

Progetto Caffè Psicologico.

1. Analisi dei Bisogni.

L'emergenza Covid-19 si configura come un evento Cerniera (Ferro, 2002) definendo una cesura tra una situazione "prima" e una situazione "dopo". I grandi cambiamenti nella quotidianità, nella vita relazionale e lavorativa o scolastica di adulti, bambini, adolescenti, hanno fatto emergere paure, ansie ed emozioni negative che non sempre sono semplici da ricontattare. La pandemia ha determinato un taglio netto nella narrazione dell'identità personale, sociale, culturale e comunitaria di molte persone. La ripartenza pone davanti a pressioni importanti: come ricucire questo taglio? Vale la pena di ricucirlo o la nuova condizione è migliore della precedente? Ci si può permettere di accogliere la nuova condizione senza pagare un prezzo? Quali le conseguenze pratiche? Quali le angosce che si mobilitano? Alla luce di queste considerazioni si rintraccia il bisogno di spazi di rielaborazione dei vissuti, delle emozioni, delle difficoltà e delle risorse, nel tentativo di tornare a narrare la propria identità personale nei limiti imposti dalla situazione "dopo" pandemia e dal ritorno alla "normalità". Il definitivo venir meno di tutte le restrizioni (distanziamento e mascherine in particolare) e il comprensibile tentativo di rimuovere a livello cognitivo, mnemonico ed emotivo ciò che è stato, porta ad interrogarsi rispetto a quale "normalità?", a cosa sia "normalità", a se ci sia "una nuova normalità". Quali strascichi, impatti, eredità positive e/o negative hanno lasciato le ore trascorse online per le lezioni e per mantenere una socialità minacciata dalla pandemia? Il mondo virtuale è diventato un luogo comodo in cui ritirarsi e difendersi? Se così fosse come è possibile uscire "a rivedere le stelle" per affrontare "il ritorno alla normalità", il ritorno ai ritmi frenetici fatti di allenamenti, compiti, musica, equitazione, ballo? Come affrontare una "normalità" fatta di incontri dove non ci sono più, per alcuni è il caso di dire purtroppo (visto l'aumento del fenomeno del ritiro sociale non possiamo infatti dare per scontato che tutti i ragazzi accolgano con favore la "ripartenza"), i filtri protettivi degli schermi? Quali azioni si possono implementare per promuovere spazi di accoglienza dei vissuti, delle angosce, delle emozioni, dei dubbi sperimentati? Quali interventi possono favorire un'analisi delle risorse utili a ripartire? Quali strumenti possono permettere di pensare una ripartenza forzata che deve avvenire rapidamente e apparentemente con gli stessi paradigmi e modelli (basati su prestazioni, efficacia, performance) tipici della situazione pre-pandemica? Ci può essere lo spazio per un cambiamento negli stili di vita e un diverso orientamento delle scelte negli scenari legati alla ripartenza "post-pandemica"? Come le "nuove crisi" (quella bellica/economica e quella climatica) complicano questo scenario? La frammentazione e liquefazioni di ruoli e istituzioni (genitori, scuola, insegnanti, professionisti, "soggetti supposti sapere" in generale) come si inserisce nella fragilità di una normalità aperta a nuovi paradigmi valoriali dove il giusto e lo sbagliato non sembrano più avere le connotazioni classiche, spesso stemperati e confusi dal virtuale?

2. Finalità.

La finalità del progetto è la promozione del benessere emotivo di insegnanti, personale scolastico, genitori e studenti.

3. Obiettivi.

L'obiettivo è la realizzazione di uno spazio di ascolto, confronto ed elaborazione delle emozioni attraverso uno sportello, denominato "caffè psicologico", che possa accogliere le esigenze individuali di studenti, genitori, docenti e personale, garantendo supporto nei casi di difficoltà relazionali, traumi psicologici, stress lavorativo. Inoltre verranno proposti interventi nelle classi e incontri di gruppo con genitori (sostegno alla genitorialità, riflessione sul rapporto con i figli adolescenti e pre-adolescenti) e insegnati sulla base delle necessità emergenti per prevenire l'insorgere di forme di malessere psico-fisico e di disagio.

4. Azioni.

Attraverso questionari, interviste e momenti di confronto verrà svolta una mappatura dei bisogni emotivi, delle criticità e delle risorse segnalati da insegnanti, genitori e studenti. Sulla base dei dati raccolti verranno formulate proposte progettuali da implementare nelle classi accanto allo spazio di ascolto dello sportello.

Verranno inoltre avanzate specifiche proposte progettuali. Si propongono, ad esempio, i seguenti ambiti in cui sviluppare l'azione progettuale:

- Scoprirsi fragili: quando la malattia invade l'esistenza e minaccia sogni, progetti e altera la quotidianità;
- Ripartire...Io vorrei non vorrei, ma se vuoi: la situazione imposta dalla pandemia era davvero così scomoda? Quanto spaventa la ripartenza che espone nuovamente al "mondo fuori"?
- "EnergeticaMente": possiamo cambiare qualcosa in uno stile di vita che minaccia l'equilibrio ambientale e che è minacciato dalla crisi energetica?
- "Niente di nuovo sul fronte occidentale": dopo mesi di guerra in Ucraina e con l'apertura del nuovo fronte in medio-Oriente, qual è l'impatto dei conflitti sulle nostre vite? Quali ansie e preoccupazioni mobilitano? Quali limitazioni impongono?
- "Ero strano, strani ero!": flussi migratori, intrecci culturali e rapporti con le differenze.
- Covid19: il virus siamo noi? Rapporto alterato con l'ambiente come possibile causa della pandemia e di problematiche di salute: come agire nella transizione ecologica;
- Relazioni digitali: tecnologia croce e delizia di un mondo 4.0? Il rapporto con la tecnologia e l'utilizzo degli strumenti digitali nel loro impatto sulla vita reale e sulle relazioni: dalle possibili risorse ai rischi (cyber bullismo, sessualità e affettività digitale);
- "Il cielo in una stanza": quando le quattro mura della cameretta diventano spazio infinito, chiuso dal e al reale, dilatato dal e nel virtuale. Un percorso tra ritiri sociali, fobie scolari e difficoltà socio-relazionali.
- Covid et amo: impatto socio-affettivo della pandemia con focus specifico sull'affettività di pre-adolescenti e adolescenti;
- Lavorare stanca: orientamento scolastico-professionale e scenario post pandemico.

5. Tempistiche

Le attività di sportello scolastico si svolgeranno da Novembre 2023 a giugno 2024.

Nel caso in cui siano previsti progetti da implementare nelle classi, i colloqui per studenti, docenti, personale e genitori e l'attività di sportello potrebbe avere cadenza bisettimanale indicativamente nel pomeriggio in giornata da definirsi con orario 14-18.

Nel caso in cui si decida di destinare interamente il monte ore alle sole attività di sportello si potrebbe prevedere un'articolazione settimanale degli appuntamenti per i colloqui.

Le attività progettuali sarebbero da concordare con i docenti in base alle specifiche necessità delle classi e si svolgerebbero in orario scolastico. L'intervento di educazione all'affettività potrebbe riguardare le classi seconde o terze della secondaria di primo grado o le classi della secondaria di secondo grado nel periodo primaverile.

6. Verifica.

La verifica è annuale. In alternativa verranno previsti momenti di confronto e verifica al termine degli incontri nelle classi o con i singoli gruppi di insegnanti e genitori. Successivamente si procederà alla stesura di una relazione sulla base dei dati emersi da questionari appositamente strutturati mediante google moduli e inviati per la compilazione ai soggetti interessati dalla proposta progettuale.

7. Bibliografia

Ferro, A. (2002). Fattori di malattia, fattori di guarigione. Genesi della sofferenza e cura psicoanalitica. Raffaello Cortina, Milano.

Pietropolli Charmet, G. (2000). I nuovi adolescenti. Padri e madri di fronte a una sfida. Raffaello Cortina, Milano.

26 Ottobre 2023

Dottor Marcello Delmondo
Educatore Professionale, Psicologo,

Psicoterapeuta

dottor.delmondo@gmail.com

3338600489