

- ScolasticaMente 3, 2020 -  
IL FESTIVAL DELLA PSICOLOGIA A SCUOLA

# LA RELAZIONE: IL VACCINO PSICOLOGICO AL COVID\_19



CON IL PATROCINIO DI



**CNOP**  
Consiglio Nazionale  
Ordine Psicologi



**Ordine Psicologi**  
UMBRIA

# SCOPI DEL LIBRETTO

Questo lavoro ha come obiettivo il benessere psico-sociale del contesto scolastico e intende offrire, a insegnanti e genitori, spunti di riflessione che possano diventare una traccia per affrontare e gestire serenamente la ripresa delle attività didattiche. Al suo interno non troverete risposte preformate: al fine di attivare la propria resilienza, è importante riflettere su ciò che sta avvenendo, su quello che preoccupa e cercare soluzioni personali, anche piccole, ma fattibili per sé. In questo senso, le parole-chiave sono **azione** e **cambiamento**. Vi proponiamo domande e spunti di riflessione in modo che possiate trovare la vostra soluzione.

*"È importante sapere che lo psicologo ha come primo obiettivo la prevenzione, la promozione delle risorse e delle capacità per affrontare i problemi, è un consulente dell'organizzazione, un facilitatore dei processi."*

*David Lazzari (Presidente Cnop e Presidente Ordine Psicologi Regione Umbria)*



## Crisi versus Opportunità

Crisi è un termine di origine greca che indica il gesto di separare e significa "scelta", "decisione". La crisi destabilizza ma porta a nuove possibilità creative.

Le polarità che si attivano nel momento di crisi creano una forte tensione fra aspetti dolorosi, pericolosi, fragili; allo stesso tempo, possono generare occasioni di scelta e cambiamento che altrimenti non entrerebbero in gioco.

La crisi rappresenta un passaggio delicato e fondamentale nel processo evolutivo dell'essere umano e si inserisce nel percorso di crescita e di cambiamento costante.

# DISTANZIAMENTO SOCIALE E RELAZIONI

Le relazioni si basano sulla comunicazione verbale e non verbale: accompagniamo le parole con gesti, espressioni del viso e degli occhi. Anche il tono di voce, la velocità del nostro parlare, le pause e i silenzi trasmettono informazioni ed esprimono emozioni.

Tutto il nostro corpo comunica, attraverso la postura e la distanza/vicinanza agli altri nello spazio. Distanziamento sociale e mascherina rendono più rigida e limitata la nostra comunicazione: come possiamo, pertanto, continuare a prenderci cura delle relazioni?

## GENITORI: riflettiamo



*Come posso tranquillizzare mio/a figlio/a nel vivere serenamente le relazioni a scuola pur seguendo le nuove modalità di comportamento? In che modo posso collaborare con gli/le insegnanti per favorire l'adattamento di mio/a figlio/a a questo nuovo modo di vivere le relazioni a scuola?*

## INSEGNANTI: riflettiamo



*In che modo posso continuare a rendere accogliente l'ambiente scolastico per genitori ed alunni? Come posso comunicare un abbraccio da lontano? In che modo posso trasmettere gioia, coraggio ed affetto usando le mani, gli occhi, il silenzio, lo sguardo, la mia postura?*



# PRECARIETÀ

In questo periodo storico è difficile programmare tanto il futuro remoto, quanto il futuro prossimo; allo stesso tempo, il vissuto di precarietà che ne consegue ci chiede l'ascolto del momento presente. Accogliere tale opportunità consente il riconoscimento autentico del sé e dei propri bisogni.

*Utilizzare le informazioni non come risposte certe e definite, ma con spirito critico*

## #CONOSCENZA COME PROCESSO

*Non è possibile controllare tutto, ma è più funzionale muoversi a piccoli passi*

## #LA META È PARTIRE

*Per poter fare è importante pensare.  
Riflettere significa interrogarsi  
e ascoltare*

## #QUIE ORA



# LA RELAZIONE AL CENTRO

L'esperienza della scuola senza andare a scuola ha significato la centralità della lezione frontale, dei contenuti, dell'interrogazione a tu per tu studente-insegnante.

Non solo: bambine e bambini, ragazze e ragazzi non hanno avuto accesso alla scuola come luogo di apprendimento attraverso la socializzazione, aperto a tutte e a tutti. A maggior ragione a coloro che vivono condizioni di disagio a vari livelli, perché appartenenti a nuclei familiari fragili o perché portatori di disabilità e che solo grazie alla scuola possono beneficiare di opportunità educative e formative qualificate. Oggi, nella scuola in presenza, ripartiamo proprio dalle relazioni che generano apprendimenti, dalla conoscenza intesa come processo attivo, dalla capacità di osservare e interagire con la realtà tutta, dal mettersi in gioco con le proprie domande, dubbi, difficoltà e risorse. Tutto ciò per mettere al centro sia il benessere emotivo di allieve e allievi, sia il loro sviluppo cognitivo e costruire ponti per il futuro.



## INSEGNANTI: riflettiamo

*Come costruire percorsi di ri-significazione della didattica a distanza?*

*Come ripensare i concetti di normalità e sviluppo per identificare e accogliere le esigenze di allieve e allievi con modalità innovative e resilienti? Come re-inventare il proprio essere una comunità educante, sia attraverso lo scambio fecondo tra colleghe e colleghi, sia attraverso il dialogo con le famiglie?*

## GENITORI: riflettiamo

*Come costruire una rinnovata alleanza e una corresponsabilità educativa con le/gli insegnanti (e/o educatori e educatrici)? Come immaginare, assieme ai propri figli, nuovi modi per conoscersi e conoscere oltre uno schermo?*



Adesso puoi...  
riempi questo spazio con idee che puoi realizzare.  
Ricorda che la resilienza attiva resilienza e  
abbassa il livello di stress.

---

---

---

---

---

---

---

---





Il lavoro è stato realizzato dal gruppo di **Psicologia Scolastica:**

Elena **Arestia** - Carla **Ascani** - Marina **Biasi**

Nicolina **Caiafa** - Katia **Carlini**

Francesca **Cortesi** - Caterina **Cutuli**

Tamara **leonardi** - Maria **Lo Bianco**

Monica **Morelli** - Carola **Sorrentino**

---

**FESTIVAL PSICOLOGIA  
UMBRIA  
2020**

---



*Ordine degli Psicologi della Regione Umbria*  
Via Manzoni n° 82 - 06135 Ponte San Giovanni (PG)  
075 505 8048 / [info@ordinepsicologiumbria.it](mailto:info@ordinepsicologiumbria.it)  
[www.ordinepsicologiumbria.it](http://www.ordinepsicologiumbria.it)



CON IL PATROCINIO DI



**CNOP**  
Consiglio Nazionale  
Ordine Psicologi