

Progetto

Spazio di ascolto psicologico

Ascoltiamoci: spazio all'universo emotivo

Premessa

La scuola rappresenta uno degli ambiti privilegiati in cui avvengono la crescita, la formazione e la socializzazione dell'individuo ed è investita della responsabilità di formare gli studenti in quanto persone, cittadini e lavoratori. Nella scuola si apre uno spazio di relazione, un laboratorio in cui sperimentarsi, mettersi alla prova in un ambiente protetto e regolato, per imparare a comunicare e convivere positivamente con i propri coetanei e con gli adulti.

La proposta di uno spazio d'ascolto psicologico all'interno del Liceo Gandini Verri, che accoglie i ragazzi in un momento evolutivamente delicato e controverso, quale l'adolescenza, si pone quindi come opportunità ulteriore per riconoscere l'importanza dell'universo emotivo dei ragazzi e migliorare il benessere psicofisico; per affrontare e risolvere problematiche inerenti la crescita, la dispersione scolastica, l'insuccesso, il bullismo; per fare prevenzione rispetto alle situazioni di disagio e sofferenza e alle situazioni di rischio per la salute (fobie, disturbi psicosomatici, disturbi alimentari, uso di stupefacenti, etc.).

Lo spazio di ascolto offre a studenti, genitori, insegnanti l'opportunità di usufruire della consulenza psicologica all'interno dell'istituto. Lo spazio è dedicato prima di tutto ai ragazzi, ai loro problemi, alle loro difficoltà con il mondo della scuola, della famiglia, dei pari e si propone di offrire agli studenti alcuni strumenti per prevenire o affrontare il disagio che l'adolescenza porta con sé. A questo proposito, è forse utile ricordare esplicitamente che lo psicologo è un professionista che promuove il benessere e la salute delle persone in tutte le fasi del loro ciclo di vita e che chiedergli un aiuto per migliorare è segno di maturità e responsabilità personale.

Destinatari

Gli studenti del Liceo scientifico classico Gandini Verri di Lodi, i genitori, gli insegnanti.

Metodologie

Le attività si basano sull'ascolto, il confronto e il supporto empatico, attraverso colloqui di consulenza, secondo le modalità e tecniche specifiche acquisite dallo psicologo nel proprio percorso di studi psicologici e psicoterapici e secondo l'esperienza maturata nel proprio percorso lavorativo. Lo studente viene accolto nelle proprie richieste attraverso una modalità empatica, non giudicante, con l'obiettivo di aiutarlo nell'analisi del problema e nella comprensione del proprio vissuto.

Gli interventi vengono realizzati nel rispetto della riservatezza e del segreto professionale.

Per i genitori che desiderano confrontarsi sulle problematiche dei figli sono previsti colloqui di consulenza, in base alle esigenze degli utenti. Uno degli obiettivi principali del sostegno ai genitori è il miglioramento delle abilità comunicative e relazionali con i figli.

Su richiesta dei singoli consigli di classe è possibile organizzare interventi nelle classi, non solo in base alle necessità o alle problematiche che i docenti rilevano, ma anche in un'ottica preventiva (cfr. "Attività").

Finalità e obiettivi

La finalità del progetto è sia quella di fare prevenzione rispetto alle situazioni di rischio per la salute sia di migliorare il benessere psicofisico degli studenti (e di insegnanti e genitori) promuovendo quelle capacità relazionali che portano ad una comunicazione assertiva e collaborativa.

Nello specifico, il servizio di spazio d'ascolto psicologico si pone come obiettivi di:

- Prevenire situazioni di disagio e sofferenza e fornire un intervento scolastico di ascolto e di supporto psicologico continuativo sulle problematiche individuali o di gruppo che permetta di intercettare e intervenire tempestivamente sulle situazioni di criticità
- Intervenire sulle problematiche psicologiche legate in modo specifico al mondo scolastico, come: bullismo, disturbi dell'apprendimento, rapporto insegnanti-alunni, etc.
- Realizzare interventi di supporto all'organizzazione e funzionalità dei gruppi classe, su richiesta dei singoli consigli di classe e in dialogo e confronto con i docenti
- Fare "da ponte", dove vengano rilevate situazioni di criticità, con le figure scolastiche di riferimento (docenti, dirigenza), con la disponibilità a condividere le possibilità di intervento, per riorientare le attività proposte dalla e nella scuola
- Fungere da spazio di primo ascolto e aiuto per quelle situazioni particolarmente problematiche che necessitano di un intervento prolungato da realizzarsi all'esterno della scuola
- Promuovere il benessere psicofisico e la motivazione dei ragazzi allo studio
- Migliorare le competenze di attenzione e metacognitive
- Migliorare il senso di efficacia personale, di autonomia e di autostima
- Aumentare il livello di responsabilità delle proprie scelte e le capacità progettuali
- Ampliare le capacità relazionali e affettive che favoriscono una buona costruzione dell'identità

Setting di ascolto

In base alla disponibilità degli spazi scolastici, verrà individuato un luogo, un *setting*, consono alla tipologia di attività da svolgersi, confortevole, silenzioso e riservato.

Risulta importante il mantenimento dello stesso spazio per tutta la durata del servizio in modo che possa essere facilmente connotato come tale, in maniera che il professionista possa essere rintracciato con più facilità da chi necessita di un contatto non preventivato e in modo che possa acquistare esso stesso un significato psicologico nel lavoro con l'utente.

Attività

Il progetto prevede nello specifico le seguenti attività, variabili in numero e frequenza a seconda delle ore totali disponibili e delle necessità che emergono:

- **Colloqui individuali, di coppia o piccolo gruppo** con alunni, docenti e genitori, realizzati in giorni e orari preventivamente concordati.
- **Incontri di gruppo con le classi:**
 - Incontri programmati e organizzati sui bisogni emersi nel corso dell'anno scolastico, su richiesta **degli studenti o** dei docenti, di confronto e supporto su tematiche specifiche;
 - **Incontri strutturati con le classi prime di conoscenza e facilitazione dell'integrazione del gruppo.**
- **Incontri programmati con i consigli di classe** sulla presentazione di problematiche specifiche di singoli alunni o gruppi classe.
- **Incontri di gruppo con i genitori** su tematiche specifiche relative alla fase di vita dei loro figli adolescenti, al rapporto genitori-figli e alla prevenzione di comportamenti a rischio.