

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 dell'Istituto 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*, ai *docenti* 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 delle relazioni educative e familiari. Tale attività di consulenza psicosociale sarà disponibile durante tutto l'anno scolastico, in base agli orari e alle necessità concordate con l'Istituto.

Obiettivi generali.

- ❖ Contribuire allo sviluppo della personalità dei ragazzi/e.
- ❖ Monitorare i comportamenti a rischio durante l'adolescenza e la preadolescenza, 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 quelle problematiche psicologiche ed emotive che possono ostacolare la crescita, l'apprendimento e il benessere individuale.
- ❖ Aiutare gli studenti a sviluppare una migliore conoscenza di se stessi degli altri.
- ❖ Affrontare le forme di ansia e di preoccupazione associate alla pandemia da coronavirus ancora in corso, in modo da fornire un supporto psicosociale ai minori in difficoltà e alle loro famiglie.
- ❖ Orientamento per la scelta della facoltà universitaria più in linea con le proprie aspirazioni, risorse e capacità personali.
- ❖ Sostenere gli insegnanti nei loro compiti educativi.
- ❖ Facilitare l'inserimento in classe di ragazzi/e provenienti dall'estero.

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, eventuali stati di sofferenza, derivanti ad esempio da problemi familiari o scolastici. Gli strumenti che saranno utilizzati per raggiungere le finalità del progetto sono i seguenti: i colloqui di sostegno psicologico ai ragazzi/e, le consulenze ai docenti e al personale ATA.

Alcune delle ore di lavoro previste dal progetto potranno essere dedicate a una serie di interventi nelle classi per parlare di emozioni, educazione all'affettività, orientamento scolastico, così come del modo migliore per attivare le risorse personali e raggiungere così i propri obiettivi. È possibile attivare laboratori sull'uso e abuso di sostanze; laboratori sul bullismo e il cyberbullismo, le dipendenze tecnologiche etc., da svolgersi in orario scolastico, su richiesta dei docenti e previa raccolta delle informative sulla privacy firmate dai genitori per gli alunni minorenni.

Risultati attesi.

Per quanto concerne gli studenti 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 un luogo dove apprendere nozioni e abilità varie, ma anche come di una risorsa grazie a cui costruire la propria identità personale e sociale. Dal punto di vista dei docenti, lo sportello di ascolto e di consulenza psicologica dovrebbe facilitare la loro funzione educativa e facilitare così la comunicazione in classe, migliorandone le competenze relazionali.

Durata complessiva e destinatari del progetto.

Gli alunni potranno contattare lo psicologo direttamente tramite mail: per quanto riguarda gli studenti minorenni, potranno accedere allo sportello soltanto dopo aver consegnato il modulo sul consenso e la privacy firmato dai genitori, che sarà da me inviato via mail oppure reperibile presso la segreteria dell'Istituto. Si prevede di attivare lo sportello di ascolto per almeno due giorni alla settimana, ad esempio il lunedì e il mercoledì, rispettivamente dalle ore 8:00 alle ore 14:00 (**6 ore** consecutive) e in orario pomeridiano dalle ore 14:00 alle 16:00 (**2 ore** consecutive) . Ogni intervento di consulenza psicologica avrà uno spazio di circa 30/45 minuti e potrà essere ripetuto nel corso delle mattinate successive, per un totale massimo di 4/5 incontri. All'inizio del progetto, una mattinata, per un totale di **6 ore** consecutive, sarà dedicata alla presentazione del servizio e delle modalità di accesso allo sportello alle classi prime e seconde, in modo da illustrare la figura e le competenze dello psicologo. I colloqui con i ragazzi/e si svolgeranno sempre in presenza, in un'aula messa a disposizione dall'Istituto. 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 potranno svolgersi durante i lunedì oppure i giovedì mattina. Il totale complessivo dell'impegno professionale richiesto ammonta per il momento a **190 ore**, come da calendario allegato.

In fede,

Gianluca Ciuffardi