



cesvi



---

# Una scuola resiliente

---

Linee guida per il supporto  
e la prevenzione psicologica nelle scuole  
in situazioni di emergenza





# Indice

Prefazione	2
Introduzione	3
• Perché questo toolkit?	4
• Gli autori	5
Il modello “Una scuola resiliente”	6
• Cos’è la resilienza	7
• Destinatari	9
• Stakeholder	9
• Obiettivi	11
• Attività	11
• Approccio	13
• Metodologia	14
• Contenuti	16
• Strumenti pratici	17
L’esperienza del Centro Italia	19
• Contesto di intervento	20
• Risultati	22
• Lezioni apprese e buone pratiche	27
Appendice	31
• Schede attività	32
• Glossario	49
• Bibliografia	51

# Prefazione



Da oltre trent'anni, Cesvi è attivo in contesti di emergenza con progetti di sostegno in 23 paesi del mondo. Nel 2016 abbiamo deciso di dare inizio a una sfida nuova e impegnativa, al fianco delle popolazioni del Centro Italia, colpite dal terremoto del 24 agosto.

Nello specifico, abbiamo voluto dedicare un'attenzione particolare ai bambini attraverso il progetto "Una scuola resiliente" che, in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Territoriale di Ascoli Piceno e Fermo, ha offerto supporto psicologico in 12 Istituti Scolastici Comprensivi marchigiani, tra le province di Macerata, Ascoli Piceno e Fermo. Grazie all'accordo di collaborazione con il partner SIPEM Sos Marche, abbiamo portato un team di psicologi in oltre 170 classi di scuola primaria e secondaria di primo grado con l'obiettivo di aiutare i bambini a elaborare il trauma del sisma. Sono infatti proprio i bambini, per via della loro fragilità e vulnerabilità, ad aver interiorizzato maggiormente gli effetti negativi di un evento così distruttivo.

Durante incontri dedicati nelle scuole, gli alunni sono stati stimolati a esprimere le loro emozioni, le loro sensazioni e le loro paure attraverso disegni, racconti e il commento di immagini e fotografie raffiguranti la natura distruttiva. Il recupero psico-emotivo, dopo eventi di questa portata, richiede tempi tanto più lunghi quanto più fragili sono i soggetti coinvolti e quindi, nel caso dei bambini, si è trattato di un processo lento e progressivo che ha richiesto l'apporto di professionisti qualificati ma che ha dato, al termine delle attività, enorme soddisfazione per il recupero raggiunto.

L'assistenza psicologica si è rivolta anche ai genitori che hanno avuto il gravoso compito di insegnare ai figli come riconoscere e gestire le paure e hanno dovuto, a loro volta, saper elaborare le proprie. Un percorso di sostegno specifico è stato predisposto anche per gli insegnanti che sono stati quotidianamente a contatto con i bambini e hanno potuto interpretarne i comportamenti.

Il *toolkit* è nato alla fine di questo percorso in aula e vuole essere un vero e proprio vademecum operativo per il recupero da shock che non siano soltanto legati al terremoto, ma anche ad altri eventi dall'impatto emotivo traumatico che coinvolgano la popolazione scolastica. Il *toolkit*, elaborato da Cesvi in collaborazione con gli psicologi di SIPEM SoS Marche dopo mesi di studio e di attività in aula a contatto con i bambini, racchiude le buone pratiche adottate durante le azioni di sostegno e le fissa come strumenti utili a conseguire una piena ricostruzione "interiore".

Quando si parla di "ricostruzione" dopo catastrofi naturali, infatti, quasi sempre si intende un intervento materiale attraverso cui vengono ripristinati i luoghi distrutti e si trascurava, invece, l'aspetto più umano, collegato alla necessità di una "ricostruzione emotiva" che punti al ripristino dell'equilibrio psicologico delle persone colpite, in primo luogo dei bambini, colpiti in maniera diretta o indiretta dal trauma.

Daniela Bernacchi, General Manager Cesvi





## Introduzione

Prima della collaborazione con Cesvi, SIPEM SoS Marche non si era mai confrontata con un'attività così strutturata e ad ampio spettro, diretta al ripristino della “normalità” scolastica e alla prevenzione della cronicizzazione del disagio psicologico della popolazione scolastica vittima diretta o indiretta del sisma. In passato, i suoi sforzi si erano infatti concentrati prevalentemente sulla prevenzione — attraverso un insieme di iniziative la cui base teorica era il postulato della resilienza — oppure sul supporto psicologico alle popolazioni colpite da eventi catastrofici.

La piena ed entusiastica disponibilità dei soci SIPEM nel partecipare al progetto proposto da Cesvi si è manifestata immediatamente, con un impegno e uno sforzo organizzativo notevoli, dimostrati anche nei numeri: un gruppo di lavoro di 17 psicologi, con competenze specifiche che variano dalla genitorialità all'età evolutiva, hanno seguito alunni e adulti che hanno preso parte al progetto durante tutto l'anno scolastico. Uno sforzo ulteriormente intensificato dalle terribili scosse che hanno continuato a colpire il territorio del Centro Italia e che hanno visto gli operatori impegnati, contemporaneamente, nel supporto alla popolazione colpita su un'area molto estesa, dalla costa all'entroterra.

Dai resoconti dei colleghi, dalle emozioni vissute, dalle esperienze in aula e dai piccoli aneddoti, traspare la soddisfazione di aver contribuito a quel processo di cambiamento in grado di trasformare il “mostro” che vive sottoterra in un elemento naturale con il quale si può e si deve imparare a convivere.

Roberto Ferri, Presidente SIPEM SoS Marche e SIPEM Federazione



## Perché questo toolkit?

Cesvi ha promosso nel corso dell'anno scolastico 2016/2017 il progetto "Una scuola resiliente", in risposta agli eventi sismici che hanno colpito il Centro Italia a partire dal 24 agosto 2016, concentrando i propri sforzi principalmente sul sistema scuola.

In collaborazione con l'Ufficio Scolastico Territoriale di Ascoli Piceno e Fermo e SIPEM Sos Marche, ha realizzato un intervento di supporto psicologico dedicato a minori e adulti di riferimento all'interno di 12 Istituti Scolastici Comprensivi delle Marche, coinvolgendo complessivamente 483 insegnanti, 241 genitori, 3.259 alunni.

Il *toolkit* "Una scuola resiliente. Linee guida per il supporto e la prevenzione psicologica nelle scuole in situazioni di emergenza" intende valorizzare la buona pratica sperimentata, con un duplice obiettivo:

1. Fornire uno strumento per la realizzazione di progetti di prevenzione e supporto psicologico dedicati a vittime dirette e indirette di eventi catastrofici
2. Sulla base del progetto "Una scuola resiliente", formalizzare un modello di intervento replicabile anche in altri contesti post emergenziali

L'obiettivo primario di "Una scuola resiliente", oggetto del *toolkit*, è quello di prevenire e minimizzare l'insorgere del disagio psicologico di minori e adulti a seguito di eventi catastrofici.

Nello specifico, il *toolkit* si rivolge a docenti e dirigenti della scuola primaria e secondaria di primo grado, a operatori umanitari e a psicologi dell'emergenza, cui si intende proporre linee guida e strumenti pratici utili a realizzare azioni di supporto psico-educativo in contesti post-emergenziali.

Nella prima parte, si descrive il modello elaborato e applicato in Centro Italia da Cesvi in collaborazione con SIPEM Sos Marche e si suggeriscono alcuni strumenti pratici utilizzabili per riconoscere, far emergere e gestire situazioni di disagio psicologico nelle scuole e nelle famiglie. Questa sezione è arricchita da schede attività da svolgere individualmente o in gruppo.

Nella seconda sezione, si analizza e valuta l'esperienza marchigiana, riportandone i risultati e rilevandone criticità e punti di forza, con l'obiettivo di perfezionare il modello di intervento, potenzialmente replicabile in altri contesti geografici ed estendibile ad altre fasce d'età.

Il manuale può essere applicato in ambito scolastico e familiare in situazioni post-emergenziali e post-traumatiche. Alcuni dei contenuti e aspetti metodologici proposti trovano applicazione anche al di là di eventi traumatici causati da catastrofi naturali. Possono essere in particolare ripresi in situazioni di disagio psicologico latente riconducibile ad altre tipologie di trauma (lutti, situazioni di abuso o incuria psicologica, bullismo, fenomeni di esclusione).

Milena Paglia, Coordinatrice Cesvi del progetto "Una scuola resiliente"



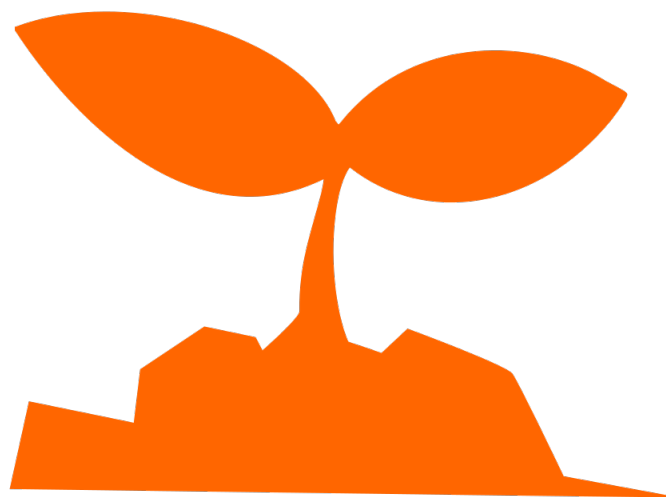
## Gli autori

Questo *toolkit* è frutto della collaborazione di Cesvi e SIPEM Sos Marche. Si ringrazia in particolare, per avere contribuito alla stesura dei testi:

Milena Paglia  
Roberto Ferri  
Elena Zito

Alfredo Santarelli  
Barbara Bonfigli  
Carlotta Sabbatini  
Elvira Bocchino  
Lucia Caimmi  
Luigi Di Vitantonio  
Luigina Rita Petrucci  
Maria Giulia Mercuri  
Sabrina Marini  
Sonia Arina  
Valeria Catufi

# Il modello “Una scuola resiliente”







## Cos'è la resilienza

La **resilienza** può essere definita come: la capacità di un individuo o di una comunità di superare e uscire rinforzato dalle difficoltà ordinarie della vita, come quelle che si incontrano nella quotidianità familiare o nel lavoro, e da quelle straordinarie, come una malattia grave, un incidente o una calamità naturale.

“Il concetto di resilienza è già noto nell’ambito della fisica e in quello ecologico: nel primo indica la proprietà di alcuni metalli di resistere agli urti senza deformarsi, evocando anche le idee di flessibilità e adattamento, in quello ecologico la capacità di alcuni ecosistemi di riprendersi dopo gravi shock e ritornare a un equilibrio simile a quello precedente” (Pileri 2015).

Nella psicologia, la resilienza viene a significare la capacità dell’uomo di affrontare e superare le avversità della vita in maniera vitale, uscirne rinforzato e in grado di progettare positivamente il futuro: può, in tal senso, essere associata alle parole istinto di vita, slancio vitale, tendenza attualizzante.

Stefan Vanistendael (2009) afferma che la resilienza implica non solo la capacità di opporsi alle pressioni dell’ambiente, ma anche una dinamica positiva, una capacità di andare avanti. Non si limita a una resistenza, ma permette la ricostruzione di un percorso di vita.

George Valliant (1993) rileva che la resilienza è un processo che si manifesta in modo diverso nei vari individui, a seconda della personalità, dei modelli di riferimento, dei processi di apprendimento e delle vicissitudini. Essa nasce dall’integrazione di elementi presenti nel singolo e nell’ambiente.

Il termine resilienza è divenuto di uso comune in tempi recenti, ma in realtà è una capacità presente da sempre in tutti gli esseri viventi. Se guardiamo alla storia dell’uomo, ad esempio, vediamo che è stato capace di vivere a ogni latitudine e longitudine, dalle foreste equatoriali, ai deserti, alle fredde zone artiche, trovando sempre la maniera di adattarsi al proprio ambiente e ai suoi cambiamenti. In ogni tempo, ha affrontato pericoli derivanti da eventi atmosferici, predatori, guerre e distruzioni; ha appreso non solo a sopravvivere, a resistere, ma a costruire un nuovo equilibrio dopo ogni evento e a utilizzare le conoscenze acquisite per migliorare la propria condizione.

Il concetto di resilienza implica la presenza di **fattori di rischio** e di fattori protettivi: tra i primi possono essere individuati elementi emozionali quali una bassa autostima e uno scarso controllo emozionale, elementi interpersonali (isolamento, chiusura, difficoltà a socializzare), e familiari (conflitti, scarso livello di comunicazione). Ma anche le crisi evolutive e accidentali possono costituire dei fattori di rischio: le prime, legate ai cambiamenti del corpo in fase adolescenziale, ai rapporti con la famiglia, all’impegno scolastico, agli innamoramenti; le seconde a eventi in parte imprevedibili quali delusioni amorose, lutti, malattie, incidenti, disastri.

**Fattori protettivi**, in grado di alimentare la resilienza, possono essere invece identificati in:

- esperienze relazionali: poter ricorrere a figure protettive di attaccamento e riferimento, avere fiducia in sé e nell’altro

- esperienze sociali: essere consapevoli di appartenere a una rete sociale, valorizzare il singolo nel gruppo che riconosce e supporta, avere amicizie sincere
- esperienze educative: maturare, raggiungere successi nella scuola e nella vita, essere incoraggiati e stimolati all'attitudine proattiva, trasformare la frustrazione in tolleranza verso se stessi e in impegno
- personalità: essere dotati di empatia, creatività, autostima, autonomia, estroversione, collaboratività, maturità, stabilità emotiva e capacità di risolvere i problemi

La resilienza è dunque sia una caratteristica insita nell'essere umano, nel momento in cui sono presenti fattori protettivi, che un processo, un'abilità che si può apprendere: ciò vuol dire che resilienti si può diventare e che la resilienza cresce attraverso le esperienze di vita. Nello specifico, la resilienza può essere alimentata attraverso l'esperienza dell'accettazione da parte di una figura significativa — per i minori si può trattare di un genitore o di un insegnante: ciò permette di essere riconosciuti per quello che si è, di sentire l'affetto altrui e acquisire stima e fiducia verso se stessi. Anche essere in grado di dare un significato alla vita e agli eventi avversi può concorrere a sviluppare la resilienza: è importante che ciascun individuo riesca ad accettare che i cambiamenti sono parte integrante dell'esistenza e che non ci può essere sviluppo senza cambiamento. Altro fattore utile è la consapevolezza delle potenzialità e delle conseguenze delle proprie azioni: è fondamentale, nel processo di superamento di un trauma, percepire di avere un grado di controllo sugli eventi della propria vita. Ciò permette di trasformare la passività in attività e di influenzare l'orientamento della propria vita. Importante è, inoltre, favorire l'espressione delle emozioni che si provano durante una crisi e prendere coscienza di ciò che è accaduto.

Provare forti emozioni e attraversare momenti di confusione, smarrimento e inadeguatezza è una reazione normale e accettabile: ignorare o tentare di dimenticare l'evento traumatico, al contrario, rischia di essere dannoso. Conoscere il problema, attribuirgli un nome, vuol dire invece affrontarlo e tentare di risolverlo.

Oltre che personale, la resilienza è, infine, anche sociale e familiare. Boris Cyrulnik (2005) definisce la resilienza come una linea di sviluppo che si interseca in un intreccio di affettività e condivisione sociale, in un continuo interagire tra l'individuo e il suo ambiente. L'individuo resiliente è quindi una persona che ha trovato dentro di sé, nelle relazioni con gli altri e nell'ambiente, le condizioni, le risorse e l'energia per superare gli ostacoli della vita.



## Destinatari

Destinatari del modello di intervento “Una scuola resiliente” sono le **vittime dirette e indirette**<sup>1</sup> di un evento catastrofico.

Nello specifico, il progetto si rivolge agli alunni e ai docenti delle scuole primarie e secondarie di primo grado delle aree colpite dall’evento catastrofico e ai genitori degli alunni coinvolti.

Si propone, dunque, alla comunità scolastica nel suo insieme, mirando ad attivare o rafforzare il triangolo alunni-genitori-insegnanti nella risposta all’emergenza e nel processo di ritorno alla normalità.

Il modello si rivolge sia a minori che ad adulti, ma con un occhio di riguardo al minore e al suo benessere psicologico, che viene garantito anche attraverso il rafforzamento del ruolo rassicurante degli adulti nel contesto scolastico e familiare.



## Stakeholder

Il modello “Una scuola resiliente” prevede il coinvolgimento di tutti i soggetti che, a livello locale e nazionale, gravitano intorno al mondo della scuola e degli interventi di supporto psicologico/psico-sociale.

**MIUR:** il Ministero dell’Istruzione, dell’Università e della Ricerca, attraverso la Direzione per lo Studente, la Partecipazione e l’Integrazione, costituisce il punto di riferimento per le attività di coordinamento degli interventi in risposta all’emergenza nelle scuole colpite. La sua attività ha carattere transregionale e trasversale rispetto ai bisogni di cui le scuole sono portatrici. Nell’immediato dell’emergenza, il MIUR attiva, insieme alle Associazioni operanti sul campo, un Tavolo di Coordinamento Tecnico, responsabile di coordinare le azioni destinate alle scuole.

**USR e UST:** in quanto emanazione del MIUR, gli Uffici Scolastici rappresentano a livello regionale e locale le istituzioni di riferimento per la definizione di un intervento il più possibile calzante rispetto ai bisogni espressi dalle scuole presenti in territori coinvolti in un evento catastrofico.

---

<sup>1</sup> Le vittime di un evento catastrofico si distinguono in vittime dirette, o del I tipo, e vittime indirette, che vanno dal II al VI tipo. Le vittime di I tipo sono persone che hanno subito direttamente l’evento, con danni fisici o materiali; le vittime di II tipo sono parenti o persone care legate alle vittime di I grado; le vittime del III tipo sono rappresentate da soccorritori, professionisti e volontari dell’emergenza; le comunità coinvolte nel disastro, in senso ampio, costituiscono le vittime di IV tipo; gli individui il cui equilibrio psichico è tale per cui, anche se non coinvolti direttamente nel disastro, possono reagire con un disturbo emozionale, sono considerati vittime di V tipo; le vittime del VI tipo sono infine persone che avrebbero potenzialmente potuto trovarsi sul luogo del disastro, ma che per qualche ragione non erano presenti al momento dello stesso, o che hanno involontariamente determinato la presenza di persone estranee al contesto dell’emergenza nella stessa (es. invitando amici o parenti nel luogo del disastro).

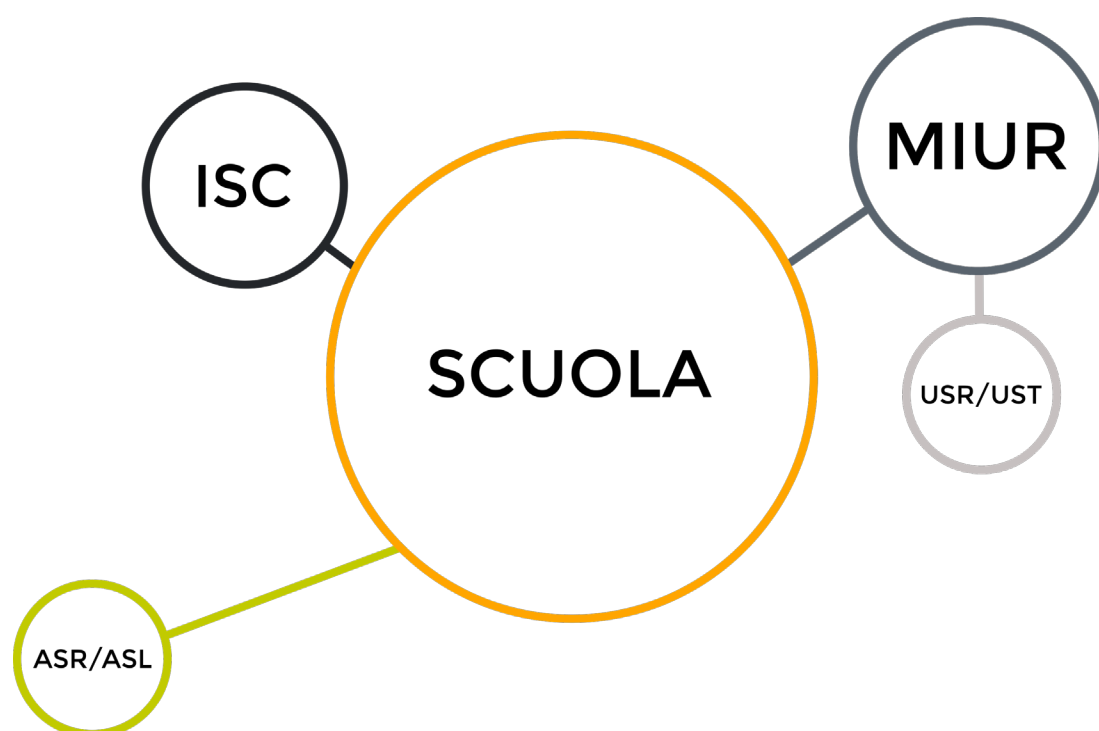
Gli Uffici Scolastici Regionali e Territoriali sono coinvolti in qualità di:

- interlocutori rispetto ai bisogni di cui le scuole sono portatrici
- coordinatori delle donazioni e delle iniziative di solidarietà destinate alle scuole
- enti promotori di progetti di supporto psico-sociale rivolti alle scuole del territorio

**ISC:** gli Istituti Scolastici Comprensivi rappresentano i destinatari e protagonisti del progetto, coinvolti a vari livelli:

- **Dirigenza:** decisioni riguardanti la partecipazione dell'Istituto al progetto; invio delle adesioni e aspetti legali e organizzativi più complessi, raccolta delle valutazioni del progetto; relazioni con le famiglie per il loro coinvolgimento nelle fasi del progetto
- **Docenti referenti:** promozione del progetto all'interno dei singoli plessi, raccolta delle adesioni, aspetti organizzativi inerenti la realizzazione degli incontri, diffusione di materiale di supporto e di comunicazioni rispetto alle attività di progetto
- **Docenti:** partecipazione agli incontri dedicati agli adulti, supervisione e supporto negli incontri dedicati agli alunni, valutazione del progetto

**ASR e ASL:** l'Azienda Sanitaria Regionale e Locale si occupano di coordinare tutti gli interventi di supporto psicologico e alla persona nell'area geografica di riferimento.



L'**obiettivo generale** del progetto “Una scuola resiliente” è quello di contribuire alla ripresa della normalità scolastica nelle aree colpite da un evento catastrofico.

In questa prospettiva, “Una scuola resiliente” persegue l'**obiettivo specifico** di prevenire la cronicizzazione del disagio psicologico della popolazione scolastica, vittima diretta o indiretta di un determinato evento traumatico.

Tale obiettivo è legato al conseguimento dei seguenti **risultati**:

- Fornire a insegnanti e genitori informazioni e strumenti per fare emergere e riconoscere casi di disagio psicologico latente all'interno del gruppo classe
- Favorire lo scambio di opinioni e vissuti all'interno del gruppo classe utilizzando linguaggi e strumenti espressivi differenti e adeguatamente comprensibili dai minori coinvolti
- Stimolare l'elaborazione del disagio da parte del singolo minore e del gruppo classe
- Promuovere il dialogo tra minori e adulti di riferimento, nel ruolo di figure rassicuranti e competenti
- Rafforzare l'interazione e il dialogo tra la scuola e la famiglia per la normalizzazione degli stati di disagio dei minori
- Promuovere la collaborazione tra gli insegnanti, la famiglia e i servizi pubblici per la presa in carico dei casi più gravi di disagio

 Attività

“Una scuola resiliente” prevede, nell'arco dell'anno scolastico, 4 distinte fasi di intervento:

### FASE 0

La FASE 0, condotta dagli esperti del Team Emergenze Cesvi, consiste in un primo *assessment* che ha il fine di individuare i bisogni emergenti nel contesto specifico di intervento. In questa fase, tutti gli interlocutori di riferimento sono coinvolti: è nel *modus operandi* di Cesvi collaborare con gli enti locali e territoriali competenti e creare con essi sinergie utili alla costruzione dell'idea progettuale e al raggiungimento degli obiettivi.

Seguono, in collaborazione con gli interlocutori coinvolti – MIUR, Uffici Scolastici Territoriali, Istituti Scolastici Comprensivi, Azienda Sanitaria Locale – la promozione del progetto nelle aree colpite e la raccolta delle adesioni da parte degli Istituti Scolastici Comprensivi interessati, contestuale all'inserimento del progetto nel POF scolastico annuale.

### FASE 1

La FASE 1 si articola in una serie di incontri ospitati dalle scuole stesse o in strutture indicate dagli Uffici Scolastici Territoriali. Gli incontri sono condotti da esperti in psicologia dell'emergenza di SIPEM e hanno lo scopo di fornire strumenti comunicativi e relazionali per la gestione del vissuto proprio dell'adulto e dei minori traumatizzati o sensibili all'evento catastrofico.

Diversi incontri sono indirizzati, rispettivamente, agli insegnanti delle scuole primarie e secondarie di primo grado e ai genitori degli alunni delle classi coinvolte.

## FASE 2

La FASE 2 del progetto, molto capillare e specifica, prevede incontri psicoeducativi con gli alunni delle singole classi aderenti al progetto.

Psicologi esperti conducono attività laboratoriali finalizzate all'emersione e alla gestione delle emozioni, delle conoscenze e delle rappresentazioni da parte dei bambini rispetto all'esperienza vissuta: ciò avviene attraverso la stimolazione della resilienza e della comunicazione del disagio all'interno del gruppo classe e all'adulto di riferimento.

L'incontro in classe è concertato dagli psicologi con gli insegnanti di riferimento, già coinvolti nella FASE 1, in modo tale che lo stesso risulti il meno possibile estraneo al percorso di resilienza già attivato dall'insegnante all'interno della classe. Il progetto non intende, infatti, problematicizzare il vissuto dei minori, ma accompagnarli nel superamento di una situazione di disagio, rendendoli consapevoli delle risorse personali e della presenza di persone nel proprio ambiente di riferimento nelle quali possano trovare ascolto e conforto rispetto al proprio disagio.

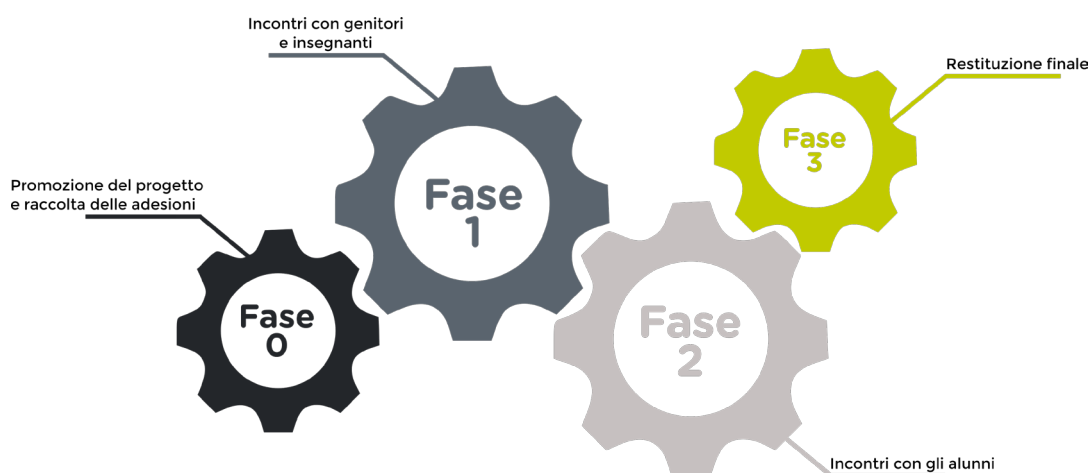
A seguito dell'incontro con il gruppo classe, ciascun insegnante è invitato a supervisionare la preparazione di elaborati e strumenti espressivi funzionali al momento di restituzione.

A completamento del percorso svolto in classe, può essere previsto un secondo intervento da parte degli psicologi, nel caso in cui i docenti segnalino particolari criticità o necessità specifiche di approfondimento.

## FASE 3

A rafforzamento dell'approccio sistemico scuola-famiglia che il progetto intende assumere, si prevede un momento di restituzione del percorso svolto in presenza di psicologi esperti che accompagnano adulti di riferimento e minori in attività laboratoriali connesse ai contenuti trattati durante gli incontri.

Per l'occasione, si prevede l'esposizione degli elaborati prodotti dalle singole classi in una logica di socializzazione dell'esperienza vissuta dal gruppo classe con gli insegnanti e le famiglie e la raccolta delle valutazioni da parte dei partecipanti al progetto.



L'approccio adottato da "Una scuola resiliente" si fonda su uno dei principi base della **psicologia dell'emergenza**, ossia che è fondamentale normalizzare i vissuti psicologici di adulti e minori anche nel post-emergenza. Difatti, un evento traumatico è "capace di esercitare nell'individuo un impatto fortemente stressante, tale da annientare i meccanismi di *coping*<sup>2</sup> solitamente utilizzati" (Mitchell 1983), con il possibile rischio di comportare "che tutta la vita sia sempre sull'orlo di un'emergenza, e che anche un evento neutrale possa scatenare un'esplosione di terrore" (Goleman 1996). Si rende dunque necessario rielaborare il vissuto traumatico dell'individuo per liberarlo da sintomi invalidanti e promuoverne la resilienza. La psicologia dell'emergenza non svolge un'azione psicoterapeutica nelle persone, ma le supporta nella rielaborazione del trauma e nel ritrovare l'equilibrio psico-fisico-sociale precedente l'evento. Non lavora pertanto su patologie pregresse, ma sul disagio presente nel *hic et nunc* (qui ed ora).

Adulti e bambini reagiscono in modi differenti al trauma: i primi "possono andare incontro a un intorpidimento psichico, nel quale escludono i ricordi o sentimenti relativi alla catastrofe", i secondi "si servono della fantasia, del gioco e dei sogni ad occhi aperti per richiamare e ripercorrere mentalmente i loro tormenti" con modalità costante e ripetitiva (Goleman 1996). Per questo motivo il progetto, pur con un occhio di riguardo per il minore, si rivolge anche alla popolazione adulta nell'ambito familiare e scolastico, puntando ad agire sull'ambiente di appartenenza del minore con un **approccio sistemico**. Il superamento dell'evento traumatico nel minore avviene anche attraverso la costruzione di un'immagine di adulto – genitore e insegnante – come figura rassicurante.

Con l'intenzione di stimolare lo sviluppo di competenze specifiche atte al superamento consapevole del trauma, il progetto adotta un **approccio non clinico**: agli aspetti puramente psicologici (clinici), tecnico-informativi (genesi e cause dell'evento catastrofico) e delle buone prassi comportamentali (cosa fare in presenza di un disastro), esso privilegia l'*empowerment*<sup>3</sup> e l'autosviluppo dell'individuo e della comunità scolastica.

Si è scelto, pertanto, di non attuare interventi clinici, ma di condurre attività di osservazione, riferendo l'eventuale necessità di interventi terapeutici ai servizi sanitari preposti.

Nella medesima direzione va la scelta di non incentrare gli incontri destinati ai minori sull'evento catastrofico in sé, quanto piuttosto sulle loro capacità di gestione delle emozioni, *problem solving* e resilienza.

---

<sup>2</sup> In psicoterapia cognitiva e psichiatria il termine *coping* (dall'inglese "to cope", affrontare) indica "l'insieme di attività operative e di processi psicologici attraverso i quali un soggetto affronta un evento critico, una difficoltà, cercando di risolverlo o quanto meno di limitarne gli effetti negativi" (Lavanco 2003).

<sup>3</sup> Dall'inglese "to empower", rendere in grado di, mettere in condizione di. "L'empowerment è il processo di ampliamento (attraverso il miglior uso delle proprie risorse attuali e potenziali acquisiti) delle possibilità che il soggetto può praticare e rendere operative e tra le quali può quindi scegliere" (Bruscaglioni 2007).

Nella formulazione dell'intervento, si è fatto inoltre riferimento alle teorie dell'“**educazione emotiva o socio-affettiva**”<sup>4</sup> quale “mezzo e fine per uno sviluppo adeguato della personalità del bambino” (Francescato, Putton, Cudini 1986). Attraverso il confronto con il gruppo dei pari e con gli adulti rilevanti, sono favoriti nei minori l'accrescimento dell'autostima, lo sviluppo della capacità di riconoscere ed esprimere le emozioni e ascoltare e rispettare quelle altrui, e la capacità di migliorare i rapporti interpersonali.

Ciò si fonda sul principio che quando un individuo conosce le proprie risorse interne e ha fiducia nella rete che lo circonda, sarà per lui più facile reagire e adattarsi agli eventi avversi della vita e ai traumi.

Infine, l'approccio adottato integra i principi della **psicologia di comunità** e della **psicologia umanistico-esistenziale**: la prima promuove la salute psicologica del singolo attraverso interventi sui gruppi delle comunità e sulle relazioni che legano l'individuo al suo ambiente; la seconda **mette al centro l'essere umano** che non è in balia delle forze esterne e interne, ma è consapevole delle sue scelte e responsabile della sua esistenza (Rogers 1951).

A entrambe si fa riferimento perché condividono la focalizzazione sullo sviluppo delle risorse dell'uomo e delle sue potenzialità e perché guardano al cambiamento come una prospettiva evolutiva che inizia prima di tutto dalla persona e dallo sviluppo di capacità (Rosa 2000).



La metodologia adottata, fondata su un approccio mirato e di breve termine, è funzionale a fornire alla popolazione scolastica occasioni di riflessione e stimolo per accedere alle **risorse personali** interne ed esterne utili a far fronte a un trauma.

In tutte le fasi operative del progetto, gli incontri si svolgono con una **dinamica grupppale**: si è scelto di operare sempre sul gruppo di beneficiari e di evitare l'intervento singolo, rimandando un'eventuale presa in carico, per stimolare il senso comunitario e l'attivazione della rete sociale di supporto. L'intervento psicoeducativo di gruppo permette, infatti, di fornire e raccogliere informazioni in modo chiaro e articolato, al fine di rendere più competente e consapevole chi vive il disagio – in un'ottica di *empowerment* individuale – oltre a consentire un'esperienza relazionale nuova e arricchente, basata sulla condivisione e il confronto tra persone che affrontano un'esperienza comune.

Ogni incontro è condotto da almeno due esperti psicologi dell'emergenza, per permettere contemporaneamente momenti di riflessione ed espressione emotiva, l'osservazione, la gestione del gruppo e, se necessario, interventi individuali che aiutino i minori nella rielaborazione del vissuto emotivo.

La prima parte del progetto (FASE 1) è destinata agli adulti (genitori e insegnanti): a loro si vogliono fornire strumenti di comprensione che possano applicare nel contesto familiare e scolastico, generando, a cascata, un clima più sereno e cosciente per i minori. Ciò nasce

---

<sup>4</sup> È uno dei metodi propri della psicologia di comunità, utilizzata generalmente in ambiente scolastico. Il suo primo utilizzo si ebbe in ambito americano, dagli anni '90 in poi è stata considerata la sua efficacia anche in Europa. Tutt'oggi è centrale per produrre il benessere psico-emotivo dell'individuo e aumentarne le risorse.



dall'esigenza di costruire un ambiente accogliente, nel quale i minori possano sentirsi liberi di condividere opinioni e vissuti, e di sviluppare, in docenti e genitori, delle figure di adulti rassicuranti.

Dopo aver agito sul suo ambiente esterno, il progetto si focalizza sul benessere del minore: l'incontro grupppale, che prevede la presenza degli esperti psicologi dell'emergenza e il coinvolgimento di un docente, sempre in un'ottica di rafforzamento della figura di adulto rassicurante, si svolge in aula nell'arco di due ore (FASE 2). Concluso l'intervento, gli alunni sono chiamati a concentrarsi, in collaborazione con gli insegnanti, sulla produzione di elaborati creativi, utili a fissare i concetti appresi in aula.

Al fine di mantenere omogeneità nell'offerta contenutistica e metodologica, gli incontri in aula hanno una **struttura modulare**: ciò permette di avere una traccia standard, con alcuni contenuti imprescindibili, che può però essere integrata, approfondita o adeguata alle necessità emergenti di ciascun gruppo classe incontrato.

Tra i metodi utilizzati per costruire i moduli degli incontri vi sono:

- l'ascolto attivo
- il *counselling*
- l'osservazione
- lezioni frontali interattive
- giochi psico-educativi e psico-corporei

L'**ascolto attivo** consiste nella capacità di prestare attenzione a tutti gli aspetti della comunicazione del proprio interlocutore per ricavare informazioni utili a migliorare la relazione. Consente di entrare in relazione profonda con l'altro, permettendogli di esprimere se stesso completamente, esplorando anche le parti di sé di cui non ha consapevolezza e di trovare nuove risorse per apportare cambiamenti utili. Si basa sull'empatia e sull'accettazione positiva incondizionata dell'altro. L'ascolto attivo è la "capacità di percepire non solo le parole, ma anche i pensieri, lo stato d'animo, il significato personale più profondo del parlante. Si tratta quindi di una forma più alta e più ampia di ascolto, le cui componenti fondamentali sono:

- ascolto passivo, silenzio e non interruzione dell'altro
- ascolto del corpo, mimica, postura, marcatori vocali ("mhm", "ah")
- inviti calorosi, incoraggiamenti non giudicanti ("dimmi", "raccontami")
- accoglienza non giudicante del disagio: il facilitatore riflette il messaggio del partecipante, recependolo senza emettere giudizi, opinioni, consigli, bensì ne svolge un riepilogo, riconoscendone l'emozione e i fatti successi".

(De Sario 2006)

Il **counselling** è "una relazione nella quale l'interlocutore è assistito nelle proprie difficoltà, senza rinunciare alla libertà di scelta e alla propria responsabilità" (Rogers 1951). È un'attività interattiva con un esperto (*counsellor*) che ha l'obiettivo di migliorare la qualità di vita di chi se ne avvale, sostenendo i suoi punti di forza e le sue capacità di autodeterminazione. Attraverso il *counselling*, si offre uno spazio di ascolto e di riflessione, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transizione e stati di crisi, e rinforzare capacità di scelta o di cambiamento.

L'**osservazione**, nello specifico delle dinamiche del gruppo in apprendimento, è uno strumento operativo per “conoscere” e per costruire relazioni in contesti educativi e formativi attraverso la registrazione, nel modo più oggettivo possibile, di informazioni. L'osservazione diretta del comportamento consente l'acquisizione di informazioni direttamente dai comportamenti verbali e non-verbali dei partecipanti, cogliendone la dimensione sociale e interattiva.

L'osservazione è inoltre utile a segnalare eventuali problematicità presenti nel gruppo o nel singolo individuo. Attraverso l'osservazione, possono essere individuate e segnalate agli insegnanti situazioni di disagio quali bullismo e disturbi comportamentali, non necessariamente collegate all'evento catastrofico.

Le **lezioni frontali interattive** combinano esposizioni ricche di informazioni e attività che coinvolgono i partecipanti, mantenendo l'attenzione focalizzata sull'argomento e facendoli riflettere attraverso attività che prevedono l'utilizzo dei concetti appresi. Forniscono ai formatori un *feedback* immediato rispetto alla comprensione degli argomenti presentati.

I **giochi psico-educativi** sono attività laboratoriali strutturate in gruppi (più o meno grandi) che, in base agli obiettivi da perseguire, stimolano il pensiero creativo dei partecipanti mettendoli in relazione con aspetti profondi di sé, dando loro la possibilità di raccontarsi e di collegare emozioni a eventi e pensieri, attraverso lavori espressivi e di integrazione delle esperienze.

Nei **giochi psico-corporei** si formano gruppi esperienziali per entrare in relazione con il proprio corpo, sia nel contatto con se stessi che nella relazione con l'altro, favorendo l'integrazione funzionale di movimento, sensazione, pensiero ed emozione.



## Contenuti

Gli argomenti presentati nella FASE 1 di progetto, rivolta a insegnanti e genitori, hanno un duplice obiettivo: descrivere un quadro introduttivo rispetto al concetto di emergenza e al ruolo del sistema Protezione Civile e della funzione di supporto psicologico e fornire degli spunti utili a riconoscere e gestire il disagio psicologico proprio e dei minori.

Nello specifico, gli incontri con gli adulti, con aggiustamenti rispetto alla tipologia di pubblico e al suo livello pregresso di conoscenze (genitori o docenti), si concentrano sui seguenti temi:

- Buone norme comportamentali durante l'evento catastrofico
- Cos'è la psicologia dell'emergenza e qual è il suo ruolo negli eventi catastrofici e nei processi di prevenzione
- Cos'è un'emergenza
- Che cos'è un trauma
- Quali sono le comuni reazioni fisiche, psichiche e comportamentali a un evento traumatico
- Come riconoscere il disagio psicologico nel minore
- Quali strategie adottare per gestirlo
- Che cos'è la resilienza e come stimolarla a scuola e in famiglia

I contenuti degli incontri della FASE 2, anch'essi adattati per linguaggio alle diverse fasce d'età destinatarie (alunni di scuola primaria e scuola secondaria di primo grado), sono orientati all'**educazione emotiva** e all'attivazione delle risorse dei minori. Per mezzo di attività laboratoriali, si affrontano i seguenti argomenti:

- Gli elementi della natura
- Gli aspetti costruttivo e distruttivo della natura
- Le emozioni di base: riconoscerle e nominarle
- Le emozioni che provoca la natura
- I gradi delle emozioni
- Cosa fare quando le emozioni diventano fuori controllo
- Cosa sono le risorse interne ed esterne e come attivarle
- Che cos'è la resilienza

## Strumenti pratici

Gli strumenti scelti sono calibrati in base alla tipologia di interlocutore (genitori, alunni, insegnanti), all'età degli alunni (scuola primaria e scuola secondaria di primo grado) e alle diverse fasi progettuali.

Nella **FASE 1**, riservata a un pubblico adulto, si predilige l'utilizzo di *slide*, video formativi e materiale di supporto quale opuscoli e volantini, così da favorire l'apprendimento multi sensoriale (vista, udito).

Un decalogo di "buone regole" da adottare a scuola e in famiglia per creare un ambiente sano e accogliente è previsto per genitori e adulti. Ai docenti che partecipano al progetto, è riservato inoltre materiale di supporto specifico che riprende i contenuti trattati in classe e fornisce linee guida per la realizzazione di elaborati creativi nelle classi aderenti.

### 10 BUONE IDEE

Dare attenzione al proprio stato di benessere: non permettere che esso interferisca con il vostro lavoro e siate un buon esempio di stabilità emotiva

Quando si riconoscono i segni di disagio nel minore, consultarsi con insegnanti e genitori e scegliere insieme le migliori strategie per il benessere di tutti

Se non si conosce profondamente il gruppo classe, essere tolleranti ed evitare conclusioni affrettate

In aula stimolare momenti di condivisione per diminuire lo stress emotivo e migliorare l'attenzione

Non minimizzare, giudicare o svalutare il bambino e prendersi il tempo per comprendere le cause di un dato comportamento

Proporre attività atte a dare un senso alle esperienze emotive (finalità didattica ed educativa)

Concedere momenti di svago e leggerezza, Essere onesti emotivamente, dimostrarsi empatici ed aperti, offrire ascolto e supporto: siete figure di riferimento importantissime!

Qualora alcuni comportamenti o sintomi del bambino permanessero a lungo (oltre due mesi) consultare la famiglia, gli insegnanti ed eventuali consulenti esperti

Infondere fiducia verso sé stessi e gli adulti e proporre prospettive future ottimistiche

### CHI SIAMO



**cesvi**

**CESVI** è un'organizzazione non governativa nata a Bergamo nel 1985 e attiva in 24 Paesi del Mondo con interventi di emergenza e sviluppo.

È un ente accreditato dal MIUR come organizzazione titolata ad operare nelle zone colpite dal sisma, dove sta sviluppando progetti di sostegno umanitario.



**SIPEM SoS Marche**, associazione di volontariato iscritta al registro della Protezione Civile della Regione, nasce nel 2009 dall'esperienza di 7 psicologi operativi nell'emergenza dell'Aquila. Si occupa di psicologia dell'emergenza fornendo supporto alle vittime di calamità naturali, incidenti, attentati; per la popolazione e per i soccorritori organizza incontri formativi e divulgativi. Dal 24 Agosto è attiva nelle zone colpite dal sisma.

Milena Paglia [milenapaglia@cesvi.org](mailto:milenapaglia@cesvi.org)  
Elena Zito [scuolare resiliente16@gmail.com](mailto:scuolare resiliente16@gmail.com)

[www.cesvi.org](http://www.cesvi.org)                      [www.sipem.org](http://www.sipem.org)

 Cesvi NGO                      Cesvi NGO  
 Cesvi Onlus                      Cesvi Onlus 



## “Una Scuola Resiliente”

**Progetto psicoeducativo per Insegnanti, Genitori e Studenti delle scuole primarie e secondarie di I grado**



Decalogo per insegnanti

Nella **FASE 2** degli incontri in aula, si prevede l'utilizzo di strumenti quali:

- immagini a impatto emotivo sulla natura
- giochi psico-educativi sulle emozioni
- attività di ascolto e condivisione (es. *circle time*<sup>5</sup>)
- oggetti utili a far comprendere il concetto di resilienza (pallina anti-stress, spugna, bottiglietta di plastica)
- cartelloni, immagini pre-ritagliate
- "bastone della parola"<sup>6</sup> o altri oggetti utili a facilitare il dialogo nel rispetto delle regole concordate

Per gli alunni che prendono parte al progetto, è previsto un libricino digitale illustrato che ripercorre i contenuti appresi in classe, adattato nel linguaggio e negli esempi utilizzati agli alunni della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.



Immagine stimolo (natura distruttiva)

---

<sup>5</sup> Il *circle time* è uno strumento utilizzato in psicologia per favorire la vicinanza emotiva dei partecipanti. Consiste nel disporre il gruppo in un cerchio, chiedendo ai partecipanti di esprimere il modo in cui si sentono in quel preciso momento e di motivare il proprio stato d'animo. Gli altri partecipanti e il moderatore ascoltano senza commentare, né esprimere giudizi di merito. L'attività termina quando tutti i partecipanti hanno avuto la possibilità di esprimere le proprie emozioni.

<sup>6</sup> Il bastone della parola può essere un bastone qualsiasi e può essere utilizzato dal moderatore in tutti i casi in cui vi sia l'esigenza di favorire momenti di espressione stabilendo delle regole. Chi ha il bastone tra le mani è autorizzato a parlare, mentre gli altri partecipanti devono fare silenzio.

# L'esperienza del Centro Italia





## Contesto di intervento

Le forti scosse che hanno colpito le Marche e tutto il Centro Italia il 24 agosto, il 26 ottobre e poi ancora il 30 Ottobre 2016 hanno determinato un contesto di intervento particolarmente vasto per aree geografiche interessate e complesso.

L'intervento dei soccorritori e di supporto psico-sociale alle vittime ha richiesto sforzi notevoli e un impegno prolungato nel tempo. Gli spostamenti della popolazione residente nelle aree dei crateri<sup>7</sup> verso gli alberghi della costa marchigiana hanno poi fatto emergere bisogni e necessità distinte, cui si è dato risposta con attività di supporto, accompagnamento e monitoraggio costante.

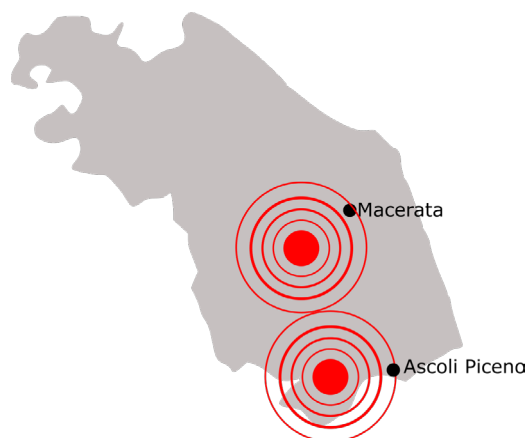
Il primo sisma del 24 agosto ha colpito in maniera diretta un numero di comuni piuttosto esiguo e quasi tutti concentrati nel territorio della provincia di Ascoli Piceno. Un'area, dunque, nella quale è stato più semplice organizzare attività di soccorso, seppur con le criticità date da un territorio aspro, montuoso e composto da numerose frazioni e nonostante la drammaticità dell'evento che ha provocato numerose vittime a Pescara del Tronto.

Le strutture scolastiche presenti nella zona, principalmente scuole primarie, hanno subito ingenti danni o sono andate completamente distrutte, come nel caso di Arquata del Tronto.

L'evento sismico del 26 ottobre ha allertato la popolazione e ha permesso una mobilitazione dei soccorsi rapida: al sopraggiungere delle scosse del 30 ottobre, le più distruttive in termini di danni ambientali e strutturali prodotti, la popolazione era stata per lo più evacuata dalle abitazioni.

L'area più colpita dal sisma dell'ottobre 2016 è stata quella del maceratese: un cratere molto più vasto, che ha visto direttamente toccati comuni con una popolazione numerosa (Camerino e, in misura minore, Tolentino) e che ha compromesso la viabilità di molti altri come Castelsantangelo sul Nera, Visso, Ussita e Fiastra.

Il sisma del 30 ottobre ha notevolmente cambiato lo scenario di intervento e i bisogni della popolazione colpita. Contemporaneamente, ha prodotto la necessità di trovare altre strutture ricettive sulla costa che potessero accogliere gli sfollati: tra il 30 Ottobre e il 1 Novembre sono state sfollate, infatti, 24.000 persone solo nelle Marche.



<sup>7</sup> Con il termine "cratere sismico" si intende l'area interessata da un sisma, con particolare riferimento ai danni subiti da persone e cose.

Le scosse del 18 gennaio, con epicentro in provincia de l'Aquila, e le straordinarie nevicate che hanno interessato il Centro Italia nello stesso periodo hanno provocato danni ingenti anche all'economia e reso ancora più complesso il contesto di intervento.

Dal punto di vista psicologico, l'evento sismico del 24 Agosto 2016 ha determinato nella popolazione la riattivazione di traumi precedenti e ha stimolato una resilienza già storicamente presente nell'entroterra montano, fatto di piccoli borghi nei quali il quotidiano è saldamente intrecciato tra relazioni familiari, sociali e territorio e in cui i fattori protettivi sono molto sviluppati.

Le prime problematiche affrontate nell'immediato dell'evento catastrofico sono state legate al trauma del lutto, allo scompensamento derivante dalla perdita della propria abitazione e allo sfollamento.

I danni materiali, i lutti familiari e le difficoltà legate alla ricollocazione sono stati affrontati in maniera reattiva attraverso l'attivazione di numerosissime risorse sociali, sia a livello locale che nazionale.

Le scosse del 26 e del 30 ottobre hanno tuttavia riattivato il trauma, provocando una situazione di frattura nell'equilibrio psico-fisico della popolazione colpita: lo smarrimento, la sicurezza emotiva ferita, lo smembramento delle comunità – con la difficoltà di mantenere uniti i nuclei familiari – insieme alla condivisione forzata di spazi ridotti, che spesso violano l'intimità, hanno generato un livello crescente di trauma.

A ciò si è aggiunto lo sradicamento dal proprio territorio e il difficile processo di installazione in sistemazioni alberghiere lontane e socialmente isolate: se da un lato i bambini avevano spazi nuovi da esplorare, per alcuni anziani nati e cresciuti nell'ambiente montano è stato un evento unico e disorientante.

Da un punto di vista individuale, è stata minima la percentuale di popolazione che ha sviluppato disturbi psicologici non determinati da problemi già in essere, ma solo basati su una vulnerabilità soggettiva dovuta alla calamità naturale e al suo impatto sulla vita quotidiana: le istituzioni e il sistema dei soccorsi, gli interventi comunitari mirati e tempestivi, il temperamento resiliente e resistente degli sfollati, hanno ben manifestato il loro potere protettivo. L'accesso al supporto psicologico o sociale è stato in larga parte facilitato dalle istituzioni e dalle associazioni, mentre sono state contenute le diagnosi conclamate di patologie più importanti, quali il disturbo post-traumatico da stress<sup>8</sup>.

Una delle necessità urgenti emerse in questo quadro ha riguardato il bisogno di ripristinare la *routine*, di tornare, progressivamente, alla normalità, con particolare riferimento a quella scolastica.

Da qui l'esigenza di costruire un intervento che permettesse alla scuola di tornare a svolgere la propria funzione di connettore sociale e di stimolare la funzione auto-protettiva della sua popolazione: a questa esigenza ha voluto rispondere il progetto "Una scuola resiliente", realizzato in tre province delle Marche durante l'anno scolastico 2016-2017.

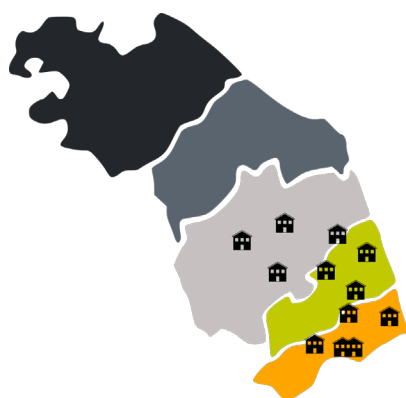
---

<sup>8</sup> Al momento della stampa di questa pubblicazione (agosto 2017), non sono ancora noti i dati definitivi per la Regione Marche.

Il progetto “Una scuola resiliente”, realizzato in 12 Istituti Scolastici Comprensivi di 3 province marchigiane (Ascoli Piceno, Fermo e Macerata), ha raggiunto un totale di 3.983 beneficiari diretti, di cui:

- 3.259 studenti di 176 classi di scuola primaria e secondaria di primo grado
- 483 insegnanti
- 241 genitori

Da un punto di vista geografico, l’apertura alle aree non direttamente colpite dal sisma ha dato un carattere di **capillarità** al progetto, permettendo di raggiungere anche località remote in cui vivono vittime indirette del sisma, ossia individui che, data la vicinanza all’epicentro e/o la sussistenza di legami con vittime dirette del disastro, sono particolarmente esposti a possibili forme di disagio psicologico. In questa prospettiva, il progetto ha coinvolto 48 plessi, distribuiti in 27 comuni delle tre province.



ISC aderenti



Comuni raggiunti

Si stima che siano stati toccati dal progetto in maniera indiretta<sup>9</sup> circa 8.700 beneficiari, tra studenti, docenti e genitori.

Le evidenze raccolte nella fase di valutazione del progetto attraverso questionari online, schede di valutazione e interviste dirette, hanno permesso di tracciare un quadro, seppur parziale<sup>10</sup>, dell’impatto qualitativo del progetto.

Attraverso i questionari pervenuti, è stato possibile raccogliere la valutazione di 123 insegnanti su 483 partecipanti al progetto e di 102 genitori su 241.

<sup>9</sup> Con il termine beneficiari indiretti di un progetto o programma si definiscono coloro i quali, pur non essendo direttamente interessati dall’intervento o non partecipandovi, beneficiano comunque di una ricaduta positiva dei suoi effetti. Nello specifico, sono considerati beneficiari indiretti gli insegnanti, genitori e alunni che non hanno aderito al progetto, ma che attraverso lo scambio con i colleghi, gli amici e i compagni che vi hanno partecipato, hanno potuto acquisirne contenuti o strumenti.

<sup>10</sup> Il numero limitato di valutazioni che è stato possibile raccogliere da parte di docenti e genitori non è sufficiente a fornire una fotografia esaustiva.



Dal questionario dedicato ai **docenti** delle scuole aderenti al progetto, è emersa una **valutazione** complessiva **positiva**:

- il 73,6% degli insegnanti che hanno compilato il questionario ritengono che i contenuti del progetto siano stati pertinenti ai bisogni espressi a seguito del sisma. Il progetto è stato, pertanto, considerato mirato (con 4,5 punti su 5 assegnati).
- Rispettivamente il 45,1% e il 41,8% degli intervistati ha espresso un giudizio positivo rispetto all'impatto e all'efficacia delle azioni del progetto sia nella sua FASE 1 che nella FASE 2, assegnandogli 4 punti su 5.

Entrando nel dettaglio delle diverse fasi e degli aspetti contenutistici e metodologici del progetto, gli elementi maggiormente apprezzati dai docenti sono stati la professionalità degli psicologi e la loro capacità di coinvolgere la platea e di interessare gli studenti, l'utilità dei contenuti trattati, la coerenza degli argomenti esposti e l'efficacia dei giochi svolti in classe con i minori.

La maggioranza degli intervistati (52,9%) ha riscontrato cambiamenti nell'**approccio con gli studenti** dopo le FASI 1 e 2 di progetto, notando ricadute positive sulla propria predisposizione all'ascolto attivo e all'osservazione in classe, con una maggiore attenzione ai comportamenti insoliti e alle espressioni emotive dei minori.

Grazie al progetto, i docenti hanno potuto mettere in pratica delle strategie comunicative positive, che hanno permesso loro di rilevare lo stato di disagio presente nei minori e di affrontarlo con maggiore consapevolezza, calma e serenità.

Nel **rapporto con i genitori**, i docenti hanno rilevato, in alcuni casi, una maggiore disponibilità a farsi carico in maniera congiunta delle richieste e delle difficoltà espresse dagli alunni, in un'ottica di condivisione delle responsabilità.

I docenti hanno osservato negli studenti una maggiore voglia di condividere il proprio vissuto, migliorate capacità di esprimere l'esperienza emotiva verbalmente e di dominare le proprie emozioni e una maggiore comprensione delle risorse a propria disposizione, specialmente dell'appartenenza al gruppo classe come mezzo per superare le difficoltà.

È stata manifesta, inoltre, tra i docenti, l'importanza di avere uno spazio per la condivisione nell'istituzione scolastica: in alcuni casi, gli insegnanti hanno richiesto incontri di approfondimento nelle proprie classi e in altri hanno espresso la necessità di avere a disposizione uno sportello psicologico permanente all'interno della scuola.

Analoghe, sia a livello complessivo sia rispetto ai contenuti e al metodo utilizzato, le valutazioni dei **genitori** degli alunni che hanno preso parte al progetto:

- Il 47,8% degli intervistati ha valutato con 4 punti su 5 la pertinenza del progetto rispetto ai bisogni della popolazione scolastica
- Il 45,5% ha giudicato l'impatto del progetto positivo (4/5)
- Il 47,7% ha ritenuto che i contenuti del progetto possano essere trasferiti e applicati ad altri contesti (4/5)

Rispetto all'**approccio con i figli**, i genitori hanno riportato, a seguito della FASE 1 del progetto, una maggiore pazienza e predisposizione all'ascolto, minor timore a mostrare la propria paura e a condividere le emozioni provate, una maggiore tranquillità e coscienza rispetto al futuro e di aver dedicato più tempo alla famiglia.

Grazie agli incontri con gli psicologi, i genitori hanno notato nei propri figli una migliorata capacità di esprimere l'esperienza emotiva verbalmente e in maniera socialmente utile e maggiore voglia di condividere il proprio vissuto in famiglia.

Dall'analisi delle 1.247 schede di valutazione raccolte durante gli incontri di restituzione del progetto, è emerso che gli **alunni** hanno percepito la presenza degli psicologi in aula con gioia (per il 55,5%) e stupore (per il 32,3%), riportando di "aver provato tantissima gioia per le cose nuove e importanti imparate", di "essere grati per aver appreso a gestire le emozioni, a controllare la rabbia e la paura quando sono fuori controllo" e di "essere stati aiutati a superare la paura del terremoto grazie alla resilienza".

Per docenti e genitori, specialmente per quelli delle scuole colpite direttamente dal sisma, l'incontro non è stato solo un'occasione per acquisire informazioni, ma anche un momento di condivisione corale delle reciproche difficoltà. Alla fine degli incontri, ad esempio, molti genitori hanno chiesto agli psicologi consigli pratici su come gestire i comportamenti dei figli, specialmente quelli degli adolescenti o dei bambini che hanno manifestato comportamenti regressivi<sup>11</sup> a seguito del sisma. Tra i genitori e i docenti delle aree meno colpite dal terremoto, è emerso comunque un buon grado di interesse, non soltanto per l'argomento sisma, ma soprattutto e più in generale per le strategie e gli strumenti utili a rassicurare e a comunicare con i propri figli.

Con riferimento agli **argomenti trattati** in classe, gli alunni che hanno compilato le schede di valutazione hanno dimostrato di aver preso dimestichezza con il concetto di risorse (interne ed esterne) e di resilienza per il 50,3%.

Il buon grado di acquisizione degli argomenti trattati in aula emerge anche dagli elaborati prodotti dagli alunni, con la collaborazione dei docenti, a seguito della FASE 2, e dagli incontri della FASE 3: gli alunni hanno dimostrato padronanza dei termini legati agli aspetti costruttivi e distruttivi della natura, alle emozioni e al loro grado di espressione.

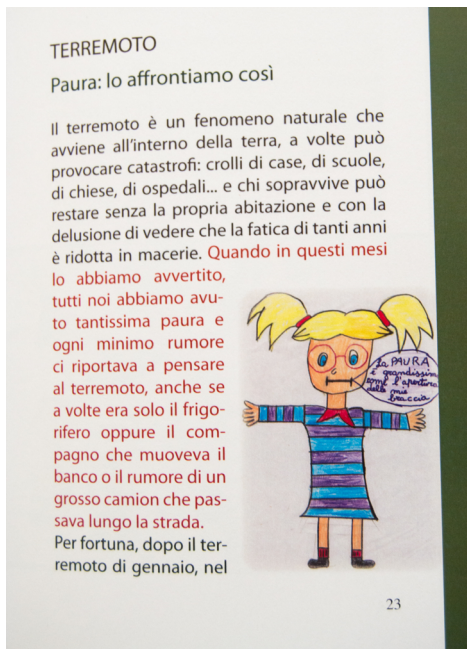
Le scuole che hanno avuto modo di approfondire i contenuti proposti durante l'incontro in aula, hanno prodotto elaborati interessanti, creativi e innovativi, che hanno dimostrato una buona rielaborazione personale e di gruppo del concetto di resilienza.

Più difficoltoso è stato per i bambini del primo ciclo della primaria acquisire termini complessi come "risorse" e "resilienza" e associarli in maniera diretta alle azioni concrete che possono mettere in atto nel quotidiano per far fronte alle difficoltà.

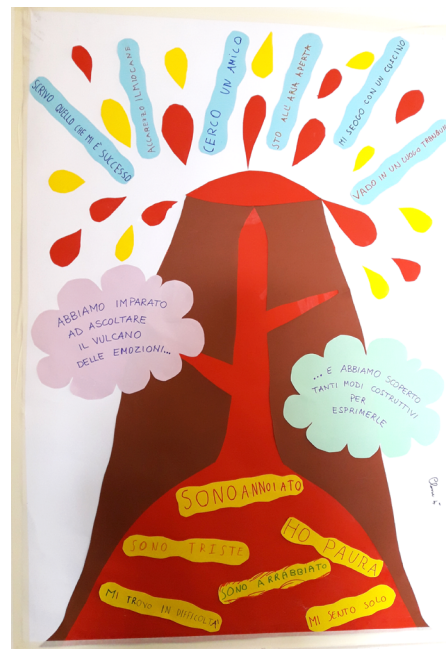
Dall'interazione con gli alunni, è emerso come i temi e i concetti affrontati nel corso del progetto siano poco presenti nella didattica scolastica ordinaria: aver dato la possibilità ai minori di conoscerli e imparare ad esprimersi con consapevolezza rispetto a questi concetti è stato fondamentale in termini di condivisione del proprio vissuto e delle proprie emozioni con il gruppo dei pari e con gli adulti di riferimento.

---

<sup>11</sup> Esempi di comportamento regressivo a seguito di un evento catastrofico possono essere il voler dormire con i genitori, l'insorgenza di fobie insolite apparentemente non collegate all'evento (paura degli alieni, dei ladri, ecc.), incubi, reazioni emotive clamorose.



Estratto del libro delle classi elementari di Castignano



Elaborato delle classi medie di Force



Gioco elaborato dalle classi medie di Fermo



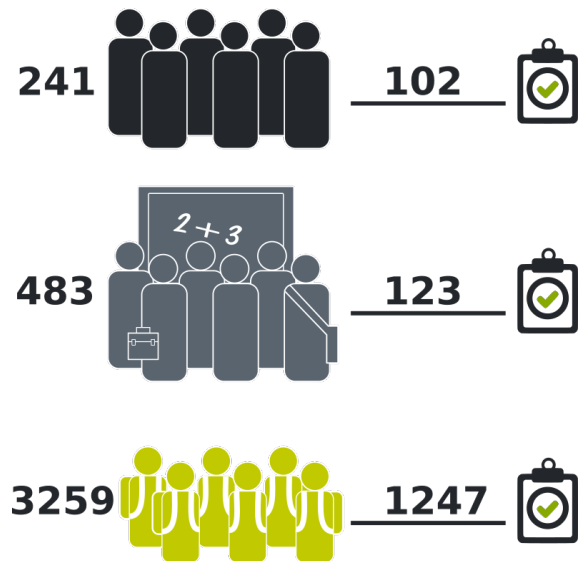
Elaborato delle classi elementari di Lapedona

# L'esperienza del Centro Italia in numeri

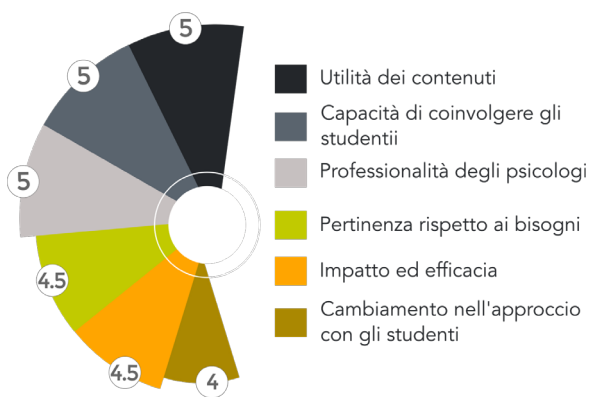
Beneficiari raggiunti



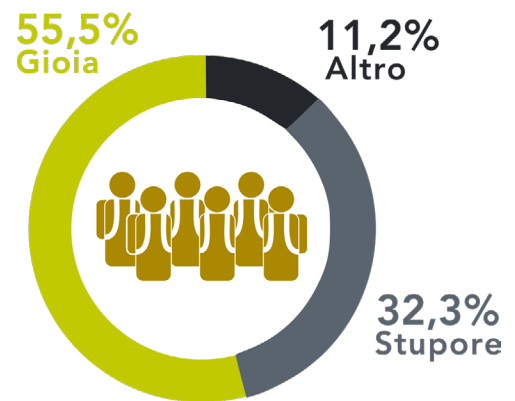
Valutazioni raccolte



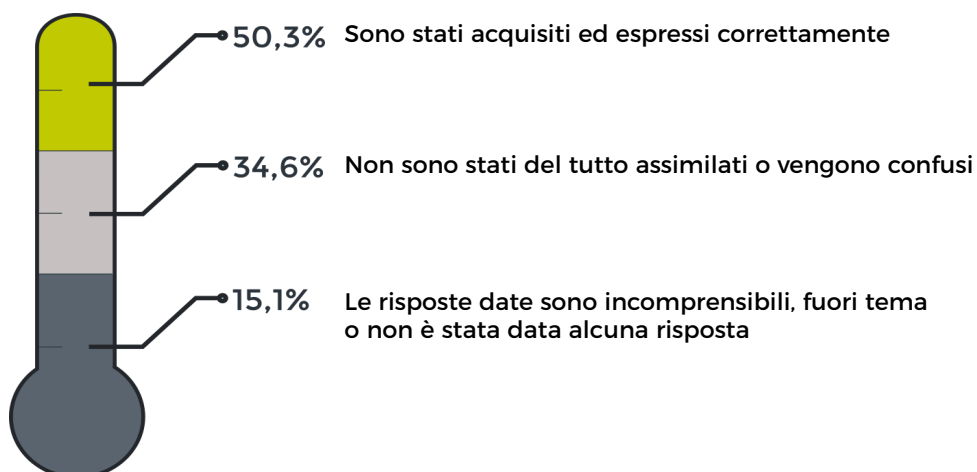
Valutazioni adulti in una scala da 1 a 5



Percezione degli alunni rispetto alla presenza degli psicologi in aula



Comprensione dei concetti di risorse e resilienza (su 1247 questionari alunni)





## Lezioni apprese e buone pratiche

L'esperienza del sisma in Centro Italia ha permesso di trarre importanti lezioni e buone pratiche sull'applicazione del modello di intervento "Una scuola resiliente".

### Promozione del progetto e raccolta delle adesioni

La FASE 0 di promozione del progetto si è svolta in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Territoriale di Ascoli Piceno e Fermo a partire da ottobre 2016: concentrata inizialmente nelle aree del cratere del sisma del 24 agosto (provincia di Ascoli Piceno), è stata estesa, a seguito del terremoto del 30 ottobre, alle province di Fermo e Macerata.

Al fine di presentare obiettivi e contenuti del progetto, si è proceduto a prendere contatto con i Dirigenti Scolastici degli Istituti Comprensivi delle aree colpite e a convocare un incontro di presentazione in plenaria, con il patrocinio dell'Ufficio Scolastico Territoriale.

Tuttavia, i tempi necessari per la messa in sicurezza di molti edifici scolastici e il conseguente rinvio dell'inizio dell'anno scolastico, la migrazione degli alunni in strutture scolastiche sicure e la conseguente ridefinizione di gruppi classi, i ritardi nella formazione degli organici e l'esigenza delle scuole di definire la propria offerta formativa scegliendo tra una grande quantità di proposte progettuali, hanno rallentato l'attività di promozione e raccolta delle adesioni degli Istituti Scolastici interessati.

Si è reso pertanto necessario rafforzare l'attività di promozione e raccolta di adesioni istituendo una rete di contatti diretti con le scuole delle aree colpite: ciò è stato possibile identificando un docente referente per ciascun Istituto Scolastico Comprensivo e stabilendo con ognuno un rapporto *one-to-one*.

Ciascun docente referente si è fatto carico di trasmettere i contenuti progettuali al corpo docenti e sondare l'interesse dei singoli insegnanti ad aderire al progetto con le proprie classi. Docenti referenti e Dirigenti Scolastici hanno infine trasmesso a Cesvi le schede di adesione per i singoli plessi, programmando l'attività nel POF annuale.

Alle adesioni raccolte attraverso le attività di promozione e diffusione del progetto a opera di Cesvi, si sono aggiunte, in modo particolare dopo il sisma del 30 ottobre, le segnalazioni e le richieste di intervento veicolate dal Tavolo di Coordinamento Tecnico con le associazioni per la risposta al sisma, istituito dal MIUR a partire dal settembre 2016.

In totale, a fine dicembre 2016, il progetto contava l'adesione di 176 classi, di cui 107 di scuole primarie e 69 di scuole secondarie di primo grado.

### Attività di assistenza e consulenza ai docenti

La necessità di ricevere supporto e aiuto nella gestione del gruppo classe a seguito del sisma è emersa soprattutto da parte dei docenti: per il ruolo che ricoprono, gli insegnanti hanno infatti molteplici responsabilità e hanno percepito maggiormente la pressione e lo stress derivanti dagli ordinari impegni della didattica e dalla situazione traumatica creatasi a seguito del sisma. In molti casi, inoltre, gli insegnanti sono stati vittime dirette della calamità sismica, pertanto si sono trovati ad affrontare un ulteriore grado di disagio.

Al fine di aiutarli a creare un clima più sereno per loro stessi e per i propri alunni, gli incontri della FASE 1 hanno fornito ai docenti suggerimenti pratici per affrontare la quotidianità scolastica dopo il sisma: creare degli spazi di dialogo e ascolto, dedicare parte delle lezioni all'espressione emotiva degli studenti, non affrontare la gestione degli stati emotivi degli alunni come se fosse di loro esclusiva pertinenza, ma ricorrere all'alleanza con i genitori e al confronto con i colleghi.

Ai docenti è stata inoltre offerta una forma di consulenza per via telefonica, attraverso la quale hanno avuto modo di confrontarsi con gli psicologi in merito a difficoltà e criticità emerse nella gestione dei gruppi classe.

Molti docenti hanno tuttavia manifestato l'esigenza di ricevere un supporto più costante e continuo. Per andare incontro a questa necessità, potrebbe essere utile prevedere la presenza di un *tutor*, un esperto in psicologia di emergenza che, attraverso sessioni dedicate, garantisca una presenza fisica nelle scuole durante tutto l'anno scolastico e assista gli insegnanti nella relazione con gli alunni.

### Partecipazione dei genitori

Le presenze registrate durante gli incontri della FASE 1, il basso livello di partecipazione alla fase di restituzione e nella compilazione del questionario di valutazione, mostrano la difficoltà nel coinvolgere efficacemente i genitori degli alunni nel progetto: su oltre 3.250 alunni che vi hanno preso parte, soltanto 241 genitori hanno partecipato agli incontri loro dedicati.

Come hanno rilevato i docenti e i dirigenti intervistati — che hanno segnalato come tale criticità sia comune anche alle attività scolastiche ordinarie — e come si evince dai risultati del questionario, questa difficoltà appare evidente soprattutto nella fascia della scuola secondaria di primo grado.

Al fine di aumentare il coinvolgimento dei genitori e rafforzare l'alleanza scuola-famiglia nella gestione del disagio psicologico dei minori, si raccomandano quindi strategie alternative, più efficaci nel:

- rendere consapevole e sensibilizzare il genitore rispetto alla situazione di particolare vulnerabilità del proprio figlio in quanto vittima indiretta di un evento traumatico
- coinvolgere attivamente la famiglia in un momento particolarmente critico della propria esistenza quotidiana, in cui prevalgono priorità di tipo materiale

Possibili azioni migliorative in tal senso possono essere:

- a) presentare i contenuti del progetto — con particolare riferimento agli incontri con gli alunni — ai comitati e alle associazioni dei genitori durante la fase di promozione (FASE 0)
- b) affidare agli alunni attività da svolgere a casa che richiedano la collaborazione dei genitori e per le quali sia prevista una restituzione a scuola
- c) prevedere un secondo incontro dedicato ai genitori a conclusione della FASE 2, con il fine di condividere con loro quanto svolto in classe con gli alunni e lasciare maggior spazio alla condivisione delle singole esperienze e al dibattito sugli strumenti e le buone pratiche da applicare nell'ambito familiare
- d) Promuovere interviste dirette ai genitori per raccogliere le loro valutazioni, già nell'ambito degli incontri a loro dedicati

### Struttura del progetto

Il progetto realizzato nelle Marche ha previsto un solo incontro per tipologia di beneficiari — docenti, genitori e alunni.

Tale scelta è stata accolta positivamente da docenti e dirigenti per una duplice ragione: la durata e la frequenza degli incontri sono state compatibili con il calendario scolastico; l'impegno richiesto agli insegnanti è stato contenuto.

Alcuni docenti hanno sollecitato la necessità di approfondire alcuni aspetti toccati nell'ambito del percorso proposto, quali l'intelligenza emotiva, la gestione del gruppo classe e le strategie da adottare per stimolare la resilienza dei minori nell'ambito della didattica. Per andare incontro a tale esigenza, si raccomanda di aumentare il numero degli incontri destinati agli insegnanti, concentrando l'attenzione sulle aree maggiormente colpite. Secondo i bisogni specifici, potrebbe essere fissato un numero limitato di incontri, così da istituire un breve percorso formativo che includa attività laboratoriali, senza snaturare il carattere puntuale del progetto.

### Metodologia e linguaggio

Tanto per capacità di coinvolgere e interessare gli studenti in aula, quanto per chiarezza espositiva, coerenza degli argomenti e linguaggio adottato, gli interventi della FASE 2 sono stati valutati positivamente dai docenti che hanno preso parte al progetto.

Di particolare impatto è stata la capacità di adattare linguaggio e tipologia di attività alle differenti fasce d'età coinvolte: agli alunni più piccoli — primo e secondo ciclo della scuola primaria — gli psicologi hanno proposto attività di tipo ludico-creativo, puntando a stimolare l'acquisizione di concetti base attraverso associazioni con il mondo reale e della fantasia, giochi e immagini-stimolo; con gli studenti della scuola secondaria di primo grado, gli psicologi hanno lavorato maggiormente sull'espressione emotiva e sulla condivisione del vissuto — meno frequente in questa fascia d'età — utilizzando un linguaggio più specifico e attività di tipo riflessivo.

In un'ottica di miglioramento, è raccomandabile adottare un ulteriore livello di diversificazione — per temi e linguaggio — tra le fasce di primo e secondo ciclo della scuola primaria, selezionando argomenti e attività *ad hoc* per i due gruppi che facilitino la piena comprensione dei concetti esposti anche da parte dei più piccoli.

### Fase di restituzione

Nel caso dell'esperienza marchigiana, la FASE 3 si è articolata in una serie di uno o due incontri con gli Istituti Scolastici Comprensivi aderenti e si è composta di attività volte alla restituzione dei risultati del progetto, alla raccolta delle valutazioni degli studenti, alla socializzazione degli elaborati prodotti in classe, al gioco e al consolidamento degli argomenti trattati in aula. Gli incontri si sono tenuti durante la parte finale dell'anno scolastico, a conclusione della FASE 2 di progetto.

Volendo coinvolgere egualmente tutti i beneficiari, la FASE 3 è concepita come occasione per rafforzare ulteriormente l'alleanza scuola-famiglia e come momento di convivialità, di condivisione tra minori e adulti di riferimento.

Tuttavia, le difficoltà organizzative e logistiche connesse alla realizzazione degli incontri nelle scuole marchigiane che hanno partecipato al progetto — per ragioni che vanno dalla scarsa disponibilità di edifici o spazi in grado di accogliere tutti i partecipanti, ai numerosi impegni formativi che come sempre caratterizzano la fine dell'anno scolastico, alla difficoltà di coinvolgere attivamente i genitori, fino al numero mediamente elevato di alunni partecipanti a ciascun incontro — evidenziano la necessità di valutare quali strumenti abbia senso attivare per una più efficace riuscita della FASE 3 del progetto.

Potrebbe dimostrarsi utile suddividere gli alunni di ciascun Istituto Comprensivo in più gruppi e organizzare un incontro per ognuno: in tal modo, la gestione delle attività da parte degli operatori risulterebbe facilitata.

Anche in termini di livello di partecipazione e coinvolgimento delle scuole, dovranno essere intraprese azioni integrative al fine di sensibilizzare dirigenti e docenti rispetto all'importanza di avere un momento di restituzione finale.

Nonostante si sia realizzata un'attività di *follow-up* con i dirigenti e i docenti referenti, la risposta è stata ridotta: dei 483 insegnanti e 241 genitori che hanno partecipato al progetto, soltanto 123 e 102 hanno compilato, rispettivamente, il questionario. Le ragioni hanno riguardato soprattutto la difficoltà di accesso alla connessione internet per una determinata fascia di beneficiari, la ridotta disponibilità di tempo da parte dei docenti nella fase finale dell'anno scolastico e una consapevolezza parziale da parte di insegnanti e genitori dell'importanza della valutazione in una prospettiva di replicabilità del progetto.

Affinché queste carenze possano essere colmate e si possa ottenere un più alto grado di coinvolgimento di insegnanti e genitori nel processo di valutazione, si raccomanda di:

1. Dividere la valutazione in due parti – FASE 1 e FASE 2 di progetto – e somministrarlo in forma cartacea nei momenti a conclusione delle due fasi
2. Raccogliere gli indirizzi e-mail di docenti e genitori, creando una *mailing list* cui inviare il questionario in formato elettronico, e procedere a un monitoraggio *one to one*
3. Costituire dei *focus-group* composti da rappresentanti di docenti e genitori selezionati secondo criteri specifici (area geografica, grado scolastico di appartenenza, grado di partecipazione nel progetto)
4. Rafforzare il ruolo dei dirigenti nella raccolta delle valutazioni dei docenti aderenti al progetto, anche prevedendo la sottoscrizione di una dichiarazione di intenti tra le parti che consideri l'attività di valutazione come parte integrante del progetto



# Appendice



# Ascolto il corpo



## Obiettivo:

Comprendere le emozioni proprie e altrui attraverso l'ascolto del corpo e delle sue espressioni



## Durata:

30/40 minuti



## Dimensione del gruppo:

Si consiglia un massimo di 15 partecipanti



## Età:

Da 5 a 8 anni



## Materiale:

Nessuno

## Descrizione:

Disporre i partecipanti seduti a terra in cerchio o in un quadrato, in modo che ognuno sia appoggiato con la testa al ventre del compagno: nel gruppo così disposto si devono alternare partecipanti rivolti all'interno e all'esterno.

Invitare i partecipanti ad appoggiare un orecchio sul ventre del compagno vicino, permettendo all'altro di appoggiare il suo orecchio sul proprio ventre. Chiedere ai partecipanti di concentrarsi sull'ascolto dei movimenti corporei del compagno, provando a identificarne i suoni.

È possibile che queste prime istruzioni suscitino ilarità nel gruppo: in tal caso, chiedere di mantenere il silenzio, spiegando che altrimenti non sarà possibile individuare la natura e la provenienza dei suoni che potrebbero percepire.

Permettere l'ascolto per un tempo adeguato all'età dei partecipanti (per i bambini di prima classe primaria, ad esempio, sono sufficienti cinque minuti, per ragazzi più grandi, si può arrivare sino a dieci). Chiedere poi di invertire l'ordine di ascolto con il proprio compagno.

Terminato il tempo a disposizione per l'ascolto, invitare il gruppo a riflettere su quanto appena sperimentato e su come l'hanno interpretato: alcuni partecipanti potrebbero riportare sensazioni quali: "Ho sentito il vento", "Era come se scorresse dell'acqua".

Si possono porre domande quali: "Quali suoni o rumori avete sentito?", "Quali emozioni avete provato mentre il vostro compagno ascoltava quei suoni?".

# Il gioco delle maschere

**Obiettivo:**

Conoscere la mimica espressiva delle emozioni

**Durata:**

Circa 60 minuti

**Dimensione del gruppo:**

Qualsiasi per la prima parte, gruppi più ristretti per la seconda

**Età:**

Da 5 a 8 anni

**Materiale:**

- Fogli di cartoncino già tagliati a forma di viso
- Pennarelli
- Forbici
- Nastro per regali o cordoncino elastico

---

## Descrizione:

---

Dare avvio all'attività stimolando i partecipanti a nominare le sei emozioni di base e ad associarle a espressioni del corpo (il tono della voce, la postura, la mimica del viso).

Successivamente, consegnare a ciascun partecipante il cartoncino a forma di viso e chiedere di disegnare su di esso un'emozione a piacere, con il fine di preparare una maschera. Realizzato il disegno, assistere i partecipanti nel ritagliare i buchi per gli occhi e creare i fori laterali nei quali far passare il cordoncino.

Dividere poi i partecipanti in gruppi più piccoli invitandoli a realizzare una breve rappresentazione utilizzando la maschera realizzata: gli osservatori dovranno essere attenti a valutare se i loro compagni hanno ben espresso l'emozione che hanno rappresentato sulla maschera attraverso la comunicazione non verbale.

Concludere l'attività con una riflessione di gruppo su quanto emerso.

# I colori delle emozioni



## Obiettivo:

Prendere consapevolezza della percezione delle emozioni nel corpo



## Durata:

30/40 minuti



## Dimensione del gruppo:

Dai 6 ai 12 alunni



## Età:

Da 5 a 11 anni



## Materiale:

- Carte delle emozioni (preparare 6 fogli con i nomi delle sei emozioni fondamentali, assegnando a ognuna un colore diverso)
- Fogli di carta da pacco (tanti quanti il numero di gruppi)
- Pennarelli

## Descrizione:

Distribuire un foglio di carta da pacco per gruppo e aprirlo sul pavimento.

Invitare i gruppi a scegliere un partecipante che si posizionerà supino sul foglio e chiedere a un altro di tracciare con un pennarello la sagoma del compagno sul foglio. Una volta che tutti i gruppi hanno terminato di disegnare la sagoma, chiedere ai partecipanti di pensare a un'emozione, identificare una o più parti del corpo in cui la provano e disegnarla all'interno della sagoma.

Guidare l'attività con domande quali: "Quando provi paura o rabbia in quale parte del corpo la senti?".

Quando tutti avranno colorato le differenti emozioni sulla sagoma, esporre i fogli e socializzarli con tutti i partecipanti, in modo da favorire la riflessione su quanto emerso.

Variante: utilizzare una sagoma corporea ritagliata da polistirolo, compensato o cartone spesso e rigido su cui scrivere con cartoncini colorati l'emozione provata e la parte del corpo dalla quale è originata.

# Presentiamoci danzando

**Obiettivo:**

Rinforzare l'identità; esplorare la relazione dinamica tra unione e separazione, unicità e appartenenza; favorire l'empatia

**Durata:**

40/50 minuti

**Dimensione del gruppo:**

Da 8 a 16 partecipanti

**Età:**

Da 5 a 11 anni

**Materiale:**

- Impianto stereo
- Musica rilassante

---

## Descrizione:

---

Disporre i partecipanti seduti in cerchio e porsi nel centro.

Invitare ciascun partecipante a pensare a un movimento o a un passo di danza da associare al proprio nome e fornire un esempio. Chiedere ai partecipanti di chiudere gli occhi e ascoltare la musica. Se qualche partecipante avesse difficoltà nel restare a occhi chiusi, invitarlo a fissare un punto della stanza concentrandosi sulla musica e sui movimenti che questa trasmette.

Terminato il tempo a disposizione per la prima parte, dividere i partecipanti in coppie e chiedere a ciascun membro di presentarsi, accompagnando al proprio nome il movimento scelto, e di ripetere poi il nome e il movimento del compagno.

Quando tutte le coppie avranno fatto conoscenza, invitare i partecipanti a passeggiare in uno spazio circoscritto, presentandosi casualmente con chi vogliono, nella stessa modalità adottata precedentemente in coppia.

Alla fine della seconda parte, è possibile ricostruire un'intera sequenza, una danza di gruppo, unendo i movimenti di tutti i partecipanti.

# Ti racconto una storia



## Obiettivo:

Normalizzare le emozioni di ansia e paura in seguito a un terremoto e favorire la resilienza



## Durata:

30-45 minuti



## Dimensione del gruppo:

Massimo 20 partecipanti



## Età:

Da 5 a 11 anni



## Materiale:

Libro "Trema la terra tutti giù per terra" con CD (Artebambini edizioni)

## Descrizione:

Spiegare ai partecipanti che sarà letta una storia da una voce attraverso l'utilizzo di un cd. Aprire il libro davanti ai bambini e, mentre il cd viene riprodotto, girare le pagine per mostrare le immagini. Il cantastorie del cd racconterà la storia parlando e a volte cantando, il che permetterà fin da subito ai bambini di imparare un ritornello che a fine storia ricorderanno facilmente. Terminata la storia, chiedere ai partecipanti che cosa sia rimasto loro impresso sia di quanto sentito che di quanto hanno visto. Ascoltati tutti i bambini, fare un riassunto della storia e illustrarne l'insegnamento: la terra è come noi, come noi ha momenti di "tranquillità" e momenti di "agitazione". È in questi ultimi momenti che dobbiamo trovare la forza di rialzarci e andare avanti più forti di prima.

# Il mimo delle emozioni

**Obiettivo:**

Sviluppare la conoscenza e la consapevolezza delle emozioni

**Durata:**

5/10 minuti

**Dimensione del gruppo:**

Massimo 20

**Età:**

Da 5 a 11 anni

**Materiale:**

Nessuno

---

## Descrizione:

---

Presentare al gruppo le sei emozioni fondamentali: paura, tristezza, sorpresa, rabbia, disgusto, gioia, disegnandole sulla lavagna con colori diversi. Nel descrivere le emozioni, sottolinearne la funzione per la sopravvivenza della persona (le emozioni rendono reattivo l'individuo rispetto agli eventi che lo circondano), le loro caratteristiche di naturalezza (sono giuste sempre) e intimità (ognuno prova emozioni diverse di diversa intensità) e per la loro universalità (tutti gli esseri viventi provano emozioni).

Invitare un volontario alla lavagna, chiedergli di scegliere un'emozione (senza comunicarla ai compagni) e di mimarla al resto della classe, che dovrà indovinarla. Dopo essersi accertati che le emozioni di base sono state comprese da tutti i partecipanti, è possibile aggiungere emozioni più complesse (vergogna, ansia, euforia, ecc.) per arricchire il gioco.

Al termine dell'attività, stimolare la riflessione del gruppo sull'universalità delle 6 emozioni di base, sulla loro importanza nella vita quotidiana e sulla correttezza della loro espressione.

Variante: la rappresentazione stilizzata del volto che esprime le emozioni può essere disegnata da uno o più (max 6) dei partecipanti. Il conduttore disegnerà solo l'ovale del volto con un colore associato all'emozione e chiederà al volontario di completarlo, suggerendo l'emozione all'orecchio. Il resto della classe sarà invitata a indovinare l'emozione in base al disegno.

# Il gioco delle risorse



## Obiettivo:

Riconoscere le risorse, esterne e interne, che favoriscono l'attivazione della resilienza



## Durata:

40 minuti circa



## Dimensione del gruppo:

Da 8 a 10 partecipanti + rispettivi accompagnatori



## Età:

Da 9 a 11 anni



## Materiale:

- Fogli A4 plastificati su cui sono illustrati degli esempi di risorse esterne e interne (andare in bici; ascoltare la radio; i genitori; il cane; ecc.) chiamate "tessere risorse"
- Fogli A4 plastificati su cui sono illustrate le sei emozioni di base, Immagini stimolo (terremoto, lite tra compagni, alluvione, ecc.)

## Descrizione:

Dividere i partecipanti in due gruppi e consegnare a uno di questi le "tessere risorse". Il gruppo con le risorse si disporrà in fila, mentre la restante parte si posizionerà di fronte. Mostrare al gruppo privo di tessere risorse un'immagine stimolo a scelta e descriverla ai partecipanti, stimolando la riflessione. Chiedere poi al gruppo: "Vedendo questa situazione/emozione, a quale risorsa vi rivolgereste per aiutarvi a stare meglio?".

Invitare dunque il gruppo con le tessere risorse a mostrare le carte al primo gruppo e invitare i membri del secondo gruppo a raggiungere la persona che sta mostrando la risorsa scelta per affrontare l'emozione o la situazione precedentemente descritta. Dopo aver mostrato alcune tessere stimolo, invertire i gruppi e procedere allo stesso modo. Al termine dell'attività, stimolare la riflessione tra i partecipanti su quanto appena sperimentato: sulla necessità di conoscere e saper mettere in atto le risorse valide e sulla possibilità di sostenersi e saper chiedere aiuto agli altri.



**Obiettivo:**

Prendere consapevolezza che le risorse che stimolano la resilienza possono essere condivise e apprese da altri

**Durata:**

30 minuti

**Dimensione del gruppo:**

10 - 15 partecipanti

**Età:**

Da 9 a 11 anni

**Materiale:**

Gomitolo di lana o di altro materiale morbido

---

**Descrizione:**

---

Disporre i partecipanti in cerchio. Iniziare l'attività esprimendo un'emozione intensa del momento o una provata nel passato, descrivendone il contesto e specificando le reazioni del corpo (ad esempio, "Mi tremavano le gambe", "Mi batteva forte il cuore", "Ho iniziato a sudare molto", ecc.). Invitare poi i partecipanti a proporre una risorsa, interna o esterna, secondo loro utile alla gestione dell'emozione espressa. Passare il gomitolo a uno dei partecipanti che ha proposto una risorsa e dare istruzioni a chi ha espresso l'emozione di tenere salda tra le dita l'estremità del filo. Procedere con la medesima dinamica di gioco fino a quando tutti i partecipanti saranno collegati "nella rete" da almeno un pezzo di filo.

Al termine dell'attività, riservare uno spazio per la riflessione su quanto appena provato, sulla necessità di conoscere e saper mettere in atto le risorse valide a superare i momenti di difficoltà e sulla possibilità di sostenersi e saper chiedere aiuto alle persone che sono presenti nella nostra "rete".

# Porta le emozioni al sicuro



## Obiettivo:

Prendere consapevolezza dell'espressione delle emozioni attraverso il linguaggio non verbale



## Durata:

30/40 minuti



## Dimensione del gruppo:

Massimo 30 partecipanti



## Età:

Da 9 a 11 anni



## Materiale:

- 12 palloncini gonfiati ad aria (2 palloncini per 6 colori diversi, sui quali disegnare le 6 emozioni di base)
- Pennarello indelebile

## Descrizione:

Questa attività richiede la presenza di un conduttore e altri 2 operatori.

Dividere il gruppo in due squadre disposte in maniera parallela l'una all'altra, con i partecipanti di ogni squadra in fila indiana. Chiedere alle due squadre di scegliere il proprio nome identificativo. Mostrare ai partecipanti i palloncini con i disegni delle varie emozioni e spiegare le regole del gioco: i componenti di ciascuna squadra dovranno passarsi il palloncino, partendo dal primo componente fino all'ultimo, secondo determinati movimenti (ad esempio: il palloncino raffigurante la tristezza va passato sotto le gambe; la gioia sopra le spalle; la rabbia girandosi di scatto e ponendosi viso a viso con il compagno di squadra in fila; la paura va passata senza voltare lo sguardo, per non vederla; il disgusto facendo una boccaccia; la sorpresa con una finta sinistra-destra).

Il gioco inizia quando i due operatori passano al primo giocatore della squadra il primo palloncino (facendo attenzione a passare alle due squadre la stessa emozione) e ha fine quando una delle squadre termina di passare tutti i palloncini seguendo in maniera corretta i movimenti stabiliti (nel caso un operatore noti un'"irregolarità", il palloncino torna all'inizio della fila).

# La scuola che vorrei

**Obiettivo:**

Stimolare pensieri positivi e resilienti, rafforzare la coesione del gruppo

**Durata:**

30/40 minuti

**Dimensione del gruppo:**

Massimo 30 partecipanti

**Età:**

Da 9 a 14 anni

**Materiale:**

- Fogli di carta da pacchi bianca (tanti quanti il numero dei gruppi)
- Pennarelli (ciascuno corrispondente ai sei colori delle emozioni)

---

## Descrizione:

---

Dividere i partecipanti in gruppi da 6-8 bambini e distribuire un foglio di carta da pacchi ciascuno. Aprire i fogli di carta pacchi al centro di ogni gruppo, e disporre i partecipanti intorno al foglio in cerchio. Invitare i partecipanti a disegnare nella zona di foglio davanti a loro ciò che amano della scuola o che vorrebbero ci fosse nella scuola.

Spiegare ai partecipanti che, a mano a mano che procederanno a disegnare una porzione di foglio davanti a loro, dovranno osservare quella dei compagni di gruppo e accordarsi su quali elementi integrare nel disegno finale che prenderà forma al centro del foglio. Utilizzare le seguenti istruzioni per guidare l'attività: "Quali sono le cose che vi piacciono nella scuola o che vorreste ci fossero (giardino, aula magna, palestra, ecc.)? Sceglierne una e disegnatela nella porzione di foglio davanti a voi, poi confrontatevi con i vostri compagni e componete il disegno centrale aggiungendo tutti gli elementi della scuola che vorreste".

Quando tutti avranno terminato, appendere i fogli alle pareti e invitare i gruppi a socializzare i propri disegni con gli altri.

# Tutti insieme in cerchio

**Obiettivo:**

Favorire la conoscenza reciproca, la comunicazione e la cooperazione tra tutti i membri del gruppo; aumentare la vicinanza emotiva e risolvere i conflitti.

**Durata:**

50 minuti

**Dimensione del gruppo:**

Massimo 30 partecipanti

**Età:**

Da 9 a 14 anni

**Materiale:**

Nessuno

---

**Descrizione:**

---

Disporre i partecipanti seduti in cerchio su delle sedie.

Proporre un argomento di discussione (lo studio, le relazioni tra i compagni, una difficoltà, ecc.) e chiedere ai partecipanti, uno a uno, di esprimere la propria opinione o le proprie emozioni a riguardo.

Per favorire un sereno svolgimento dell'attività, è possibile utilizzare oggetti quali il "bastone della parola", che permettono di stabilire dei turni e di far rispettare il silenzio tra i partecipanti.

Per essere efficace, questa attività dovrebbe essere svolta almeno due volte alla settimana.

Può essere invece più frequente nei casi in cui ci siano delle questioni emergenti.

# Una scatola resiliente

**Obiettivo:**

Permettere una decompressione del vissuto disturbante e di visualizzare le capacità di resilienza

**Durata:**

90 minuti circa

**Dimensione del gruppo:**

Da 6 a 10 partecipanti

**Età:**

Da 9 a 14 anni

**Materiale:**

- Tante scatole quanti sono i partecipanti (se sono bambini è meglio utilizzare scatole di scarpe)
- Fogli A4, matite colorate e/o pennarelli
- Forbici e colla a stick, stereo, musica rilassante

---

**Descrizione:**

---

Invitare i partecipanti a rimanere in silenzio e ad ascoltare la musica, rilassando ogni parte del corpo, dalla testa fino ai piedi.

Chiedere ai partecipanti di concentrarsi sul ricordo di un evento spiacevole, ma non grave, che sono riusciti a fronteggiare. È molto importante sottolineare questo aspetto per evitare che emergano situazioni non risolte difficili in seguito da gestire. Proporre alcuni esempi e verificare, prima di passare alla fase seguente, i ricordi individuati.

Chiedere poi ai partecipanti di disegnare il proprio ricordo sul foglio, metterlo all'interno di una scatola e chiuderla. Fornire al gruppo le istruzioni per decorare le scatole disegnando e incollando le risorse e/o gli elementi emersi a seguito dell'evento spiacevole. Infine, chiedere ai partecipanti di esprimere le capacità di resilienza apprese e le emozioni provate durante l'attività.

È possibile, in alternativa, chiedere ai partecipanti di ricordare un evento piacevole. In tal caso all'interno della scatola ci sarà il disegno con il ricordo positivo, mentre all'esterno saranno incollati gli elementi che hanno reso tale l'esperienza (es. le persone presenti, alcune capacità come la collaborazione, la sensibilità, ecc.).

Per svolgere quest'attività, è necessaria la presenza di almeno due operatori: mentre uno conduce, l'altro osserva e contiene eventuali dinamiche critiche.

# Uno zaino pieno di risorse



## Obiettivo:

Esprimere le emozioni provate in determinate situazioni e prendere consapevolezza del proprio comportamento e delle risorse attivate



## Durata:

60 minuti circa



## Dimensione del gruppo:

Da 8 a 12 partecipanti



## Età:

Da 9 a 14 anni



## Materiale:

- Dado delle emozioni: su una scatola a forma cubica, scrivere su ogni faccia una delle emozioni fondamentali (gioia, paura, rabbia, stupore, tristezza, disgusto)
- Zaini disegnati su fogli (disegnare preventivamente uno zaino su un foglio A4 e fotocopiarlo in base al numero dei partecipanti)
- Matite colorate o pennarelli

## Descrizione:

Invitare i partecipanti a lanciare a turno il dado e a leggerne ad alta voce l'emozione corrispondente. Chiedere a ciascuno di raccontare, in maniera sintetica al gruppo un'esperienza nella quale ha provato quell'emozione. Successivamente, chiedere di esprimere qual è stato il comportamento adottato rispetto all'evento e quali sono state le risorse attivate.

Possono essere poste domande quali: "Quando hai provato quell'emozione? In quale situazione ti trovavi? Come sentivi il tuo corpo (ti tremavano le gambe, sentivi le farfalle nello stomaco o il cuore che batteva forte)? Con chi eri?".

Invitare il partecipante che ha lanciato il dado a disegnare o scrivere sullo zaino la/e risorsa/e che ha utilizzato nell'esperienza raccontata. Gli altri partecipanti disegnano o scrivono quelle che pensano avrebbero attivato rispetto all'esperienza raccontata sui rispettivi zaini.

A chiusura dell'attività, dopo aver permesso a tutti di fare un lancio di dado, invitare i partecipanti ad appendere gli zaini in classe o a portarli a casa.

# Inventiamo una storia

**Obiettivo:**

Sviluppare la consapevolezza delle risorse che aiutano a gestire le emozioni

**Durata:**

2 ore

**Dimensione del gruppo:**

Massimo 20 partecipanti

**Età:**

Da 12 a 14 anni

**Materiale:**

- Lavagna LIM o fogli di carta da pacco
- Fogli per appunti
- Penne

---

## Descrizione:

---

Invitare i partecipanti a osservare delle immagini selezionate per stimolare in loro il ricordo di vissuti emotivi personali o immaginari.

Mentre i partecipanti esprimono in forma di racconto o descrizione la propria personale interpretazione dell'immagine, annotare alla lavagna o su un foglio i punti salienti. In questa parte dell'attività, limitare commenti personali e utilizzare, invece, messaggi di incoraggiamento finalizzati a stimolare l'approfondimento dei racconti.

Suddividere poi i partecipanti in gruppi di massimo 8 partecipanti ciascuno. Chiedere a ogni gruppo di nominare un portavoce e di scegliere una o più immagini tra quelle presentate. Invitare ciascun gruppo a costruire attorno alle immagini scelte una storia collettiva.

Durante questa seconda fase, guidare i gruppi nella stesura della "sceneggiatura" e nell'organizzazione del lavoro di gruppo. Le storie saranno poi unite o collegate fra loro in un'opera unica.

# Il mondo che vorrei



## Obiettivo:

Stimolare i pensieri positivi e resilienti (rafforzare la coesione del gruppo nella variante).



## Durata:

10/15 minuti



## Dimensione del gruppo:

Indifferente



## Età:

Da 5 a 14 anni



## Materiale:

- 3 cartoncini di diverso colore a forma di cerchio per ogni partecipante
- Pennarelli colorati
- Spille ferma campioni

## Descrizione:

Consegnare a ogni partecipante 3 cartoncini a forma di cerchio.

Chiedere di scrivere o disegnare sul primo le emozioni o i sentimenti che vorrebbe sempre provare, sul secondo, le cose belle che sa fare o che vorrebbe saper fare, e sul terzo tutte le cose del mondo (animali, persone, cose) che vorrebbe nel suo mondo ideale.

Terminati i disegni, chiedere ai partecipanti di sovrapporre i tre cartoncini e di unirli con un ferma campioni per poi aprirli come un fiore.

Invitare infine i partecipanti a condividere con il gruppo il loro lavoro.



# Il termometro delle emozioni

&lt;8

8&gt;&lt;11

&gt;14



## Obiettivo:

Comprendere che si possono provare emozioni diverse rispetto a uno stesso evento e che le emozioni possono avere intensità diverse



## Durata:

20/30 minuti



## Dimensione del gruppo:

Indifferente



## Età:

Da 5 a 14 anni



## Materiale:

Nessuno

## Descrizione:

Chiedere ai partecipanti quale emozione provano — e con quale intensità la provano — di fronte a una determinata situazione (es. stare al buio, vedere un ragno, ricevere un regalo, subire un'ingiustizia, mangiare la verdura, ecc.).

Per aiutare i membri del gruppo a misurare l'intensità emotiva, simulare con l'apertura delle braccia un termometro: a diversi gradi di apertura/chiusura delle braccia corrispondono intensità diverse, fino a raggiungere una soglia. Quando questa soglia, che è soggettiva e quindi differente secondo la sensibilità di ciascuno, viene raggiunta, l'emozione prende il sopravvento, non permettendo di agire con lucidità.

Per guidare l'attività, utilizzare domande quali: “Quando ricevete un bel regalo, quanto è grande la vostra gioia?”, “Quando mangiate un piatto di broccoli, quanto disgusto provate?”.

Invitare i partecipanti a guardare le braccia dei propri compagni, in modo da osservare, in una stessa situazione, intensità diverse negli altri.

Al termine dell'attività, aiutare il gruppo a riflettere sul fatto che di fronte a uno stesso evento, non solo possiamo provare emozioni differenti, ma anche intensità emozionali diverse.

Porre l'accento, infine, sull'importanza di accettare le proprie e altrui emozioni senza giudicarle.

# Parole al vento



## Obiettivo:

Stimolare il gruppo a pensieri di speranza e resilienza



## Durata:

40 minuti circa



## Dimensione del gruppo:

Massimo 30 partecipanti



## Età:

Da 5 a 14 anni



## Materiale:

- Striscioline di carta colorata
- Pennarelli
- Palloncini gonfiati a elio
- Spago sottile
- Forbici

## Descrizione:

Chiedere ai partecipanti di scrivere su una strisciolina di carta colorata un messaggio di speranza o resilienza, che sarà fatto volare insieme ai palloncini.

Effettuare un piccolo foro sulle strisce di carta e fissarle con il filo ai palloncini.

Consegnare un palloncino con il proprio messaggio a ciascun partecipante e dare istruzioni di lasciarlo al "via!" dell'operatore: i partecipanti potranno osservare i palloncini con i loro messaggi di resilienza librarsi nel cielo.

**Assessment:** termine anglofono che indica il processo di analisi del contesto e lettura dei bisogni che precede ogni azione progettuale.

**Beneficiari diretti:** individui, gruppi di individui o soggetti che sono diretti destinatari di un progetto.

**Beneficiari indiretti:** persone, gruppi di persone o soggetti che, pur non essendo direttamente parte di un progetto, risentono dei suoi effetti attraverso il contatto con i beneficiari diretti.

**Buone pratiche:** metodologie o tecniche di un progetto che, nell'esperienza dello stesso, si sono rivelate efficaci e sono riproponibili in altri interventi.

**Catastrofe:** in fisica, evento che produce una drastica variazione della struttura di un sistema, in genere irreversibile. Secondo la definizione delle Nazioni Unite, la catastrofe è un evento concentrato nel tempo e nello spazio, nel corso del quale una comunità è sottoposta a un grave pericolo ed è soggetta a perdite dei suoi membri, o delle proprietà o dei beni, in misura tale che la struttura sociale è sconvolta e risulta impossibile lo svolgimento delle funzioni essenziali della società stessa.

**Disagio psicologico:** condizione psico-fisica che può presentarsi in risposta a situazioni relazionali problematiche, a eventi stressanti, a circostanze traumatiche come la malattia o il lutto e micro-traumatiche come delusioni nell'ambito amicale, familiare, scolastico o professionale. Il disagio psicologico può manifestarsi sotto forma di sintomi fisici come risultato normale di reazioni emotive, che si esprimono attraverso comportamenti insoliti o nuovi.

**Disastro di origine antropica:** in questa tipologia di disastri, sono del tutto ininfluenti i fattori naturali, ma è prevalente l'azione dell'uomo. Disastri di origine antropica possono essere quelli connessi con lo sviluppo tecnologico (esplosioni di centrali nucleari, fughe di gas tossici) oppure con atti di terrorismo.

**Disastro di origine naturale:** il termine, che si sostituisce in tempi recenti a quello di calamità naturale, indica ogni evento catastrofico determinato da cause associate a eventi naturali. A causa dell'ingerenza dell'uomo nell'ambiente, che spesso ha trasformato rischi naturali in rischi di origine umana, la distinzione tra disastri di origine umana e antropica risulta oggi sfumata. "Anche quando l'evento è puramente di origine naturale, come ad esempio nel caso dei terremoti, le conseguenze dipendono in modo determinante dall'uomo: dalle tecnologie costruttive, dall'uso del territorio, dalla preparazione all'emergenza e da altri fattori antropici" (Marotta, Zirilli 2015).

**Disturbo post-traumatico da stress:** "Costituisce una sindrome, spesso fortemente invalidante, che può insorgere in seguito a eventi traumatici immediatamente o anche anni dopo il trauma. [...] Perché il Disturbo post-traumatico da stress sia diagnosticato, è necessario che i sintomi perdurino da almeno un mese" (Galassi 2009).

**Emergenza:** qualsiasi condizione critica che si manifesta in conseguenza del verificarsi di un evento, di un fatto o una circostanza (ad esempio un incendio, un terremoto, il rilascio di sostanze nocive, un black-out elettrico, ecc.) che determina una situazione potenzialmente pericolosa per l'incolumità delle persone e/o dei beni e strutture e che richiede interventi eccezionali ed urgenti per essere gestita e riportata alla normalità.

**Emozione:** "sequenza complessa di reazioni a una situazione attivante; include valutazioni cognitive, cambiamenti soggettivi, attivazione del sistema nervoso centrale, [...] una spinta all'azione, nonché una risposta comportamentale designata ad avere effetto sullo stimolo che ha originato la sequenza complessa" (Puggelli 2005).

**Intelligenza emotiva:** aspetto dell'intelligenza legato alla capacità di riconoscere, utilizzare, comprendere e gestire in modo consapevole le proprie ed altrui emozioni (Goleman 1995).

**Lezioni apprese:** insegnamenti appresi nella realizzazione di un progetto ed emersi dalla valutazione dello stesso, che possono essere applicati, in un'ottica di miglioramento, a progetti futuri.

**Psicologia dell'emergenza:** la psicologia dell'emergenza è un ambito della psicologia finalizzato a comprendere i processi psicologici e psicofisici derivanti da eventi anormali e i loro esiti che, nel breve e nel lungo termine, possono incidere sulla capacità di adattamento e sul benessere delle persone e delle loro comunità di appartenenza. La psicologia dell'emergenza interviene nell'immediato dell'evento traumatico dando sostegno emozionale e orientando le vittime dell'evento critico, effettuando una diagnosi dello stress acuto e prevenendo l'attivarsi della sindrome post-traumatica da stress, facilitando l'eventuale accesso a servizi psicologici specialistici e preparando i soccorritori da un punto di vista psicosociale.

**Resilienza:** in psicologia, indica la capacità di riorganizzare positivamente la propria vita a dispetto di esperienze critiche che possono determinare effetti negativi. La resilienza è anche concepita come l'abilità di un sistema, di una comunità o di una società esposta a un alto grado di rischio di resistere, adattarsi, trasformarsi e riprendersi dagli effetti di una situazione critica in maniera tempestiva ed efficiente. Ciò include anche il preservare o restaurare le sue strutture e funzioni essenziali, in un'ottica di gestione del rischio.

**Stakeholder:** persone o gruppi di persone che hanno un ruolo e un interesse specifico rispetto a un progetto o a un'iniziativa. In un progetto rivolto alle scuole, gli stakeholder saranno: la popolazione scolastica, il Ministero dell'Istruzione, gli Uffici Scolastici competenti, ecc.

**Trauma:** dal greco τραῦμα, "ferita", in medicina indica una lesione prodotta nell'organismo da un qualsiasi agente capace di azione improvvisa, rapida e violenta. In psicologia e in psicanalisi, viene definito trauma un turbamento imputabile a un avvenimento dotato di notevole carica emotiva. Il trauma è l'effetto di uno shock violento su tutto l'organismo; è una frattura nella quotidianità, nella continuità tra esperienza passata e intenzionalità. L'evento traumatico è un evento che avviene troppo velocemente e/o troppo intensamente (per forza e durata), con un'impossibilità di passare all'azione (fuga/attacco). Il trauma non è l'evento in sé (dimensione oggettiva), quanto il tipo di impatto che ha sulla persona (dimensione soggettiva).

- Axline V. 1950, *Entering the child's world via play experiences*, Progressive Education, pp. 27, 68-75
- Bowlby J. 1972, *Attachment and Loss vol. 2*, New York, Basic Books
- Bruscaglioni M. 2007, *Persona empowerment. Poter aprire nuove possibilità nel lavoro e nella vita*, Milano, Franco Angeli
- Caplan G. 1964, *Principles of Preventive Psychiatry*, New York, Basic Books
- Colli R., Colli M. 2009, *Il Mio diario delle emozioni. Comprendere e esprimere rabbia, paura, tristezza e gioia*, Gardolo del Tronto, Centro Studi Erickson
- Comer Jonathan S., Kendall P. C. 2007, *Terrorism: The psychological impact on youth*, "Clinical Psychology: Science and Practice", vol. 14:3, pp. 179-212
- Cyrułnik B., Malaguti E. 2005, *Costruire la resilienza. La riorganizzazione positiva della vita e la creazione di legami significativi*, Gardolo di Trento, Centro Studi Erickson
- Damico G. 2016, *Le emozioni sono intelligenti. Esercizi per allenare il cuore e la mente*, Milano, Feltrinelli
- Di Pietro M., Dacomo M. 2007, *Giochi e attività sulle emozioni. Nuovi materiali per l'educazione razionale-emotiva*, Gardolo del Tronto, Centro Studi Erickson
- Endo T., Shioiri T., Someya T., Akazawa K., Toyabe S. 2007, *Parental mental health affects behavioral changes in children following a devastating disaster: A community survey after the 2004 Niigata-Chuetsu earthquake*, General Hospital Psychiatry, vol. 29, pp. 175-176
- Francescato D., Putton A., Cudin S. 1986, *Star bene insieme a scuola*, Roma, La Nuova Italia Scientifica
- Fredrick C. J. 1982, *Children of disaster*, Paper read at "the International Association of Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions", Dublin
- Galante R., Foa D. 1986, *An epidemiological study of psychic trauma and treatment effectiveness for children after a natural disaster*, "Journal of the American Academy of Child Psychiatry", vol. 25, pp. 357-363
- Galassi F. 2009, *La terapia integrata dei disturbi d'ansia*, Milano, Franco Angeli Edizioni
- Goleman D. 2015, *Intelligenza emotiva*, Milano, BUR
- Gottman J., Declaire J. 2015, *Intelligenza emotiva per un figlio. Una guida per i genitori*, Milano, BUR Biblioteca Universale Rizzoli
- Greenberg M., Kusché C. A. 2009, *Emozioni per l'uso. Una proposta per educare i bambini*, Molfetta, La Meridiana
- Gurwitch R., Kees M., Becker S., Schreiber M., Pfefferbaum B., Diamond D. 2004, *When disaster strikes: Responding to the needs of children*, "Prehospital and disaster medicine", vol. 19:1, pp. 21-28
- Inguglia C., Lo Coco A. 2013, *Resilienza e vulnerabilità psicologica nel corso dello sviluppo*, Bologna, Il Mulino
- Johnston C., Redlener I. 2006, *Critical concepts for children in disasters identified by hands-on professionals: summary of issues demanding solutions before the next one*, "Pediatrics", vol. 117, supplement 4, pp. 458-460
- La Greca A., Annette M. 1996, *Symptoms of post-traumatic stress in children after Hurricane Andrew: a prospective study*, "Journal of consulting and clinical psychology", vol. 64:4, p. 712
- Lavanco G. 2003, *Psicologia dei disastri. Comunità e globalizzazione della paura*, Milano, Franco Angeli
- Lecomte J., Vanistendael S. 2009, *La felicidad es posible*, Barcelona, Gedisa

- Malaguti E. 2005, *Educarsi alla resilienza: come affrontare crisi e difficoltà e migliorarsi*, Gardolo del Tronto, Centro Studi Erickson
- Marotta N., Zirilli O. 2015, *Disastri e catastrofi*, Santarcangelo di Romagna, Maggioli Editore
- Mitchell J. T. 1983, *When disaster strikes. The critical incident stress debriefing*, "Journal of Emergency Medical Services", vol. 13:11, pp. 49-52
- Newman C. J. 1976, *Children of disaster: clinical observations at Buffalo Creek*. "The American Journal of Psychiatry", pp. 133, 306-312
- Norris F. H. 2002, *60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature, 1981-2001*, "Psychiatry: Interpersonal and biological processes", vol. 65:33, pp. 207-239
- Ornaghi V., Grazzani Gavazzi I., Antoniotti C. 2011, *La competenza emotiva dei bambini. Proposte psicoeducative per le scuole dell'infanzia e primaria*, Gardolo del Tronto, Centro Studi Erickson
- Proctor L. J. 2007, *Family context and young children's responses to earthquake*, "Journal of Child Psychology and Psychiatry", vol. 48:9, pp. 941-949
- Putton A., Fortugno M. 2015, *Affrontare la vita. Che cos'è la resilienza e come svilupparla*, Roma, Carocci Faber
- Rosa V. 2000, *Atti del primo convegno nazionale "Fenomenologia e Integrazione. Una casa comune per il terzo millennio"*, Capri, pp. 299-309
- Saita E. (A cura di) 2011, *Pensare alla salute e alla malattia. Legami tra mente, corpo e contesto di appartenenza*, Milano, EDUCatt Università Cattolica
- Short D., Casula C. 2016, *Speranza e resilienza. Cinque strategie psicoterapeutiche di Milton H. Erickson*, Milano, Franco Angeli
- Terr L. C. 1981, *Psychic trauma in children: observations following the Chowchilla school-bus kidnapping*, "The American Journal of Psychiatry", vol. 138, pp. 14-19
- Toyabe, Shin-ichi 2004, *Factor structure of the General Health Questionnaire (GHQ-12) in subjects who had suffered from the 2004 Niigata-Chuetsu Earthquake in Japan: a community-based study*, "BMC Public Health", vol. 7:1, p. 175
- Vaillant G. E. 1993, *The Wisdom of the Ego*, Cambridge, Harvard University Press
- Williams R. 2008, *Children, resilience and disasters: recent evidence that should influence a model of psychosocial care*, "Current opinion in psychiatry", vol. 21:4, pp. 338-344



Cesvi (Cooperazione e Sviluppo) è un'organizzazione non governativa, nata nel 1985 a Bergamo, attiva a livello umanitario in 23 paesi con interventi di emergenza e sviluppo, intercultura e inclusione sociale.

Da 30 anni realizza progetti per la scuola con un approccio innovativo: la scuola non è solo il beneficiario finale degli interventi, ma ne è il co-progettista, capace di individuare criticità e bisogni; la scuola è luogo d'incontro, laboratorio di inclusione, punto di riferimento per ogni comunità.

[www.cesvi.org](http://www.cesvi.org)



Sipem Sos Marche

La SIPEM (Società Italiana di Psicologia dell'Emergenza) nasce come associazione di volontariato di Protezione Civile che si occupa principalmente di fornire, in caso di evento calamitoso, supporto psicologico ed emotivo alle vittime colpite. Al verificarsi dell'evento emergenziale, la SIPEM è attivata dal Dipartimento della Protezione Civile Regionale.

Fondata nel 2009 in occasione del terremoto de L'Aquila, ha svolto la sua attività a supporto delle popolazioni colpite in occasione del sisma del 2012 in Emilia, durante l'alluvione di Senigallia e, infine, nell'emergenza sisma nelle Marche (2016/2017). Attualmente, la SIPEM Marche, pur mantenendo la sua autonomia operativa e statutaria, è un'articolazione regionale della SIPEM SoS Federazione, presente in altre 7 regioni italiane: Liguria, Lombardia, Friuli Venezia Giulia, Emilia Romagna, Puglia, Lazio, Campania.

[www.sipemsos.org](http://www.sipemsos.org)

