



Con il patrocinio
dell'Ordine
degli Psicologi
della Provincia
di Trento



NUTRIRE LA SPERANZA

PER I PROFESSIONISTI DELLA SCUOLA SECONDARIA Un contributo per collaborare alla costruzione di un pensiero di pace

Repentino, spiazzante, disorientante e soprattutto orribile, come tutte le guerre, l'evento bellico che, ormai già da troppi giorni, sta sconvolgendo l'Ucraina è, diversamente da molte altre guerre che devastano il mondo, alle porte di casa nostra e ci costringe a tenere gli occhi aperti sull'assurdità e le atrocità di questo conflitto armato.

Fiumi di paura e di dolore inondano gli schermi dei nostri televisori, le pagine dei giornali e molti siti internet e si riverberano in molti modi sulle nostre coscienze.

Come prepararsi, in questa situazione, ad accogliere gli Ucraini in fuga che cercano rifugio e speranza di vita nel nostro territorio? E come può la scuola divenire luogo sicuro di accoglienza e di rielaborazione, nel quale ragazze e ragazzi ucraini possano trovare contenimento al loro vissuto di paura, di perdita e di dolore e, al tempo stesso, i gruppi classe ospitanti possano cogliere un'occasione di crescita e di esercizio di umanità? Come poter temperare le nostre paure, la nostra stanchezza e le nostre difficoltà con una richiesta così urgente e imprescindibile?

COME PREPARARE LA SCUOLA AD ACCOGLIERE

Lo scenario di una guerra che imperversa così vicino a noi e che ci fa vivere in uno stato di insicurezza sul domani, in cui ormai più nulla è scontato, potrebbe portarci a cadere in un vortice di dolore senza fine ma, al contempo, ci permette di riscoprire l'umanità che è in noi, fatta di gesti di accoglienza, di amore e di protezione verso il prossimo, di comprensione e vicinanza emotiva.

A questa sfida partecipa anche la scuola, luogo per eccellenza di integrazione e di legami, di accettazione e di ospitalità, di educazione e di crescita.

I dirigenti, gli insegnanti e tutta la comunità educante devono prepararsi mettendo in atto tutti i correlati comportamentali e cognitivi di cui dispongono:

- attenzione
- cose da fare

- aiuto all'apprendimento delle basi della lingua italiana
- sostegno all'apprendimento di saperi
- sviluppo e promozione di un pensiero orientato al concetto di pace diffusa sia all'interno delle classi, che accoglieranno i ragazzi fuggiti dalla guerra, sia in generale nella scuola

Parallelamente non possono essere trascurati i vissuti, i pensieri e le emozioni dei tantissimi adolescenti italiani che, seppur indirettamente, stanno vivendo questo momento difficile e vedono sommarsi lo stress e la fatica, sperimentate durante la pandemia, a questa nuova incertezza.

Alcune buone prassi da seguire sono:

- proporre alle/ai ragazze/i ospitate/i un colloquio di accoglienza con il responsabile d'Istituto e i referenti interni per le iniziative interculturali



Con il patrocinio
dell'Ordine
degli Psicologi
della Provincia
di Trento



- presentare gli spazi della scuola
- attuare l'inserimento di studentesse e di studenti profughi all'interno delle classi più tranquille
- accogliere la/il ragazza/o preferibilmente in classi in cui sono presenti più figure educative (insegnante di sostegno, educatore, ecc.)
- porre attenzione agli stimoli sonori improvvisi, come la campanella: spiegare alcune consuetudini della vita scolastica e, più in generale, culturali
- fare riferimento, per qualsiasi dubbio, alla/allo psicologa/o scolastica/o

Un'altra attenzione che gli insegnanti potrebbero avere, nei confronti delle ragazze e dei ragazzi ucraini che saranno inseriti nelle classi, potrebbe essere quella di non pretendere la concentrazione, ma allo stesso tempo di non lasciarli inattivi e tenerli occupati con piccole attività, al fine di non abbandonarli ad un possibile marasma emotivo che li potrebbe travolgere.

La professionalità dei docenti e la possibilità di avvalersi al più presto di mediatori interculturali e/o facilitatori linguistici, inoltre, consentiranno di affrontare il problema non irrilevante posto dalla difficoltà di comunicare. Per far fronte a tale difficoltà, come i professionisti della scuola ben sanno, un parallelo passaggio ovvio sarà l'opportuna attivazione di brevi percorsi di apprendimento dei rudimenti della lingua italiana e l'utilizzo, nel frattempo, anche di tutti gli strumenti di cui sarà possibile disporre per favorire la comunicazione e l'integrazione, come, ad esempio, Google Translate o adeguati programmi di sintesi vocale, ed altre lingue e linguaggi che possano veicolare la comprensione reciproca.

COME PREPARARE LA CLASSE AD ACCOGLIERE

Prima dell'inserimento in classe di una/un ragazza/o proveniente dall'Ucraina sarebbe importante preparare le studentesse e gli studenti ad accoglierla/lo nel modo migliore. Affinché ciò sia possibile è necessario mettere in atto degli

accorgimenti volti a generare inclusione e solidarietà non paternalistica.

Tali accorgimenti potrebbero essere i seguenti:

- scegliere una/o compagna/o di banco accogliente ed empatica/o
- prevedere un momento di presentazione reciproca (tenendo conto dell'ostacolo linguistico, potrebbe essere effettuata mediante l'utilizzo di foto/immagini adeguate che l'insegnante potrebbe predisporre anticipatamente)
- evitare la curiosità morbosa del gruppo classe nei confronti dell'ospite
- preparare la classe a condividere materiale scolastico
- sensibilizzare il gruppo classe a proporre e ad assumere comportamenti solidali e proattivi
- promuovere un clima empatico favorendo soprattutto un ascolto attivo e attento, un atteggiamento non giudicante e di rispetto degli stati emotivi che vengono espressi
- incontrare i genitori per informarli e richiedere loro ospitalità pomeridiana per aiuto compiti e compagnia
- stimolare la realizzazione di momenti conviviali di accoglienza

Sarebbe altresì necessario tener conto che queste/i ragazze/i arrivano in Italia in uno stato di estrema deprivazione; la maggior parte di loro ha potuto raccogliere pochissime cose prima di fuggire per cercare di mettersi in salvo. Considerata, quindi, la loro situazione di grande fragilità, non dovrebbero essere esposti alla ostentazione del nostro superfluo, perché ciò potrebbe metterli in difficoltà. Ulteriori indicazioni e proposte di attività per favorire l'accoglienza e l'inclusione sono reperibili sul sito di Iprase al link:

<https://www.iprase.tn.it/accoglienza-degli-studenti-ucraini>



Con il patrocinio
dell'Ordine
degli Psicologi
della Provincia
di Trento



COME PARLARE DELLA GUERRA E GESTIRE LE EMOZIONI AD ESSA CONNESSE SIA DEI RAGAZZI UCRAINI SIA DEL PREESISTENTE GRUPPO CLASSE*

È ormai evidente a tutti: la guerra in corso sta permeando la nostra quotidianità, spesso con una sovraesposizione ad informazioni e ad immagini sia degli adulti sia dei ragazzi e dei bambini; questi ultimi esposti anche alle conversazioni che gli adulti hanno fra loro.

Alcune delle conseguenze immediate di tale sovraesposizione possono essere le seguenti:

- aumento dello stress
- aumento dell'ansia
- aumento della paura

Il gruppo classe può allora rappresentare uno spazio sicuro all'interno del quale riportare, verbalizzare e condividere tali emozioni, conferendo loro una dimensione di "normalità".

Quale potrebbe allora essere il contributo degli insegnanti?

Anzitutto è necessario che pongano consapevolezza all'**impatto emotivo** che la guerra in corso può avere sia su loro stessi sia sugli alunni, ed in particolare sulle ragazze e i ragazzi ucraini eventualmente presenti. Una analoga consapevolezza deve riguardare anche i discorsi e le attività inerenti all'argomento che verranno proposti in classe.

Allo stesso tempo è importante che gli insegnanti non assumano un atteggiamento evitante, trascurando di affrontare quanto sta accadendo, spostando il discorso ogniqualvolta le studentesse e gli studenti tentino di parlarne. Di certo le ragazze e i ragazzi sono colpiti dagli avvenimenti in corso e il loro "sentire" deve poter trovare un

"luogo" dove essere espresso, sia per il loro individuale benessere sia per quello dello stesso gruppo classe; sarà sicuramente un passaggio importante nella loro evoluzione in quanto esseri umani e cittadini.

È opportuno, inoltre, rispettare i ritmi delle ragazze e dei ragazzi accolti e lasciare la "porta aperta" qualora vogliano parlare, confrontarsi, aprirsi, ma senza 'insistere', facendo così giungere a loro il messaggio che se vogliono hanno qualcuno a cui poter fare riferimento e chiedere aiuto. Potrebbe essere anche utile individuare una figura "amica" che possa facilitare il legame.

Le guerre sono frequentemente sostenute da logiche perverse e disumane, e spesso combattute in dispregio degli accordi tra gli Stati e delle cosiddette "regole di combattimento". La Storia e i Tribunali internazionali saranno poi chiamati a giudicare le atrocità in esse commesse: sarà così anche per questa assurda guerra.

COME ACCOGLIERE E GESTIRE RABBIA, COLPA E VERGOGNA

È fondamentale accogliere e prendersi cura dei vissuti emotivi delle ragazze e dei ragazzi ucraini che vengono accolti all'interno della scuola.

Le principali emozioni da tenere in considerazione sono:

- **RABBIA:**
che potrebbe diventare esplosiva se non viene riconosciuta ed elaborata e potrebbe trasformarsi in conflittualità; pertanto non va alimentata, ma piuttosto contenuta; è inoltre necessario comprendere che potrebbe rappresentare il rovescio della medaglia dell'ansia e della paura
- **COLPA:**
in particolare, per i ragazzi alle soglie della maggiore età (e quindi arruolabili per il governo ucraino) che possono trovarsi a

* Per questo paragrafo ci si è avvalsi del contributo dell'Ordine degli Psicologi della Regione Emilia-Romagna, in collaborazione con Psicologi per i Popoli Emilia Romagna, "Guerra, come parlarne in classe": <https://www.ordinepsicologier.it/it/notizie/401>.



Con il patrocinio
dell'Ordine
degli Psicologi
della Provincia
di Trento



casa, gli amici e i parenti, se e quando sarà possibile rientrare in Ucraina

- **DOLORE:**
perché hanno lasciato in patria affetti cari, amici, padri... e devono affrontare tante forme di 'lutto'
- **ANSIA:**
per venire a scuola si devono staccare dal genitore con il quale sono venuti (quasi sempre la madre) e con il quale, in simili situazioni, si rafforza il legame di attaccamento
- **PANICO:**
gli attacchi si possono presentare con comportamenti di chiusura, di spavento, di straniamento; è importante saperli riconoscere, adottando qualche accorgimento come, ad esempio, accompagnare la/il ragazza/o fuori dalla classe, offrire un bicchiere d'acqua...

Qualora la gestione dell'aspetto emotivo vada oltre le competenze dell'insegnante è utile farsi supportare dalla/o psicologa/o della scuola chiedendo indicazioni/consulenze specifiche.

Sarà anche molto importante seminare pacificazione, ponendo attenzione a non alimentare, anche indirettamente, conflitti o astio, che potrebbero trovare terreno fertile in una situazione così complessa. Quotidianamente, infatti, siamo tutti esposti ad una assillante informazione mediatica che, da un lato, riporta le atrocità di questa guerra, dall'altra, insiste sui disagi economici che anche l'Italia dovrà subire a seguito del conflitto in atto.

I docenti possono fare molto per aiutare ragazze e ragazzi ad 'andare al di là' dei 'confini', per arrivare a comprendere che prima di essere italiani, ucraini, russi o di qualunque altra nazionalità, ognuno è anzitutto una "persona", che spesso si trova a subire le decisioni politiche, economiche, quando non narcisistiche, di chi la guerra l'ha voluta e imposta. Comprendere questo li aiuta a non "allearsi" con chi nutre quei sentimenti di odio che trovano nella guerra la loro massima espressione ed allo stesso tempo la alimentano.

È molto importante anche supportare studentesse e studenti a sviluppare uno spirito critico, guidandoli nella ricerca di fonti attendibili, alle quali attingere le loro informazioni: saranno così in grado di non essere travolti dal panico che può essere generato da *fake news* e sapranno inserire ciò che stanno vivendo in plausibili orizzonti di senso.

Inoltre, **un fattore essenziale è la resilienza**, per sviluppare la quale è necessario incentivare in tutti i modi autostima e fiducia in se stessi, mediante "normalizzazione" e "valorizzazione", ad esempio con frasi di questo tipo: «...è normale che tu possa avere paura, non dormire e non stare attenta/o ma comunque sei bravissima/o a venire a scuola...», e promozione di abilità di *coping* e autonomie nuove.

Tenendo conto delle condizioni di svantaggio e di deprivazione (fuggiti senza soldi, con pochi vestiti o altre cose) nelle quali, probabilmente, si trovano molte ragazze e ragazzi ucraini arrivati in Italia, utili potranno anche essere tutte quelle attività scolastiche ed extrascolastiche (una pizza insieme, un'uscita per visitare la città durante la quale i compagni ospitanti faranno da "guide turistiche"...) in grado di consentire alle ragazze ed ai ragazzi di creare 'legami', nuove amicizie, nuove prospettive di vita.