

PROGETTO SOSTEGNO PSICOLOGICO

scuola aquilana continua a volare.

per le scuole primarie e secondarie

Premessa

Il trauma non cessa con il cessare della violenza esterna ma continua imperterrito nel mondo interiore della vittima, che può vivere come traumatizzanti situazioni che oggettivamente non lo sono .

Molti giovani non mostrano segni o comportamenti indicatori del trauma subito e può accadere che dopo pochi giorni i sintomi comparsi non siano più presenti e, spesso viene attribuita ai ragazzi la capacità di superare le situazioni gravi grazie alle caratteristiche tipiche della giovane età. Ma anche in tal caso il problema non si può considerare superato ,gli effetti del trauma albergano,pur senza segni apparenti e per questo deve essere aiutato nell'affrontarli, tramite la figura dell'adulto presente che deve saper controllare la propria angoscia e non trasmetterla.

I sintomi più frequenti sono ipersensibilità, fragilità emotiva, angoscia, tristezza, nostalgia, paura, rabbia, solitudine, disturbi dell'alimentazione, del sonno, incubi, difficoltà di concentrazione. I percorsi pratici da proporre sono informare correttamente perché negare la realtà è assolutamente negativo. Far acquisire sicurezza per permettere di essere interpreti nelle difficoltà, e di non vivere i posti abituali della vita quotidiana come minacciosi. Far sì che abbiano una figura di adulto come riferimento che lo sappia accogliere e al quale possa ritornare nei momenti di sconforto.

Il trauma comporta una forma di difesa che consiste nello spendere le proprie risorse verso una forma di sopravvivenza attuale impedendo l'elaborazione di una progettualità

L'adulto deve saper ascoltare, farsi capire, non stupirsi di cambiamenti d'umore, di modifiche a comportamenti o schemi d'azione abituali. La paura deve trovare uno spazio di accettazione e comprensione.

Far riemergere i vissuti dal mondo interno per elaborare tramite i racconti ed esperienze gli incubi , le angosce e tutto ciò che di negativo ha cercato di negare per non essere costretto a sperimentarlo emotivamente. L'esperienza traumatica deve poter essere affrontata, rivissuta e ricatalogata affinché l'immaginazione non rimanga imbrigliata nelle trame della negazione. Anche quando apparentemente la fantasia appare scollegata alla realtà si deve utilizzare ogni spunto creativo per poter ricostruire ed elaborare quanto si sia

frammentato. E' grazie al contenimento e alla guida dell'adulto che i giovani riconquistano sicurezza e fiducia in loro stessi e si dispongono ad una nuova progettualità. A questo proposito è importante sottolineare che se i genitori sono le prime figure di riferimento, gli insegnanti sono le seconde, perché è con loro che passano molto tempo, insieme al gruppo dei coetanei, altrettanto fondamentali per un recupero soddisfacente. Gli adulti che stanno con i ragazzi devono essere supportati, perché un loro cedimento comprometterebbe il recupero effettuato o da effettuare, e non si può sperare che l'adulto superi da solo le proprie angosce, perché, per quanto reattivo, è anche lui un soggetto che è stato sottoposto ad un trauma il cui superamento non può essere differito nel tempo.

Recuperare la voglia di vivere , la propria fiducia.

Facilitare la verbalizzazione delle emozioni e la condivisione delle esperienze; aiutare a riguadagnare il senso di controllo sulla situazione e favorire un recupero attivo;

è importante aiutarli a non innescare difese distruttive (come negazione, ritiro emotivo, aggressività distruttiva), ma favorire lo sviluppo della fantasia, della creatività come nascita di una mente operativa capace di pensare-elaborare – classificare l'esperienza spaventosa che hanno vissuto.

Il presente progetto si propone di raggiungere tre obiettivi:

far emergere i pensieri positivi dei ragazzi e tradurre in positivo l'assenza di prospettive dei giovani di modo da trascinarli in un circolo positivo; la riflessione e i questionari prenderanno spunto dai temi più salienti: la femminilità, l'intercultura, l'immagine corporea e i disturbi dell'alimentazione, il bisogno di un futuro;

far emergere le proposte, le idee, le riflessioni, i progetti dei ragazzi riguardo al loro futuro, selezionare i migliori atti e le migliori proposte che consentano di integrare e superare il disagio per divulgarli.

Questo progetto di sostegno, oltre che essere di aiuto alle scuole e ai loro interpreti, docenti, alunni e genitori, si identifica come risposta sociale per il futuro dei giovani

L'intervento nelle scuole, in linea di massima, prevede per le scuole un **servizio di aiuto psicologico per i genitori, per i docenti e per gli studenti** differenziato tra scuola primaria e scuola secondaria che contempli:

Attività di accoglienza

Gestione del disagio

Presenza in carico di situazioni particolari interne alla scuola

Opera di prevenzione : tramite attività mirate extra-didattiche e moduli informativi per mantenere alto il senso di vitalità dei ragazzi e limitare sbandamenti verso comportamenti a rischio.

Azioni

1. Ipotesi di percorso formativo per gli insegnanti per facilitare il loro ruolo di figura di riferimento per gli studenti

Incontri con gruppi di insegnanti, ai fini di un aiuto alla **persona** e al **ruolo di insegnante** come figura adulta di riferimento .

Incontri con insegnanti e studenti di gruppo classe in laboratori mirati.

Attività di monitoraggio e sostegno sia agli insegnanti che ai giovani nella scuola e a distanza via internet con l'equipe di competenza durante tutto l'anno scolastico.

Scuole primarie

A) aiuto ai docenti quali persone coinvolte in prima persona. L'obiettivo è quello di sostenere e contenere lo stato emotivo personale attraverso attività svolte in un contesto di gruppo che favorisce la condivisione dell'esperienza con i colleghi e facilita un'atmosfera di maggiore coesione attivando una maggiore capacità di trovare risposte collettive nelle situazioni difficili. Consulenza psicologica presso lo sportello psicologico della scuola oppure on-line.

B) delega delle ansie dei genitori al servizio psicologico .

C) aiuto ai docenti in riferimento al ruolo professionale. L'obiettivo è quello di sostenere il docente nel lavoro con il gruppo classe per gestire lo stato emotivo dei bambini. Tale obiettivo sarà perseguito grazie all'affiancamento di un esperto che proporrà attività mirate lasciando al docente il ruolo di unico referente del gruppo classe affinché il lavoro svolto diventi una risorsa da utilizzare anche in altri momenti difficili.

Situazioni da affrontare: la condizione emotiva dei bambini, elaborazione dei lutti subiti nella classe, elaborazione dei lutti dei familiari dei bambini.

Nei casi di difficile gestione nel gruppo classe, il singolo bambino deve essere preso in carico dal servizio psicologico.

Scuole secondarie

A) aiuto ai docenti in qualità di persone. . L' obiettivo è quello di sostenere e contenere lo stato emotivo personale attraverso attività svolte in un contesto di gruppo che favorisce la condivisione dell'esperienza con i colleghi e facilita un'atmosfera di maggiore coesione attivando una maggiore capacità di trovare risposte collettive nelle situazioni difficili. Consulenza psicologica individuale presso lo sportello oppure on-line sportellodocenti@direscuola.it

B) delegare le ansie dei genitori al servizio psicologico

C) La gestione degli alunni delle superiori è totalmente diversa da quella degli alunni delle scuole primarie in quanto il docente non deve farsi carico della gestione dello stato emotivo della classe, ma deve riuscire a stabilire una relazione. La situazione che viene a determinarsi tra gli adolescenti nel prossimo anno scolastico è estremamente delicata, sia per l'età che facilita comportamenti bizzarri, sia per la situazione familiare e generale che, se pur in via di assestamento, non rappresenta ancora un forte punto di riferimento.

Il trauma comporta una forma di difesa che consiste nello spendere le proprie risorse verso una forma di sopravvivenza attuale impedendo l'elaborazione di una progettualità

La scuola è l'unico luogo in cui i ragazzi possano ricompattarsi e formulare progetti per una vita futura.

Le problematiche inerenti alla sicurezza del vivere quotidiano e relative anche al futuro potranno essere affrontate in modo teorico, attraverso percorsi informativi, ma fondamentalmente in modo pratico attraverso la partecipazione ad attività di gruppo. Per questo possibilmente in orario scolastico vanno attuati incontri informativi sui pericoli del sisma, sulle dipendenze (droga e alcol) e incontri sull'educazione sessuale. In orario extra-scolastico si devono, invece, attivare proposte che li occupino e prevedano impegno, tempo, condivisione e confronto, in attività quali la musica, il teatro, i balli di gruppo, il giornalismo, il canto, i video, la fotografia, lo sport, Utile l'attivazione di Focus-group con piccoli gruppi su argomenti mirati.

Fondamentale per il futuro è mantenere viva la memoria sociale. Le attività svolte dai ragazzi in un contesto individuale ma ancor di più quelle

svolte in un contesto di gruppo , devono spingere alla condivisione, alla coesione e devono poi essere riportate all'attenzione generale. L'impegno e i risultati ottenuti verranno sottolineati e pubblicizzati affinché siano considerati come un esempio da imitare dagli altri giovani.

D) I problemi psicologici del singolo ragazzo o di un gruppo sono in carico al servizio psicologico presente nella scuola o al servizio territoriale a seconda dell'entità del problema

2. Azioni con risvolti pratico-operativi destinati ai ragazzi all'interno delle scuole

- Attivazione di sportello di ascolto per aiuti individuali
- Organizzazione di laboratori espressivi all'interno delle scuole
- Organizzazione di incontri con gli psicologi per gruppi classe
- Organizzazione di incontri workshop in piccoli gruppi

3. Azione per sviluppare un filo diretto di sostegno sul web per ragazzi

Organizzazione di uno spazio virtuale all'interno di un portale per giovani già esistente (diregiovani.it) in cui trovare informazioni e opportunità messe in campo dal progetto e stimolare i ragazzi a elaborare in vari modi l'esperienza del trauma. Lo spazio web è fondamentale per i giovani ma non deve essere legato al terremoto, perché la partecipazione è in quanto giovani non in quanto vittime di un trauma.

Sul web

Sezioni del sito

- **Contenuti testuali** – contenuti informativi, di servizio, gli approfondimenti, i focus monotematici con schede sintetiche, confronto di opinioni, ecc...) sul progetto, contenuti prodotti dai ragazzi sui temi di loro interesse.
- **Contenuti video: video-interviste** ai giovani e dei giovani, foto, articoli sul giornale degli studenti" DALLA SCUOLA"
- Sul portale vi sarà anche la possibilità di chiedere **sostegno medico-psicologico interagendo via e-mail all'indirizzo**

sportellostudenti@direscuola.it – Centro di psicologia per infanzia e adolescenza dell'IdO.

Personale impiegato

- IdO di Roma per gli psicologi nelle scuole
- IdO di Roma per il sostegno psicologico ai giovani
- Portale Diregiovani Direscuola per la parte informativa e di contenuti

***Realizzazione del progetto: IdO – Istituto di Ortofonologia di Roma
direzione@ortofonologia.it in collaborazione con www.diregiovani.it e
www.direscuola.it***