

Cari alunni, insegnanti, genitori ,

In questa situazione di drammatica emergenza vorrei condividere con voi qualche pensiero.

In questo momento, la paura ci attraversa.

In aggiunta, la limitazione della nostra libertà ci porta a volte a sentirci chiusi, pensierosi, preoccupati, talvolta annoiati.

Costruire un nuovo equilibrio, specifico per questa condizione, ci mette a dura prova con noi stessi. Rinunciare alla nostra quotidianità , alle nostre routines ci fa toccare cose mai contattate prima.

Il mondo intorno a noi sembra fermo, immobile. Eppure tutto si muove, andiamo avanti...

Posso garantirvi che in questa immobilità, tuttavia, possiamo trovare innumerevoli lati positivi.

Il tempo che voi genitori passerete con i vostri figli, ad esempio, può diventare uno spazio prezioso per entrare nelle loro profondità, forse mai contattate prima.

Gli insegnanti potranno dal loro canto progettare, ideare e formulare il loro lavoro per il futuro, sperimentando nuove strade, metodologie ed opzioni didattiche, pensando a come migliorare il proprio operato nella professione. Gli studenti, infine, potranno sperimentarsi nella propria autonomia di studio, che sarà utile nel futuro e che costituirà un bagaglio importante per ciò che vorranno essere.

Questo tempo, dunque, non è e non sarà perso, ogni minuto è prezioso per migliorare, sempre.

Ognuno di noi può "attraversare" un momento difficile, ma occorre pensare in ogni istante che "nulla andrà perso".

Pertanto, in accordo con il vostro Dirigente Scolastico, in un momento così delicato, ho dato la mia disponibilità per effettuare uno Sportello di Ascolto telefonico. In questo modo, i percorsi intrapresi potranno proseguire e ognuno di voi (insegnanti, alunni e genitori) avrà, inoltre, la possibilità di usufruire di un supporto psicologico per attraversare questo periodo così critico e complesso.

La prenotazione potrà essere effettuata tramite e-mail al seguente indirizzo: carlaciamarra@iissbojano.edu.it , scrivendo nome, cognome e numero di telefono. Vi contatterò io stessa per fissare un appuntamento telefonico.

Alexander Lowen scrisse: "Abbiamo paura della vita, ecco perché cerchiamo di controllarla e dominarla".

Non dobbiamo, invece, avere PAURA della vita, ma la dobbiamo ATTRAVERSARE!

Un caro e sentito abbraccio

Dott.ssa Carla Ciamarra

Psicoterapeuta Sportello di Ascolto

