e soluzione di problemi personali e di gruppo (classe), di situazioni di disagio e/o emarginazione;
- Prevenzione di comportamenti a rischio;
- Sostegno alle famiglie, al personale scolastico e agli studenti che manifestino bisogni di ascolto e di consulenza.
- Individuazione di strategie di "coping" per attuare risposte più adattive allo stress indotto da situazioni difficili.
- Supporto alla gestione dei percorsi personalizzati per gli alunni DSA e BES.

DESCRIZIONE DETTAGLIATA DEL PROGETTO:

Fase 1: "Avvio"

- *Presentazione e pubblicizzazione* tramite pubblicazione della locandina e della stesura del progetto in essere sul sito dell'Istituto D'istruzione Superiore Statale (Roma) "Piaget-Diaz".
- Pubblicazione del consenso informato il quale dovrà essere debitamente compilato e sottoscritto dagli interessati e inviato all'indirizzo e-mail: **remigio.psy@gmail.com**

Fase 2: "Realizzazione"

- *Attivazione dello sportello di ascolto (Spazio di ascolto)*, rivolto a tutti i discenti dell'istituto, alle loro famiglie e ai docenti;
- * lo sportello sarà articolato, in modalità on-line tramite la piattaforma G-Suite dell'Istituto.

Sarà possibile usufruire del servizio inviando una richiesta all'indirizzo di posta elettronica: **remigio.psy@gmail.com**

Lo sportello di ascolto psicologico è inteso come spazio di confronto e crescita, che aiuta i partecipanti ad attivare le loro risorse, condividere le emozioni e trovare nuove modalità per affrontare un problema, come ad esempio l'affrontare l'attuale emergenza Covid-19.

- ✓ Sarà possibile sperimentarsi attraverso l'uso del “**mediatore artistico**” (*il disegno, lo scarabocchio, il collage, le foto, la pittura, il fumetto etc.*), ossia tramite sostegno psicologico mediante *l'arte-terapia*, la quale concerne un insieme di modalità che facilitano la costruzione di una relazione di aiuto mediata dall'attività creativa, lo scopo è tramite la messa in gioco dei processi espressivi che permettono la crescita personale, contattare le proprie risorse e potenzialità.
- ✓ Saranno proposti all'occorrenza giochi di **role- playing**, al fine di aumentare le competenze empatiche.
- ✓ Saranno proposte **tecniche di gestione per l'ansia**.

Sotto espressa richiesta e con l'adesione di un numero sufficiente di partecipanti potranno essere attivati:

- *Gruppi di sostegno per i ragazzi;*
 - ✓ Potranno essere accolte anche proposte su particolari interessi dei ragazzi (da concordare):
 - Laboratorio di *scarabocchio*;
 - Laboratorio di *collage*;
 - Laboratorio di *disegno*;
 - Laboratorio di *fumetto*;
 - Laboratorio di *foto-terapia*;
 - Laboratorio di *pittura*;
 - Laboratorio *tessile*;
- * *Gruppo di sostegno insegnanti*, momento di confronto e crescita, che aiuta i partecipanti ad attivare le loro risorse, condividere le emozioni e trovare nuove modalità per affrontare un problema. Possibilità di accordare anche con gli insegnanti, *laboratori psicologici espressivi*.
 - ✓ Saranno proposti all'occorrenza giochi di **role- playing**, al fine di aumentare le competenze empatiche.
 - ✓ Saranno proposte **tecniche di gestione per l'ansia**.
- *Incontri rivolti agli insegnanti e/o ai genitori, su tematiche di interesse, quali:*
 - “Aspetti psicologici relativi all'emergenza Covid-19”
 - “I Bisogni Educativi Speciali”;
 - “Il mondo dell'Autismo”;
 - “Il bullismo”;
 - “L'adolescenza”

- * *Eventuali incontri su altre tematiche potranno essere proposti in aggiunta o in sostituzione a quelli elencati, in base ad esigenze/richieste specifiche.*

Gli incontri saranno articolati secondo una modalità interattiva e non frontale, in cui la spiegazione di tematiche psicologiche di interesse affianca momenti esperienziali e di confronto tra i partecipanti.

- * I gruppi di sostegno saranno articolati, in modalità on-line tramite la piattaforma G-Suite dell'Istituto.

NB: la sperimentazione attraverso l'arte-terapia sia nei laboratori che in seduta individuale è da intendersi come sostegno psicologico, con le finalità sopra descritte, NON è una modalità per insegnare tecniche artistiche o che abbiano fini valutativi delle opere create. L'attenzione sarà data al processo creativo in sé, ogni opera avrà lo stesso valore nel processo psicologico, al di fuori di ogni tecnica artistica acquisita o meno.

VALUTAZIONE:

Sono previste due fasi di valutazione, con il coinvolgimento della dirigenza scolastica:

Fase 1: La **valutazione di monitoraggio**, svolta nei tempi previsti dell'incarico, durante la realizzazione del progetto e riguarderà:

- ✓ la congruenza tra attività progettate e attività realizzate,
- ✓ rilevazione di eventuali difficoltà ed ostacoli,
- ✓ il coinvolgimento della popolazione target.

Al fine di miglioramento in itinere della qualità del servizio prestato.

Fase 2: La **valutazione finale**, a progetto ultimato, terrà conto di:

- ✓ impatto del progetto, in termini di partecipazione agli incontri e fruizione dello sportello d'ascolto,
- ✓ soddisfazione degli utenti: insegnanti, alunni, famiglie.

PUNTI DI FORZA DEL PROGETTO:

Il progetto ha diversi punti di forza, il primo è sicuramente l'aspetto innovativo che ha, in quanto punta l'attenzione al supporto costante ai destinatari dell'intervento, uno spazio di

ascolto con libero accesso, soprattutto in questo momento di emergenza e creato affinché la Scuola risponda in modo sempre più efficiente alle esigenze di ciascuno, e si configuri sempre più come “Istituzione-Sensibile” al benessere psico-sociale di quanti raccoglie sotto di sé. Il secondo punto di forza che traspare, è l’uso del “*mediatore artistico*”, un mezzo di grande potenza espressiva di sé stessi, utilizzato nel sostegno psicologico dall’infanzia all’età adulta, per far emergere, sostenere e incentivare le risorse. Sicuramente l’uso dell’arte-terapia arriva velocemente al “cuore” dei ragazzi, ma anche a quello degli insegnanti, per non dimenticare mai, il bambino e l’adolescente che anche loro sono stati. Un terzo punto di forza è l’opportunità scaturita da ogni specifica tecnica di gestione dell’ansia che permette di mettere in pratica strategie di fronteggiamento adeguate e conoscenza degli aspetti connessi allo “stato ansioso”. Un altro aspetto rilevante proposto sono i giochi di *role-playing*, per conoscere sperimentandosi, l’altro e sé stesso, potrebbe sembrare banale, ma a volte per comprendere un discente in una determinata situazione, bisognerebbe chiedersi semplicemente “io quando avevo la sua età come mi sentivo di fronte questa situazione? Come reagivo?” e rispondere sinceramente a noi stessi, e forse per un attimo riusciremmo a capire il loro mondo che appare così lontano dal nostro.

Concludo con una riflessione che amo molto:

*“E’ sorprendente come questioni che sembrano insolubili
diventano risolvibili quando si ascolta, come questioni confuse
che sembrano irrimediabili si trasformano in un ruscello con
l’acqua limpida che scorre quando una persona viene ascoltata.
Ho apprezzato a fondo il tempo che ho dedicato a questo
ascolto accurato, empatico e attento”*

Carl R.Rogers

Bibliografia

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali (DSM-V), Raffaello Cortina Editore, 2014.

ANNA MARIA ACOCELLA, OLIVIERO ROSSI (2013) Le nuove arti terapie. Percorsi nella relazione d’aiuto, Franco Angeli.

WILLIAM R. MILLER, STEPHEN ROLLNICK (2019), Il colloquio Motivazionale, Aiutare le persone a cambiare, Erickson.

In fede

Dott.ssa Isabella Remigio