

A.S. 2020/2021

Psicologia scolastica

“A SOSTEGNO DEL PERSONALE SCOLASTICO”

PREMESSA

Vista la situazione emergenziale legata al COVID 19 e al forte impatto che tale situazione ha avuto e sta avendo sul mondo della scuola e su chi lo abita, il Ministero dell’Istruzione e il Consiglio Nazionale dell’Ordine degli Psicologi (CNOP) hanno sottoscritto un protocollo “per il supporto psicologico nelle istituzioni scolastiche”.

Il seguente progetto è pensato a favore del personale scolastico, proprio a partire dagli obiettivi esplicitati nel suddetto protocollo.

Nello specifico si tratta di predisporre un servizio di assistenza psicologica per:

- Fornire supporto nei casi di stress lavorativo, difficoltà relazionali, traumi e disagi psicologici derivati dall'emergenza COVID-19;
- Prevenire l'insorgere di forme di disagio e/o malessere psico-fisico.

La categoria degli insegnanti, e in generale del personale scolastico, è sottoposta a numerosi stress di tipo professionale. I fattori che entrano in gioco sono molti: rapporto con studenti e genitori, classi numerose, situazione di precariato, conflittualità tra colleghi, costante necessità di aggiornamento, delega educativa da parte della famiglia a fronte dell’assenza di genitori-lavoratori, il susseguirsi continuo di riforme, l’inadeguato ruolo istituzionale attribuito/riconosciuto alla professione, ecc.

L'emergenza sanitaria ha, dunque, appesantito ulteriormente la gestione di ruoli già particolarmente esposti al rischio di burn out.

DESTINATARI

I destinatari del progetto sono gli insegnanti dei tre ordini di scuola (dall’infanzia alla secondaria di primo grado) e tutto il personale scolastico.

Angela Garilli
347/1795296
angela.garilli@gmail.com

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere il benessere psico-fisico del personale scolastico.

AZIONI PROPOSTE

1) Un tempo per l'ascolto: sportello per insegnanti e personale scolastico

Quando ci si trova nel vivo dell'azione, in un contesto altamente complesso e in continuo cambiamento, anche ai più formati ed esperti, può capitare di sentirsi come giocolieri che devono riuscire a tenere in volo tante palline e che hanno la sensazione di perdere il controllo da un momento all'altro.

In questi casi è utile concedersi di schiacciare il tasto pausa.

Lo sportello è pensato proprio per dare la possibilità a tutto il personale scolastico di concedersi tempo, un tempo per l'ascolto e per la riflessione e, in alcuni casi, per dare nuova luce e nuova importanza alle motivazioni che sostengono e guidano il proprio lavoro.

A tutela della privacy, gli insegnanti e tutto il personale scolastico possono fare richiesta di incontro contattando direttamente la psicologa tramite cellulare o tramite mail.

Gli incontri si svolgeranno on line nel giorno e nell'orario concordato direttamente con la persona.

2) Consulenze e supervisioni

La richiesta di consulenza, da parte di un singolo insegnante o di un'équipe, può nascere da diverse esigenze:

- necessità di mettere a fuoco le variabili socio-relazionali, motivazionali ed emotivo-affettive alla base del disagio di singoli alunni o di classi e di individuare strategie per occuparsene;
- necessità di strutturare progetti educativi a partire dalla lettura delle relazioni diagnostiche dei servizi specialistici;
- gestione di rapporti faticosi/confittuali con le famiglie;
- gestione rapporti faticosi/confittuali con i colleghi.

3) Mindfulness insieme

L'obiettivo è in apparenza semplice: fermarsi insieme e allenare la consapevolezza del momento presente.

Angela Garilli
347/1795296
angela.garilli@gmail.com

Lo scopo della mindfulness è aumentare la consapevolezza, per imparare a rispondere alle situazioni con capacità di scelta piuttosto che reagendovi automaticamente.

Il ruolo della Mindfulness nella riduzione dello stress ha cominciato ad essere evidente fin da quando, alla fine degli anni '70, Kabat-Zinn introdusse un protocollo specifico (MBSR).

Ad oggi, sono numerose le indagini scientifiche che comprovano l'efficacia della mindfulness, e della meditazione in generale, nella riduzione degli effetti negativi dello stress.

Gli incontri di mindfulness sono rivolti a tutto il personale scolastico. Si svolgeranno in piccolo gruppo per favorire l'accoglienza di ognuno e la condivisione. Avranno cadenza mensile e una durata di un'ora e un quarto.

MODALITÀ DI GESTIONE DEL SERVIZIO

- La sottoscritta metterà a disposizione un numero di telefono, autorizzando l'ente committente alla sua divulgazione, per dare la possibilità al personale scolastico di accedere allo sportello contattando direttamente l'esperta. Ciò rende più agevole l'aspetto organizzativo e garantisce la riservatezza.
- Verrà garantita flessibilità nei giorni e negli orari di presenza in modo da riuscire ad accogliere le varie richieste.
- Rispetto alla modalità degli incontri (on line o in presenza) ci si atterrà alle indicazioni della D.S.
- Verrà predisposta, al termine dell'a.s., una relazione di sintesi sugli interventi svolti, senza entrare nello specifico delle varie situazioni gestite per salvaguardare la privacy del personale scolastico.
- Nella realizzazione del progetto ci si atterrà alle "linee guida" messe a disposizione dal CNOP

La psicologa
Dott.ssa Angela Garilli