

Corso di Formazione

“PSICOEDUCAZIONE NELL’EMERGENZA COVID-19”

Rivolto ai docenti di Modena e provincia
Aprile-Maggio 2020

Progetto promosso dal Servizio di Psicologia Clinica e dalla Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza - Azienda USL di Modena

Responsabile del progetto:

Dott.ssa Antonella Riccò

Responsabile aziendale psicologi NPIA

Referente aziendale DSA

Reponsabile CNPIA Pavullo DSM/DP AUSL Modena

Referenti del progetto :

Dott.ssa Karen Ceci

Psicologa psicoterapeuta CNPIA Modena

k.ceci@ausl.mo.it, tel. 3391034230

Dott.ssa Alessia Rapino

Psicologa psicoterapeuta CNPIA Sassuolo

a.rapino@ausl.mo.it, tel. 320.6564162

PRESENTAZIONE

La fase storica che stiamo vivendo si configura come particolarmente minacciosa e "potenzialmente traumatica".

Un evento critico, per definizione, si configura come una qualsiasi situazione potenzialmente in grado di sopraffare il senso di vulnerabilità e controllo di una persona. È un evento che esula dall'ambito della normalità che sfida le abilità di reazione delle persone ed è potenzialmente in grado di sconvolgere gli usuali meccanismi psicologici.

Ognuno di noi ha bisogno di credere di avere controllo sulla propria vita e ciò è fondamentale per la stabilità psicologica delle persone. Un singolo evento critico, ma ancora di più una maxi emergenza come quella che stiamo affrontando oggi rispetto alla pandemia da covid-19, è un avvenimento che ha gravi effetti psico-relazionali sulla vita di chi è coinvolto, sia direttamente che "indirettamente".

I destinatari degli interventi di supporto psicologico nelle situazioni di emergenza non sono solo le persone che hanno direttamente e concretamente subito l'evento traumatico (es. lutto conseguente a Covid 19), ma anche quelle che hanno subito in modo diverso la minaccia, e quindi le possibili conseguenze della loro integrità fisica e psichica. Gli eventi critici collettivi comportano, infatti, molteplici situazioni di vittimizzazione a cui corrispondono altrettante tipologie di vittime.

Taylor e Frazer (1991) definiscono diversi livelli di traumatizzazione delle vittime di una catastrofe:

1. Vittime di primo livello: chi subisce in via diretta l'impatto dell'evento
2. Vittime di secondo livello: parenti e amici delle vittime di primo livello
3. Vittime di terzo livello: personale di soccorso
4. Vittime di quarto livello: la comunità coinvolta nel disastro e chi in qualche modo ne è eventualmente responsabile
5. Vittime di quinto livello: individui il cui equilibrio psichico è tale che, anche se non sono coinvolti direttamente, possono reagire con un disturbo emozionale
6. Vittime di sesto livello: individui, che per un diverso concorso di circostanze, avrebbero potuto essere loro stessi vittime di primo livello o che hanno spinto altri nella situazione traumatica che si sentono coinvolti per altri motivi indiretti.

Dobbiamo quindi constatare che in una situazione di emergenza collettiva come quella in cui versiamo, siamo tutti esposti, seppur a livelli diversi, al rischio di reazioni post-traumatiche.

Nel momento in cui un'emergenza è ancora in atto, è possibile mettere in atto interventi di prevenzione che consistono in un pronto-soccorso psichico che mira a sostenere l'io della persona coinvolta; successivamente, conclusa la fase dell'emergenza, l'attività psicologica può essere volta a ridurre o superare i danni psicologici riportati dalle vittime con interventi di riabilitazione del loro quadro psichico.

Al momento quindi è opportuno svolgere interventi che mirano:

- alla riduzione dello stato di crisi presente e a ripristinare nel soggetto il livello di funzionamento pre-critico nel più breve tempo possibile;
- alla prevenzione dell'aggravamento nel medio-lungo periodo di problematiche psicologiche insorte a causa dell'evento disastroso

In particolare occorre porre molta attenzione ai minori, tra i soggetti più fragili della nostra società, perché risentono delle loro difficoltà personali ma anche di quelle strettamente connesse alla relazione con i genitori.

In questo senso è fondamentale implementare i "fattori di protezione", fra questi vi sono certamente le figure di riferimento dei minori, che saranno i loro genitori, ma anche i loro insegnanti. Gli insegnanti sono infatti figure preziose che possono svolgere una funzione di contenimento emotivo dei minori, ma anche di individuazione precoce di eventuali problematiche, grazie ai contatti quotidiani con gli alunni.

DESTINATARI

INSEGNANTI, di ogni ordine e grado

OBIETTIVO

Il percorso di formazione alla psicoeducazione rispetto al Covid-19 è pensato per i docenti, che hanno dovuto, in breve tempo e in modo molto efficace, modificare le proprie modalità di lavoro e di relazione con gli alunni e potrebbero, inoltre, trovarsi nelle condizioni di doversi confrontare con le reazioni post-traumatiche di genitori e alunni rispetto al Covid-19. Il progetto ha lo scopo da un lato di aiutare gli operatori a confrontarsi con le proprie modalità di espressione dello stress e ricercare delle modalità di gestione dello stesso e dall'altro di migliorare la loro comunicazione e le loro abilità di contenimento dei propri alunni e delle loro famiglie.

In queste circostanze emerge chiaramente la necessità che gli insegnanti siano in grado innanzitutto di **gestire lo stress e le emozioni personali** rispetto a quanto è accaduto, affinché possano a loro volta porsi in una posizione di aiuto nei confronti dei minori .

Per tale motivo il progetto si pone l'obiettivo di informare, stabilizzare e supportare i docenti, relativamente alle proprie reazioni post-traumatiche e alle proprie strategie di fronteggiamento dello stress, ma anche di migliorare le loro abilità di individuazione delle reazioni post-traumatiche nei minori e di supportarli nell'individuazione delle strategie di fronteggiamento dello stress .

FINALITA'

Implementare nei docenti la conoscenza delle proprie modalità di gestione dell'evento emergenza .

Migliorare la gestione emotiva dell'evento critico, attraverso il riconoscimento delle proprie emozioni e delle proprie strategie di fronteggiamento dello stress

Favorire una percezione soggettiva di competenza, supportando e riconoscendo i propri strumenti e le proprie risorse.

Implementazione delle abilità dei docenti di riconoscere e supportare le emozioni dei genitori e degli alunni.

METODOLOGIA

La metodologia proposta si configura sia come un intervento di prevenzione primaria, intesa come attività di psicoeducazione tesa a far conoscere e riconoscere lo stress e le conseguenze psicologiche che eventualmente potrebbero insorgere in seguito ad un evento critico come l'emergenza Covid-19 ma anche e soprattutto tesa

all'individuazione delle risorse umane naturali e difensive di ogni soggetto, in modo da permettere l'attuazione di efficaci strategie di coping.

Si propongono diverse edizioni di interventi specifici di **CRITICAL INCIDENT STRESS ORIENTATION**, in web-conference per gruppi di docenti suddivisi per ordine scolastico in cui saranno trattati i seguenti temi:

- definizione di cosa sia un evento critico o potenzialmente traumatico;
- esplorazione delle reazioni psicologiche che possono manifestarsi, **sia negli adulti sia nei bambini**, a seguito di un evento critico o potenzialmente traumatico (ansia, rabbia, depressione);
- Approfondimento relativo ai fattori di vulnerabilità (es. livello di coinvolgimento, livello del senso di assurdit , cambiamenti delle proprie convinzioni) che possono intercorrere come fattori che influenzano la Risposta post - traumatica;
- linee guida di riferimento sui **comportamenti utili che devono essere messi in atto**, sia nei confronti di se stessi che dei minori
- Riflessione relativa ai comportamenti "sentinella" che potrebbero venire intercettati dagli insegnanti nella relazione con gli alunni

Per poter consentire una valida interazione dei partecipanti si ritiene utile l'apertura di ogni edizione ad un massimo di 25 docenti. Le sessioni verranno programmate dalle ore 14.30 alle ore 16.30. Il numero delle edizioni sar  subordinato al numero delle adesioni che potranno essere fatte pervenire all'Ufficio Scolastico Provinciale insieme al proprio indirizzo di posta elettronica al quale verr  in seguito comunicato il Link a cui collegarsi.

TEMPI

Le date delle prime sessioni sono le seguenti:

16/Aprile/2020 scuola primaria

20/Aprile/2020 scuola primaria

21/Aprile/2020 scuola secondaria di primo grado

22/Aprile/2020 scuola secondaria di secondo grado

27/Aprile/2020 scuola primaria

28/Aprile/2020 scuola secondaria di primo grado

30/Aprile/2020 scuola secondaria di secondo grado