



Progetto di Prevenzione e Educazione alla Salute

Dott.ssa Zacchi Daniela - Psicologa e mediatrice familiare

Esperta nelle tematiche dell'età evolutiva

n. 14080 Ordine degli Psicologi della Lombardia

P. IVA 02435250184

cellulare: 333 3478 895 e-mail: psy.zacchi@gmail.com

Sportello HELP **Ascolto e consulenza psicologica scolastica**

PREMESSA

La comunità umana è coinvolta globalmente in un trauma collettivo, che sta travolgendo le nostre vite e le nostre abitudini di prossimità reciproca e ci immette in un clima di allerta e di preoccupazione, sia da un punto di vista fisico, sia emotivo. Sentimenti di paura, di ansia, sensazioni di mancanza di controllo, tempi dilatati e poco strutturati, come anche la mancanza di movimento, di spazi riservati e convivenze forzate, sono condizioni che possono nuocere all'equilibrio interno personale e familiare e richiedono di essere gestite per non evolvere in stati di crisi acute.

In un momento tanto difficoltoso, lo spazio d'ascolto fornito dalla scuola può diventare un utile contenitore, nel tentativo di offrire strategie di gestione più funzionali dinnanzi ad equilibri stravolti.

FINALITÀ

- Fornire un servizio di ascolto, consulenza e sostegno psicologico rivolto agli studenti e personale della scuola per rispondere a traumi e disagi derivanti dall'emergenza COVID-19.
- Fornire supporto nei casi di stress lavorativo, difficoltà relazionali, traumi psicologici.
- Prevenire l'insorgere di forme di disagio e/o malessere psico-fisico.

OBIETTIVI OPERATIVI

Lo Sportello d'Ascolto Psicologico nasce su precisi riferimenti legislativi per promuovere il benessere psichico e relazionale degli studenti e di coloro che partecipano alla comunità scolastica.

Lo psicologo offre un contenitore in grado di dare significati nuovi ai vissuti espressi, in un'ottica di ascolto empatico.

L'attività di ascolto, di confronto e di sostegno, è volta ad accompagnare l'altro nella ridefinizione dei vissuti percepiti e nella ricerca di strategie possibili per affrontarli. Le azioni sono modulate sulle caratteristiche peculiari del singolo, tenendo conto della specificità di ciascun individuo.

Gli interventi saranno finalizzati a promuovere e sostenere la prevenzione del disagio e la promozione del benessere psicologico di chi vive il mondo della scuola, nello specifico si tratterà di:

- potenziare la capacità di gestione degli aspetti legati all'ansia e alla incertezza nelle situazioni più problematiche;
- fornire supporto nella individuazione di risposte comportamentali e metodologiche efficaci per la gestione delle problematiche afferenti l'area affettivo-relazionale;
- fornire supporto per la definizione di idonee strategie didattico-educative per la gestione delle dinamiche di classe;
- sviluppare e potenziare le strategie di problem solving;
- sviluppare e potenziare le competenze organizzativo-gestionali;



Progetto di Prevenzione e Educazione alla Salute

Dott.ssa Zacchi Daniela - Psicologa e mediatrice familiare

Esperta nelle tematiche dell'età evolutiva

n. 14080 Ordine degli Psicologi della Lombardia

P. IVA 02435250184

cellulare: 333 3478 895 e-mail: psy.zacchi@gmail.com

- potenziare le competenze comunicativo-relazionali.

DESTINATARI

Il progetto di Sportello HELP - Ascolto e consulenza psicologica è rivolto agli studenti, agli insegnanti e al personale scolastico.

STRUMENTI UTILIZZATI

- Colloquio individuale e consulenza psicologica.
- Incontri di formazione "Self efficacy e gestione dello stress".

RISULTATI ATTESI

- Identificazione precoce e intervento tempestivo dell'insorgenza di un disagio psico-fisico negli studenti e nel personale scolastico.
- Identificazione di fattori di rischio che mettano a repentaglio il benessere personale e fronteggiamento di traumi e disagi derivanti dall'emergenza COVID-19.

CONTENUTI

Lo Sportello HELP - ascolto e consulenza psicologica scolastica è un servizio di promozione della salute con obiettivi di rispondere a traumi e disagi derivanti dall'emergenza COVID-19.

Il servizio offre una consultazione psicologica breve finalizzata a fornire supporto attraverso le tecniche di ascolto attivo, partecipazione empatica e sospensione del giudizio.

L'intervento segue di norma i seguenti passi:

- ascolto e analisi della situazione portata in consultazione,
- definizione del disagio psicologico,
- analisi dei rischi e delle risorse disponibili (risorse personali, familiari, sociali, etc.),
- raccolta di eventuali dati necessari per definire un percorso che porti ad una risoluzione,
- monitoraggio della situazione,
- verifica circa il raggiungimento degli obiettivi (follow-up a distanza di tempo).

METODOLOGIA

I colloqui con la psicologa avverranno con modalità online (telefonata, chat in simultanea e videochiamata) attraverso piattaforme gratuite e tutelanti la riservatezza.

Se nel corso degli incontri dovessero emergere problematiche che necessitano un maggiore approfondimento, sarà cura della psicologa indirizzare lo studente presso un servizio adeguato al proseguimento del percorso di consulenza intrapreso.



Progetto di Prevenzione e Educazione alla Salute

Dott.ssa Zacchi Daniela - Psicologa e mediatrice familiare

Esperta nelle tematiche dell'età evolutiva

n. 14080 Ordine degli Psicologi della Lombardia

P. IVA 02435250184

cellulare: 333 3478 895 e-mail: psy.zacchi@gmail.com

VALUTAZIONE

Saranno redatti un Registro delle attività svolte, una relazione finale e un timesheet relativo agli interventi.

Garlasco, 21 novembre 2020

Daniela Zacchi

Psicologa

Iscrizione OPL n. 10493