



ISTITUTO COMPRENSIVO ALIGHIERI-KENNEDY

SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO

Via Pacchiotti, 80 - 10146 TORINO

PEO: toic8bw00g@istruzione.it PEC: toic8bw00g@pec.istruzione.it

Tel. 011-01159666 sito web: www.alighierikennedy.edu.it

Cod. Ministeriale: TOIC8BW00G - C.F. 97833120013 - Cod. UNIVOCO UF39P2

PROTOCOLLO DI ISTITUTO PER LA GESTIONE DELLA FOBIA SCOLASTICA

APPROVATO NEL COLLEGIO DOCENTI DEL 18.03.2026 CON DELIBERA N°43



ISTITUTO COMPRENSIVO ALIGHIERI-KENNEDY
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO
Via Pacchiotti, 80 - 10146 TORINO

PEO: toic8bw00g@istruzione.it PEC: toic8bw00g@pec.istruzione.it
Tel. 011-01159666 sito web: www.alighierikennedy.edu.it

Cod. Ministeriale: TOIC8BW00G - C.F. 97833120013 - Cod. UNIVOCO UF39P2

1. Definizione

La fobia scolastica è un disturbo d'ansia caratterizzato da un rifiuto persistente o ricorrente della frequenza scolastica, accompagnato da sintomatologia somatica e intensa sofferenza emotiva. Essa non deve essere interpretata come un semplice capriccio, ma come un segnale di disagio profondo che necessita di interventi coordinati.

2. Finalità del protocollo

- Garantire un'identificazione tempestiva dei segnali di disagio.
- Definire procedure condivise tra scuola, famiglia e servizi sanitari.
- Favorire il rientro progressivo e stabile a scuola.
- Prevenire fenomeni di demotivazione, isolamento e abbandono scolastico.
- Promuovere il benessere psicologico dello studente nel rispetto delle linee educative della scuola.

3. Segnali di allarme osservabili a scuola

- Lamentele fisiche ricorrenti al momento dell'ingresso.
- Richieste frequenti di lasciare l'edificio o di uscire prima.
- Presenza irregolare o assenze improvvise/prolungate.
- Sintomi d'ansia in prossimità di verifiche o attività espositive.
- Ritiro sociale, calo di partecipazione o incremento dell'irritabilità.

Si richiede che ogni docente segnali tali elementi al coordinatore di classe che, a sua volta, informerà la dirigenza.

4. Procedure operative

4.1. Segnalazione interna

Il coordinatore di classe, in accordo con i docenti, compila una scheda di osservazione condivisa con il referente BES/PDP di istituto.

4.2. Primo contatto con la famiglia

Il Consiglio di Classe, tramite il coordinatore, incontra i genitori per:

- Condividere le difficoltà osservate.



ISTITUTO COMPRENSIVO ALIGHIERI-KENNEDY
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO
Via Pacchiotti, 80 - 10146 TORINO

PEO: toic8bw00g@istruzione.it PEC: toic8bw00g@pec.istruzione.it
Tel. 011-01159666 sito web: www.alighierikennedy.edu.it

Cod. Ministeriale: TOIC8BW00G - C.F. 97833120013 - Cod. UNIVOCO UF39P2

- Raccogliere informazioni sull'esordio e l'andamento a casa.
- Concordare un primo piano di accompagnamento (PDP che definisce gli obiettivi, le strategie, le modalità di svolgimento delle lezioni e il supporto necessario).

4.3. Attivazione del Piano di Rientro Graduale

Viene definito un progetto personalizzato che può prevedere:

- Presenze scolastiche ridotte e progressivamente aumentate.
- Accesso flessibile alle verifiche.
- Presenza di un insegnante o educatore di riferimento nella fase iniziale.
- Monitoraggio quotidiano dell'ansia percepita (scala 0–10).

Tale piano è formalizzato in forma scritta e condiviso con la famiglia.

5. Intervento educativo secondo principi cognitivo-comportamentali

- Riduzione dell'evitamento: lo studente è accompagnato, non sostituito nelle sue difficoltà.
- Rinforzo positivo: ogni successo, anche minimo, va riconosciuto formalmente.
- Tecniche di autoregolazione: respirazione guidata, oggetti di sicurezza, brevi pause strutturate.
- Modulazione delle richieste scolastiche: evitare esposizioni eccessivamente stressanti nelle fasi iniziali.
- Supporto relazionale: strutturare momenti di accoglienza quotidiana con una figura docente stabile. (è fondamentale che questo insegnante goda pienamente della fiducia dell'alunno).

6. Collaborazione con i servizi territoriali

Qualora il disagio sia significativo e persistente:

- Si raccomanda la presa in carico da parte dei servizi psicologici o neuropsichiatrici.
- La scuola, con consenso scritto della famiglia, potrà condividere informazioni utili al percorso terapeutico.

7. Monitoraggio e verifiche

- Osservazione settimanale dei docenti tramite griglia dedicata.
- Verifica con la famiglia ogni 2–3 settimane.
- Valutazione degli esiti a 1, 3 e 6 mesi.



ISTITUTO COMPRESIVO ALIGHIERI-KENNEDY
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO
Via Pacchiotti, 80 - 10146 TORINO

PEO: toic8bw00g@istruzione.it PEC: toic8bw00g@pec.istruzione.it
Tel. 011-01159666 sito web: www.alighierikennedy.edu.it

Cod. Ministeriale: TOIC8BW00G - C.F. 97833120013 - Cod. UNIVOCO UF39P2

Esito positivo è definito come una frequenza stabile $\geq 80\%$, riduzione dei sintomi somatici e piena partecipazione alle attività scolastiche ordinarie.

8. Responsabilità e ruoli

- Dirigente Scolastico: garante dell'attuazione del protocollo e delle risorse necessarie.
- Coordinatore di classe: referente operativo del caso.
- Docenti: applicazione delle misure educative concordate e monitoraggio continuo.
- Famiglia: impegno a favorire il rientro, evitando rinforzi involontari dell'evitamento.
- Servizi clinici (se coinvolti): definizione del piano terapeutico e delle linee di intervento condivise con la scuola.

9. Allegati operativi disponibili su richiesta

- Scheda osservazione docente.
- Diario scuola-famiglia.
- Modello di Piano di rientro graduale.(**)
- Schede CBT per identificazione pensieri-catastrofe.
- Griglia monitoraggio frequenza settimanale.

10. Prevenzione primaria e promozione del benessere a scuola La scuola si impegna a ridurre l'incidenza di fobia scolastica attraverso:

- Programmi annuali di alfabetizzazione emotiva (nominare le emozioni, riconoscere segnali corporei).
- Attività di regolazione dello stress scolastico: respirazione, mindfulness breve, tecniche di grounding.
- Formazione docenti su ansia scolastica, disturbi d'ansia e strategie di gestione relazionale.
- Osservazione precoce dei passaggi critici (ingresso in prima primaria, prima media, rientro post-malattia, post-pandemia, lutti).



ISTITUTO COMPRENSIVO ALIGHIERI-KENNEDY
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO
Via Pacchiotti, 80 - 10146 TORINO

PEO: toic8bw00g@istruzione.it PEC: toic8bw00g@pec.istruzione.it

Tel. 011-01159666 sito web: www.alighierikennedy.edu.it

Cod. Ministeriale: TOIC8BW00G - C.F. 97833120013 - Cod. UNIVOCO UF39P2

11. Azioni operative dei docenti – linee guida

I docenti sono invitati a:

- Evitare frasi minimizzanti (“non è nulla”, “basta coraggio”), sostituendole con validazione emotiva (“capisco che sia difficile, troviamo insieme una strategia”).
- Strutturare richieste progressive in base al livello di esposizione concordato. ○ Offrire rinforzi verbali e materiali (elogi, responsabilità crescenti, attività gradite).
- Evitare congedi anticipati salvo richiesta formale del Dirigente e comunicazione scritta alla famiglia.

La collaborazione docente è un elemento protettivo fondamentale. Il linguaggio comune e coerente evita rinforzi involontari dell'evitamento.

12. Comunicazione con il gruppo classe

Nei casi in cui sia opportuno informare la classe, verrà utilizzato un linguaggio protettivo e non stigmatizzante, in accordo con la famiglia e con il ragazzo.

Esempio di comunicazione istituzionale:

“Un compagno sta attraversando un momento di difficoltà legato all'ansia. La scuola lo sta aiutando gradualmente a rientrare, e ciascuno di noi può contribuire mantenendo un clima accogliente, senza pressioni né giudizi.”

La classe può essere coinvolta in attività cooperative per favorire reintegrazione e appartenenza.

13. Casi complessi e rischio di cronicizzazione

Vengono considerati casi complessi:

- Assenze superiori a 30 giorni nell'anno scolastico in corso.
- Presenza di diagnosi associate (disturbi d'ansia gravi, depressione, disturbi del neurosviluppo).
- Presenza di grave ritiro sociale o isolamento domestico.

In tali circostanze:

- Il Dirigente avvia contatto formale con UONPIA/ASL competente.
- Può essere attivata istruzione domiciliare o ospedaliera, ma solo se non rinforza l'evitamento e previo parere specialistico. (*)
- Si valuta l'attivazione del GLI (Gruppo di Lavoro per l'Inclusione) e la redazione di un Piano Didattico Personalizzato Clinico.



ISTITUTO COMPRENSIVO ALIGHIERI-KENNEDY
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO
Via Pacchiotti, 80 - 10146 TORINO

PEO: toic8bw00g@istruzione.it PEC: toic8bw00g@pec.istruzione.it
Tel. 011-01159666 sito web: www.alighierikennedy.edu.it

Cod. Ministeriale: TOIC8BW00G - C.F. 97833120013 - Cod. UNIVOCO UF39P2

14. Inquadramento normativo essenziale

La gestione della fobia scolastica si fonda su:

- DPR 275/1999 – Autonomia scolastica (attuazione di piani personalizzati). ◦ Linee guida BES 2013 (Personalizzazione dell'insegnamento nei casi di difficoltà non certificate).
- D.Lgs 66/2017 – Inclusione scolastica.
- Legge 104/1992 – nei casi con comorbidità certificata neuropsichiatrica. ◦ Obbligo scolastico: la scuola ha l'obbligo di attivare strategie attive per garantire la frequenza, non solo di registrare assenze.

15. Indicatori di esito da registrare

- Frequenza scolastica settimanale.
- Livello di ansia percepita (0–10).
- Numero episodi somatici/evitamento.
- Comportamenti partecipativi (almeno 1 attività scolastica significativa a settimana).
- Valutazione qualitativa di integrazione da parte del team docenti.

16. Chiusura del protocollo

Il presente protocollo è parte integrante del Piano dell'Offerta Formativa d'Istituto ed è soggetto a revisione annuale sulla base:

- dei dati interni sulle assenze,
- delle segnalazioni dei coordinatori,
- dell'evoluzione delle linee psicopedagogiche sul tema dell'ansia scolastica.

()Preparazione dell'orario**

Si procede, poi, alla preparazione dell'orario:

- Assieme all'alunno verrà preparato un orario della sua classe nel quale saranno evidenziate: le ore di accoglienza, chi la fa, le ore e il luogo della scuola dove può essere recuperato il tutor;
- L'orario sarà stampato in più copie e che saranno distribuite: una in ingresso al personale ausiliario, una copia in classe; una a casa, una ai vari insegnanti dell'accoglienza una al tutor e al ragazzo;
- L'orario scolastico dovrà essere rispettato, anche se saranno tollerati i ritardi (la cosa importante effettivamente è che l'alunno venga a scuola).
- L'alunno dovrà avere con sé il materiale e possibilmente dopo la fase di accoglienza, dovrà raggiungere la classe.



ISTITUTO COMPRENSIVO ALIGHIERI-KENNEDY
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO
Via Pacchiotti, 80 - 10146 TORINO

PEO: toic8bw00g@istruzione.it PEC: toic8bw00g@pec.istruzione.it
Tel. 011-01159666 sito web: www.alighierikennedy.edu.it

Cod. Ministeriale: TOIC8BW00G - C.F. 97833120013 - Cod. UNIVOCO UF39P2

Il reinserimento in classe

Come dovrà essere effettuata l'integrazione con il resto della classe?

Vi sono diverse possibilità, che possono variare da ragazzo a ragazzo:

- L'insegnante che fa accoglienza può accompagnare il soggetto
- Uno o più compagni possono raggiungere il ragazzo/il bambino, per accompagnarlo poi verso l'aula
- L'insegnante che prende servizio alla seconda ora passa a prendere il ragazzo e assieme fanno il percorso verso l'aula

È importante che anche l'accoglienza sia organizzata a modo:

- Si deve individuare un luogo (non l'ingresso) dove accogliere l'alunno
- Si devono individuare gli insegnanti che faranno accoglienza (l'insegnante di sostegno in servizio in prima ora con alunni non problematici, l'insegnante che si occupa dell'alternativa alla religione o un insegnante che si possa offrire per un periodo con ore disponibili)
- Se possibile, l'insegnante tutor farà solo una parte delle ore di accoglienza, per evitare una "dipendenza da tutor" e un reiterarsi della fobia in caso di assenza del tutor
- Nell'ora di accoglienza, l'alunno possibilmente farà la materia di classe per suo conto.

L'obiettivo dovrà essere quello di entrare in classe alla seconda ora, ma bisogna prevedere altro tempo e un altro periodo di accoglienza.

(*)Altre soluzioni temporanee o definitive alla fobia della scuola

Il sostegno scolastico

Durante la presa in carico terapeutica, può essere interessante ricorrere al sostegno scolastico e ai corsi privati per far mantenere al ragazzo un certo ritmo e consentirgli di non accumulare troppo ritardo rispetto al programma scolastico.

L'istruzione domiciliare.

*disponibile su richiesta apposito PDP BES Ri.SO



ISTITUTO COMPRENSIVO ALIGHIERI-KENNEDY
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO
Via Pacchiotti, 80 - 10146 TORINO

PEO: toic8bw00g@istruzione.it PEC: toic8bw00g@pec.istruzione.it

Tel. 011-01159666 sito web: www.alighierikennedy.edu.it

Cod. Ministeriale: TOIC8BW00G - C.F. 97833120013 - Cod. UNIVOCO UF39P2

**VADEMECUM CAMPANELLI D'ALLARME POSSIBILE FOBIA SCOLARE o RITIRO SOCIALE
(A Scuola)**

- Assenze Scolastiche prolungate anche discontinue (con o senza motivazioni di salute comprovate)
- Assenze ricorrenti "strategiche" in diverse materie
- Richieste di esoneri ricorrenti nelle ore educazione motoria
- Richieste frequenti di uscire dalla classe o andare a casa prima della fine della giornata scolastica (con o senza motivazione esplicita)
- Riferisce spesso di avere mal di testa, mal di pancia, di faticare a dormire -Ansia scolastica con possibili attacchi di panico
- Variazioni\crollo del rendimento scolastico e\o difficoltà di apprendimento
→ es. inizia a non svolgere con regolarità i compiti assegnati a casa o se li svolge lo fa in modo superficiale ed incompleto, compaiono delle insufficienze in verifiche ed interrogazioni, sembra fare fatica a seguire le lezioni, si distrae facilmente sembrando "perso\la nel suo mondo", etc...
- Autoesclusione ed evitamento della socializzazione nel gruppo classe e con singoli compagni e nei momenti aggregativi
→ es. resta da solo nei momenti di uscita ed entrata a scuola, salta la gita o la vive in modo passivo, passa la ricreazione in disparte e\o senza parlare con nessuno, salta le uscite didattiche o partecipa poco alle attività, difficilmente si propone per progetti in gruppo ed è difficile collocarsi spontaneamente in uno, etc..
- Eventi critici in ambito scolastico o familiare
→ es. episodi di bullismo, bocciature, separazione dei genitori, lutti etc..
- il \ la ragazzo\la appare introverso e silenzioso o lo diventa nel corso dell'anno scolastico
→ es. interviene poco durante le lezioni e nei momenti di confronto, parla a voce molto bassa, fatica a parlare di fronte alla classe anche durante le interrogazioni, agitazione nel caso debba leggere a voce alta in classe, non ha un gruppo di riferimento in classe, parla poco con i compagni di classe, tende ad isolarsi passando da solo\la i momenti "liberi" come la ricreazione, etc..
- Difficoltà e\o conflitti scuola-famiglia
→ es. è difficile contattare la famiglia per confrontarsi sulla situazione del ragazzo\la, la famiglia tende a minimizzare e\o giustificare il figlio, la famiglia tende a rifiutare le proposte della scuola per sostenere il figlio, la famiglia sostiene che la scuola non stia facendo abbastanza, la famiglia parla di ritirare il figlio\la o iscriverlo in altra scuola etc...