dott. GIANLUCA CIUFFARDI

Progetto per l'attivazione di uno sportello di ascolto psicologico.

Finalità del progetto. *Il modello di terapia breve centrata sulla soluzione (De Shazer, 1986, O' Connell, 2003),* si è dimostrato un approccio psicologico valido nel promuovere fin da subito dei miglioramenti sostanziali nella vita delle persone che ne usufruiscono. Nei paesi di lingua anglosassone tale approccio è impiegato anche in ambiti non strettamente clinici, come la *scuola*, dove spesso si possono presentare problematiche relazionali e personali difficili da risolvere in breve tempo con gli approcci tradizionali. Fra i punti di forza di questo modello, possiamo annoverare la flessibilità, la rapidità di azione anche dopo pochi incontri, l'incremento del senso di autostima in chi riceve il trattamento e il saper migliorare la fiducia riposta nei propri mezzi e nelle competenze socio-emotive e relazionali, grazie al fatto di non focalizzare l'attenzione sul problema, bensì sulle soluzioni e le alternative possibili tra cui poter scegliere.

L'apertura di uno *sportello di ascolto e di consulenza psicologica* all'interno della scuola servirebbe ad accogliere le richieste espresse da insegnanti, studenti e genitori. Lo psicologo svolgerebbe così un ruolo specifico legato alla promozione della qualità di vita degli alunni, dei docenti e delle famiglie. Questo servizio si propone, perciò, di offrire agli *alunni*, alle loro *famiglie,* agli *insegnanti* e al *personale ATA* che stanno incontrando delle difficoltà, la possibilità di confrontarsi con una figura esperta per quanto concerne i problemi scolastici, ricevendo utili consigli e indicazioni per loro stessi e anche circa alcuni aspetti critici nelle relazioni educative e familiari con i minori. Tale attività di consulenza psicosociale sarà disponibile durante l'anno scolastico in base agli orari e alle necessità concordate con l'Istituto.

Obiettivi generali.

- Contribuire allo sviluppo della personalità dei ragazzi/e, bambini/e.
- Monitorare i comportamenti a rischio durante la preadolescenza e l'adolescenza, in modo da intervenire precocemente sui fattori che ostacolano la crescita e l'apprendimento.
- Ridurre eventuali stati di ansia connessi a rapporti interpersonali difficili e alle difficoltà di apprendimento, in modo da elaborare insieme le strategie più adatte per risolverli.
- Prevenire il fenomeno del disagio psicosociale e relazionale degli studenti, in modo da ridurre il numero degli insuccessi scolastici e dei possibili casi di drop-out.
- Costruire uno spazio condiviso di ascolto e di riflessione in cui i ragazzi possano esprimere l'eventuale disagio e le difficoltà incontrate in famiglia oppure durante il percorso scolastico.

- Migliorare la comunicazione e le relazioni sociali all'interno della scuola, favorendo così il benessere psicologico dei destinatari a cui il progetto si rivolge.
- Contribuire a rendere della scuola un luogo d'incontro costruttivo e partecipativo.
- Riconoscere e prevenire la presenza di quei disturbi psicologici ed emotivi che possono ostacolare la crescita, l'apprendimento e il benessere individuale.
- Aiutare gli studenti a sviluppare una migliore conoscenza di se stessi.
- Affrontare le varie forme di ansia e di preoccupazione che possono essere associate alla vita scolastica, in modo da fornire un supporto psicosociale ai minori in difficoltà e alle loro famiglie.
- Sostenere le famiglie e gli insegnanti nei loro compiti educativi
- Promuovere il benessere e la prevenzione del rischio in adolescenza
- Valorizzare le competenze e le risorse personali
- Prevenire e contrastare il bullismo, il cyberbullismo e la violenza tra pari
- Promuovere l'uso competente e consapevole delle nuove tecnologie, insieme a uno stile di vita più sano in vari ambiti
- Estendere i percorsi di orientamento fin dai primi anni di scuola secondaria di primo grado e non solo al momento della scelta della scuola superiore più appropriata, superando una logica esclusivamente informativa, bensì cercando di attuare un percorso di crescita e di conoscenza personale.

Metodologie e strumenti.

La metodologia che propongo di utilizzare durante i colloqui riguardano l'applicazione delle tecniche derivate dal modello centrato sulla soluzione, come l'ascolto attivo, la partecipazione empatica, la condivisione del punto di vista altrui, le domande aperte, l'uso della metafora per ristrutturare il problema, la ricerca delle soluzioni più costruttive da dare al problema principale, l'utilizzazione delle scale di valore per valutare la motivazione a reagire alle avversità. Tali strumenti, che mirano a costruire un rapporto di fiducia e di rispetto, sono tra i più indicati affinché si possa creare un clima di collaborazione e di accoglienza che predisponga gli utenti afferenti al servizio a esprimere tranquillamente, senza alcun timore di essere giudicati, gli eventuali stati di sofferenza, derivanti ad esempio da problemi familiari o scolastici. Gli altri strumenti che saranno utilizzati per raggiungere le finalità del progetto, sono i seguenti: le consulenze ai genitori e agli insegnanti mediante incontri individuali, i colloqui di sostegno psicologico, l'osservazione del comportamento, le attività espressive (disegno, collage) per favorire la comunicazione di una situazione di disagio.

Alcune delle ore di lavoro previste dal progetto di supporto psicologico saranno dedicate a una serie di interventi nelle classi (sia medie che elementari) per parlare di emozioni (prendendo spunto dal

film *Inside Out* della Walt Disney), orientamento scolastico (scelta della scuola superiore per chi frequenta le scuole medie) e per migliorare la percezione del benessere a scuola, attraverso schemi e disegni alla lavagna, la realizzazione di storie congiunte, l'uso creativo del linguaggio e il commento di episodi tratti dalle biografie di personaggi storici famosi oppure contemporanei (attori, sportivi etc.). È anche possibile attivare eventuali laboratori sul bullismo o altri argomenti su richiesta dei docenti e previa raccolta delle informative sulla privacy firmate dai genitori per gli alunni minorenni. Così come è possibile organizzare in presenza alcuni incontri con i genitori interessati su tematiche quali il sostegno alla genitorialità, le dipendenze tecnologiche e altri argomenti indicati dalla scuola.

Risultati attesi.

Dal punto di vista dei docenti, lo sportello di ascolto e di consulenza psicologica dovrebbe facilitare la loro funzione educativa, mentre per i genitori coinvolti nel progetto, si prevede un miglioramento delle loro competenze in ambito relazionale. Per quanto concerne gli alunni (di scuola media) che intenderanno usufruire dei servizi erogati con lo sportello di ascolto, è atteso un miglioramento nello sviluppo delle competenze comunicative ed espressive, insieme alla motivazione a frequentare la scuola non soltanto come luogo dove apprendere nozioni e abilità varie, ma anche come di una risorsa grazie a cui costruire la propria identità personale.

Durata complessiva e destinatari del progetto.

Il progetto prevede un impegno professionale annuale di **140 ore** per lo sportello di ascolto e le altre attività di consulenza psicologica. Nello specifico, **5 ore** saranno dedicate alla presentazione a tutte le classi medie dei servizi dello sportello di ascolto, durante le quali sarà possibile illustrare agli studenti la figura dello psicologo e le modalità di accesso e di utilizzo del servizio. Successivamente, a partire dal mese di Novembre, si prevede di realizzare lo sportello con una cadenza di almeno un giorno alla settimana per la scuola secondaria e di una mattina ogni due settimane per gli altri ordini, con un impegno di almeno **4 ore** per ciascuna mattinata, in base alle richieste che perverranno. Lo psicologo affiderà alla segreteria della scuola una lista nella quale inserire i nominativi degli studenti (previa autorizzazione dei genitori) che vorranno prenotare una consulenza psicologica. Ogni intervento di consulenza psicologica avrà uno spazio di circa 30/45 minuti e potrà essere ripetuto nel corso delle mattinate successive, per un massimo di 4 volte. I colloqui con gli adulti (genitori e insegnanti), che potranno contattare lo psicologo tramite mail, si svolgeranno in orario da concordare volta per volta. Per quanto riguarda gli incontri con le classi, la loro durata sarà di **1** o **2 ore** per ogni laboratorio/docenza/incontro (replicabile per ogni classe che intenderà avvalersi di tale possibilità) e saranno antecedenti o successivi alle ore di sportello di ascolto. Lo psicologo rimane a disposizione in qualsiasi momento per aumentare le ore da dedicare al progetto, in caso di ulteriori finanziamenti o sopraggiunte necessità dell'Istituto.

In fede,

Gianluca Ciuffardi