

Carmela Di Blasio


PSICOLOGO A SCUOLA

Editrice | UNI Service

Copyright© 2009 UNI Service - Trento
Prima edizione: luglio 2009 - *Printed in Italy*

ISBN 978-88-6178-409-3

In copertina: Fotografia di Giorgia Lattanzio

Realizzazione grafica di copertina: 



www.uni-service.it

Novità - Catalogo - Acquisti on-line

I bambini imparano ciò che vivono
Se un bambino vive nella critica impara a condannare
Se un bambino vive nell'ostilità impara ad aggredire
Se un bambino vive nell'ironia impara ad essere timido
Se un bambino vive nella vergogna impara a sentirsi colpevole
Se un bambino vive nella tolleranza impara ad essere paziente
Se un bambino vive nell'incoraggiamento impara ad avere fiducia
Se un bambino vive nella lealtà impara la giustizia
Se un bambino vive nella disponibilità impara ad avere una fede
Se un bambino vive nell'approvazione impara ad accettarsi
Se un bambino vive nell'accettazione e nell'amicizia impara a trovare l'amore nel mondo

Doret's Law Nolte

La sofferenza umana ha molte sfaccettature: essa può essere *fisica, morale, materiale*. Vi è un particolare tipo di dolore, quello *esistenziale*, in cui viene a mancare essenzialmente e profondamente il senso della vita. Dolore e angoscia derivano da assenza di valori e significati che compromettono le motivazioni con cui l'individuo affronta le azioni, gli sforzi, le lotte e che caratterizzano la sua quotidianità. Da Kierkegaard a Hiedegard, da Sartre a Jasper, vari filosofi e psicologi hanno approfondito il tema dell'orientamento fenomenologico esistenziale. Le loro speculazioni sono centrate sull'*essere nel mondo*, sulla coscienza di sé, sulle scelte che definiscono in parte consapevole il proprio destino. Il concetto sviluppato da questi pensatori si basa sull'idea della solitudine umana e sulla capacità di dare significato alla propria vita e di decidere come viverla.

PREFAZIONE

*La salute non è semplicemente l'assenza di malattia,
ma lo stato di completo benessere fisico, mentale e sociale*

Concetto di “*salute*” elaborato nel 1946
dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS).

Quando si è in condizioni di *benessere psicologico*, la capacità di gestire le attività quotidiane migliora sensibilmente. Pertanto, per vivere meglio, è fondamentale ricercare e conseguire uno stato di salute in se stessi e non al di fuori. Per conquistare il proprio stato ottimale di benessere psicologico non esistono regole prefissate o valide per tutti; spesso per raggiungere tale condizione sono sufficienti piccole attenzioni, attività gratificanti.

È importante essere in grado di individuare gratificazioni adatte alla propria persona e compatibili con la propria realtà; cercare di concedersi un appagamento senza farsi condizionare eccessivamente dai convenevoli sociali, dalla necessità d'accettazione e dalla desiderabilità sociale. Ambizione, arrivismo, ansia da perfezionismo, uniti a pesanti pressioni e a ritmi di vita quotidiana sempre più accelerati, inducono a condurre uno stile di vita sempre più improntato sull'efficienza, sulla dimostrazione della propria efficacia, sulla rapidità di pensiero e d'azione, dove il *fare* soffoca l'*essere*. Nel momento in cui si prende consapevolezza delle proprie possibilità, si rispettano i propri limiti e si contemplan le proprie esigenze, si riesce essere se stessi. Di recente, sembra esservi una maggiore sensibilizzazione riguardo al problema della qualità della vita, ci si muove verso la ricerca di nuove forme di equilibrio psicofisico.

In questo senso, all'individuo è rivolta una crescente attenzione nel momento in cui si va strutturando nel complesso la sua personalità, i suoi valori e i suoi obiettivi, ossia nel periodo dell'infanzia e dell'adolescenza. In tale contesto, lo psicologo scolastico rappresenta una figura utile, se non necessaria, per la prevenzione del disagio giovanile e per la promozione e sviluppo del benessere in età evolutiva. Il termine “prevenzione” non va

inteso nella sua accezione generica, ma come un vero e proprio itinerario formativo che da un lato è strutturato e organizzato, dall'altro versatile e flessibile, ossia, in grado di condurre per mano i giovani e ancor più i giovanissimi, verso una serena ed equilibrata vita da adulti, attraverso quella che potremmo definire “didattica delle emozioni”.

Lo psicologo quindi mira al raggiungimento del benessere dell'individuo, proponendo di favorire, da parte dello stesso, la ricerca e il raggiungimento dell'equilibrio interiore e un congruo adattamento sociale; a ciò conseguono una serena crescita personale e la prevenzione del disagio e della sofferenza psichica.

INTRODUZIONE

Ogni giorno ci giungono dai media notizie preoccupanti, se non addirittura, allarmanti riguardanti giovani che vivono con *disagio* la loro esperienza di vita, esprimendo esso in varie forme: difficoltà relazionali e di apprendimento, ansie di vario genere, bullismo, dipendenze e tensioni familiari. Il termine *disagio* è diventato comune, troppo usato, e sottovalutato. Attualmente purtroppo un serpeggiante disagio esistenziale affligge un numero crescente di ragazzi e adolescenti. Da ciò nasce il bisogno sempre più impellente, se non urgente, di intervenire. Con questo scopo, negli ultimi anni, numerose scuole hanno organizzato, finanziato e attivato interventi mirati a prevenire e supportare le difficoltà emotive e relazionali che molti bambini, ragazzi, adolescenti vivono. I progetti d'intervento applicati nelle scuole hanno la finalità di offrire ai ragazzi un sistema strutturale e relazionale di aiuto per la costruzione di una personalità sana, solida.

Il disagio giovanile può esprimersi in modi differenti: bullismo, dispersione scolastica, abuso di droghe e alcool, comportamenti anomali caratterizzati da dipendenza e compulsività (anoressia, bulimia, gioco d'azzardo, internet e cellulare), azioni esprimenti distruttività e violenza. Attualmente, l'approccio più efficace, per la prevenzione, la cura di tali disturbi emotivi e comportamentali, consiste nell'applicazione di metodi pedagogici e psicologici volti a realizzare la costruzione di una sufficiente autostima e a educare all'assertività. Inizialmente è indispensabile raggiungere una corretta conoscenza e consapevolezza di quelli che sono i *bisogni* e i *metabisogni* dei soggetti. I primi rappresentano le necessità primarie e le non apprese innate dimensioni emotive, come ad esempio il bisogno di sicurezza e di benessere fisico. I metabisogni non sono bisogni innati ma acquisiti attraverso l'esperienza e possono condurre al benessere della persona. Ciò dipende in parte dal vissuto personale e dal contesto culturale di riferimento del soggetto: esempi di metabisogni possono essere il possesso di un ciclomotore e l'adeguamento allo stile di abbigliamento che contraddistingue il gruppo di appartenenza. Secondo la

possibilità di realizzazione nel contesto spazio-temporale d'appartenenza del soggetto, i bisogni e i metabisogni condizionano lo stato di serenità o di disagio della persona.

Mostrare ed esprimere il proprio disagio è difficile, sia per i giovani che per gli adulti, per tutti. Affinchè ciò avvenga, occorre una buona consapevolezza di se stessi, dei propri bisogni e del proprio comportamento e buone capacità di esplicitare con le parole qualcosa che è di per sé poco definibile, spesso avvertibile come poco più che una sensazione o un senso d'irrequietezza. Il disagio è difficile da esprimere anche perché, per molti, è molto più semplice metterlo a tacere, nascondere e aspettare che esso passi da solo. Nel caso di bambini e ragazzi, le difficoltà di comunicazione di questo male sono maggiori rispetto al soggetto adulto; può accadere che un genitore o un insegnante non si accorgano di nulla finché non compaiono comportamenti preoccupanti. È opportuno, quindi, considerare quali sono i sintomi più comuni:

- Enuresi (minzione notturna)
- Timori e paure eccessivi o inadeguati per l'età
- Mania d'ordine e controllo, associati a idee ossessive e comparsa di rituali ripetuti quotidianamente
- Eccessiva ansia e persistente preoccupazione
- Espressione triste, tendenza all'isolamento, difficoltà nel sentirsi a proprio agio con i compagni, facile comparsa di sensi di colpa o inferiorità, vergogna patologica..
- Disattenzione, irrequietezza, nervosismo
- Comportamento aggressivo, impulsivo, incontrollato, associato ad attacchi d'ira improvvisi..
- Precoce assunzione di alcool, uso di droghe, tabagismo, disturbi dell'alimentazione..
- Somatizzazione sotto forma di dolore e malessere come mal di testa e mal di pancia...
- Improvviso calo di rendimento scolastico, tendenza a esigere troppo da sé stessi e perenne insoddisfazione

Spesso, purtroppo, ci si accorge del disagio presente nel bambino o nel giovane quando è troppo tardi, perché si è portati ad attribuire tali comportamenti alle instabilità d'umore della crescita; questo, soprattutto, nel caso di soggetti adolescenti. Solo quando il comportamento anomalo (rifiuto di frequentare la scuola, disturbi evidenti dell'alimentazione, comportamenti aggressivi) compromette in modo significativo le attività quotidiane della persona, si è portati ad intervenire. In questo contesto la psicologia scolastica potrebbe essere sia come misura *preventiva* che come misura *curativa*. Ricerche internazionali mostrano che problemi psichiatrici, criminalità e tossicodipendenza possono essere evitati o ridotti intervenendo in tempo utile sui minori a rischio. Per tale ragioni, molti paesi hanno istituito, o ampliato ove esistente, il servizio di psicologia scolastica. Per il momento l'Italia non si è ancora adeguata consistentemente a questa linea di intervento, per difficoltà di realizzazione legate in gran parte a insufficienza di risorse economiche.

SOMMARIO

Prefazione	7
Introduzione	9
Capitolo 1 - Nascita ed evoluzione	12
1.1 Cos'è la psicologia scolastica? Un po' di storia	12
1.2 Definizione e funzione della psicologia scolastica	15
Capitolo 2 - Lo psicologo nei diversi ruoli	20
2.1 Lo psicologo nel contesto scolastico	20
2.2 Competenze, abilità e conoscenze dello psicologo scolastico	23
2.2.1 Psicologo/Counselor	23
2.2.2 Lo psicologo come mentor	26
2.2.3 Lo psicologo come tutor	28
Capitolo 3 - Differenze nei vari cicli scolastici	30
3.1 Lo psicologo nelle diverse fasi evolutive	30
3.2 Lo psicologo nell'asilo nido	32
3.2.1 Ruolo dello psicologo nel nido d'infanzia	32
3.2.2 Psicologo nella scuola dell'infanzia	34
3.2.3 Lo psicologo nella scuola primaria	36
3.2.4 Lo psicologo nella scuola secondaria	40
Capitolo 4 - Progetti	43
4.1 Bullismo e aggressività	43
4.1.1 Profilo delle vittime	45
4.1.2 Profilo dei bulli	46
4.1.3 Struttura del progetto "basta prepotenze"	49
4.1.4 Strategie e metodi di miglioramento della comunicazione e della socializzazione	54

4.2	Lo psicologo nello sportello d'ascolto	57
4.3	Promozione della percezione del sé	59
4.3.1	L'autostima: un fattore fondamentale per una congrua integrazione sociale	59
4.3.1	Progetto scuola elementare	66
4.3.2	Modalità di realizzazione dell'intervento	67
4.3.3	Scheda di osservazione per l'insegnante durante il normale corso delle lezioni da utilizzare ove è possibili si dal 1 anno	71
4.3.4	Progetto scuola secondaria di primo grado	72
4.3.5	Modalità di realizzazione dell'intervento	73
4.3.6	Progetto biennio scuola secondaria di secondo grado	77
4.4	Psicologo e disturbi specifici dell'apprendimento	80
4.5	Psicologo scolastico e orientamento	83
4.6	Educazione emotiva nella scuola primaria	85
4.6.1	Lo sviluppo dell'intelligenza emotiva	85
4.7	Cooperative learning	88
4.7.1	Metodo per favorire la cooperazione e l'integrazione tra pari	88
4.7.2	Caratteristiche del cooperative learning	90
Capitolo 5 - La voce degli insegnanti		92
Testimonianze di insegnanti delle scuole		92
	Testimonianza 1	92
	Testimonianza 2 anonima	93
	Testimonianza 3	93
	Testimonianza 4	94
Testimonianze dei docenti della scuola secondaria di 1° grado Villa Verrocchio		95
	Testimonianza 5	95
	Testimonianza 6	96
	Testimonianza 7	97

Appendice 1 - dal sito “mobile.Senato.It”	98
Appendice 2 - Metacognizione	121
Appendice 3	122
Ringraziamenti	123
Bibliografia	125
Siti Internet consultati	132