Michele Grano, Francesca Bennati | Psicologi delle Emergenze *Alfredo Rampi*

Futuro prossimo

La scuola come "tutore di resilienza" di fronte alle sfide del Covid-19



La scuola, se ha l'ambizione di educare alla libertà, non deve imitare ciò che accade nella società, ma operare per contrasto, in modo critico e concreto. Se vuole essere luogo di creazione culturale aperto al futuro, non deve appiattirsi sul presente […].
Se si tende a vivere in luoghi asettici totalmente artificiali, bisogna trovare il modo di sporcarsi con i colori, toccare la terra e piantare, anche in un piccolo giardino o persino in un vaso, qualche seme che non sappiamo se nascerà.
Se cresce la fretta di ottenere istantaneamente risposte e risultati, dobbiamo coltivare l'attesa, che è il lievito necessario di ogni ricerca ed una dimensione che permette la sorpresa.
Se ogni spazio è troppo pieno di oggetti e suoni e continui movimenti di immagini, è importante fare un po' di vuoto e di silenzio, per dare respiro all'ascolto delle voci più tenui e sottili.
Se si parla per frasi smozzicate e parole buttate lì alla rinfusa, è importante creare occasioni per discorrere, argomentare e praticare l'arte del dialogo, che si fonda sull'ascolto reciproco e una lenta costruzione della capacità di pensare insieme.
Se tutti corrono, ci vuole un luogo dove poter andare lenti, dove trovare il tempo necessario per non fare le cose in fretta e con superficialità.

Franco Lorenzoni (2014, p. 226-227)

L'Emergenza Covid-19 ha intaccato a vari livelli la popolazione del nostro Paese, diffondendo preoccupazione e ansia, e colpendo in modo particolare il mondo della scuola, nella possibilità di svolgere la didattica, ma anche nel modo di relazionarsi con e fra i ragazzi. Con il *lockdown* e le successive restrizioni da aprile a giugno 2020, in pochissimo tempo la scuola si è dovuta reinventare, cercando di accorciare le distanze, di offrire il proseguimento dei programmi scolastici e provando, con i suoi strumenti, a garantire una continuità per i ragazzi. Nonostante il grande sforzo creativo e adattivo del mondo della scuola per fronteggiare l'emergenza, non si può ignorare la perdita netta della situazione scolastica in presenza che hanno subito sia i ragazzi che i docenti e che ha inevitabilmente generato disorientamento e sofferenza.

Un'intera generazione di bambini e ragazzi ha vissuto una lunghissima interruzione del percorso scolastico, a livello mondiale. In Italia, la campanella torna a suonare dopo più di sei mesi di sospensione: il rientro nelle aule, negli spazi ri-adattati dalle normative di sicurezza, sarà un

momento complesso per tutti, dunque è necessario pensare interventi delicati e significanti per **ri-accogliere ragazzi, docenti, personale e genitori con una progettazione finalizzata a permettere di entrare nelle classi con serenità e consapevolezza** di ciò che è accaduto, che sta accadendo e che accadrà. È proprio in questi frangenti – in cui è forte il contatto con la propria vulnerabilità, ma in virtù di questo tutti i canali sensoriali sono più recettivi all'apprendimento, alla comprensione, al cambiamento – che occorre **sviluppare le capacità di resilienza della scuola**, in tutte le sue componenti, attraverso uno specifico intervento psicologico e psicosociale. Come esperti in Psicologia delle Emergenze e Psicopedagogia del rischio ambientale del *Centro Alfredo Rampi Onlus*, crediamo sia utile prendersi cura proprio della delicata fase del rientro, lavorando sul presente e sulle sue difficoltà di adattamento ad un quadro continuamente in evoluzione, e contemporaneamente con un'ottica che contempli uno sguardo sul recente passato e sulle prospettive future.



UNO SGUARDO PSICOSOCIALE E MULTIPLO PER TORNARE A PENSARE IL FUTURO



L'idea e la speranza che vorremmo trasmettere riguarda la possibilità di **tornare a pensare e sognare un futuro possibile**… un *futuro prossimo*, nell'immediato ma anche ad ampio respiro, e con l'attenzione a chi ci è *prossimo* (dimensione che l'emergenza Covid ha particolarmente attaccato). **Occorre lavorare per ristabilire velocemente una connessione o ri-connessione degli allievi con gli Istituti Scolastici, con tutto il personale e con i compagni, al fine di permettere al singolo e al gruppo di vivere esperienze trasformative in cui raccontarsi e avvicinare i vissuti dell'emergenza, elaborare le proprie emozioni ed interiorizzare consapevolmente le nuove regole e il nuovo modo di stare a scuola**, con maggiore tranquillità e con la giusta percezione della situazione di rischio ancora presente.

Sarebbe interessante, nella prospettiva psicosociale che anima la nostra metodologia d'intervento – improntata alla "Psicopedagogia del rischio" e al "Modello Psicodinamico Multiplo per le Emergenze" (Di Iorio, Biondo, 2009) – realizzare **interventi rivolti a tutto il sistema scuola: le classi, il Corpo Docenti, gli operatori ATA e i genitori, nell'ottica di ricucire insieme il senso di appartenenza ad un'unica comunità scolastica**, al fine di garantire la sicurezza e il benessere di tutti.

LA SCUOLA DI FRONTE ALLE MINACCE E ALLE SFIDE DEL COVID-19



Come sappiamo, **sono diverse le minacce e le sfide, sia pratiche/organizzative che relazionali/emotive che la scuola è chiamata ad affrontare nell'immediato e lungo i primi mesi del nuovo anno** accademico. Il clima di grande confusione e incertezza, alimentato dal tam-tam mediatico e dalle preoccupazioni di tutti (del mondo socio-politico, degli insegnanti, delle famiglie, dei ragazzi) genera inevitabili inquietudini e paure; altro tema "caldo", che rappresenta un fattore di rischio per la scuola, è quello della responsabilità dei presidi e dei docenti in materia di tutela della salute e sicurezza specifica in ordine all'emergenza epidemiologica.
Gli insegnanti si troveranno a fronteggiare una situazione del tutto inedita, inimmaginabile. In particolare, questa emergenza ha obbligato al distanziamento dagli altri, sia materiale, sia emotivo e "simbolico"; così, diversamente dalle altre emergenze non si può contare sulla vicinanza, sull'abbraccio dell'altro. Proprio per questo richiede di mobilitare **nuove capacità creative di ricerca e adattamento** – come hanno dovuto fare da un giorno all'altro per organizzare la *Didattica a Distanza (DaD)*, facendo appello a qualità e risorse che in quell'occasione sono riusciti a mettere in campo – per rispondere ad alcuni bisogni che gli alunni potranno vivere in questo tempo:

Bisogno di continuità – la riapertura delle scuole avrà di per sé questa importante funzione, sia praticamente che emotivamente, rappresentando per i ragazzi e le famiglie il ritorno a un'organizzazione pre-emergenziale, di cui si avverte l'urgenza. La scuola riapre e in larga parte i ragazzi parte ne saranno particolarmente felici, al di là dei legittimi turbamenti, godendo del ritorno ai suoi ritmi, ai suoi apprendimenti, alle sue fatiche, alle sue relazioni; tuttavia, è questo un passaggio che non può essere lasciato solo all'implicito, ma deve interpellare la creatività, la flessibilità e l'attenzione degli insegnanti per fornire un senso di continuità (prima di tutto relazionale ed affettiva, come condizione preliminare per favorire anche quella didattica) coerenza, significato, stabilità, consapevolezza – in un tempo segnato da grandi contraddizioni a più livelli – **per un ritorno alla "normalità" che sia flessibile e tenga conto dell'eccezionalità del momento storico**, come già avvenuto in molti casi con la *DaD*. L'adulto ha il delicato compito di far sentire a tutti, e in particolare agli alunni che iniziano un nuovo ciclo, che si tratta di un periodo transitorio, anche se non se ne conosce la durata, verso il recupero della scuola così come è nei desideri e nelle aspettative di ragazzi e adulti. Si può attraversare insieme questo passaggio, anche rimandando l'impegno quasi "eroico ed avventuroso" che tutti stanno mettendo in campo.

Bisogno di un tempo per l'accoglienza e l'adattamento – la situazione richiede **un "benvenuto straordinario", con tempi distesi e dedicati, per impostare la nuova vita scolastica, con i suoi spazi, momenti e rituali trasformati** (sia in presenza che a distanza): questa attenzione faciliterà anche il recupero e il rinforzo dell'apprendimento. Pur nell'eccezionalità, la creazione di occasioni di accoglienza è una capacità che gli insegnanti posseggono, ma dovranno attuarla in questo tempo con particolare cura ed elasticità, al fine di riconnettere i minori con gli spazi e con il gruppo, esplorando i cambiamenti intercorsi in questi mesi. Potrebbe essere indicato riservare qualche momento iniziale alla presentazione degli spazi, anche con dei tour dell'istituto per far conoscere direttamente ed attivamente agli alunni le modifiche nei luoghi, la cartellonistica, i dispositivi sanitari.

Bisogno di ascolto – è richiesta ai docenti una ri-sintonizzazione con i linguaggi dei ragazzi, perché essi possano sentirsi al sicuro nell'esprimere ed elaborare i loro vissuti. Creare relazioni autentiche e sincere basate sulla *comunicazione affettiva* rappresenta la strada più efficace (nonché più sfidante, in quanto chiede all'adulto di contattare i propri sentimenti e pensieri profondi, da condividere in maniera mediata con gli alunni) per avviare un **processo educativo basato sull'ascolto reciproco** che sia efficace e gratificante per piccoli e grandi.

Bisogno di appartenenza – sarà fondamentale far sperimentare agli allievi tale dimensione, creando occasioni semplici e insieme ingegnose **per rinsaldare i legami**. Riuscire a cucire e ricucire le relazioni nei gruppi-classe e in tutta la comunità scolastica porterà a contrastare il senso di separazione, smarrimento, dispersione, distanziamento, che l'emergenza porta con sé (e questa emergenza in particolare). Se tale profondo bisogno viene soddisfatto, può rappresentare una vera e propria *"palestra" di coesione e di separazione*: infatti più si sente di appartenere, più è possibile vivere nuove separazioni e difficoltà con equilibrio e serenità (offrendo un *imprinting* positivo, ad esempio, nel caso in cui si dovesse provvisoriamente ritornare a forme di didattica a distanza o anche nella gestione di altri tipi di separazioni dal gruppo). In questo modo si potrà accogliere i minori, rafforzando il senso di sé e degli altri e favorendo la competenza sociale.

Bisogno di fiducia – l'insegnante ha il compito di fare da "garante" per il funzionamento emotivo e relazionale del gruppo, fornendo una *base sicura* a partire dalla quale si può recuperare un grado di equilibrio; la presenza di insegnanti attenti ed empatici permette di rispondere ai bisogni psicologici primari dei ragazzi (sentirsi sicuri, sentirsi contenuti e sostenuti, sentirsi compresi), ma anche dei bisogni "esistenziali" di simbolizzazione e attribuzione semantica; questo percorso aiuta a **ritrovare la fiducia in se stessi e nell'altro**, in un tempo in cui invece l'altro è visto come un possibile nemico dal quale proteggersi; un tempo in cui anche all'interno delle case e delle famiglie i minori possono vivere tensioni e contrasti, attivati dall'emergenza e da tutti i suoi strascichi emotivi o materiali. **I ragazzi hanno bisogno di sentire che l'adulto ha fiducia nelle loro capacità e competenze, credendo profondamente che essi potranno adattarsi alle nuove norme, a partire dai più piccoli, e se ben accompagnati e stimolati potranno contribuire all'individuazione di soluzioni originali e inventive**.

Bisogno di interiorizzare consapevolmente le nuove regole e il nuovo modo di stare a scuola – tema centrale per garantire un buon ritorno nelle classi, da promuovere con tranquillità e con la giusta percezione della situazione di rischio ancora presente, attraverso la **creazione di un nuovo patto educativo che coinvolga tutti e aiuti a trovare senso e costanza** nelle nuove regole da rispettare.

AIUTARE E SOSTENERE GLI INSEGNANTI IN QUESTO TEMPO INEDITO



Una delle priorità di questo periodo riguarda anzitutto il **supporto ai docenti**, punti di riferimento della scuola, per sostenerli sia in chiave personale che relazionale (in particolare per essere di sostegno ai ragazzi in una fase così difficile per tutti). **Il clima di terrore e incertezza che si respira rischia di bloccare il pensiero e la creatività e il pericolo maggiore è quello di vedersi senza via d'uscita**. Proprio per questo è necessario creare occasioni – a metà tra la formazione, l'espressione e il contenimento emotivo – per prendersi cura di coloro che *in primis* si prenderanno cura dei ragazzi, non lasciandoli soli ed **aiutandoli a riaccendere scintille di fiducia, inventiva, progettualità**. Crediamo, pertanto, che

sia basilare realizzare incontri con gli insegnanti (in presenza laddove possibile o anche su piattaforme telematiche) finalizzati a:

- Promuovere l'elaborazione dei sentimenti connessi all'emergenza da parte del gruppo docente.
- Accogliere i loro vissuti ed offrire un contenimento emotivo rispetto ad una situazione che ha minato il senso di sicurezza di tutti.
- Costruire i corretti comportamenti dei docenti per accogliere le difficoltà dei ragazzi e promuovere il benessere in classe.
- Rispondere a domande e curiosità, fornire informazioni e strumenti psicoeducativi per:

  - individuare strategie/risorse al fine di essere di supporto ai minori;

  - gestire nuove situazioni critiche e impreviste;

  - individuare e comprendere le conseguenze psicologiche dell'evento su se stessi, sui bambini e sui ragazzi e, più in generale, sull'intera comunità.
- Intercettare situazioni particolari di disagio e individuare bambini o ragazzi maggiormente colpiti dall'evento, al fine di poterli aiutare e supportare adeguatamente.
- Connettere i vissuti di piccoli e grandi, con lo scopo di facilitare uno scambio emotivo ed esistenziale tra le generazioni.
- Promuovere l'adattamento dei docenti alle continue modificazioni dell'azione didattica imposte dall'emergenza in corso.
- Orientare sulle norme di sicurezza da far rispettare ai ragazzi e sulle procedure corrette di gestione dell'emergenza.

REAZIONI DI BAMBINI E PRE-ADOLESCENTI ALL'EMERGENZA CORONAVIRUS



Di certo il rientro a scuola sarà un **momento vissuto con grande gioia e attesa**, dopo tanti mesi di sospensione. Ma potranno esserci tante forme di apprensione, legate a elementi contestuali (procedure da imparare, distanze da mantenere, paura del contagio), o forme di stress post-traumatico. Per insegnanti e genitori può essere utile conoscere alcune risposte psicologiche che possono interessare bambini e ragazzi, al fine di potersene occupare con cura e consapevolezza e aiutare i minori a superarle, sapendo che ci potrebbero essere strascichi psicofisici legati allo stile di vita forzatamente sedentario, che ha prodotto conseguenze spesso gravi e profonde sul sistema immunitario e sul tono dell'umore dei singoli e della collettività. La situazione attuale prevede tante aperture, ma spesso vissute in un clima spesso minaccioso e con pareri contrastanti anche da parte degli esperti: così, nella confusione che bambini e ragazzi vedono intorno a sé, nelle raffiche di notizie

ansiogene e nell'instabilità di eventi tanto spaventosi, uno dei rischi maggiori è quello di provare **impotenza**. Questa reazione, tra le più gravi per un bambino e per ogni essere umano, è legata alla sensazione di essere senza speranza perché si crede che nessuno possa essere d'aiuto (il termine inglese, *helplessness*, esprime molto bene questo vissuto).
Una delle reazioni più comuni è la **paura**, che può colpire piccoli e grandi. Paura del contagio, paura di un nuovo *lockdown*, paura dell'ignoto, paura del futuro, paura dell'altro... Compito dell'educatore è quello di aiutare i ragazzi a vivere la paura come un "campanello d'allarme" che allerta e spinge a prendere in considerazione i rischi, aiuta a proteggersi, a prendere decisioni controllate e prudenti, per cercare soluzioni di prevenzione e conseguentemente i comportamenti più idonei per la sua gestione. Tuttavia, sappiamo che la paura può perdere tale funzione adattiva e difensiva, per trasformarsi in panico o ansia generalizzata. Queste paure possono invadere la mente infantile con tale intensità che le banali rassicurazioni non hanno valore («Non c'è da aver paura», «I fantasmi non esistono», ecc.). La paura è reale e tangibile e va trattata adeguatamente, nella comprensione e nel rispetto di ciò che il minore sta provando.
Le situazioni di pericolo richiamano angosce causate dalla tendenza dei bambini ad assorbire immediatamente i fatti esterni e rapportarli a sé (Pas Bagdadi, 2004). Le situazioni angoscianti e minacciose stimolano il mondo immaginario, gli incubi, le insicurezze affettive già presenti e possono provocare vissuti penosi legati alla **vergogna**, al **senso di colpa**, fino alla **paura di crescere**.
In questi frangenti è possibile che il bambino viva delle **regressioni**, le quali sono da accettare come del tutto legittime, in quanto passeggere, legate all'emergenza. Di fronte a uno scenario ignoto e spaventoso, ci si rifugia in qualcosa di già conosciuto e confortante (anche se all'apparenza disfunzionale, come riprendere i giochi di quando era più piccolo o fare la pipì a letto): quanto più vengono relativizzati, accettati e compresi come possibili, tanto più tali sintomi tenderanno a depotenziarsi e a decadere.
Alcuni ragazzi potranno manifestare soprattutto forme di **aggressività** (rabbia, odio, vendetta, ricerca di un capro espiatorio), proprio come accade a noi adulti. Anche in questo caso, il bambino ha bisogno di trovare un adulto che lo aiuti a comprendere e "smaltire" i suoi vissuti, non tarpandoli perché ritenuti inaccettabili, ma sentendo che è sostenuto e contenuto, altrimenti le emozioni che prova possono gonfiare dentro di lui ed essere distruttive.
Di certo, i vissuti dei bambini sono condizionati da ciò che essi sentono in famiglia (a livello conscio o inconscio, manifesto o latente), dal fatto che abbiano uno spazio di espressione e confronto nel loro ambiente o, al contrario, le loro emozioni e i loro pensieri vengano ignorati o frenati.
Purtroppo, nessuno può evitare a un minore che incontra una crisi o un trauma, la difficoltà e la realtà di questa prova. Ciò che si può evitare è aggiungere, senza volerlo, ulteriori difficoltà... (Marcoli, 2004). Ad esempio, adulti estremamente colpiti o traumatizzati possono non prestare sufficiente attenzione ai bambini, non attribuendo importanza ai loro bisogni e perdendo momentaneamente il loro ruolo protettivo. Oppure, quando si esclude il bambino dal capire cosa sta accadendo si può provocare in lui un'ulteriore ferita, oltre a quella primaria: sentire che non può più fidarsi degli adulti che lo circondano.
È ovviamente e appunto **cura degli adulti riuscire a sintonizzarsi sui canali emotivi dei più piccoli, per trovare modalità e momenti che siano rispettosi dei tempi e della sensibilità di ciascun bambino e di ciascun gruppo**.



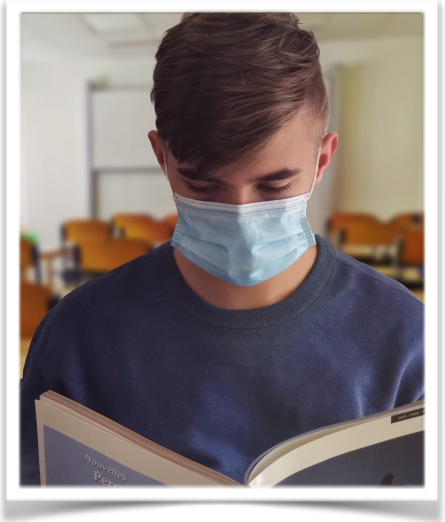
ADOLESCENTI AL TEMPO DEL COVID-19

I vissuti dei più grandi (anche degli adulti), in momenti di allarme ed emergenza estremi, sono spesso simili a quelli dei bambini. Siamo tutti colpiti nella nostra parte più fragile e indifesa, che –

va ricordato – è anche quella più predisposta alla resilienza e alla speranza. Ciò che cambia è chiaramente la modalità di esternazione e il livello di consapevolezza. Anche gli adolescenti possono provare le stesse reazioni ed emozioni, gli stessi dubbi e pensieri, ma fanno ricorso a delle difese più strutturate e tipiche della loro età per proteggersi dall'angoscia, soprattutto in relazione a ciò che può significare la minaccia pandemica nella già critica età adolescenziale. Per gli adolescenti – che vivono un'età di per sé paradossale, oscillando tra dipendenza e attaccamento, tra bisogno di separarsi e al contempo di appartenere, tra senso di "onnipotenza" per la scoperta delle massime potenzialità e l'incontro con il senso del limite – l'emergenza e la sua narrazione contrastante possono amplificare la loro confusione e ambivalenza, anche perché il contagio è un'esperienza lontana per loro che si percepiscono "invulnerabili", "immortali". In questo quadro così confusivo (segnato da contraddizioni e ambiguità spesso palesi, ad esempio sull'utilizzo della mascherina, che in molti luoghi nei mesi estivi non è stata indossata dai ragazzi stessi) l'adolescente ricerca e richiede coerenza.
Possiamo ipotizzare che nelle classi ci potranno essere nette divisioni – come stiamo osservando a livello sociale – tra coloro che hanno reagito e stanno reagendo con grande angoscia all'emergenza (con sfumature diversissime e spesso inconciliabili che vanno dal versante ansioso a quello depressivo, dal versante paranoico che vede pericoli e nemici ovunque, a quello fobico che porta a sentirsi senza vie d'uscita, stando al sicuro solo in casa e nel rispetto ossessivo di rituali igienici) e tra quanti invece rispondono con forme di rimozione e diniego, ridimensionando o negando l'emergenza. Divisioni che se non ben gestite possono rappresentare una vera e propria polveriera dal punto di vista emotivo e relazionale.

Uno dei compiti degli adulti è quello **dare spazio ai sentimenti e ai pensieri legati al periodo che stiamo vivendo, cercando di aiutare i ragazzi a metterli in connessione**, rispettando e accettando i vissuti e i punti di vista altrui, come tutti originanti da un medesimo nucleo incandescente di sofferenza e preoccupazione, pur se sfaccettati e diversi tra loro nella loro manifestazione. Questo esercizio espressivo e dialettico è fondamentale per promuovere l'empatia e contenere le scissioni interne ed esterne che l'emergenza produce.
Riprendendo quanto scritto da Biondo (2005), l'aiuto degli adulti in funzione di soccorso per gli adolescenti deve essere mirato a:

- favorire la "pensabilità" dell'evento emergenziale e del proprio mondo interno e relazionale;
- fornire agli adolescenti che ne siano deprivati una base affettiva;
- permettere loro di situare le diverse forme di sofferenza in qualche luogo fisico / mentale / relazionale;
- attribuire senso, significato e coerenza ad eventi percepiti come estremi ed assurdi.







VULNERABILITÀ E RESILIENZA: DENTRO L'EMERGENZA, OLTRE L'EMERGENZA

La resilienza è la «la capacità, di una persona o di un gruppo, di svilupparsi positivamente, di continuare a progettare il proprio futuro, a dispetto di avvenimenti destabilizzanti, di condizioni di vita difficili, di traumi anche severi» (Manciaux et al., 2001, cit. in Malaguti, 2005). È una qualità che possediamo come esseri umani e rappresenta una risorsa fondamentale per far fronte alle situazioni critiche della vita. I bambini e i ragazzi sono predisposti alla resilienza, hanno spesso solo bisogno di adulti competenti e comprensivi che sappiano proporre percorsi di senso, condivisione, elaborazione e crescita, in modo tale da favorirla.
La resilienza non nega la fragilità e il dolore, ma parte necessariamente da queste realtà, in un processo spesso lungo e faticoso in cui le persone possono **riuscire a "digerire" ed integrare le esperienze più negative con le proprie risorse soggettive e sociali, fino ad arrivare a trasformarle in "perle" di possibilità, riscatto, crescita**. La resilienza sa tenere insieme gli aspetti più contrastanti dell'esistenza e gradualmente proporre percorsi di riconciliazione e scoperta. Il fronteggiamento, l'accoglienza, l'accettazione e l'integrazione degli aspetti paurosi, confusivi, dolorosi possono portare gradualmente alla loro trasformazione. Proprio la *trasformazione*, insieme alla *riorganizzazione*, contraddistinguono l'*atto creativo*, che permette reinterpretazioni originali e costruttive degli eventi critici della propria storia (Antonietti, Pizzingrilli, 2011), aspetto fondamentale perché piccoli e grandi possano attraversare questa emergenza, elaborarla, trascenderla.
Promuovere la resilienza significa per l'appunto aiutare a trasformare un avvenimento critico e destabilizzante in un'occasione di sviluppo e ricerca personale e, inoltre, rafforzare le strategie emotive, cognitive e relazionali che permettono di riannodare i rapporti tra passato, presente e futuro, in modo che le persone e i gruppi possano riconnettersi ad un ambiente – fisico, sociale, mentale – che hanno dovuto temporaneamente abbandonare (Cyrulnik, Malaguti, 2005). Scommettendo e investendo su questi aspetti, la scuola può davvero costituire un prezioso laboratorio di idee, emozioni e connessioni, fungendo così da "tutore di resilienza" per allievi, docenti e famiglie.

ATTIVITÀ E STRATEGIE PSICOEDUCATIVE: ELABORARE L'EMERGENZA E PROMUOVERE RESILIENZA A SCUOLA

Per ciò che riguarda le strategie da adottare con i ragazzi, da un *punto di vista "macro"*, bisogna innanzitutto tenere a mente *3 fasi dell'intervento con i minori in situazioni di crisi* – riadattati da Kapor-Stanulovic (2005) – che riassumono quanto detto prima e che possono orientare nella progettazione di attività e momenti di promozione di resilienza con le classi:



1. ***Protezione e sicurezza*** **–** come anticipato, serve innanzitutto creare un ambiente accudente, con un clima di fiducia e accoglienza che sono a fondamento della relazione (risorsa che gli insegnanti hanno nel loro DNA, potremmo dire, ma che potrebbe essere più difficilmente fruibile in questo tempo nel quale sembrano prevalere gli interrogativi e le incertezze).



2. ***Verbalizzazione e legittimazione*** **–** per promuovere l'espressione dei vissuti, con delicatezza e attenzione, sempre come una possibilità e mai una forzatura, contribuendo a favorire la condivisione e la comprensione degli stessi (in base all'età) e l'abbassamento dei livelli di tensione.



3. ***Previsione e preparazione*** **–** l'emergenza affrontata in questo modo può rappresentare una vera occasione di *pedagogia della fragilità e della resilienza*, come l'abbiamo nominata in diversi interventi di supporto nelle scuole, fornendo spunti e strumenti per rinforzare le capacità di *coping* e prepararsi a eventuali difficoltà future.

Sappiamo che il linguaggio naturale dei bambini è principalmente affettivo, fatto di immagini e metafore, come quello delle fiabe e dei sogni. In questo momento storico – come ci insegnano la letteratura scientifica e la nostra esperienza in molteplici interventi con minori nel post-emergenza (v. Di Iorio, Biondo, 2011; Grano, Galli, Di Iorio, 2013; Grano, Di Iorio, 2014; Grano, Bennati, 2014: 2017; Grano, Corno, 2018) – può essere utile avvicinare le emozioni più difficili e indigeste proprio attraverso attività creative, ludiche, catartiche e stimolanti: esse non rappresentano solo uno "svago" per bambini e ragazzi, ma anche il miglior modo per **accendere la fantasia e la creatività**, **risorse potenti per aiutarli a pensare-elaborare-classificare le esperienze difficili e spaventose** (Di Iorio, Biondo, 2009), superando le difficoltà e i "blocchi" causati dall'esperienza critica ed emergenziale. Dal *punto di vista "micro"*, dunque, gli strumenti privilegiati per incentivare l'espressione dei vissuti, i momenti di discussione, la riflessione e la condivisione di esperienze con la possibilità di confrontarsi e fare proposte per vivere al meglio il rientro a scuola sono:

- **il lavoro in gruppo, il *circle-time***, ai quali destinare spazi e tempi definiti e con modalità originali e interattive che tengano conto delle norme sul distanziamento, con rituali di apertura e di chiusura che permettano di far sentire ai ragazzi che c'è uno spazio dedicato di possibile condivisione dei vissuti, definito, non dispersivo, contenuto (e "contenitivo").
- **le attività che stimolano la fantasia, l'ingegno e la resilienza (racconto e creazione di storie, disegni, giochi teatrali, attività manuali, ecc.)** realizzate anch'esse nel rispetto e nell'attribuzione di senso alle norme di distanziamento: esperienze catartiche che permettono di scaricare le emozioni, trasformandole in dinamismo e divertimento, "profonda leggerezza" e risate, avvicinando i vissuti più difficili in maniera simbolica e mediata: i linguaggi espressivi, liberatori e immaginifici di tali attività parlano con empatia e precisione delle questioni emotive che i ragazzi vivono, offrono loro speranze e nuove possibilità, indicano strumenti e soluzioni per un futuro più ricco e soddisfacente, presentano nuovi modi di pensare alle emozioni più tormentate (Sunderland, 2013). Come ha scritto mirabilmente Gianni Rodari: «Con le storie e i procedimenti fantastici per produrle noi aiutiamo i bambini a entrare nella realtà dalla finestra, anziché dalla porta. È più divertente: dunque è più utile».



Attraverso queste modalità, **proteggersi e proteggere può diventare un gioco per i più piccoli, un modo per sentirsi protagonisti e corresponsabili per i più grandi**. Tali attività ed accortezze, realizzate in un clima di fiducia e condivisione, facilitano il raggiungimento di diversi obiettivi:

- Favorire l'elaborazione dei vissuti connessi a un'emergenza sanitaria tanto grave e minacciosa, per agevolare il contenimento e il graduale superamento delle difficoltà.

- Promuovere la corretta percezione del rischio Covid-19 e i conseguenti comportamenti autoprotettivi.
- Mobilitare il gruppo per rinsaldare i legami e responsabilizzarsi sulla salute propria e dell'altro.
- Favorire la condivisione di vissuti ed esperienze (sempre con grande libertà e senza obblighi) con gli adulti e con i pari, nell'ottica di "normalizzare" e legittimare reazioni e comportamenti, rendendoli meno spaventosi e incomprensibili e dunque più avvicinabili e "digeribili".
- Promuovere le risorse personali e gruppali per "andare avanti", potenziando le capacità di resilienza per fronteggiare le difficoltà presenti e quelle future, anche come forma di prevenzione.

CIÒ CHE SERVE È UN "PATTO"

Come anticipato, anche se in conclusione proponiamo come primo strumento operativo e significativo l'elaborazione di un nuovo patto con i ragazzi, quale strada di corresponsabilità e buona convivenza in classe e a scuola. Un patto comune e condiviso dal quale ripartire ha un notevole impatto sulla gestione dei gruppi in questo momento di grande frammentazione interna, relazionale, logistica:

- Permette a ciascun ragazzo di avere un **ruolo attivo tra fiducia e riconoscimento** (-etero ed -auto) nell'accettazione delle regole e dei comportamenti e nell'attribuzione di senso.
- Polarizza l'**attenzione verso la "parte sana" del gruppo**, che diventa trainante e motivante.
- Mira dunque alla **negoziazione tra gli estremi**: da un lato il *negazionismo* (tipico della "narrazione *placebo*", edulcorata ed edulcorante, che tende a minimizzare o a smentire l'esistenza stessa del Covid, portando sovente a comportamenti irresponsabili) dall'altro l'*allarmismo* (proprio della narrazione *nocebo*, martellante e terrorizzante, che tende ad aumentare i livelli di ansia e di panico).
- Consente di **costruire una narrazione serena, realistica e interattiva** che permette l'incontro e fornisce indicazioni realmente utili per controllare la situazione.

Costruire una narrazione di questo tipo, come ha scritto Cyrulink (2009), che sia esplicativa e orientata alle risorse, rappresenta un tassello centrale per il rafforzamento della resilienza individuale e collettiva. Possiamo trovare un esempio che permette di avvicinare questo tema con la potenza e la profondità del simbolo – che può essere utilizzato direttamente o indirettamente dagli insegnanti – nel **mito di Icaro**. Come ricordano Carbone, Casini e Ferrari (2010), Ovidio, nelle *Metamorfosi*, mette in bocca a Dedalo queste parole, al momento in cui padre e figlio stanno per librarsi in volo con le meravigliose ali di cera:



Vola a mezza altezza, Icaro, / mi raccomando, / in modo che l'umidità non appesantisca le penne se vai troppo in basso, / e il calore del sole non le sciolga / se vai troppo in alto. / E ti avverto, non ti distrarre ...

Si può **volare, trovando il giusto equilibrio tra le opposte polarità**, qui rappresentate dal caldo del Sole e dall'umidità dell'acqua. Bambini e ragazzi, ognuno con i propri linguaggi, attraverso l'elaborazione di un patto possono cooperare tra loro e

con gli adulti per arrivare a soluzioni condivise che aiutino tutti a superare le prove e gli ostacoli di questo tempo, così riuscendo insieme anche nel compito di "fortificare le ali".

Riadattando il linguaggio del *Patto sul Rischio Accettabile* – proposta culturale ed educativa che il *Centro Alfredo Rampi* ha rivolto ai giovani al fine di promuovere il valore del rischio utile, che favorisce la crescita, facendo maturare una ferma posizione contro il rischio inutile, che mette a repentaglio la vita (Biondo, 2006) – potremmo dire che anche per ciò che concerne l'emergenza Coronavirus la creazione congiunta del "Patto" può facilitare l'obiettivo educativo di **incrementare le competenze specifiche dei ragazzi per fronteggiare i rischi sanitari e psicologici** ad essa connessi. Innanzitutto, come anticipato, per la creazione del patto è necessario il coinvolgimento attivo del ragazzo e del gruppo. Ciò comporta a *livello affettivo* lo sviluppo della fiducia nell'autonomia, della consapevolezza delle motivazioni al rischio, della sicurezza personale e del rapporto di fiducia con gli adulti; a *livello psicomotorio* lo sviluppo di capacità autoprotettive si realizza attraverso l'acquisizione di comportamenti equilibrati e prudenti per se stessi e per gli altri, nella gestione di spazi e movimenti, e attraverso lo sviluppo della capacità di affrontare l'emergenza; a *livello sociale* il metodo mira alla responsabilizzazione nei confronti di se stessi, degli altri e dell'ambiente, all'acquisizione di un rapporto sereno con le norme e dell'uso corretto dello "spazio-classe" (ma anche, per estensione, di tutti gli spazi vissuti quotidianamente dai ragazzi); infine, a *livello cognitivo* l'obiettivo è permettere ai ragazzi di acquisire una mentalità realistica e razionale nei confronti del Covid-19, insieme alla conoscenza e alla significazione delle nuove normative.
Sarebbe auspicabile, nella sua complessità, che questo periodo pieno di incognite e inquietudini rimetta al centro la tensione verso le priorità e incentivi il rilancio di **un patto anche tra scuola e famiglie**. Un patto concreto di rinnovata fiducia, dialogo, collaborazione che – attraverso ma soprattutto oltre le formalità dei "patti di corresponsabilità" siglati in questi giorni dai genitori – possa realmente indicare la strada per sorpassare le tante barriere di incomunicabilità e diffidenza esistenti, interpellando le coscienze di tutti in un percorso finalizzato davvero al bene comune. Un patto costruito efficacemente con maggiori incontri (anche in via telematica), nei quali assumersi il coraggio di confrontarsi, chiarire, decidere congiuntamente su tanti aspetti concreti che riguardano opzioni importanti per il presente e il futuro dei ragazzi, della scuola, di tutti.

DISPORRE AL MEGLIO DEL TEMPO CHE CI È DATO



Le sfide e le complessità del tempo presente sono tante. Tali da indurre molti di noi a condividere il pensiero di Frodo ne "Il Signore degli Anelli", quando preoccupato afferma «Avrei tanto desiderato che tutto ciò non fosse accaduto ai miei giorni!». Ma viene poi incoraggiato dalla risposta del saggio Gandalf, che facciamo nostra: «Anch'io, come d'altronde tutti coloro che vivono questi avvenimenti. Ma non tocca a noi scegliere. **Tutto ciò che possiamo decidere è come disporre del tempo che ci è dato**».
Ogni situazione di crisi, accanto ai pericoli e alle difficoltà, presenta sempre momenti cruciali di scelta e opportunità. Anche questi difficili mesi che ci attendono potranno essere vissuti e narrati realmente come un'occasione da non perdere, per ri-scoprire gli alunni e ri-scoprirsi.
Con equilibrio, presenza, flessibilità e creatività, i docenti riusciranno a sostenere ragazze e ragazzi in questo difficile passaggio storico, mantenendo la memoria e la fiducia nelle loro capacità e nella loro esperienza. Ma anche affidandosi alle risorse dei ragazzi, con la certezza che loro stessi sapranno suggerire e inventare modalità e strategie per affrontare insieme questa nuova avventura scolastica.

BIBLIOGRAFIA

- ANTONIETTI A., PIZZINGRILLI P. (2011), *Resilienza e creatività: nessi possibili*, in Castelli (a cura di), *Resilienza e creatività, Teorie e tecniche nei contesti di vulnerabilità*, Milano, Franco Angeli, pp. 31-50.
- BIONDO D. (2006), *Educazione stradale e rischio accettabile*, Trento, Erickson.
- BIONDO D. (2006), *Violenza*, in CARBONE P., *Adolescenze*, Roma, Magi, pp. 211-233.
- CARBONE P., CASINI E., FERRARI A., *L'adolescenza sulle ali di Icaro*, in "Psicologia Contemporanea", Giunti, n. 220, lug-ago, pp. 34 38.
- CYRULNIK B. (2009), *Autobiografia di uno spaventapasseri. Strategie per superare un trauma*, Milano, Raffello Cortina.
- CYRULNIK B., MALAGUTI E. (2005), *Costruire la resilienza. La riorganizzazione positiva della vita e la creazione di legami significativi*, Trento, Erickson.
- DI IORIO R., BIONDO D. (2009), *Sopravvivere alle emergenze. Gestire i sentimenti negativi legati alle catastrofi ambientali e civili*, Roma, Ed. Magi.
- DI IORIO R., BIONDO D., (2011), a cura di, *Psicosoccorso. Dall'incidente stradale al terremoto*, Roma, Ed. Magi.
- GRANO M., BENNATI F. (2014), *"Quando ho tanta paura, io canto". Intervento psicosociale per la tragedia familiare di via Carlo Felice, Roma*, in "Conosco Imparo Prevengo", n.24, dic, pp. 4-6.
- GRANO M., BENNATI F. (2017), *Intervento psicosociale per il terremoto a Leonessa. Un percorso condiviso di accoglienza, narrazione e connessione della sofferenza*, in "Conosco Imparo Prevengo", n.30, apr, pp. 16-21.
- GRANO M., CORNO G. (2018), *Avvicinare, condividere e trasformare il dolore di un lutto traumatico*, in "CIP - Conosco Imparo Prevengo", n.34-35, ago-dic, pp. 5-6.
- GRANO M., DI IORIO R. (2014), *La natura dell'acqua: al confine tra morte e vita*, in "Psicologia Contemporanea", Giunti, n. 245, set-ott, pp.76-80.
- GRANO M., GALLI F., DI IORIO R., (2013), *«Mi sembra che la bomba sia scoppiata dento me». Un intervento psicologico per l'attentato a Brindisi*, in "Psicologia Contemporanea", Giunti, n. 235, gen-feb 2013, pp.60-65.
- KAPOR-STANULOVIC N. (2005), *Psicologia dell'emergenza. Interventi con i bambini e gli adolescenti*, Roma, Carocci.
- LORENZONI F. (2014), *I bambini pensano grande. Cronaca di una avventura pedagogica*, Palermo, Sellerio Editore.
- MALAGUTI E. (2005), *Educarsi alla resilienza*, Trento, Erikson.
- MARCOLI A. (2004), *Il bambino perduto e ritrovato. Favole per far la pace col bambino che siamo stati*, Milano, Mondadori.
- PAS BAGDADI M. (2004), *Mi hanno ucciso le fiabe*, Milano, Franco Angeli.
- SUNDERLAND M. (2013), *Raccontare storie aiuta i bambini. Facilitare la crescita psicologica con le favole e l'invenzione*, Trento, Erikson.