



Ministero dell'Istruzione

Ufficio Scolastico Regionale per il Lazio

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE "PIAZZA MARCONI" - VETRALLA

Piazza G. Marconi, 37 – 01019 Vetralla (VT) ☎ 0761.477012 - 0761.460100 ✉ vtic83600r@istruzione.it C.F. 80014910568

✉ vtic83600r@pec.istruzione.it Sito web: www.icpiazamarconi.edu.it Codice univoco ufficio: UFXI4A



UNICEF



UNICEF

Emozioniamoci

La pandemia da Covid-19 rappresenta un'emergenza di carattere sanitario che coinvolge trasversalmente la popolazione con risvolti di carattere psicologico e sociale.

L'attuale situazione sanitaria ha, infatti, alterato il normale ritmo della quotidianità, riorganizzando il senso di sicurezza e modificando profondamente le nostre abitudini in un'ottica di distanziamento sociale e di prevenzione del contagio.

La collettività, a vari livelli, ha affrontato un'esperienza comunitaria ed individuale atipica, caratterizzata da incertezze, cambiamenti repentini e, talvolta, da sfumature traumatiche.

La pandemia da Covid-19 ha modificato profondamente le abitudini di vita di ciascuno di noi, ha ridotto gli spazi di azione e le sicurezze; in questo contesto anche i bambini sono stati esposti, insieme alle loro famiglie, ad una modificazione profonda dei sistemi di riferimento, ad una riduzione delle interazioni sociali, ad un complesso ventaglio di emozioni unite a nuove sfide di apprendimento, come l'interruzione della didattica in presenza in favore della Didattica a Distanza.

In periodi di grandi cambiamenti come quello attuale, occorre porre particolare attenzione ai minori che possono rappresentare una fascia di popolazione fragile, sostenere le famiglie, i genitori e la scuola nella loro missione educativa ed implementare i fattori di protezione presenti nel territorio e all'interno delle istituzioni scolastiche stesse attraverso azioni di natura preventiva volte a promuovere il benessere psicologico e sociale dei bambini.

Il presente progetto, quindi, pensato come un'azione tesa al contrasto del disagio giovanile legato alla situazione epidemiologica della pandemia in atto da Covid-19, è supportato dalla concezione di base che la scuola costituisca un luogo privilegiato non solo per facilitare e promuovere i processi di apprendimento, ma anche come spazio per la relazione e per l'autoregolazione, per la co-costruzione dei significati, per il riconoscimento e la gestione consapevole dei propri processi emotivi, per la prevenzione delle situazioni di disfunzionalità e la sperimentazione di modelli adattivi per la crescita e la maturazione.

A tal proposito, l'Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO, 2020) ha diffuso una serie di indicazioni a sostegno della salute fisica e psicologica della popolazione, soffermandosi anche sulle possibili attività per supportare bambini ed adolescenti in questo periodo specifico.

Il documento ricorda l'importanza che i bambini siano posti nella condizione di esprimere le loro emozioni (anche quelle negative di ansia e tristezza) attraverso la comunicazione verbale, il gioco e la rappresentazione grafica e di imparare a riconoscere, comunicare e gestire le emozioni soprattutto in momenti di disagio e di stress.

Un altro importante documento pubblicato dallo IASC (Inter- Agency Committee, 2020) delinea inoltre come sia importante incoraggiare un ascolto attivo e un atteggiamento comprensivo nei confronti dei bambini, soprattutto perché la possibilità di esprimere le emozioni in un contesto rassicurante e non allarmante crea in loro una sensazione di sollievo.

Il testo, inoltre, ricorda l'importanza dei momenti di gioco e di rilassamento e la necessità di adulti disponibili in grado di rispondere alle domande dei bambini e di porsi come modello rassicurante anche nei momenti di maggiore stress.

I bambini vanno aiutati a discriminare, poi, le informazioni attendibili e provenienti dai vari media e social media in modo da prevenire angosce e paure immotivate o fenomeni di stigmatizzazione.

Partendo da tali considerazioni è stato formulato un progetto destinato alle classi quinte della scuola primaria del complesso scolastico Istituto Comprensivo Statale "Piazza Marconi" di Vetralla che prevede un percorso di 6 incontri volti alla creazione di un laboratorio emotivo, condotti da un professionista esperto in neuropsicologia dell'età evolutiva (Psicologa-Psicoterapeuta) in collaborazione con le insegnanti di classe, e strutturati con attività di gioco ed esperienziali pensate in modo da coinvolgere, appassionare e motivare i bambini.

Negli incontri verranno proposte attività espressive, ludiche, grafiche e momenti di circle-time e brain storming finalizzati a riconoscere le principali emozioni, a comunicare in maniera coerente i propri vissuti, a riflettere sui cambiamenti sociali e personali connessi all'emergenza da pandemia di Covid -19, ad esprimere le proprie incertezze e considerazioni e a stimolare negli alunni l'autoconsapevolezza, la regolazione delle emozioni e il self empowerment..

Il laboratorio si propone, inoltre, di potenziare le competenze comunicative e relazionali degli alunni, di valorizzare le risorse personali dei singoli e favorire la motivazione all'apprendimento, il senso di efficacia personale, autostima ed autonomia soprattutto in situazioni di superamento di compiti di sviluppo e di stressor ambientali, di favorire la riflessione e l'utilizzo di metodologie comunicative efficaci e di comportamenti pro-adattivi.

Bibliografia di riferimento

- . IASC- Inter Agency Standing Committee (2020) *Gestire la salute mentale e gli aspetti psicosociali dell' epidemia di Covid 19*, Ginevra
- . Muratori, P., Ciacchini, R. (2020) *Children and the Covid-19 transition: Psychological reflections and suggestions on adapting to the emergency*. *Clinical Neuropsychiatry*, vol 17, n. 2, pp.131-134
- . Pianta, R., C. (2001) *La relazione bambino-insegnante. Aspetti evolutivi e clinici*, Raffaello Cortina Editore, Milano
- . Vicari, S., Di vara, S. (2021) *Bambini, adolescenti e Covid-19*, Erickson, Trento
- . WHO- World Health Organization (2020) *Mental Health and psychosocial considerations during the Covid 19 outbreak*, 18 March 2020

Sitografia di riferimento

- . <https://it.pearson.com> (Dieci attività per ricominciare insieme- a cura di Ana Gonella)
- . www.aslto5.piemonte.it ("Io e Il re dei virus"- gestire le emozioni ai tempi del coronavirus)
- . www.policlinico.mi.it (Il coronavirus spiegato a bambini e adolescenti)
- . www.salute.gov.it (Nuovo Coronavirus- Unicef, il coronavirus spiegato ai bambini)