

PROGETTO SISMA
CORSO DI FORMAZIONE PER DOCENTI
«A SCUOLA DOPO L'EMERGENZA.
Proposte operative e buone prassi.»
INC. N. 1

Dott.ssa Daniela Di Pinto

Psicologa – Psicoterapeuta

d.dipinto@ortofonia.it

a.s. 2020-2021

PREMESSE

ALLORA, PERCHÈ IN QUESTO NUOVO ANNO NON INIZIARE FINALMENTE LA COSTRUZIONE TANTE VOLTE RIMANDATA DI UN MONDO MIGLIORE, EH?



L'ESPERIENZA DELL'IDO NELLA GESTIONE DELLE EMERGENZE EDUCATIVE

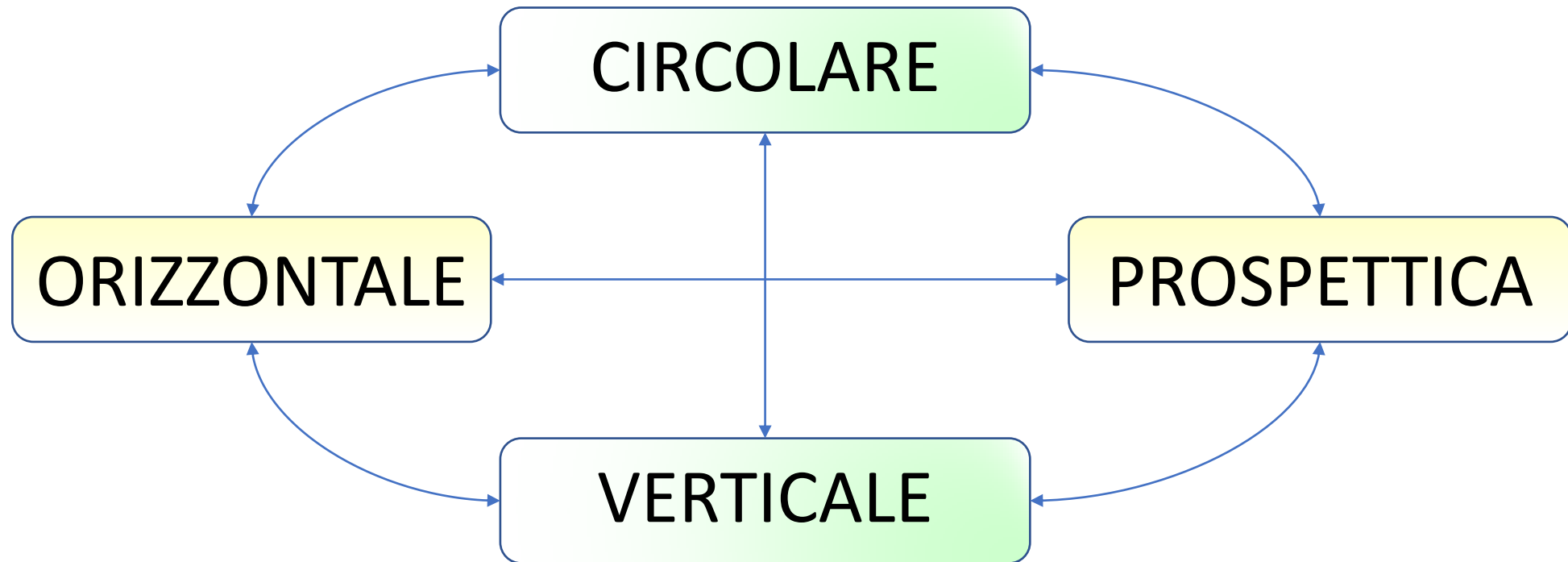


L'Istituto di Ortofonia da sempre lavora a fianco delle scuole occupandosi di fornire supporto nel momento in cui vengono colpite da eventi difficili e traumatici.

Gli interventi svolti nell'arco di questi anni hanno visto nella scuola e negli insegnanti il canale primario attraverso il quale è stato possibile raggiungere e supportare centinaia di giovani studenti.

PROSPETTIVA GLOBALE

L'approccio dell'IdO alle esperienze difficili e traumatiche si sviluppa seguendo una **prospettiva di tipo globale** che si articola su **quattro dimensioni**:



DIMENSIONE ORIZZONTALE

Accoglie e interviene su tutti i contesti di vita dell'individuo: famiglia, scuola, relazioni con i pari, servizi territoriali.



DIMENSIONE VERTICALE



Il processo di elaborazione dell'esperienza considera il piano corporeo, affettivo, neurobiologico, cognitivo, relazionale e comportamentale.

DIMENSIONE CIRCOLARE

Abbraccia la percezione e l'impatto che l'evento ha avuto tanto sul mondo interno che sul mondo esterno, includendo il livello concreto e quello simbolico.



DIMENSIONE PROSPETTICA



Implica la capacità di tener conto della dimensione temporale come fattore necessario all'integrazione delle esperienze e all'attivazione di un processo di riparazione e resilienza

OBIETTIVI DELL'INTERVENTO

- **ACCOGLIERE LE RICHIESTE E FORNIRE RISPOSTA AI BISOGNI e AI VISSUTI DI SOLITUDINE** che spesso i docenti sperimentano quando si trovano a dover far fronte con le sole, per quanto notevoli, competenze educative e didattiche a situazioni nelle quali è richiesta una funzione prevalentemente pedagogica, unita a elevate competenze relazionali.
- **PROMUOVERE IL BENESSERE**, implementando *una* **LOGICA PROATTIVA**, sollecitando l'autonomia e il senso di responsabilità necessarie allo sviluppo di competenze, così come descritte dalle Indicazioni Nazionali del 2012.
- **DIFFONDERE** una corretta **informazione, conoscenze e “buone prassi”**.
- **INFORMARE** in merito alle dinamiche e ai vissuti che si possono attivare nel momento in cui ci si ritrova a dover gestire situazioni di cambiamento o di emergenza.

OBIETTIVI DELL'INTERVENTO



- **CONDIVIDERE** parte delle conoscenze e delle competenze acquisite dal mondo scientifico, declinando il sapere psicologico in modo che possa essere utile e spendibile in relazione ai diversi contesti con cui si interfaccia, la scuola in primis.
- **FARE LO SFORZO DI COMPRENDERE** in che modo le conoscenze psicologiche possono essere tradotte in strumenti e buone prassi utili per rispondere con maggior consapevolezza alle domande di senso poste dai giovani.
- **VALORIZZARE** il contributo che la scuola, così come la famiglia e la comunità in generale, possono dare alla crescita e al benessere dei minori.

L'ESPERIENZA DELL'IDO NELLA GESTIONE DELLE EMERGENZE EDUCATIVE

Un contributo che si integra e non si sostituisce, né si sovrappone, a quello offerto dalle altre agenzie educative, la famiglia in primis, dalla rete di supporto territoriale e dai professionisti sanitari.



DOCENTE «MEDIATORE» DI BENESSERE

Costruisce gradualmente, pazientemente e costantemente nel tempo valori in grado di accompagnare i giovani verso l'età adulta con le competenze necessarie a evitare che cedano a comportamenti disadattivi, facilitando e promuovendo l'attivazione di un processo di resilienza.



TESTIMONIANZE...

- *“Ho trovato questo corso molto interessante e formativo; l’ho trovato di fondamentale importanza in occasioni come quelle che stiamo vivendo in questi giorni. Vorrei ringraziare tutti coloro che hanno contribuito alla realizzazione di questo corso.” ...*
- *“Vorrei ringraziare tantissimo di questo corso. L’ho trovato interessante, chiaro nell’esposizione e molto utile perché fornisce risposte ai problemi che si verificano nell’arco della vita...non solo in questo periodo. Ancora grazie.”*

IdO Istituto di Ortofonia

Ministero dell'Istruzione

2019-nCoV COVID-19

Corso di formazione per docenti
La gestione dell'ansia e dello stress nelle situazioni di emergenza

Per informazioni e iscrizioni
EMAIL: spottellodocenti@diregiovani.it

IdO Istituto di Ortofonia

Ministero dell'Istruzione

2019-nCoV COVID-19

COMUNICAZIONE E INTELLIGENZA EMOTIVA
NELLA DIDATTICA A DISTANZA

Per informazioni e iscrizioni
EMAIL: spottellodocenti@diregiovani.it

IL RUOLO DELLO PSICOLOGO

“...la professione psicologica ... non si centra più da tempo solo su una mera “clinica della patologia” (...) ma su interventi di gestione e promozione della salute e del benessere, a livello individuale, di gruppo, organizzativo e di comunità...”
i“...suoi Atti (della Psicologia)... sono ancora troppo spesso definiti, in maniera scientificamente erronea e riduttiva, attraverso un linguaggio circoscritto alla sola applicazione in ambito strettamente sanitario”.

(Parere sulla Prevenzione/Promozione in ambito psicologico, CNOP)

10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

- 
- 1° LO PSICOLOGO È PER I MATTI
 - 2° LO PSICOLOGO È PER DEBOLI (E IO VOGLIO FARCELA DA SOLO)
 - 3° LO PSICOLOGO POTREBBE MANIPOLARE LA MIA MENTE
 - 4° IO SONO FATTO COSÌ (CAMBIARE È IMPOSSIBILE)
 - 5° NESSUNO PUÒ CAPIRE IL MIO DOLORE
 - 6° È IMPOSSIBILE RISOLVERE PROBLEMI CONCRETI SOLO PARLANDO
 - 7° LA PSICOTERAPIA DURA TROPPO
 - 8° LO PSICOLOGO COSTA TROPPO
 - 9° PERCHÉ RIVOLGERSI A UNO PSICOLOGO QUANDO POSSO PARLARE CON UN AMICO?
 - 10° AH... SEI PSICOLOGO?!

CONOSCERE QUESTI PREGIUDIZI È IL PRIMO PASSO PER...

- 1 PROMUOVERE IL PRENDERSI CURA DELLA PRORIA MENTE COME COMPITO QUOTIDIANO
- 2 FAR SÌ CHE LO PSICOLOGO FACCIA SEMPRE MENO PAURA

IL RUOLO DELLO PSICOLOGO

- **ACCOGLIERE** le richieste provenienti da docenti, studenti e famiglie, promuovendo l'attivazione delle risorse insite nei relativi contesti di appartenenza;
- **INFORMARE** in merito alle dinamiche e ai vissuti che possono attivarsi negli individui nel momento in cui si ritrovano a doversi confrontare con situazioni di cambiamento o di emergenza;
- **SOSTENERE** le competenze socio-emotive dei docenti e l'elaborazione di strategie adattive necessarie a far fronte all'emergenza, favorendo in loro l'attivazione di un processo di resilienza;
- **VALORIZZARE** le potenzialità e le risorse della scuola;
- **INDICARE** quando e a chi rivolgersi in caso di necessità, favorendo il raccordo e la collaborazione tra professionisti e servizi offerti dal territorio.



IL RUOLO DELLO PSICOLOGO



Creare le condizioni per consentire ai docenti di proseguire la loro azione educativo-didattica nonostante tutto, riducendo il rischio che siano essi stessi travolti dai vissuti emotivi che fisiologicamente si attivano a confronto con eventi difficili e traumatici o che, al contrario, siano portati inconsapevolmente a negarli, nel tentativo di difendersene.

TESTIMONIANZE...

The advertisement features the logos of DIRE GIOVANI.IT, the Italian Ministry of Education (Ministero dell'Istruzione), and the Istituto di Ortofonia (IdO). The central text reads '30 PSICOLOGI LONTANI MA VICINI' (30 psychologists far but close), followed by 'RISPONDONO A STUDENTI, DOCENTI E FAMIGLIE DURANTE L'EMERGENZA CORONAVIRUS'. It provides contact information: an email address 'esperti@diregiovani.it' and a WhatsApp/SMS number '+39 3334118790'. Illustrations of a man and a woman working at computers are included, along with a 'CLICCA QUI' (Click here) button.

DIRE GIOVANI.IT

Ministero dell'Istruzione

IdO
Istituto di Ortofonia

30 PSICOLOGI LONTANI MA VICINI

RISPONDONO
A STUDENTI, DOCENTI E FAMIGLIE
DURANTE L'EMERGENZA CORONAVIRUS

CLICCA
QUI

esperti@diregiovani.it

+39 3334118790
(solo Whatsapp e SMS)

«Buongiorno, già con qualche bambino, ed a breve questo potrebbe allargarsi ad altri alunni, registriamo i cali di attenzione che nascono nella difficoltà comunicativa della didattica a distanza. Chiedo quali siano le risposte che hanno dato gli esperti di psicologia dell'età evolutiva e se vi sia una bibliografia di riferimento sulla disattenzione digitale in genere. Chiaramente non specifica, in quanto il problema si sta verificando adesso.»

TESTIMONIANZE...



IdO Istituto di Ortofonia 

IdO CON VOI
in collaborazione con la Società Italiana di Pediatria

MEDICI, PSICOLOGI E TERAPISTI DELLA RIABILITAZIONE
rispondono **GRATUITAMENTE** alle domande
delle famiglie con minori con disturbi dello sviluppo in questo periodo di emergenza

EMAIL : riabilitazioneminori@ortofonologia.it
CELL: +39 3450391519 (Solo Whatsapp e SMS)

2019-nCoV
CORONAVIRUS

«Buonasera, sono un papà di una ragazza di 15 anni che frequenta il liceo scientifico. Abbiamo concluso l'anno scolastico con molta fatica, tra il mio aiuto (io e la mamma siamo separati e spesso lei è con me), la comprensione degli insegnanti e tanta, tanta pazienza. Devo dire che ne siamo usciti davvero stressati e l'idea di un nuovo periodo simile a questo mi fa venire i brividi! Lavorando da casa ho potuto seguirla ma indubbiamente non è stato facile il rapporto con lei. Spesso mi sono innervosito e il non poter uscire o allentare altrove le tensioni non ci ha facilitato. Ora, ogni volta che parla di settembre vedo che si agita e che comincia a manifestare un disagio. A volte mi sembra anche di scorgere come un tic dell'occhio ma non so se è una mia impressione. Mi sembra in ansia eccessiva per la scuola. Come posso aiutarla? Temo che entrare troppo nelle sue cose possa farla sentire ancora più insicura. Vi ringrazio.» Massimo

TESTIMONIANZE...

IdO Istituto di Ortofonia

DIREGIOVANI.IT

LONTANI MA VICINI • IdO CON VOI

PER GLI STUDENTI

- 1 - SUPPORTO PSICOLOGICO
- 2 - LABORATORI ESPRESSIVI E CREATIVI
- 3 - APPROFONDIMENTI

PER I DOCENTI

- 1 - SUPPORTO PSICOLOGICO
- 2 - ATTIVITÀ DI FORMAZIONE ONLINE
- 3 - APPROFONDIMENTI

PER LE FAMIGLIE

- 1 - ASCOLTO E SUPPORTO PSICOLOGICO
- 2 - CONSULENZE SPECIALISTICHE

PROGETTO DI SOSTEGNO PSICOLOGICO GRATUITO PER LE SCUOLE - ATTIVO DA LUNEDÌ AL SABATO

IdO e DIREGIOVANI IN COLLABORAZIONE CON SIP (Società Italiana di Pediatria)

SCRIVICI: 3334118790 (solo WhatsApp e SMS) - esperti@diregiovani.it

«Cari Esperti, quest'anno dovrò fare il secondo anno di liceo ma la scuola ancora non inizia per il fatto che è stata rimandata al 24 settembre. All'inizio del mese mi sentivo quasi pronta ma adesso più passa il tempo e più mi vengono tanti dubbi. Ho tante paure ed incertezze e penso che sarà un anno tremendo. Ho paura di ammalarmi e di contagiare la mia famiglia e mi preoccupa anche che le cose non saranno le stesse di una volta. So che è una cosa stupida ma ho quasi paura di rimanere delusa dalle amicizie e dal fatto che non potrò comportarmi normalmente. Quest'attesa sta peggiorando le cose e mi snerva, mi fa salire un'ansia! aiuto! Grazie» Monia, 15 anni

IL RUOLO DEI DOCENTI

- Assolvere la **funzione di scaffolding** (Bruner, Wood, Ross, 1976) che li rende guide e alleati nel percorso di crescita degli studenti.
- Continuare a **stimolare** l'opportunità e il **desiderio di imparare** ad apprendere.
- Assolvere la **FUNZIONE PEDAGOGICA** insita nel proprio ruolo di educatore, mettendo a frutto le proprie competenze relazionali e il proprio ruolo di guida nel percorso di apprendimento dei giovani.
- **Identificare**, riconoscere e comprendere le naturali, quanto legittime, reazioni emotive provocate dai cambiamenti in atto.



COORDINATE EDUCATIVE

- 1. Il sapere** (*le conoscenze*).
- 2. Il saper fare** (*le competenze pratiche o abilità*).
- 3. Il saper essere** (*modo in cui un individuo mette in campo il saper fare e il saper essere*).
- 4. Il saper divenire** (*modo in cui un individuo mette in campo tutte le risorse per attuare una continua, proattiva, trasformazione*).



FUNZIONE PEDAGOGICA

La **funzione pedagogica** è traducibile nel **desiderio di contribuire al processo di crescita e autorealizzazione dei giovani**, è questa spinta che deve poter orientare le scelte educativo-didattiche relative allo studente e al gruppo classe.

«Lo studente è posto al centro dell'azione educativa in tutti i suoi aspetti: cognitivi, affettivi, relazionali, corporei, estetici, etici, spirituali, religiosi.» (Indicazioni Nazionali, 2012)

Scala dei bisogni di Maslow



STRUMENTI

- Narrazioni, racconti, storie di resilienza
- Forme di espressione artistica (*disegno, pittura, etc...*)
- Espressione musicale
- Creatività
- Pensiero simbolico
- Piacere legato alla scoperta
- Pianificazione e l'organizzazione di spazi, tempi e attività in relazione al raggiungimento di obiettivi a breve, medio e lungo termine

Tali risorse se attivate in maniera consapevole, consentono di preservare la progettualità e la curiosità necessarie a mantenere un atteggiamento di interesse e apertura nei confronti del futuro, senza rischiare di perdere di vista il presente.



IL PROCESSO DI RICOSTRUZIONE: FASE 1



IL PROCESSO DI RICOSTRUZIONE: FASE 2



IL PROCESSO DI RICOSTRUZIONE: FASE 3



**L'EMERGENZA IERI,
OGGI...E DOMANI?**



L'EMERGENZA IERI, OGGI E...



Il lockdown necessario al contenimento del rischio di diffusione del virus ha imposto la chiusura degli istituti scolastici e l'attivazione di forme di didattica a distanza che, in modo eterogeneo, sono state attivate su tutto il territorio nazionale. Le abitudini quotidiane di tutti sono state stravolte in modo improvviso e repentino.

PRINCIPALI REAZIONI

- Alterazioni relative ai bioritmi (*sonno e alimentazione*).
- Difficoltà nella gestione del tempo e dello spazio.
- In età prescolare la maggiore difficoltà è stata quella dei genitori nel dover gestire al contempo il loro ruolo genitoriale e di lavoratori; questo ha creato tensioni intrafamiliari che hanno portato ad alterazioni comportamentali ed emozionali. I bambini in età prescolare hanno manifestato anche grande capacità di adattamento e resilienza.
- In età scolare la maggiore difficoltà è stata quella legata alla gestione della didattica.
- In età pre-adolescenziale e adolescenziale, sono emerse tematiche relative all'ansia, molto spesso somatizzata, a volte superficializzata nella forma di un attacco di panico, in alcuni casi si sono amplificate condotte di isolamento.
- Sul piano delle dinamiche familiari il lockdown ha slatentizzato tensioni sommerse, ma ha anche consolidato legami affettivi che risentivano della mancanza di tempo da dedicarsi. Molte famiglie sono state costrette a convivere, molte a vivere distanti, la maggior parte a gestire le dinamiche legate alla sovrapposizione di spazi e ruoli.

EMERGENZA



Nella fase di emergenza e nella prima fase successiva all'esperienza vissuta c'è un'alta frequenza di reazioni di stress di grado lieve e moderato che possono essere considerate risposte fisiologiche.

...E DOMANI?

Tali reazioni non è detto che si tradurranno in difficoltà a lungo termine.

L'essere esposti a un'esperienza difficile non genera a priori un vissuto traumatico o un disturbo da stress post-traumatico.



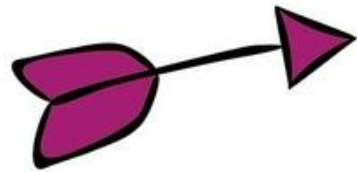
STILI DI ATTACCAMENTO E STRATEGIE DI ADATTAMENTO

Le persone possono differire notevolmente nell'utilizzo delle strategie di adattamento per far fronte allo stress e alle esperienze difficili e/o traumatiche.

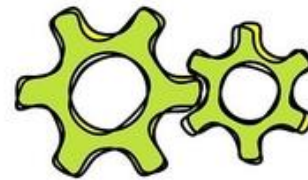
Gli **INDIVIDUI SICURI** reagiranno, probabilmente, con comportamenti flessibili e nuove strategie, sollecitando gli altri a impegnarsi reciprocamente nell'aiuto.



Idea



To do



Doing



Done

STILI DI ATTACCAMENTO E STRATEGIE DI ADATTAMENTO



Gli **INDIVIDUI EVITANTI** cercheranno di non prendere contatto con i loro sentimenti o con le persone e le situazioni che elicitano risposte affettive.

STILI DI ATTACCAMENTO E STRATEGIE DI ADATTAMENTO

Gli **INDIVIDUI AMBIVALENTI** potranno diventare inaspettatamente coraggiosi e buttarsi in imprese che gli altri considererebbero rischiose.



STILI DI ATTACCAMENTO E STRATEGIE DI ADATTAMENTO

Le ricerche di J. Bowlby hanno avuto il merito di mettere in evidenza i possibili itinerari di sviluppo dei giovani in base alla qualità delle relazioni che si vengono a configurare tra le richieste di questi ultimi (*attaccamento*), la responsività dell'ambiente (*accudimento*) e la percezione di questa responsività da parte del soggetto (*sintonizzazione*).



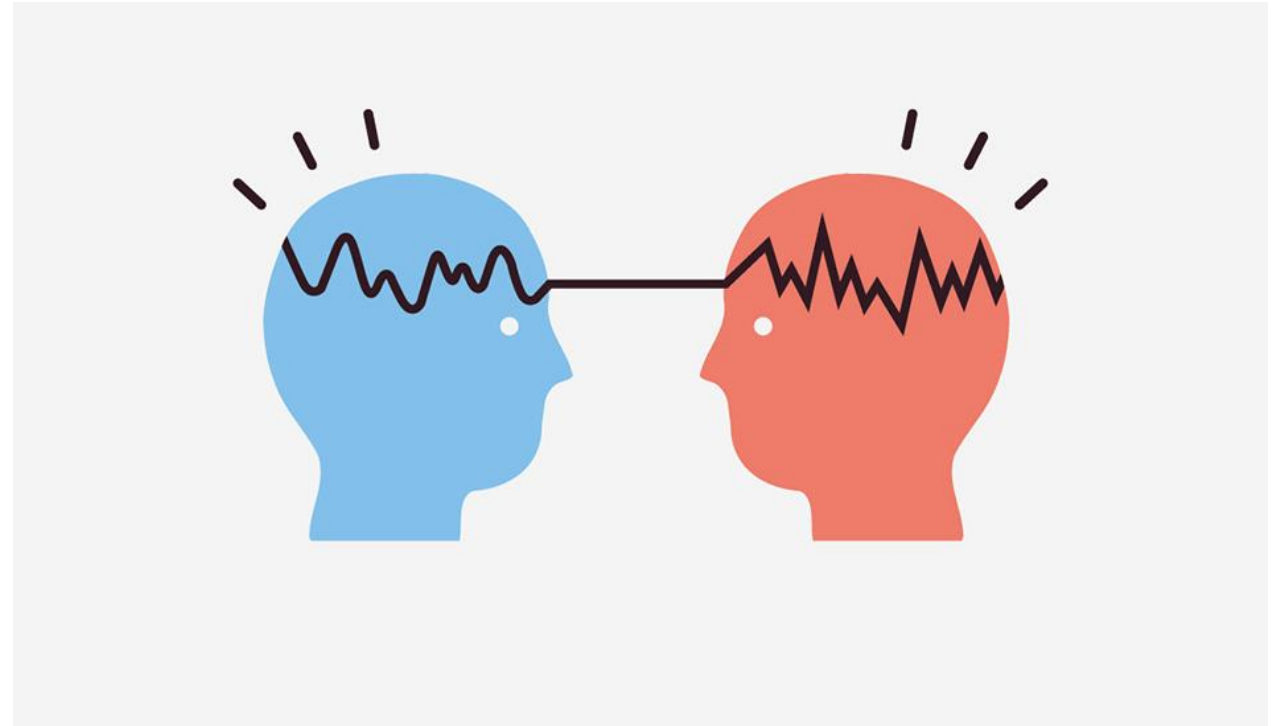
STILI DI ATTACCAMENTO E STRATEGIE DI ADATTAMENTO



Sul piano educativo dimostrano come **ogni atto educativo**, progetto di prevenzione e promozione del benessere a scuola, **deve** necessariamente **basarsi sull'attivazione di canali di comunicazione chiari, sicuri e coerenti**, evitando ambivalenze e discontinuità.

STILI DI ATTACCAMENTO E STRATEGIE DI ADATTAMENTO

La scuola, infatti, contribuisce a favorire e/o integrare un determinato stile di attaccamento/relazionale in base alla disponibilità fornita in termini di «**sintonia emotiva**», ovvero di atteggiamenti finalizzati a rispecchiare con buona approssimazione emozioni, bisogni, paure e stati d'animo degli alunni.



STRATEGIE DI COPING

L'insieme dei meccanismi psicologici adattivi messi in atto da un individuo per fronteggiare le avversità, allo scopo di gestire, ridurre o tollerare lo stress e il conflitto sono comunemente chiamati **STRATEGIE DI COPING** («*adattamento*»).

Le risposte di coping **possono dipendere:**

- Da tratti e caratteristiche individuali,
- Dall'ambiente sociale,
- Dalla natura dell'evento stressante.

STRATEGIE DI COPING

- **COPING ATTIVO:** l'individuo può confrontarsi direttamente con la situazione esterna che provoca stress e con le proprie emozioni.
- **COPING PASSIVO:** il soggetto può dedicarsi ad attività e pensieri distraenti che possono allontanarlo dal problema.



COPING ADATTIVO

- **COPING PROATTIVO**, per esempio tramite l'anticipazione si può immaginare preventivamente quel che potrebbe accadere per prepararsi a gestirlo al meglio.
- **COPING SOCIALE**, come la ricerca di supporto da altre persone.
- **COPING INCENTRATO SUL SIGNIFICATO**, in cui il soggetto si concentra sul trarre del significato dall'esperienza stressante.
- **UMORISMO**, con una visione umoristica della vita le esperienze stressanti possono essere e sono spesso ridotte al minimo. Questa strategia di coping corrisponde a stati emotivi positivi ed è nota essere un indicatore della salute mentale.

N.B.: anche i processi fisiologici sono influenzati dall'esercizio dell'umorismo. Ridere può, ad esempio, ridurre la tensione muscolare, aumentare il flusso di ossigeno nel sangue, esercitare la regione cardiovascolare e produrre endorfine nel corpo. Talvolta le persone fanno ricorso all'umorismo anche per provare un senso di controllo durante una situazione in cui ci si sente impotenti.

COPING INCENTRATO SULLA SALUTE

Strategie volte a ridurre il disagio:

- respirazione profonda,
- dialogo interiore positivo,
- attività rilassanti o distraenti,
- sostegno sociale,
- ricerca di sostegno da parte degli operatori sanitari se le strategie personali non sono efficaci e/o sufficienti.



COPING DIS-ADATTIVO

Esse includono:

- **Dissociazione** (*ovvero la capacità della mente di separare e compartimentare pensieri, ricordi ed emozioni, spesso associata a PTDS*),
- **Sensibilizzazione** (*tentativo di conoscere, provare, anticipare eventi terribili in uno sforzo protettivo per evitare che si verifichino, prima che essi abbiano modo di iniziare*),
- **Eccessiva ricerca di sicurezza** (*come il dipendere da qualcosa o qualcuno per far fronte all'ansia*),
- **Evitamento ansioso e ritiro** (*spesso si manifesta quando si evitano situazioni che provocano ansia*),
- **Fuga** (*spesso dimostrata da persone che soffrono di attacchi di panico o fobie*).

STRATEGIE DI COPING



Le esperienze difficili se da una parte possono aumentare i livelli di stress e contribuire a rendere l'individuo più fragile e vulnerabile, allo stesso tempo, **possono creare la condizione per permettere all'individuo di essere maggiormente disponibile al cambiamento e all'acquisizione di nuove competenze.**

IN QUALE «FASE» SIAMO?

EMERGENZA:

- condizione e circostanza imprevista, accidentale;
- situazione fortemente stressante che mette a repentaglio le routine quotidiane e le ordinarie **strategie di coping** degli individui e delle comunità;
- momento critico che richiede un intervento immediato, eccezionale, in quanto verosimilmente implicante un possibile **RISCHIO**.

IL RIENTRO IN CLASSE: RISCHI E OPPORTUNITÀ

RISCHIO:

- **eventualità di subire un danno o una perdita.**
- **Potenzialità che un'azione o un'attività scelta (*includendo la scelta di non agire*) porti a una perdita o a un evento indesiderabile.**

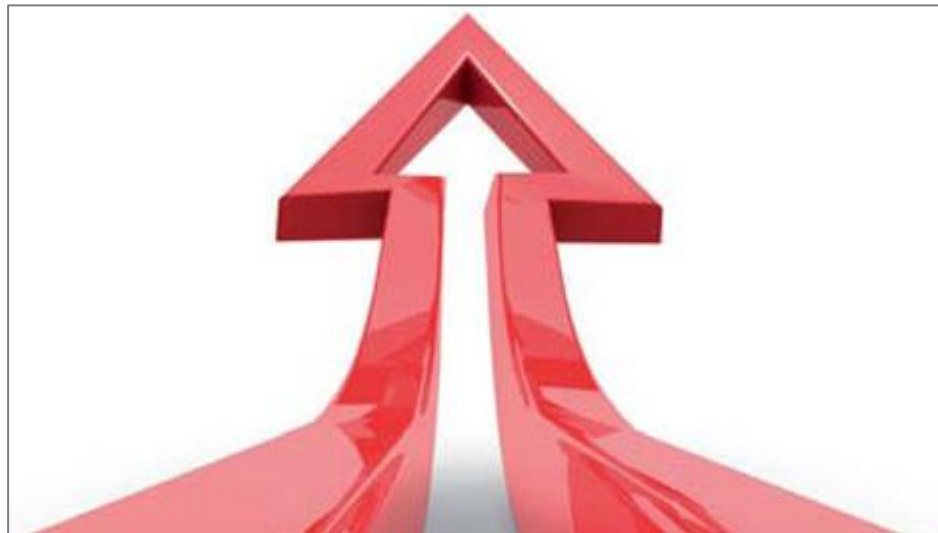


VALUTAZIONE DEL RISCHIO

Il rischio può essere:

- **valutato**, allo scopo di scegliere adeguate misure di sicurezza,
- **mitigato**, sostenendo i fattori di protezione (*prevenzione promotiva*),
- ma **non azzerato** (*come sottolineano in più punti le normative attuali*).

MISURE DI SICUREZZA



Per **favorire sicurezza e benessere** è necessario agire su due fronti:

- riducendo i fattori di rischio (distanziamento fisico, corretto utilizzo dei DPI, etc...),
- favorendo i fattori di protezione.

Il potenziamento delle competenze socio-emotive e delle abilità personali e relazionali è attualmente considerato tra tutte la strada migliore per promuovere benessere e implementare i fattori protettivi. Non si può agire soltanto in un'ottica di «privazione», bisogna lavorare in un'ottica di compensazione, integrazione, potenziamento e sviluppo.

FATTORI DI PROTEZIONE

INDIVIDUALI

- Corretta informazione
- Consapevolezza
- Competenze socio-emotive
- Strategie di coping
- Resilienza
- Cura di sé
- Corretto utilizzo dei DPI
- Rispetto delle normative

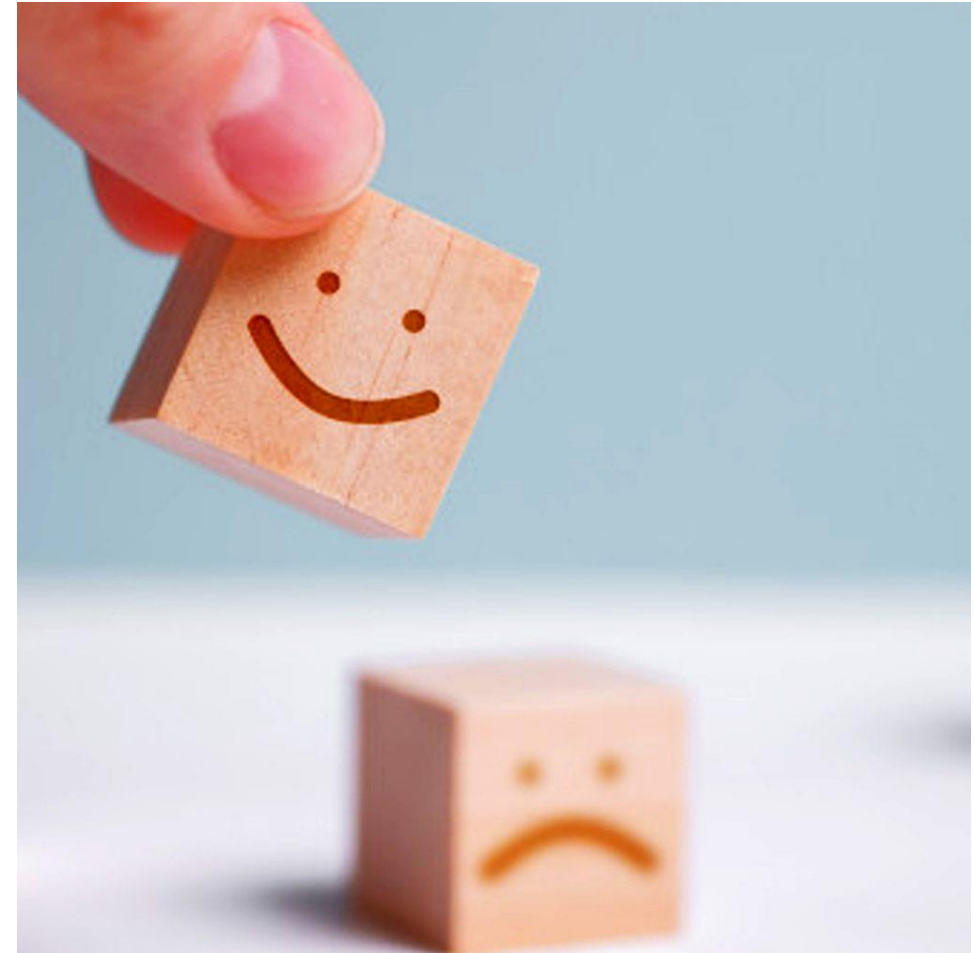
AMBIENTALI

- Igiene degli ambienti
- Organizzazione degli spazi
- Pianificazione dei tempi
- Efficace utilizzo degli strumenti didattici e tecnologici
- Corresponsabilità educativa
- Alleanze con il territorio
- Distanziamento sociale

PROMOZIONE DEL BENESSERE

Tra le abilità necessarie a uno sviluppo sano, equilibrato e foriero di autonomia l'OMS nel 2001 ne ha individuate alcune particolarmente importanti:

- il riconoscimento, la discriminazione e la condivisione delle emozioni (**empatia**);
- la gestione delle proprie emozioni (**autoregolazione**);
- la modulazione dello stress per raggiungere obiettivi concreti (**autoefficacia**);
- il senso di controllo personale (**autostima**).



FATTORI DI PROTEZIONE

LIFE SKILLS

- Decision making
- Problem solving
- Pensiero creativo
- Pensiero critico
- Comunicazione efficace
- Capacità interpersonali
- Autoconsapevolezza
- Empatia
- Gestione delle emozioni
- Gestione dello stress

SOFT SKILLS

- Autonomia
- Fiducia in sé
- Flessibilità/adattabilità
- Capacità di pianificare e organizzare
- Apprendere in maniera continuativa
- Conseguire obiettivi
- Gestire informazioni
- Spirito d'iniziativa
- Team work
- Leadership

IL RIENTRO IN CLASSE COME OPPORTUNITÀ

Lavorare in un'ottica di promozione del benessere consente di aumentare le possibilità di riuscire ad andare oltre i vissuti che generalmente si attivano a confronto con le avversità, cogliendo le possibilità di sviluppo e crescita di cui queste esperienze possono essere portatrici.

- **EMERGENZA:** atto dell'emergere, dell'affiorare, del portare alla superficie.
- **RISCHIO:** per estensione fa riferimento all' *«arrivare a un passo dal conseguire un risultato positivo»* (per es. rischiare di vincere). Le Linee Guida per la Gestione del Rischio (Normativa ISO 31000) definiscono il rischio come *«l'effetto dell'incertezza sugli obiettivi»*, precisando che tale effetto può essere sia positivo che negativo.

La parola «rischio», quando l'effetto è positivo, può essere sostituita da «opportunità».

IL RIENTRO IN CLASSE COME OPPORTUNITÀ

RISCHI

- Contagio
- Isolamento sociale
- Impotenza appresa
- Negazione
- Efficientismo, prestazione
- Contrapposizione
- Tensione

OPPORTUNITÀ

- Cura di sé e comportamento prosociale
- Interdipendenza positiva
- Empowerment
- Accoglienza
- Valore dell'esperienza
- Collaborazione
- Sinergia



***GRAZIE PER
L'ATTENZIONE!***

*Dott.ssa Daniela Di Pinto
Psicologa e psicoterapeuta dell'età evolutiva
d.dipinto@ortofonologia.it*

RISORSE

NORMATIVE:

- «Indicazioni Nazionali per il Curricolo della scuola dell'infanzia e del primo ciclo di istruzione» http://www.indicazioninazionali.it/wp-content/uploads/2018/08/Indicazioni_Annali_Definitivo.pdf
- «Parere sulla Prevenzione/Promozione in Ambito Psicologico» CNOP, Novembre 2012 <https://www.psy.it/allegati/promozione-e-prevenzione.pdf>

ARTICOLI:

- «Lo psicologo a supporto delle scuole nelle situazioni di emergenza» in «Babele. Rivista di Medicina, Psicologia e Pedagogia. Speciale Covid-19» <http://www.ortofonologia.it/babele-anno-2020-monografico-covid-19/>

RISORSE

VIDEO:

- «Come hanno reagito alla pandemia bambini, adolescenti e genitori?»

<https://www.youtube.com/watch?v=Hdjuhg28Ohg&t=1s>

- «I consigli di nonna sul Coronavirus»

<https://www.youtube.com/watch?v=pLxUCJ7WqPM>

- «Lettera al Covid»

https://www.youtube.com/watch?v=cxPvw_xfIDA&t=234s

APPROFONDIMENTI

VIDEO:

- «Save The Children: Di Renzo. Dare tempo agli studenti di elaborare, no efficientismo a tutti i costi» <https://www.youtube.com/watch?v=HkCocCAsxA4&t=9s>

ARTICOLI:

- «I bambini, gli adolescenti e il lockdown: cosa è cambiato» https://sip.it/wp-content/uploads/2020/07/Pediatria7-8_p_20-21.pdf