

L'esperienza di Padova.L'isola della calma

Perché un''Isola della Calma' a scuola?

Dati empirici ed esperienze quotidiane di vita scolastica mostrano come a seguito della diffusione del Covid-19 e delle restrizioni da esso imposte ci sia stato un aumento significativo del disagio emotivo dei bambini. Questo si ripercuote sui comportamenti e sui processi di apprendimento oltre che sul benessere generale. La vita a scuola diventa costellata di sfide quotidiane, non più solo didattiche ma anche emotive-relazionali. Per questo serve uno spazio fisico ed emotivo per contenere il disagio e aiutare a ristabilire l'equilibrio emotivo: un'Isola della Calma.

Come si può costruire uno spazio come questo?

Durante l'a.s. 2020-2021, nell'ambito del progetto *La mia scuola è differente!* la collaborazione tra il Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione (DPSS) dell'Università di Padova e il plesso Giovanni XXIII del VII IC di Padova ha reso possibile la creazione dell''Isola della Calma'.



All'interno della scuola un'aula è stata destinata alle psicologhe e ai tirocinanti del Dipartimento che sono stati una presenza costante per tutto l'anno sia in orario scolastico che nel dopo-scuola. Uno spazio così richiede molte risorse. Ed ecco l'importanza della collaborazione tra più enti. L'isola della Calma è un esempio straordinario di collaborazione tra Scuola e Università. Questa cooperazione ha permesso, da un lato, alla scuola di beneficiare di un supporto psicologico professionale costante pronto a intervenire nei momenti di difficoltà. Dall'altro, ai tirocinanti del DPSS di

svolgere le proprie ore di tirocinio formativo, sotto la costante supervisione di personale esperto, lavorando sul campo e vedendo applicati modelli di intervento innovativi appresi durante il percorso magistrale.



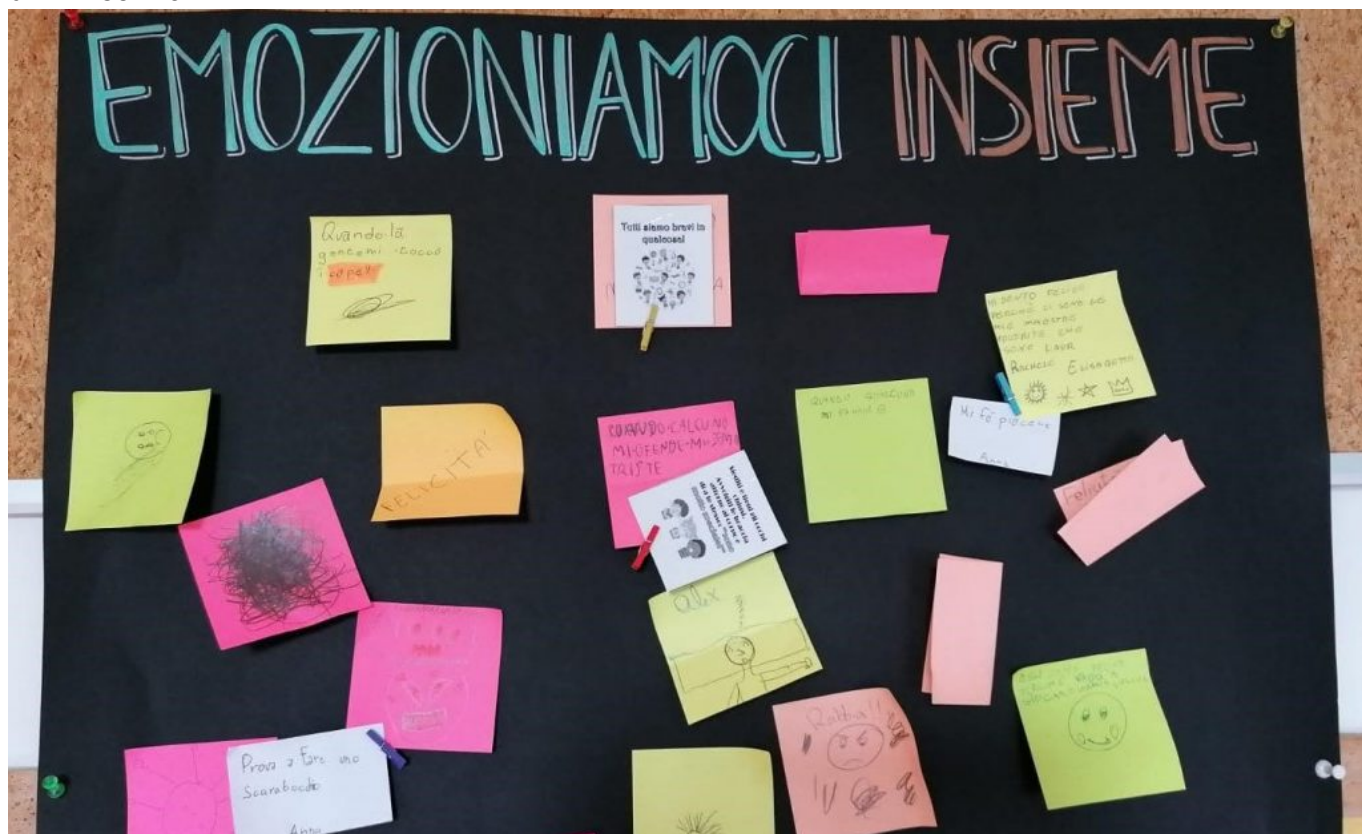
Come nasce l'isola della calma?

La necessità e l'idea di sviluppare uno spazio come questo nasce principalmente in conseguenza al periodo di chiusura delle scuole come misura di contenimento della pandemia. Proprio durante il lockdown, il team del DPSS, coordinato dalla prof.ssa Scrimin, è stato impegnato in un lavoro di supporto individualizzato rivolto a tutti i bambini che non avevano la possibilità di accedere alla didattica a distanza. Dell'intervento hanno

beneficiario, grazie alla collaborazione con il Comune di Padova, un'ottantina di bambini. Successivamente, prima durante i campus estivi e poi con la riapertura delle scuole, si sono mostrate in modo sempre più evidente le numerose difficoltà dei bambini nel gestire le frustrazioni, anche di piccola natura, la presenza di comportamenti regressivi e il conseguente aumento delle difficoltà didattiche. Alla luce di questo si è vista la necessità di costruire uno spazio 'emotivo' dove i bambini potessero essere accolti fisicamente e contenuti emotivamente.

Cos'è l'isola della Calma e come funziona?

Sappiamo che la scuola, insieme alla famiglia, è l'ambiente in cui i bambini passano più tempo e dove iniziano a formare e poi potenziare competenze di regolazione socio-emotiva che saranno tesoro per il resto della loro vita. La scuola diventa, quindi, un ambiente sicuro dove poter recuperare energie quando ci sono momenti di difficoltà o il contesto familiare non riesce, per ragioni diverse, a offrire supporto e protezione. L'Isola della Calma nasce con questo scopo. Rappresenta il concetto di 'base sicura' grazie alla quale un bambino nei primi anni di vita ha la possibilità di esplorare il mondo, provare emozioni, incontrare difficoltà, risolvere piccoli o grandi problemi in autonomia avendo sempre una base a cui tornare quando troppo in difficoltà.



Le insegnanti hanno avuto tutto l'anno la possibilità di accompagnare i bambini in difficoltà a gestire le proprie emozioni e il proprio comportamento all'Isola della Calma dove venivano presi in carico dal team di psicologhe. All'Isola il supporto offerto era finalizzato a ristabilire uno stato di calma recettiva in modo che il bambino potesse rientrare in classe in uno stato di benessere. Inoltre, qualora l'accesso sporadico all'Isola non fosse stato sufficiente per ristabilire l'equilibrio emotivo necessario, si

strutturavano incontri individuali proposti in orario scolastico ed extrascolastico volti al potenziamento delle competenze socio-emotive e allo svolgimento di percorsi psico-educativi su tematiche affini.

Oltre al contenimento e al supporto, il team è stato attivo nel promuovere interventi per il supporto delle strategie di regolazione emotiva dei bambini, oltre che svolgere attività di ricerca su queste tematiche. La letteratura scientifica, infatti, è concorde nel sostenere che la conoscenza del proprio vissuto emotivo e la capacità di gestire le emozioni rappresenta un punto di forza per il benessere e l'apprendimento. Bambini che stanno bene e si regolano più facilmente sono anche bambini che riescono ad apprendere meglio (Elbertson et al., 2010; Dix et al., 2012). In relazione a questo, le attività proposte nell'anno scolastico 2020-2021 sono state numerose: supporto emotivo-relazionale a insegnanti e bambini, percorsi individuali, doposcuola socio-emotivo e raccolta di dati empirici a sostegno di questi interventi.

Nell'insieme tutte le attività proposte si pongono come un modello basato sulla collaborazione tra Scuola e Università e orientato al benessere della comunità scolastica.

* ; *Andrea Lorioni*

**Borsista di ricerca presso il Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione, Università di Padova; ,

Riferimenti

Elbertson N. A., Brackett M. A., & Weissberg, R. P. (2010). *School-based social and emotional learning (SEL) programming: Current perspectives. Second international handbook of educational change*, 1017-1032.

Dix K. L., Slee P. T., Lawson M. J., & Keeves J. P. (2012). *Implementation quality of whole-school mental health promotion and students' academic performance. Child and adolescent mental health*, 17(1), 45-51.

Marta Peruzza Borsista di ricerca presso il Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione, Università di Padova, Sara Scrimin Professore Associato del Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione, Università di Padova