



Newsletter di Psicologia Positiva

Giugno 2019 – N° 41
ISSN 1828-1842

www.psicologiapositiva.it



INDICE

4 KEYNOTE SPEAKER

5 SIMPOSI

15 COMUNICAZIONI ORALI DELLE SES-
SIONI TEMATICHE

27 POSTER

EDITORIALE

di Antonella Delle Fave

Benvenuti al quarantunesimo numero della newsletter positiva, edizione speciale interamente dedicata ai contributi presentati alle 12° Giornate Nazionali di Psicologia Positiva!

Le Giornate Italiane di Psicologia Positiva, inaugurate nel 2007, sono giunte alla 12° edizione. Molta strada è stata fatta, sia a livello concettuale che empirico, in questo breve lasso di tempo; un articolato processo di esplorazione teorica e sperimentale ha messo in evidenza le possibilità conoscitive e applicative offerte dai modelli di benessere e salute mentale sviluppati nell'ambito della psicologia positiva. Contemporaneamente si sono verificati profondi cambiamenti nell'organizzazione della vita e dell'ambiente quotidiano, sia nelle società post-industriali che in quelle emergenti, in particolare per quanto riguarda la sempre più capillare diffusione delle nuove tecnologie. Proprio questi due aspetti – la molteplicità dei modelli di benessere sviluppati nelle ultime due decenni e le potenzialità positive di impiego delle nuove tecnologie – sono stati affrontati dalle *keynote speaker* del convegno, rispettivamente Rosa Maria Baños dell'Università di Valencia e Daiva Daukantaitė dell'Università di Lund. Questi ed altri temi sono stati ulteriormente approfonditi nelle numerose presentazioni orali e poster che hanno arricchito il programma: dall'invecchiamento positivo alla costruzione di risorse nella malattia, dalla promozione del benessere nei contesti educativi e lavorativi allo sviluppo di comunità armoniose. Secondo tradizione, il convegno si è chiuso con una tavola rotonda nella quale si sono confrontati esponenti di istituzioni pubbliche e associazioni impegnate nella promozione del benessere individuale e sociale. La cornice di questa 12° edizione delle Giornate è stata l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, non solo sede accademica prestigiosa ma anche fucina di innovazioni e sperimentazioni nell'ambito di una varietà di aree della psicologia, inclusa la psicologia positiva.

Vi ricordiamo che sono benvenuti i contributi da parte dei soci con articoli su temi specifici della psicologia positiva e/o la segnalazione di volumi, eventi, novità che possano interessare la comunità positiva della SIPP. Chi desidera contribuire può scrivere a info@psicologiapositiva.it. Buona lettura!

BOOK OF ABSTRACT

Giornate Nazionali di Psicologia Positiva XII Edizione

METODI E TECNICHE IN PSICOLOGIA POSITIVA: NUOVI ORIZZONTI PER LA RICERCA E L'INTERVENTO

Milano, 14-15 giugno 2019
Università Cattolica del Sacro Cuore
Largo Gemelli, 1



Comitato Scientifico: Alessandro Antonietti (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano), Rosa Maria Baños Rivera (Università di Valencia), Federica Biassoni (Università Cattolica di Milano), Maria Rita Ciceri (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano), Federico Colombo (Scuola Asipse di Milano), Beatrice Corsale (Scuola Asipse di Milano), Andrea Crocetti (Scuola Asipse di Milano), Rita D'Alfonso (RSA San Giuseppe), Daiva Daukantaitė (Università di Lund), Antonella Delle Fave (Università di Milano), Paola Di Blasio (Università Cattolica di Milano), Andrea Fianco (Università di Milano), Paola Iannello (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano), Spiridione Masaraki (Scuola Asipse di Milano), Claudia Repetto (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano), Giuseppe Riva (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano), Chiara Ruini (Università di Bologna), Marta Scignaro (Università di Milano-Bicocca), Daniela Villani (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano).

Comitato Organizzatore (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano): Claudia Repetto, Giuseppe Riva, Daniela Villani.

Segreteria Organizzativa SIPP: Francesca Dell'Amore, Milena Gallazzi.

Email: convegno@psicologiapositiva.it

Sito: <http://www.psicologiapositiva.it/giornate-nazionali-di-psicologia-positiva/>

COMUNICAZIONI ORALI

KEYNOTE SPEAKER

BLENDING POSITIVE PSYCHOLOGY AND POSITIVE TECHNOLOGIES: NEW ROADS AND NEW CHALLENGES TO PROMOTE WELL-BEING

Rosa Maria Baños Rivera
Universidad de Valencia

The development of Information and Communication Technologies (ICTs) has been impressive in the last decades. Their use has spread to all fields, changing the way in which we interact with the context and relate to other people. Albeit their potential dangers and limitations, the use of ICTs is impacting significantly on both society and individuals, improving the quality of life and wellbeing of people. Psychology is one of the areas where ICTs can have a relevant influence. The Internet, mobile phones and devices, sensors, virtual and augmented reality, etc... they are very useful tools that can help us in many of the tasks and objectives entrusted to Psychology. In addition, the use of technology offers major opportunities in the specific field of positive psychology. The term "Positive technology" has been proposed as a "scientific and applied approach for improving the quality of our personal experience with the goal of increasing wellness, and generating strengths and resilience in individuals, organizations, and society", ICTs tools can help us to develop more comprehensive and complex theories on human behaviors and experiences., but also they can be helpful to engage and motivate people into positive psychological interventions and to disseminate these interventions at a wide scale. ICTs can also allow us to design and deliver precise and personalized interventions, which are delivered in the specific contexts, monitoring and promoting significant changes leading to healthy and adaptive behaviors. This keynote will provide a view on what ICTs are offering and can offer in the next future to Psychology, focused mainly in the wellbeing field.

DIFFERENT PATHS TO FLOURISHING. HOW DIFFERENT CONCEPTUAL FRAMEWORKS AND OPERATIONAL DEFINITIONS OF FLOURISHING IMPACT ITS PREVALENCE AND INFLUENCING FACTORS

Daiva Daukantaitė
Lund University

There is no unanimous definition of flourishing, and there is an ongoing struggle among researchers on what it constitutes and how to measure it. While the majority of researchers agree that flourishing is a desirable condition that all communities would benefit from endorsing among their citizens, the wealth of operationalizations of flourishing has been limiting the generalization and usefulness of the results. This diversity of operationalizations has also influenced which factors are considered to influence momentary and more sustained flourishing from a more holistic perspective.

In this conference, I will present some of the main operationalizations of flourishing and their psychometric properties in the psychology literature, and discuss how they differently impact the prevalence of flourishing as well as what factors contribute to a sense of flourishing.

INTEGRARE LE TECNOLOGIE IN INTERVENTI DI PROMOZIONE DEL BENESSERE

Proponenti: Daniela Villani¹ e Giuseppe Riva^{1,2}

Discussant: Andrea Gaggioli^{1,2}

(¹Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano,

²I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano, Milano)

La regolazione affettiva positiva in un protocollo transdiagnostico online per disturbi emotivi: un trial randomizzato controllato

Amanda Díaz-García¹, Alberto González-Robles¹, Javier Fernández-Álvarez², Juana María Bretón-López¹, Azucena García-Palacios¹, Rosa María Baños³, Cristina Botella¹ (¹Universitat Jaume I, Castellón, Spain. ²Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. ³Valencia University)

I disturbi emotivi (DE) sono i disturbi mentali più diffusi. Di conseguenza, sono stati sviluppati numerosi trattamenti psicologici basati sull'evidenza (EBT). Tuttavia, la portata di questi trattamenti non è sufficiente a ridurre il carico di malattia. Con l'obiettivo di trattare la comorbidità e migliorare l'efficienza del trattamento, sono emersi programmi di TCC transdiagnostici. Questi interventi, tuttavia, si concentrano principalmente sulla down-regolazione dell'affettività negativa, e minore attenzione è stata dedicata ai punti di forza e all'up-regulation dell'affettività positiva (PA). Pertanto, uno studio di controllo randomizzato che valuta l'efficacia di un trattamento transdiagnostico basato su Internet per le DE in un campione di comunità, che include componenti tradizionali di terapia cognitivo-comportamentale, oltre a un componente specifico per affrontare la PA.

I partecipanti sono stati assegnati in modo randomizzato a un protocollo transdiagnostico basato su Internet (TIBP), b) protocollo transdiagnostico basato su Internet + componente affetto positivo (TIBP + PA) o c) un gruppo di controllo della lista di attesa (WL).

I confronti all'interno dei gruppi hanno indicato significative riduzioni pre-post nelle due condizioni sperimentali. Nella condizione TIBP + PA, le dimensioni dell'effetto erano grandi su tutti i risultati primari mentre la condizione TIBP otteneva dimensioni di grande effetto per BDI-II e PANAS- e dimensioni di effetto medio per BAI e PANAS +.

A nostra conoscenza, questo è il primo studio di un trattamento transdiagnostico basato su Internet per l'ED con un componente specifico per l'up regulation della PA. I risultati contribuiscono a migliorare l'efficienza degli attuali protocolli di trattamento transdiagnostico per le ED.

Il #corpo e le emozioni in Instagram

Clelia Malighetti¹, Alice Chirico¹, Simona Sciara^{1,2}, Giuseppe Riva^{1,3} (¹Università Cattolica del sacro Cuore di Milano. ²Università Vita-Salute San Raffaele, Milano, ³I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano, Milano)

Il modo in cui percepiamo il nostro corpo è strettamente legato al modo di percepirci, al modo di comunicare, alle emozioni e al benessere. Ad oggi, i social networks (SNSs) costituiscono il mezzo principale attraverso cui comunichiamo, e la fotocamera è diventata un'estensione del nostro corpo impegnata in una promozione continua di noi stessi che porta a definirci attraverso le immagini che produciamo. Le fotografie sono usate per condividere e raccontare, mostrando il nostro lato migliore, il più delle volte in un momento di gioia e benessere. Ma quali emozioni esprimono queste immagini? L'obiettivo del presente studio è analizzare le fotografie postate su Instagram, concentrandosi sulle emozioni che esprimono. Il corpo è tra i protagonisti principali delle immagini postate su Instagram e la letteratura recente ha mostrato l'importanza del suo ruolo nell'influenzare il benessere, soprattutto tra adolescenti e giovani adulti. Nel presente studio sono state considerate 500 fotografie postate su Instagram descritte con #hashtag legati al corpo. Le emozioni espresse in ogni fotografia sono state misurate attraverso il sistema API di Microsoft Azure Cognitive Service. Neutralità e felicità risultano essere le emozioni maggiormente espresse dalle fotografie. In particolare, la felicità è risultata più alta nelle foto con #bodyimage e #bodyconfidence mentre la neutralità è stata espressa prevalentemente in foto con #body, #bodyfitness and #thininspirational. I risultati emersi suggeriscono interessanti implicazioni per lo studio delle emozioni e della rappresentazione corporea sui social network.

SerenAmente Mamma App: Psicologia Positiva e Mindfulness al servizio delle future mamme

Claudia Carissoli¹, Giulia Corno^{2,3}, Stefano Montanelli⁴, Giuseppe Riva^{1,3}, Daniela Villani¹ (1Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. 2 Universitat de Valencia 3 IRCCS Istituto Auxologico Italiano, Milano, 4Università degli Studi di Milano)

La gravidanza è un momento molto complesso per la donna, ricco di cambiamenti fisici e psicologici, in cui spesso si sperimentano ansia e emozioni negative, che possono influire negativamente sul benessere delle donne, sul corso della gravidanza, sullo sviluppo del bambino e persino sulla relazione di attaccamento mamma-bambino.

Recentemente diversi studi hanno dimostrato che è possibile accompagnare positivamente il periodo del parto con interventi supportati dalle tecnologie. In particolare, studi recenti evidenziano maggiore efficacia degli interventi multicomponente che, grazie ad una proposta di attività più varie, sono capaci di promuovere sia componenti edoniche che eudaimoniche del benessere.

Il presente contributo intende presentare una app per smartphone Android e iOS che propone un percorso self-help multi-componente sviluppata per promuovere pensieri e comportamenti positivi, indurre emozioni positive e nuove strategie per adattarsi positivamente alla gravidanza, al fine di incrementare il benessere soggettivo e psicologico e ridurre stati ansiosi nelle donne in attesa.

La app è composta da cinque moduli per una durata di cinque settimane e comprende quindici esercizi, tre alla settimana: attività tradizionali di psicologia positiva (ad es. esercizio di gratitudine, tre cose buone della giornata, coltivare l'ottimismo) sono combinate con esercizi ispirati alla meditazione di consapevolezza (es. meditazione sul respiro, *body scan*, connessione con bimbo in grembo).

Sarà presentato il protocollo delle attività e lo studio pilota che intendiamo svolgere per esaminare l'efficacia preliminare dell'app nel pre-partum (al termine del percorso) e nel post-partum attraverso follow up, uno a tre mesi e uno a sei mesi dal parto.

Promuovere il benessere emotivo delle donne anziane con diagnosi di tumore al seno: un intervento eHealth

Daniela Villani¹, Chiara Cagnetta², Claudia Repetto¹, Silvia Serino^{1,3}, Davide Toniolo², Francesco Scanzi⁴, Giuseppe Riva^{1,3} (1Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano 2ASST Rhodense, Milano 3 I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano, Milano, 4Ospedale S. Giuseppe-Multimedica, Milano)

Il tumore al seno è il tipo di tumore più comune tra le donne in tutto il mondo e la diagnosi è in aumento a tutte le età. A causa di diversi fattori legati all'età, le pazienti anziane con tumore al seno mostrano particolari difficoltà nell'adattamento alla malattia e ai trattamenti. Un indicatore di vulnerabilità verso complicanze a lungo termine è quello emotivo, che si verifica frequentemente entro 3 mesi dalla diagnosi. Pertanto, promuovere il benessere emotivo in pazienti anziane con carcinoma mammario già prima dei trattamenti risulta di particolare importanza.

Il presente contributo mira a presentare uno studio controllato di efficacia di un intervento e-health di due settimane, basato sul protocollo di Stress Inoculation Training, sul benessere emotivo e la regolazione delle emozioni. Ventinove donne con una diagnosi di tumore al seno, a seguito di un intervento chirurgico radicale e idonee per la chemioterapia adiuvante con antracicline e taxani (età media = 62.76; DS = 6.19) hanno preso volontariamente parte allo studio. Per testare l'efficacia dell'intervento, i questionari self-report utilizzati sono stati il Functional Assessment of Chronic Illness Therapy-Breast (FACT-B) e l' Emotion Regulation Questionnaire (ERQ). I risultati non hanno mostrato cambiamenti significativi dopo le due settimane di intervento online, tuttavia a tre mesi dalla fine dell'intervento le donne hanno riportato una riduzione significativa della soppressione emotiva e un aumento del benessere emotivo. Tali risultati sono di particolare importanza per i servizi socio-sanitari offerti alle donne con tumore al seno in attesa di chemioterapia.

L'ESPERIENZA TRASFORMATIVA: MODELLI, CONTESTI E APPLICAZIONI

Proponenti: *Andrea Gaggioli^{1,2} e Alice Chirico¹*

Discussant: *Carlo Galimberti¹*

(¹Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.

²I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano, Milano)

Effetti di un'esperienza di deprivazione visiva prolungata sulla creatività

Andrea Gaggioli^{1,2}, Sofia Carrara¹, Lorenza Silvestri¹ e Alice Chirico¹ (¹Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. ²I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano, Milano)

Precedenti studi hanno ipotizzato un legame tra la creatività e le “esperienze diversificanti”, definite come esperienze altamente inusuali e inaspettate che violano le aspettative cognitive. La presente ricerca ha esaminato questa ipotesi, confrontando gli effetti di un'esperienza potenzialmente diversificante (ED) e di un'esperienza ordinaria (EO) sulla prestazione in un successivo compito di creatività (Test di Torrance). La ricerca ha coinvolto 139 partecipanti (61 maschi e 78 femmine; età media 31,7), assegnati a due condizioni sperimentali. I partecipanti del gruppo ED hanno svolto l'esperienza “Dialogo nel Buio”, un percorso nella totale oscurità, della durata un'ora e 15 minuti. I partecipanti del gruppo EO hanno svolto un percorso analogo e della stessa durata in un parco pubblico cittadino. Al termine dei percorsi, i partecipanti di entrambe le condizioni hanno svolto il compito di creatività. Ulteriori misure includevano: Openness to Experience Scale; Need for Cognitive Closure Scale; Centrality of Event Scale (CES); Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) e item ad hoc per misurare il livello di abitudine/inusualità dell'esperienza. I risultati hanno evidenziato che l'esperienza “Dialogo nel Buio” è stata percepita come più inusuale, inaspettata e personalmente rilevante rispetto all'esperienza del percorso nel parco; inoltre, la ED è risultata associata a emozioni positive più intense rispetto alla EO. La prestazione creativa dei partecipanti del gruppo ED è risultata significativamente inferiore a quella dei partecipanti del gruppo EO (Fluidità: [t=-4.26; p<.001; Originalità: [t=-3.56; p<.001]; Flessibilità: [t=-3.02; p<.01]; Elaborazione: [t=-3.39; p<.001]), indicando che un'esperienza diversificante particolarmente intensa ha un effetto potenzialmente negativo sulla creatività.

Un intervento di promozione del benessere psicologico in azienda basato su esperienze virtuali: i risultati di uno studio pilota

Eleonora Saladino¹, Alice Chirico², Rosanna Canzio², Sofia Bastoni², Andrea Gaggioli^{2,3} (¹BecomeS.r.l.²Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. ³I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano, Milano)

La presente ricerca ha valutato un intervento di promozione del benessere psicologico in azienda basato su esperienze in realtà virtuale tese a promuovere emozioni positive, coinvolgimento, realizzazione, significato e resilienza. Il percorso era articolato in sette incontri a cadenza settimanale. Ciascuna sessione prevedeva un'esperienza virtuale seguita da una rielaborazione in gruppi da 8-10 partecipanti. Il protocollo è stato valutato in una ricerca che ha coinvolto 37 impiegati (22 maschi e 15 femmine, età media 46,2 anni, s.d. 9,3) presso un hotel di lusso di Milano. Le misure pre-post intervento includevano: Positive and Negative Affect Schedule (PANAS); Utrecht Work Engagement Scale; Scala di Autoefficacia Percepita nella Gestione di Problemi Complessi; e Occupational Resilience Assets Questionnaire (ORA-Q). Sono state inoltre effettuate interviste e focus group per raccogliere dati qualitativi sulla soddisfazione dei partecipanti. Il test t per dati appaiati non ha rivelato differenze significative; si è riscontrato tuttavia un miglioramento quasi significativo nelle dimensioni di resilienza (ORA-Q) [t=1,868; p= 0,07] e maturità emotiva, relativa alla Scala di Autoefficacia Percepita [t= -1,757 p=0,08], da interpretare alla luce della bassa potenza statistica (0,4). I risultati delle analisi qualitative hanno evidenziato un buon livello di soddisfazione nei confronti dell'intervento.

Il viaggio: l'impatto trasformativo dell'esperienza di studio all'estero

Flavia Cristofolini¹, Alice Chirico², Andrea Gaggioli^{2,3} (¹Centre for Higher Education Internationalization, ²Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, ³I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano)

Tradizionalmente l'allegoria del viaggio rimanda ad un'esplorazione esteriore e interiore, una ricerca trasformativa verso una più piena consapevolezza e realizzazione. Un tipo di trasformazione educativa è l'internazionalizzazione, che in genere viene raggiunta attraverso lo studio all'estero. Tuttavia, l'efficacia del soggiorno all'estero è tuttora sotto esame, recentemente tramite la meta-teoria dell'Apprendimento Trasformativo di John Mezirow. In questo studio a metodo misto abbiamo esplorato l'impatto psicologico dell'Apprendimento Trasformativo derivante dall'esperienza di studio in diversi paesi tra il 2016-2017 in un gruppo di studenti dell'UCSC. La rilevazione ha avuto luogo prima di partire (T1) per un programma internazionale di sei mesi in diversi paesi tra il 2016-2017, immediatamente dopo il ritorno (T2) e sei mesi dopo il ritorno (T3). In T1, T2 e T3 abbiamo somministrato il Personal Report of Intercultural Communication Apprehension (PRICA); Social Perspective Taking Confidence and Perspective Scales; Second language speaking anxiety scale (SLAs); Self-Efficacy for the Target Language scale (SETLs). In T2 e T3: Learning Activities Sur-

vey (LAS); Dispositional Positive Emotions Scale (DPES); Psychological Flexibility Questionnaire (PFQ). Dati qualitativi rilevati con domande semi-strutturate e interviste. Gli studenti che hanno riportato un'esperienza trasformativa al rientro (il 64%) hanno riferito maggiore propensione ad assumere una prospettiva sociale; minore apprensione interculturale; maggiore flessibilità psicologica; aumento percepito di tolleranza, autostima, autonomia, fiducia. L'impatto psicolinguistico era correlato all'esperienza di trasformazione, così come la gioia, soddisfazione, l'orgoglio e l'amore percepiti. Sei mesi dopo il ritorno, l'impatto psicologico dell'apprendimento trasformativo si è dimostrato stabile.

La relazione tra Flow e "Sublime": uno studio sperimentale

Alice Chirico¹, Andrea Gaggioli^{1,2}, (¹Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, ²I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano, Milano)

Quando sembra si dissolvano i confini tra il Sé e il mondo fisico/sociale, è probabile incorrere in una categoria di esperienze trasformative rara e delicata: le esperienze auto-trasendenti (STEs). Il Flow e il Sublime sono stati indicati come appartenenti a questa categoria di STEs e collocabili lungo il medesimo continuum ma con un'intensità differente. In questo studio, abbiamo testato la relazione tra Flow e Sublime esponendo 38 partecipanti (22 femmine; età media campione = 23.22; D.S. = 1.65) (within subject design) ad ambienti in realtà virtuale (RV) già validati (i.e., Foresta di alberi alti; Montagne innevate; Visione della terra dallo spazio) per l'elicitazione del Sublime. Abbiamo ipotizzato che tali ambienti sarebbero stati in grado di elicitare sia il Flow sia il Sublime e che tali esperienze sarebbero state correlate, soprattutto per quanto concerne le dimensioni di auto-trascendenza proprie di ogni esperienza. Dopo l'esposizione i partecipanti hanno compilato la Flow state scale e l'ITC-SOPI per misurare il senso di presenza. I contrasti con il metodo di Bonferroni hanno mostrato un Flow globale minore dopo l'esposizione all'ambiente della Visione della terra dallo Spazio rispetto a tutti gli altri scenari RV. Il T-test per campioni appaiati con metodo Bayesiano (BF) ha mostrato livelli simili di Flow Globale in seguito all'ambiente delle Montagne innevate e della Foresta. Il Sublime e il Flow globale sono risultati correlati positivamente. Le dimensioni legate all'auto-trascendenza nel Flow e nel Sublime erano positivamente correlate. Questo studio ha fornito la prima evidenza sperimentale della relazione tra queste due esperienze auto-trasendenti.

Ringiovanire la mente per ringiovanire il corpo - una esperienza trasformativa per il concetto di "invecchiamento"

Francesco Pagnini^{1,2}, Cesare Cavallera¹, Benedetta Comazzi³, Eleonora Volpato^{1,3}, Anna Vaccari¹, Francesco Vailati Riboni¹, Paolo Banfi³, Katherine Bercovitz², Enrico Molinari^{1,4}, Deborah Phillips², Ellen Langer² (¹Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, ²Harvard University, ³I.R.C.C.S. S. Maria Nascente, Fondazione Don Gnocchi, Milano, ⁴I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano, Piancavallo)

E se l'invecchiamento fosse, almeno in parte, un processo mentale? La letteratura scientifica sta studiando l'ipotesi che le aspettative che le persone hanno sul processo di invecchiamento siano in grado di dargli forma, agendo sulla salute e sulla soddisfazione di vita. Le aspettative culturali sull'invecchiamento nelle culture occidentali sono fondamentali per modellare la mentalità personale e le relazioni sociali. Gli stereotipi dell'invecchiamento possono avere un impatto enorme sul benessere degli anziani, sebbene siano spesso sottovalutati. L'aspettativa psicologica di un deterioramento della loro salute è un tipo di profezia che si auto-avvera associata a diversi tipi di condizioni malsane (fisiche, mentali), un benessere ridotto, ed un aumento della percezione di impotenza. È possibile che l'esperienza di un Sé precedente, non modificato dalla minaccia dello stereotipo, possa ridurre il bias legato alla valutazione del proprio processo di invecchiamento, promuovendo quindi una modifica virtuosa, positiva, del meccanismo di profezia che si autoavvera.

Abbiamo effettuato uno studio con l'obiettivo di testare se il far rivivere un precedente Sé ad un gruppo di persone di oltre 75 anni portasse ad un effettivo ringiovanimento. I partecipanti (n=90) sono stati assegnati casualmente ad uno di questi tre gruppi: sperimentale, controllo attivo, controllo non trattato. Nel dettaglio, i gruppi si caratterizzeranno per i seguenti interventi:

Gruppo sperimentale (Counterclockwise): per circa una settimana, i partecipanti hanno vissuto come se si trovassero nel 1989, agendo e pensando come se avessero 30 anni in meno. Hanno preso parte ad un programma strutturato volto a facilitare l'immersione nel periodo storico, con attività ludiche (es. trivial pursuit), discussioni sociali e politiche, e visione di materiale audiovisivo (tutto riferito agli anni '80). Il contesto, un agriturismo fuori Milano, è stato "retrofittato", in modo da rispecchiare un contesto anni '80 (con la presenza di poster, televisione a tubo catodico, e diversi oggetti provenienti da quel periodo storico).

Gruppo di controllo attivo: questo gruppo ha svolto le stesse attività seguite dal gruppo sperimentale, ma senza il riferimento agli anni '80. Il materiale audiovisivo era riferito al periodo attuale, così come le attività.

Gruppo di Controllo Non-Trattato: I partecipanti hanno ricevuto tre coupon (Smartbox©), uno per ogni assessment a seguito della baseline per un weekend in una location a propria scelta.

I partecipanti sono stati valutati prima e dopo il trattamento (ovvero una settimana dopo il reclutamento per il gruppo di controllo passivo) per funzionalità fisica e psicologica. Al convegno saranno presentati i dati preliminari ottenuti. In particolare, saranno esposti i risultati qualitativi, ottenuti tramite interviste semi-strutturate effettuate in seguito all'intervento, e il confronto tra gruppi per quanto riguarda outcome quantitativi riguardanti il funzionamento fisico, il livello di benessere psicologico, e aspetti cognitivi. Non verranno presentati, in quanto non ancora disponibili, i dati di follow-up.

PROMUOVERE BENESSERE ATTRAVERSO PERCORSI TECH-ENHANCED

DI CONTINUITÀ DI CURA PER LA CRONICITÀ

Proponenti: Francesca Baglio¹ e Olivia Realdon²

Discussant: Giuseppe Riva³

(¹I.R.C.C.S. Fondazione don Carlo Gnocchi ONLUS,

²Università degli Studi di Milano-Bicocca

³Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Ability - Telerehabilitation: un programma di intervento multi-componenziale come smart care community per la salute e il benessere di persone con MCI

Federica Rossetto¹, Olivia Realdon², Marco Nalin³, Ilaria Baroni³, Maria Romano³, Felice Catania⁴, Sergio Mancastroppa⁴, Francesca Lea Saibene¹, Monia Cabinio¹, Margherita Alberoni¹, Raffaello Nemni^{1,5}, Fabrizia Mantovani², Francesca Baglio¹, Ability-Telerehabilitation Consortium (¹I.R.C.C.S. Fondazione don Carlo Gnocchi ONLUS, ²Università degli Studi di Milano-Bicocca, ³R&D Telbios srl, ⁴IT Astir srl, ⁵Università degli Studi di Milano)

Il Mild Cognitive Impairment (MCI) è una condizione ad alto rischio di evolutività in demenza che si associa a una compromissione della Social Cognition (SC), una delle sei componenti principali della funzionalità neurocognitiva secondo il DSM-5. Tale compromissione spesso si manifesta in termini di deficit della Teoria della Mente, delle capacità empatiche e dell'interazione sociale. A oggi non sono disponibili farmaci disease-modify in grado di contrastare l'evolutività dell'MCI in demenza. Pertanto negli ultimi anni sono stati messi a punto programmi di intervento multi-componenziali per agire simultaneamente sul potenziamento dei fattori di protezione quali la promozione di attività cognitive e motorie e di funzionamento sociale. Con questo obiettivo, è stato disegnato e testato il programma di riabilitazione multidimensionale Ability -Telerehabilitation, che prevede l'utilizzo di tecnologie ICT all'interno di una Smart Care Community per la salute e il benessere delle persone con MCI, promuovendo connettività al domicilio, engagement e comunicazione. Ability ha coinvolto trenta soggetti MCI, che sono stati valutati attraverso un approccio combinato che ha previsto la somministrazione ogni sei mesi (T0: baseline; T1: 6 mesi dopo il training; T2: 12 mesi follow-up) di test neuropsicologici e strumenti di valutazione della qualità di vita (QoL), del benessere soggettivo e delle competenze sociali. I risultati hanno evidenziato un miglioramento delle competenze legate alla SC, che hanno determinato, nella diade paziente/caregiver, la percezione di una maggiore efficacia comunicativa e relazionale, un minor isolamento sociale e un potenziamento del network di supporto.

Metodi e strumenti per il design partecipativo e la progettazione di programmi di riabilitazione cognitiva per MCI: il progetto ReAbility

Monica Di Cesare¹, Federica Rossetto¹, Francesca Borgnis¹, Federica Savazzi¹, Chiara Pagliari¹, Francesca Lea Saibene¹, Margherita Alberoni¹, Felice Catania², Olivia Realdon³, Francesca Baglio¹ (¹I.R.C.C.S. Fondazione don Carlo Gnocchi ONLUS, ²IT Development, Astir srl, ³Università degli Studi di Milano-Bicocca)

Secondo l'approccio di design user centred (User Centered Design; UCD), l'analisi dell'esperienza utente nell'utilizzo di soluzioni ICT rappresenta il gold standard nello sviluppo di programmi riabilitativi il cui elemento qualificante sia la promozione dell'engagement del paziente con decadimento cognitivo lieve/moderato e del suo caregiver. Nell'ambito del progetto ReAbility, il design e lo sviluppo di un programma di riabilitazione cognitiva sono stati ottimizzati in tre cicli di Design-Evaluation-Redesign (DER) tenendo in considerazione anche variabili connesse con lo stato affettivo e motivazionale dell'utente. La rilevazione di tali variabili è stata impiegata sia per effettuare il fine tuning del design delle attività di riabilitazione cognitiva, sia per la messa a punto dell'adattività del percorso proposto in funzione delle risorse dell'utente. Sono stati coinvolti nel processo DER 11 soggetti con Mild Cognitive Impairment (MCI: 77.36years±4.68; education:10.18years±4.60; MoCA: 23.72±2.69) e 18 soggetti di controllo (SC: 75.28years±5.72; education:13.00years±4.03; MoCA:26.14±1.48). Dai risultati preliminari emerge che, al momento dell'arruolamento, tutti i partecipanti mostravano bassi livelli di familiarità e di competenza percepita con le tecnologie proposte. Tuttavia, alla fine dei cicli DER, i punteggi alla System Usability Scale (SUS) appaiono pienamente sopra cut-off (median score:72.5; I.R.:65-90, cut off=68) e il livello di engagement risulta elevato (Intrinsic Motivation Inventory; IMI median score: 6.25, I.R.: 5.50-7.00). Questi risultati suggeriscono che l'approccio UCD rappresenta un modello di design delle tecnologie utile per coinvolgere attivamente la diade nel percorso di cura, favorendo un processo esperienziale multifasico volto ad incrementare l'autoefficacia percepita nell'utilizzo delle tecnologie e il benessere psico-sociale della diade.

Integrare il benessere in un disease-net innovativo di presa in carico della cronicità: l'approccio Sidera^B

Olivia Realdon¹, Emanuela Foglia², Federica Rossetto³, Elisabetta Garagiola², Ilaria Baroni⁴, Daniela Micucci¹, Marco Nalin⁴, Marzia Bonfanti², Enza Messina¹, Emanuele Banfi³, Vittorio Racca³, Emanuele Porazzi², Fabrizia Mantovani¹, Francesca Baglio³, Sidera^B Consortium (1 Università degli Studi di Milano-Bicocca. 2 Università Carlo Cattaneo - LIUC. 3 I.R.C.C.S. Fondazione don Carlo Gnocchi ONLUS. 4 R&D Telbios srl)

Le linee guida nazionali (Piano Nazionale della Cronicità 2016) e internazionali (WHO Disability Action Plan 2014-2021; Lancet, 2018) sul management della cronicità sottolineano l'esigenza di investire in riabilitazione e prevenzione, sperimentando approcci innovativi, migliorando la qualità dei servizi di riabilitazione (approccio "from volume to value"), e potenziando il benessere dei pazienti. In questo scenario, il Sistema Integrato DomiciliarE e Riabilitazione Assistita al Benessere (Sidera^B) propone un disease-net per la riabilitazione di NCD in ottica multidisciplinare che prevede un'integrazione dinamica fra le componenti di intervento riabilitativo e la componente di potenziamento del benessere della diade èaziente-caregiver.

Supportato da una piattaforma multi-dominio-multi-device, il sistema domiciliare Sidera^B prevede infatti un intervento riabilitativo multicomponente (i.e., telemonitoring di parametri vitali e dell'aderenza al trattamento farmacologico, interventi riabilitativi specialistici con tools dedicati). I componenti del programma riabilitativo domiciliare costituiscono il target di routine di cura ottimali per cui è stato disegnato un percorso di appropriazione mirato ad alimentare le specifiche risorse di benessere funzionali a tale processo. Le tecnologie abilitanti rilevano cioè metriche specifiche delle attività di riabilitazione domiciliare svolte dal paziente. Tali dati costituiscono il punto di avvio del percorso con cui, tramite un'applicazione digitale appositamente predisposta, a esse sono attribuiti e costruiti congiuntamente significati articolati secondo le diverse dimensioni del benessere soggettivo, psicologico, e sociale (flourishing).

Per tale modello è prevista una validazione attraverso trial clinico con disegno cross-over con il coinvolgimento di più di 150 pazienti con patologie croniche con misure di outcome sia cliniche sia di benessere psicologico.

Favorire l'appropriazione di routine di cura per patologie croniche attraverso risorse di flourishing: il game trasformativo Sidera^B

Petar Mavrodiev¹, Marta Maisto¹, Jessica Montana¹, Pietro Polsinelli¹, Linda Confalonieri¹, Eleonora Volpato², Francesca Baglio³, Fabrizia Mantovani¹, Olivia Realdon¹ (1 Università degli Studi di Milano-Bicocca. 2 Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. 3 I.R.C.C.S. Fondazione don Carlo Gnocchi ONLUS)

Il modello di presa in carico multi-componenziale Sidera^B prevede l'appropriazione di nuove routine di cura per il management della cronicità tramite un processo attivo di costruzione e di attribuzione di significati alle pratiche di cura domiciliari con un focus specifico sul potenziamento del benessere psicofisico del paziente e delle risorse di flourishing della diade paziente-caregiver. Con tale scopo è stata disegnata e sviluppata un'applicazione digitale interattiva in cui l'esperienza quotidiana di riabilitazione domiciliare degli utenti fornisce le affordances per il tessuto narrativo delle storie del game trasformativo. Strutturate in modo da favorire la risoluzione congiunta di problemi, o aprire uno spazio di comunicazione privilegiato per la diade, le storie del game generano la "messa in azione" (enaction) di esperienze attraverso le quali trasformare risorse di flourishing connesse, fra le altre, con l'accettazione di sé, il senso di crescita personale, le credenze di autoefficacia, o la fiducia nel raggiungimento di un determinato obiettivo. Si tratta pertanto di un processo circolare in cui la quotidianità fornisce affordances che si incorporano nel game il quale, genera le risorse per impattare, a sua volta, sulla quotidianità. La fruizione dell'applicazione è disegnata, metaforicamente, come un libro che non si legge, ma si fa, almeno in due. Trasformare la cultura di care richiede infatti disegni di intervento e strumenti di tipo ecosistemico che, nell'esperienza trasformativa disegnata, agiscono attraverso la mediazione di risorse di benessere emotivo, psicologico e sociale ai diversi livelli del care network, per favorire un cambiamento olistico della cultura di care della cronicità.

PROMUOVERE IL BENESSERE INDIVIDUALE ATTRAVERSO IL POTENZIAMENTO DELLE COMPETENZE FINANZIARIE

Proponenti: Paola Iannello e Margherita Lanz

Discussant: Alberto Banfi

(Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

I soldi fanno la felicità? Il benessere finanziario e la sua relazione con il benessere psicologico e soggettivo

Angela Sorgente e Margherita Lanz (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Nella cultura psicologica siamo abituati a pensare che una persona abbia un benessere individuale quando ha alti livelli di benessere soggettivo (ovvero una valutazione positiva della propria vita in termini di soddisfazione di vita e un giusto equilibrio tra affettività positiva e negativa) e di benessere psicologico (ovvero un buon funzionamento psicologico e un impegno nelle sfide esistenziali della vita).

Ma quanto questo stare bene dipende dalla condizione finanziaria dell'individuo? A questa domanda intendono rispondere coloro che studiano la relazione tra benessere finanziario e benessere generale.

Con il termine "benessere finanziario" si indica una condizione finanziaria positiva sia nella sua componente oggettiva che soggettiva. Il benessere finanziario oggettivo corrisponde alle risorse materiali che un individuo possiede, considerando sia le sue entrate (es. reddito) che le sue uscite (es. debiti) che i beni da lui posseduti (es. casa). Il benessere finanziario soggettivo, invece, corrisponde all'esperienza soggettiva che il soggetto fa della sua condizione finanziaria e al modo in cui la valuta.

Mentre gli economisti si sono già ampiamente occupati dello studio della relazione tra benessere finanziario oggettivo e benessere generale, di recente gli psicologi hanno riconosciuto l'importanza della dimensione soggettiva del costrutto e hanno iniziato a studiare come questa sia legata al benessere generale.

Gli studi che finora hanno indagato questa relazione hanno trovato una relazione positiva di media intensità tra i due costrutti. Le due principali questioni che restano ancora aperte richiedono di: (1) capire quali variabili possano moderare questa relazione e (2) valutare l'eventuale bidirezionalità del legame.

I predittori del benessere finanziario: focus su financial literacy e differenze individuali

Paola Iannello e Alessandro Antonietti (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

La financial literacy – alfabetizzazione finanziaria – è definita come la conoscenza dei concetti finanziari e la competenza nell'utilizzare tale conoscenza al fine di prendere decisioni efficaci in ambito economico e finanziario. Studi recenti mettono in evidenza come il livello individuale di financial literacy possa influenzare l'efficacia delle decisioni economiche e il benessere finanziario delle persone. Accanto all'alfabetizzazione finanziaria, la letteratura riconosce il ruolo di altri fattori individuali - per lo più riferiti a caratteristiche di personalità e tendenze disposizionali (ad esempio, locus of control, autostima, orientamento al futuro, impulsività, capacità di differire gratificazioni) - nel determinare il livello di benessere finanziario degli individui.

Il presente contributo si propone di fornire un inquadramento teorico relativo ai fattori identificati dalla letteratura come predittori del benessere finanziario dell'individuo, con particolare attenzione al costrutto di financial literacy (distinto in insieme di conoscenze relative a concetti economici e finanziari e competenze nell'utilizzo dei concetti stessi) e alle differenze individuali. Infine, il contributo propone una riflessione teorica rispetto ad alcune possibili modalità di incremento e potenziamento della financial literacy e, di conseguenza, il livello di benessere finanziario dell'individuo.

Il benessere finanziario nei programmi, iniziative e strumenti dedicati all'educazione finanziaria in Italia

Emanuela Rinaldi¹, Elisa Bertagnoli² (1Università degli Studi di Milano Bicocca. 2Istituto Professionale Marignoni - Polo di Milano)

Il contributo – attraverso una prospettiva tipica della sociologia dell'educazione - analizza il tema del benessere finanziario all'interno dei programmi, iniziative e risorse dedicati all'educazione economica e finanziaria promosse in Italia nel 2018 per migliorare il livello di financial literacy di diversi gruppi della popolazione. Di fatto, livello di financial literacy individuale è uno dei fattori che influenzano il benessere finanziario secondo numerose ricerche. A partire dai risultati del monitoraggio svolto da ONEEF (Osservatorio Nazionale di Educazione Economica e Finanziaria), sono stati analizzati tramite parole-chiave tutti gli obiettivi dei programmi inseriti nel database di ONEEF e la descrizione sintetica dei progetti, con particolare attenzione alle parole che richiamassero il tema del "benessere finanziario" o del "benessere sociale" o del "benessere psico-sociale" e del "benessere economico". Il contributo mette in luce i punti di forza e di debolezza dei progetti in generale e della "Strategia nazionale per l'educazione finanziaria, assicurativa e previdenziale" (Atto del Governo 497) proposta dal Comitato per la programmazione e il coordinamento delle attività di educazione finanziaria nel 2018.

Interventi di educazione economica e finanziaria in popolazioni con fragilità: proposte e strumenti

Margherita Lanz, Paola Iannello e Angela Sorgente (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Numerosi sono gli interventi di educazione economica e finanziaria che sono stati proposti in Italia e all'estero al fine di promuovere le competenze economiche e finanziarie per migliorare il benessere delle persone. Tuttavia, ancora esigui sono gli interventi appositamente ideati per popolazioni a rischio e in condizioni di fragilità.

Il presente contributo si propone di presentare un percorso formativo di educazione economica messo a punto per persone in stato di detenzione. In particolare, il progetto si pone l'obiettivo di favorire lo sviluppo e/o il potenziamento delle competenze di progettualità dei detenuti, che risultano cruciali per supportare i detenuti nel percorso di ri-progettazione della propria vita una volta usciti dal carcere. L'intero percorso di formazione è stato ideato tenendo in considerazione l'importanza che assume la dimensione esperienziale del gioco per l'attivazione delle dimensioni cognitive e motivazionali. Il gioco risulta inoltre una tipologia di strumento facilmente fruibile da tutti, senza richiedere particolari competenze. Il gioco ideato e utilizzato nell'ambito del progetto è un gioco da tavolo (Projétto), strumento particolarmente funzionale all'attivazione di dinamiche di gruppo utili sia per l'apprendimento sia per la dimensione relazionale. Projétto consente alle persone di raggiungere il proprio obiettivo tenendo in considerazione i rischi e le risorse, attivando strategie di reperimento fondi, coinvolgendo le banche per avere sostegno economico o coinvolgendo gli altri partecipanti come risorsa o potenziali clienti. L'utilizzo del gioco, rendendo i contenuti del percorso facilmente fruibili, consente di proporre percorsi di educazione economica e finanziaria in contesti caratterizzati da fragilità e disagio.

Educazione economica e finanziaria a scuola per promuovere la costruzione del benessere

Monica Parricchi (Libera Università di Bolzano)

Obiettivo dell'Educazione finanziaria è far acquisire ai soggetti abilità che consentano loro di perseguire gli obiettivi di vita propria e familiare, definiti sull'intero ciclo di vita ed in funzione delle sue priorità. L'Educazione finanziaria deve porsi come una cultura necessaria per il benessere, mattone indispensabile per il presente ed il futuro attraverso un forte messaggio educativo.

Secondo ricerche recenti, la scuola rappresenta il canale più appropriato ed efficace per educare i giovani sulle questioni finanziarie. E' fondamentale introdurre all'interno dei percorsi scolastici, attraverso la riflessione educativa e l'analisi di modelli didattici, strumenti di educazione finanziaria, al fine di promuovere la pianificazione del benessere fin dall'infanzia, favorendo le conoscenze e le competenze economiche nelle diverse fasi della vita.

L'Educazione economica e finanziaria, intesa come l'insieme delle forme educative tese allo sviluppo di processi cognitivi, capacità, competenze, consente al soggetto di comprendere il mondo, non solo dal punto di vista economico e finanziario, ma anche a livello più in generale, padroneggiando gli aspetti razionali, emotivi e psicologici che influenzano le scelte individuali, contribuendo non solo al benessere economico individuale e familiare ma anche quello sociale.

Questo intervento all'interno del simposio presenterà alcuni progetti proposti nelle scuole che hanno coinvolto studenti e docenti, a cui ha collaborato un gruppo di lavoro interdisciplinare denominato LIFE (Laboratorio Interdisciplinare per l'Educazione Economica, coordinato in Università Cattolica dal prof. Antonietti), composto da ricercatori e professionisti con competenze pedagogiche, psicologiche e sociologiche.

INTELLIGENZA EMOTIVA, FELICITÀ E BENESSERE TRA I BANCHI DI SCUOLA: PROSPETTIVE A CONFRONTO

Proponenti: Caterina Fiorilli^{1,2}

Discussant: Ottavia Albanese^{2,3} e Eleonora Farina^{2,3}

(¹ Università LUMSA di Roma.

² Osservatorio Nazionale Salute e Benessere dell'Insegnante, ONSBI

³ Università degli Studi di Milano-Bicocca)

Students' usage of strengths and general happiness are connected via school-related factors

Kaisa Vuorinen, Lauri Hietajärvi, Lotta Uusitalo (University of Helsinki)

School plays a key role not only in providing vital competences for children's future but in being a potential source of joy and fulfillment for everyday living. Happiness in the school context arises from academic, psychological and social factors that are intertwined and affect each other. Previous research has shown that there is a link between the usage of strengths and various positive outcomes, such as life satisfaction and happiness. However, not much is known about relations among usage of strengths, well-being in school in terms of student engagement and school-related happiness, and general happiness in children and adolescents. In our present study, we aimed to find out how usage of strengths is connected to general happiness, having school-related factors as mediating variables. A total of 418 Finnish students aged 10-16 volunteered to participate in the study. It turned out that 53% of students' overall happiness could be explained by the model. Usage of strengths was both directly and indirectly related to general happiness emphasizing the importance of using one's strengths in schoolwork. According to our results, strength teaching should be in key focus in pedagogical activities across all school subjects regardless of the content matters. Our results imply the need to conduct more detailed research on usage of strengths in heterogeneous student groups.

La resilienza degli studenti, forza motrice per la fiducia in sé

Eleonora Topino^{1,2}, Caterina Fiorilli^{1,2} (¹ Università LUMSA di Roma. ² Osservatorio Nazionale Salute e Benessere dell'Insegnante, ONSBI)

La resilienza scolastica si riferisce alle strategie che gli studenti mettono in atto per fronteggiare positivamente eventi di particolare criticità. Attraverso un processo di ridefinizione in positivo di quanto è stato esperito allo scopo di trarre vantaggio da una criticità, gli studenti resilienti sembrano meno ansiosi e provano in generale più emozioni positive verso la scuola. Il presente studio intende analizzare le relazioni tra resilienza, ansia, emozioni positive e fiducia nella propria intelligenza. L'ipotesi che si intende verificare è la relazione predittiva tra le variabili in studio avendo come variabile dipendente la fiducia nella propria intelligenza. Hanno partecipato 63 studenti (F= 51%) di età tra gli 11 e i 13 anni. Sono stati somministrati tre questionari: Questionario Ansia e Resilienza, Questionario sulle Convinzioni sulla propria intelligenza, Questionario sulle proprie emozioni. I risultati confermano quanto la letteratura ha esplorato in altri studi. La resilienza correla negativamente con l'ansia e positivamente con le emozioni positive in classe e la fiducia nelle proprie abilità. Le analisi di regressione mostrano che l'ansia ha un effetto negativo sulla fiducia in sé ($\beta = -.281$, $t = -3.36$, $p = .000$). Tuttavia, quando si introducono le variabili emozioni positive vissute a scuola e resilienza, l'ansia perde il suo effetto predittivo. La resilienza scolastica risulta il miglior predittore della fiducia che gli studenti hanno nelle proprie abilità ($\beta = .349$, $t = 3.72$, $p = .000$). Il modello spiega il 28% della variabilità dei soggetti ($F = 11.7$, $p = .000$). I risultati preliminari suggeriscono che per avere fiducia nelle proprie capacità gli studenti devono vivere emozioni positive a scuola e sviluppare resilienza.

Intelligenza emotiva di tratto e burnout in studenti della scuola secondaria di secondo grado: il ruolo di mediazione dell'ansia accademica

Luciano Romano^{1,2}, Ilaria Buonomo^{1,2} (¹ Università LUMSA di Roma. ² Osservatorio Nazionale Salute e Benessere dell'Insegnante, ONSBI)

Lo studio indaga il ruolo dell'ansia accademica nella relazione tra intelligenza emotiva di tratto e school burnout in un gruppo di studenti di scuola secondaria di secondo grado. L'intelligenza emotiva di tratto è la capacità di identificare, esprimere e regolare le proprie emozioni e le informazioni provenienti dalle emozioni altrui. Lo school burnout è una sindrome caratterizzata da esaurimento emotivo, cinismo e senso di inadeguatezza, ed è il frutto di un cronico e progressivo sbilanciamento tra le risorse personali dello studente e le richieste provenienti dall'ambiente in cui è inserito. Nonostante l'intelligenza emotiva svolga un ruolo protettivo nei confronti del burnout, grazie ad una maggiore capacità di interpretare e gestire le fonti di stress provenienti dal contesto accademico, è possibile ipotizzare che l'ansia accademica possa incidere negativamente in questa relazione. Allo scopo di verificare questa ipotesi sono stati coinvolti 234 adolescenti di età compresa tra i 13 e i 19 anni ($F = 57.7\%$; $M = 15.73$, $DS = 1.65$). Sono stati somministrati il Trait Emotional Intelligence Questionnaire, lo School Burnout Inventory e la sottoscala ansia del Questionario Ansia e Resilienza. I risultati mostrano una mediazione parziale dell'ansia accademica ($b = .611$, $t = 6.264$, $p = .000$) sulla relazione tra intelligenza emotiva ($b = -3.285$, $t = -3.778$, $p = .000$) e burnout accademico ($F_{2,231} = 50.105$, $p = .000$, $R^2 = 30.2\%$; [$LL = -7.550$, $UL = -4.318$, $CI = 95\%$, campioni per il bootstrap = 5000]). Saranno discusse le implicazioni educative.

Work meaning in un gruppo di dirigenti scolastici italiani: il ruolo delle variabili organizzative

Ilaria Buonomo, Paula Benevene (Università LUMSA di Roma)

Il modo con cui i dirigenti scolastici percepiscono identità e ruolo professionale sembra essere una chiave di volta per lo sviluppo e il successo delle scuole. Inoltre, poiché il significato è parte integrante del benessere eudaimonico, studiare il significato che i presidi attribuiscono al proprio lavoro può fornire importanti informazioni circa la leadership e il benessere professionale. Le ricerche su popolazioni generali hanno mostrato che il significato del lavoro può essere influenzato da una pluralità di fattori organizzativi. Malgrado ciò, la ricerca educativa considera tipicamente la dimensione individuale o relazionale del lavoro a scuola, tralasciando di riconoscerne la struttura organizzativa. Allo scopo di approfondire questi aspetti, abbiamo somministrato un adattamento italiano del Copenhagen Psychosocial Questionnaire-2 a 1616 dirigenti italiani, valutando gli indici di: significato del lavoro, soddisfazione lavorativa, autoefficacia, senso della chiarezza del proprio ruolo professionale, possibilità di crescita professionale, senso di appartenenza al luogo di lavoro, apprezzamento del lavoro da parte degli altri. Previa verifica delle correlazioni, è stata effettuata una regressione multipla gerarchica, da cui è emerso che le variabili prese in esame spiegano il 45.5% della varianza del significato del lavoro ($F_{6,1615}=222.784, p=.000$). Nello specifico, le variabili organizzative (chiarezza del ruolo, possibilità di crescita e senso di appartenenza) spiegano circa il 25% di varianza incrementale rispetto alla sola soddisfazione lavorativa, mentre la dimensione relazionale sembra non influenzare il work meaning. Saranno discussi i limiti e le implicazioni per la leadership educativa.

Sviluppare la gratitudine tra gli insegnanti per favorire il loro benessere: una rassegna di buone pratiche

Piera Gabola, Nicolas Meylan, Geneviève Tschopp (Haute école pédagogique du Canton de Vaud, Lausanne)

Negli ultimi anni, molte ricerche, in particolare nel campo della psicologia positiva, si sono concentrate sulla gratitudine e sui suoi effetti sul benessere e sulla promozione della salute in vari contesti. La gratitudine è un'emozione positiva interpersonale vissuta in situazioni in cui la persona si percepisce come beneficiaria di un aiuto, un dono, procurato da altri o di un favore generato dall'esistenza di un incontro, una scoperta, un paesaggio. Diversi autori sottolineano come le persone che mostrano la loro gratitudine cercano e utilizzano più facilmente il supporto sociale. L'intento di questa presentazione è condividere una rassegna di strumenti e buone pratiche per sviluppare la gratitudine tra gli insegnanti, per rafforzare e favorire la loro capacità di costruire e stabilire buone relazioni di sostegno e auto-aiuto. Saranno presentati differenti modi di espressione (elenco di gratitudine, diario di gratitudine, lettera di gratitudine, ...) utili a prendere un momento, almeno una volta durante la giornata, per riflettere a quali situazioni o persone gli insegnanti possono essere riconoscenti nel loro contesto lavorativo. Discuteremo, inoltre, il funzionamento del processo di gratitudine e gli effetti di questi gesti in termini di prevenzione della salute e del benessere degli insegnanti.

COMUNICAZIONI ORALI DELLE SESSIONI TEMATICHE

Anomalie bioelettriche frontali nel disordine depressivo maggiore

Gioacchino Aiello, Iacopo Aiello (Studio medico di neuropsicofisiologia clinica, Bernareggio)

In questo studio si è voluto identificare la presenza di anomalie dei parametri dei potenziali evocati cognitivi (latenza e ampiezza) in soggetti affetti da disordine depressivo

L'obiettivo dello studio è stato di identificare le anomalie dei potenziali evocati come markers possibili per la depressione, con il fine di costruire un piano di trattamento basato su questi parametri. I soggetti affetti da disordine depressivo presentano anomalie di ampiezza ma non di latenza, significative rispetto ai soggetti normali. Questo apre la strada ad un trattamento di tipo fisico attraverso l'uso combinato di psicoterapia e neurofeedback.

Le credenze sulla malattia: studio comparativo tra persone con sclerosi multipla, loro caregiver famigliari e operatori sanitari

Marta Bassi¹, Beatrice Allegri², Sabina Cilia³, Monica Grobberio⁴, Eleonora Minacapelli⁵, Claudia Niccolai⁶, Erika Pietrolongo⁷, Maria Esmeralda Quartuccio⁸, Rosa Gemma Viterbo⁹, Maria Pia Amato¹⁰, Miriam Benin⁴, Giovanna De Luca⁷, Monica Falautano⁵, Claudio Gasperini⁸, Francesco Patti³, Marianna Pattini², Maria Trojano⁹, Antonella Delle Fave¹ (1 Università degli Studi di Milano, 2 Ospedale di Vaio-Fidenza, 3 Università di Catania, 4 ASST Lariana, Como, 5 Ospedale San Raffaele, Milano, 6 I.R.C.C.S. Fondazione Don Carlo Gnocchi, Firenze, 7 Università di Chieti, 8 Ospedale San Camillo-Forlanini, Roma, 9 Università di Bari, 10 Università di Firenze)

Numerosi studi hanno evidenziato come gli individui sviluppino credenze personali rispetto alla propria malattia e a quella altrui. Tali credenze incidono sulla qualità della comunicazione e della relazione di cura. Obiettivo dello studio è indagare il grado di somiglianza tra le credenze sulla malattia di persone con sclerosi multipla (SM), loro famigliari e operatori sanitari.

I partecipanti - 680 persone con SM, 680 famigliari e 117 operatori sanitari (neurologi, infermieri, fisioterapisti) - hanno compilato Revised Illness Perception Questionnaire, che misura credenze su identità, decorso (cronico e ciclico) e conseguenze della malattia, nonché suo controllo - personale e tramite trattamento. I dati sono stati analizzati attraverso ANOVA con confronti multipli.

I partecipanti con SM e i famigliari costruiscono credenze simili rispetto a cronicità della malattia e suo controllo tramite trattamento. I primi nutrono però una visione più ottimistica su identità, ciclicità e conseguenze, ed una più pessimistica sul controllo personale. Gli operatori sanitari sono più pessimisti degli altri due gruppi su identità, cronicità, ciclicità e conseguenze della SM, e più ottimisti sul controllo personale e tramite trattamento. Si registra inoltre maggiore somiglianza tra le credenze di pazienti, infermieri e fisioterapisti rispetto a quelle dei medici, e tra le credenze di famigliari e operatori in generale rispetto a quelle dei pazienti.

Pazienti, famigliari ed operatori sanitari assumono punti di vista diversi in funzione del proprio ruolo rispetto alla SM. Occorre pertanto promuovere una migliore comprensione reciproca per garantire un'adeguata gestione della malattia.

Predittori della soddisfazione per la vita in un campione rappresentativo di Italiani

Vincenza Capone¹, Mohsen Joshanloo² (1Università Federico II di Napoli, 2Keimyung University, South Korea)

La soddisfazione per la vita è uno degli indicatori chiave del benessere soggettivo degli individui e ne rappresenta la componente cognitiva. Secondo la prospettiva bottom-up alla soddisfazione per la vita, quello che gli individui riportano quando gli viene chiesto di esprimersi rispetto alla propria soddisfazione è una fusione complessa di differenti domini di vita quali il lavoro, la famiglia, la salute, il piacere.

Lo studio ha l'obiettivo di analizzare i predittori della soddisfazione per la vita in un ampio e rappresentativo campione di Italiani, considerando le caratteristiche sociodemografiche e altre variabili identificate dalla letteratura come fondamentali antecedenti del benessere soggettivo, quali il supporto sociale, le condizioni di vita, la soddisfazione per il proprio reddito.

I dati provengono dal Gallup World Poll e le somministrazioni del questionario si riferiscono agli anni che vanno dal 2006 al 2016. I partecipanti sono stati 14,039 Italiani, dai 15 anni in su (58.3% donne, M età = 48.74, DS età = 16.43).

I risultati, in linea con la letteratura, hanno evidenziato come le donne presentino livelli più bassi di soddisfazione per la vita degli uomini e che quest'ultima declini con l'età. Inoltre, le condizioni di vita percepite sono risultate il predittore più forte della soddisfazione per la vita, seguite dal supporto sociale. Questi risultati pongono l'attenzione sui differenti fattori, economici e psicosociali che dovrebbero essere attenzionati da ricercatori e policy maker per favorire il benessere degli Italiani.

Videogiochi, Autoefficacia Emotiva e Benessere: evidenze da uno studio cross-sectional

Claudia Carissoli¹, Fabrizia Mantovani², Federica Pallavicini², Stefano Triberti³, Giuseppe Riva¹, Daniela Villani¹ (1Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. 2Università degli Studi di Milano Bicocca. 3Università degli Studi di Milano)

I videogiochi sono parte integrante della vita di tutti i giorni, in particolare dei più giovani, e sempre più diffusi grazie alle tecnologie mobili. La letteratura relativa ai correlati psicologici e agli outcomes dell'esperienza videoludica per gli adolescenti si è focalizzata maggiormente sugli aspetti negativi, investigando solo secondariamente il ruolo positivo dei videogiochi.

Il presente contributo ha indagato le associazioni dell'attività di videogioco e le competenze emotive di un campione di adolescenti del Nord Italia. In particolare sono state esaminate le differenze tra videogiocatori, distinti sulla base delle ore giornaliere di gioco in tre gruppi - hard (>3ore), medium (tra 1 e 3 ore) e low (>1ora) - e non videogiocatori, rispetto ai costrutti di benessere mentale, inteso come uno stato di completo benessere emozionale, psicologico e sociale, misurato attraverso il questionario Mental Health Continuum - Short form, di regolazione emotiva, valutata tramite la Difficulties in Emotion Regulation Scale e di autoefficacia emotiva, misurata con le scale APEP-APEN.

I questionari sono stati compilati da cinquecento adolescenti italiani (141 maschi e 359 femmine; tra 14 e 19 anni, età Media = 16.75 anni; d.s.= 1.21 anni), su piattaforma Qualtrics online con tablet, smartphone o PC durante l'orario scolastico, sotto la supervisione di insegnanti che hanno aderito alla ricerca.

I risultati di questo studio, anche se limitati dall'aver operazionalizzato l'uso dei videogiochi solo in termine di ore/gioco, confermano che l'attività di videogioco moderata, se scelta e integrata armoniosamente tra le diverse attività della vita, è associata positivamente all'autoefficacia emotiva percepita dagli adolescenti.

La psicogerontologia positiva: il contributo di Marcello Cesa-Bianchi (1926-2018)

Giovanni Cesa-Bianchi¹, Carlo Cristini², Alessanro Porro¹, Luca Cristini³ (1 Università degli Studi di Milano. 2 Università degli Studi di Brescia. 3 Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Marcello Cesa-Bianchi (1926-2018) è stato non solo una figura centrale per la riorganizzazione della psicologia italiana nel secondo dopoguerra, ma può essere annoverato anche fra i principali promotori degli studi di psicogerontologia. È stato allievo di padre Agostino Gemelli (1878-1959), ed attraverso lo svolgersi delle sue ricerche in argomento, possiamo ricostruire l'evoluzione di questa branca disciplinare, nella quale la valorizzazione degli aspetti positivi ha assunto un rilievo eminente.

Cesa-Bianchi ha iniziato le sue ricerche di psicogerontologia con studi anatomo-funzionali sul cervello (esaminando il caso clinico di una centoduenne ed il suo encefalo), nonché con l'applicazione dei test reattivi, nei primi anni Cinquanta del Novecento. In breve tempo ha criticato e superato sia la posizione esclusivamente geriatrica, sia quella della mera misurazione psicometrica, integrando, ampliando e approfondendo l'analisi psicologica. Ha sottolineato il concetto di eterocronia, evidenziando i principali fattori che influenzano il processo di invecchiamento. È così progressivamente emersa la centralità della dimensione creativa, quale elemento significativamente positivo dell'invecchiamento e dell'età senile.

Negli ultimi decenni della sua fertile attività, Cesa-Bianchi si è particolarmente dedicato al tema dell'ultima creatività, in altri termini allo studio delle espressioni creative caratteristiche dei tratti conclusivi di una lunga esistenza. Spesso tali espressioni valgono ad illuminare ed illustrare l'interezza delle vite e delle esperienze.

Lo sviluppo della psicologia dell'invecchiamento - tramite gli studi e l'insegnamento del Prof. Marcello Cesa-Bianchi - ci ha portato a percorrere un lungo percorso sulla strada del miglioramento della qualità di vita delle classi più anziane della popolazione, anche di quelle meno fortunate.

Nuove frontiere metodologiche per la Psicologia Positiva nei contesti di vita quotidiana

Pietro Cipresso^{1,2}, Giuseppe Riva^{1,2} (1 Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. 2 IRRCs Istituto Auxologico Italiano, Milano)

La raccolta di dati sperimentali nella psicologia positiva si è sempre più avvicinata ai contesti di vita quotidiana. È proprio in tali luoghi dello spazio e del tempo che la psicologia positiva trova una convergenza tra la quotidianità dei comportamenti e l'esigenza di realtà che un ricercatore in tale ambito ha interesse ad esplorare.

Le nuove tecnologie rendono possibile ed efficace una raccolta sul campo di questionari e dati comportamentali, con la possibilità di integrare ad essi dati fisiologici registrati per mezzo di sensori sempre più indossabili e invisibili. Una possibile alternativa per l'esplorazione dei contesti di vita quotidiana è da considerare la Realtà Virtuale che permette di simulare situazioni e contesti realistici che offrono al ricercatore la possibilità di esplorare le più tipiche peculiarità della psicologia positiva tenendo sotto controllo molte variabili confondenti, ma equilibrando validità ecologica sufficiente a un'efficace esplorazione.

La raccolta di dati nei contesti di vita quotidiana è tuttavia solo una parte, seppur importante, dell'esplorazione che le nuove frontiere metodologiche offrono alla psicologia positiva. Infatti la grande sfida di oggi e probabilmente dei prossimi anni, risiede nelle nuove frontiere di elaborazione di tali dati. Dopo secoli di analisi a posteriori, ci si sposta sempre più oggigiorno ad analisi in tempo reale: vere e proprie piattaforme computazionali in grado di elaborare enormi masse di dati, anche molto differenti tra loro, per fonderle in poche e dense informazioni a supporto di esplorazione e comprensione del comportamento umano.

Correlati psicofisiologici di un esercizio di psicologia positiva

Federico Colombo, Andrea Crocetti (Scuola ASIPSE, Milano)

Negli ultimi 20 anni lo studio del benessere soggettivo ha contribuito alla diffusione della psicologia positiva. Il numero di studi empirici è incrementato in modo esponenziale ma solo una parte di questi ha analizzato gli aspetti psicofisiologici.

Nella presente ricerca il biofeedback è stato utilizzato per ottenere la registrazione di un profilo psicofisiologico. Questo profilo include uno stressor matematico e un tipico esercizio di psicologia positiva utilizzato anche negli interventi di promozione del benessere: "Al tuo meglio". Le variabili psicofisiologiche registrate includono: attività elettrotermica (GSR), tensione muscolare, temperatura periferica e battito cardiaco.

Prima della registrazione del profilo psicofisiologico, i soggetti (20 adulti tra i 18 e i 65 anni) hanno compilato due questionari self-report per la misurazione del benessere soggettivo: lo Psychap Inventory (Short Version) e lo Happiness Measures, entrambi di Fordyce. Dopo la registrazione del profilo psicofisiologico, i soggetti hanno compilato la Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) e una scala di vividezza (Vividness Scale). Questi strumenti self-report esplorano gli stati affettivi e la qualità dell'immaginazione durante l'esercizio "Al tuo meglio".

Le diverse variabili psicofisiologiche mostrano un andamento differenziato durante le diverse fasi del profilo psicofisiologico. Durante l'esercizio positivo la tensione muscolare e la risposta galvanica della pelle (GSR) diminuiscono, mentre la temperatura periferica e il battito cardiaco aumentano in confronto a quanto accade durante lo stressor matematico. Gli stati affettivi negativi (PANAS) correlano negativamente con la tensione muscolare e il battito cardiaco durante l'esercizio positivo.

L'uso della Scala di Soddisfazione della Vita in ambito applicativo e clinico

Federico Colombo, Andrea Crocetti (Scuola ASIPSE, Milano)

La Scala di Soddisfazione della Vita (The Satisfaction with Life Scale, SWLS) di Diener et al. è un noto strumento self-report composto da cinque item per la rilevazione della componente cognitiva del benessere soggettivo. Viene utilizzata in studi su popolazioni ma può trovare impiego anche in campo clinico e applicativo.

Il campione della presente ricerca è composto da 240 soggetti suddivisibili in tre gruppi: il 47% appartiene alla popolazione generale, il 39% frequenta corsi del tempo libero per il miglioramento personale (ad es., autostima, gestione dello stress) e il 14% segue una psicoterapia per il superamento di disagi clinicamente significativi.

La SWLS è stata somministrata insieme all'Happiness Measures (HM) di Fordyce per la rilevazione delle componenti emotive del benessere soggettivo.

I tre gruppi evidenziano differenze statisticamente significative sia nei livelli di soddisfazione (SWLS) che nel benessere emotivo (HM). Pur essendoci una correlazione positiva tra le due misure ($r=0.61$), in un terzo del campione non c'è una corrispondenza tra i punteggi della SWLS e dell'HM, ovvero molti soggetti sono più soddisfatti che felici (20%) oppure sono più felici che soddisfatti (12%).

I soggetti che frequentano un corso del tempo libero per il miglioramento personale mostrano un livello di benessere soggettivo più simile a quello dei pazienti in trattamento che a quello dei soggetti della popolazione generale. Inoltre essi si differenziano ulteriormente in base al tipo di corso prescelto.

I nostri risultati evidenziano la sensibilità e l'utilità della SWLS non solo nel contesto della popolazione generale ma anche nell'ambito applicativo della promozione del benessere e nel campo clinico. Rilevare la presenza o assenza della corrispondenza tra componenti cognitive ed emotive del benessere può permettere di migliorare gli interventi di promozione del benessere. Questi ultimi possono intercettare un bisogno crescente nella popolazione non clinica.

Relazioni fra misure di orientamento e di esito del benessere attraverso un approccio network

Federica Condini, Laura Giuntoli (Università degli Studi di Padova)

Huta ha sviluppato un modello teorico secondo cui i diversi aspetti del benessere, sia edonici che eudaimonici, costituiscono i contenuti di quattro ampie categorie: orientamenti e comportamenti, che rappresentano i "modi di vivere", ed esperienze e funzionamento, che costituiscono gli "esiti" delle precedenti.

Al fine di verificare la validità di questo modello teorico, abbiamo indagato le relazioni fra misure di orientamento e di esito del benessere in un campione composto da 505 adulti italiani (84% femmine, 16% maschi) di età compresa tra 18 e 63 anni ($M = 28$, $DS = 8.9$) attraverso un'analisi network, un approccio che permette di studiare le relazioni tra dimensioni basandosi sulle correlazioni parziali tra variabili osservate. Abbiamo somministrato la Hedonic and Eudaimonic Motives for Activities Scale come misura di orientamento, mentre per la misura di esito abbiamo rilevato sia il funzionamento (Coping Orientation to Problems Experienced-Nuova Versione Italiana) che le esperienze (Scale of Positive and Negative Experience; scala "Calma" del Positive Affect and Negative Affect Schedule-Expanded Form; Depression, Anxiety and Stress Scales; Flourishing Scale; Satisfaction With Life Scale).

I risultati mostrano che nella struttura network si distinguono quattro cluster che raggruppano le misure in orientamento, funzionamento, e in esperienza positiva e negativa. Inoltre, le misure a contenuto eudaimonico risultano connesse tra loro attraverso le diverse categorie.

Questo studio rappresenta un primo supporto empirico al modello teorico di Huta, sottolineando come la ricerca sul benessere possa beneficiare non solo della distinzione fra misure a contenuto edonico ed eudaimonico, ma anche fra esito e orientamento.

Come vivere relazioni sentimentali sane? Valutare e potenziare la Competenza Romantica in adolescenti e giovani adulti

Emanuela Confalonieri, Gaia Cucci, Maria Giulia Olivari (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

La Competenza Romantica (CR) è l'insieme di competenze cognitive, interpersonali ed emotive che rendono un soggetto capace di confrontarsi con l'esperienza sentimentale in maniera adattiva. Operativamente si traduce nell'interazione di quattro abilità-dominio che possono essere apprese: Mutualità, Insight, Apprendimento e Regolazione emotiva. La CR di adolescenti e giovani adulti viene valutata, sia globalmente che per ciascun dominio, attraverso un'intervista semi-strutturata, la Romantic Competence Interview (RCI).

Obiettivo del contributo è duplice: 1) presentare la RCI indagando le prime proprietà psicometriche e fornendo esempi tratti dalle interviste; 2) presentare un workshop per il potenziamento della CR.

Hanno partecipato allo studio di validità 116 adolescenti italiani (55% femmine; Età media=17,61). Sono stati somministrati la RCI ed un questionario su: regolazione emotiva (Emotion Regulation Questionnaire, ERQ), percezione del sé (Self Perception Profile for Adolescents, SPPA) e comportamenti sessuali (item ad hoc).

I risultati mostrano una buona validità di costrutto e correlazioni deboli non dominio-specifiche tra le dimensioni della RCI e alcune sottoscale dell'ERQ e dell'SPPA. Una maggiore competenza è risultata associata a una minore probabilità di mettere in atto comportamenti sessuali a rischio, supportando la validità di criterio. Verranno quindi mostrati e commentati stralci di interviste esemplificativi delle 4 abilità-dominio evidenziando gli aspetti caratterizzanti un'alta e una bassa competenza.

Infine verrà presentato un workshop di potenziamento della CR e di promozione della salute rivolto ad adolescenti in contesti educativi, volto a: incrementare l'autoconoscenza e la consapevolezza dei propri bisogni emotivi e relazionali; prendere buone decisioni in ambito sentimentale; esperire relazioni sentimentali in maniera sana.

Il lato oscuro dell'empatia: quando entrare in intimità emotiva con una persona causa chiusura e distorsione cognitiva

Federico Contu¹, Simona Sciarra^{1,2}, Giuseppe Pantaleo¹ (1 Università Vita-Salute San Raffaele di Milano. 2 Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

In che modo empatia e ostilità possono distorcere la percezione di ciò che l'altro sta comunicando? Alla luce della teoria delle prospettive multiple, sia l'empatia che l'ostilità dovrebbero indurre chiusura cognitiva, e influenzare, di conseguenza, la capacità di rilevare contraddizioni nel discorso altrui. In particolare, dal momento che le contraddizioni caratterizzano negativamente chi parla, l'ipotesi è che un atteggiamento empatico verso l'altro riduca la rilevazione di contraddizioni nel suo discorso, e, viceversa, che un atteggiamento ostile la migliori.

In un disegno sperimentale between-subjects, 120 giovani adulti venivano casualmente assegnati a una di tre condizioni: induzione di "empatia" vs. controllo vs. "ostilità". A tutti veniva mostrata una videointervista nella quale il protagonista si contraddiceva sette volte. Le variabili dipendenti erano il numero di contraddizioni notate e il modo in cui il protagonista veniva caratterizzato, più o meno positivamente.

Come ipotizzato, il numero di contraddizioni rilevate variava significativamente tra i tre gruppi, risultando particolarmente basso nel gruppo "empatia" e alto nel gruppo "ostilità" ("empatia" $=1.25$; controllo $=2.98$; "ostilità" $=3.93$), $F=31.27$, $p<.001$. Inoltre, il protagonista del video veniva caratterizzato positivamente dal gruppo "empatia", $t=3.28$, $p=.002$, e negativamente dal gruppo "ostilità", $t=3.31$, $p=.002$.

I risultati mostrano come entrambe l'empatia e l'ostilità producano nella persona una certa distorsione cognitiva—qui indotta su base emotiva—che a sua volta può fortemente influenzare la percezione del discorso dell'altro e la capacità di coglierne i contenuti. Questo può avere importanti ricadute nelle pratiche professionali che si basano sull'ascolto oggettivo del cliente, come ad esempio nel colloquio clinico.

L'effetto del contatto intergruppi e della gratitudine sulla tendenza ad aiutare gli immigrati. Uno studio longitudinale

Eleonora Crapolicchio¹, Camillo Regalia², Claudia Manzi², Gian Antonio Di Bernardo¹, Chiara Pecini¹, Loris Vezzali¹ (1 Università degli studi di Modena e Reggio Emilia. 2 Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

La letteratura ha mostrato che il contatto intergruppi aumenta la relazione positiva tra i gruppi e può ridurre i pregiudizi nei confronti dei gruppi minoritari. Inoltre, ci sono evidenze che la gratitudine verso la vita e verso gli altri migliora le relazioni interpersonali e il comportamento prosociale. Lo scopo di questo studio era di esaminare il ruolo nel tempo del contatto intergruppi (sia positivo che negativo) e della gratitudine sulla disponibilità ad aiutare membri di un gruppo minoritario.

La ricerca si è svolta nelle superiori del Nord Italia attraverso la somministrazione di un questionario in due momenti, a distanza di sei mesi l'una dall'altra. I partecipanti erano 304 adolescenti italiani, di età compresa tra i 14 e i 17 anni.

I risultati hanno mostrato che il contatto positivo intergruppi al tempo 1 era positivamente associato alla gratitudine al tempo 2; inoltre la gratitudine mediava l'associazione tra il contatto al tempo 1 e la tendenza ad aiutare gli immigrati al tempo 2. Non è stato trovato alcun effetto della gratitudine al tempo 1 sul contatto al tempo 2.

I risultati mettono in evidenza l'esistenza di un legame significativo del contatto positivo sull'aiuto, attraverso la mediazione della gratitudine. Il contatto positivo migliora la gratitudine verso gli immigrati che aumenta il comportamento prosociale nei loro confronti. I risultati hanno importanti implicazioni pratiche, perché evidenziano come intervenire per migliorare la qualità del contatto positivo e il senso di gratitudine verso l'outgroup può incrementare l'attenzione e la preoccupazione verso chi appartiene a gruppi oggetto di pregiudizio.

L'applicazione di protocolli Mindfulness nei contesti residenziali e semiresidenziali per anziani

Rita D'Alfonso¹, Claudio Bistacchi, Marcella Capucciati¹, Stefania Ronchi¹, Agnese Berardis², Vanda Pontara³, Camilla Galbussera¹ (1 Fondazione Casa Famiglia San Giuseppe di Vimercate. 2 Centro Berne, Milano. 3 Scuola AMISI, Milano)

La pratica della Mindfulness, che aiuta a prestare attenzione in modo intenzionale e non giudicante al presente, può essere di grande utilità per ridurre disturbi ansiosi, favorire l'accettazione di Sé e della propria condizione, anche per anziani con compromissioni nelle autonomie psicofisiche.

Il progetto "Mindfulness in RSA" è stato realizzato presso la Fondazione Casa Famiglia San Giuseppe di Vimercate (novembre 2018 / febbraio 2019) e ha coinvolto un numero complessivo di 20 ospiti, con differenti livelli cognitivi e nelle autonomie. I soggetti anziani hanno seguito per otto incontri il protocollo MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) opportunamente adattato alle esigenze dei partecipanti. All'inizio e al termine del progetto è stato effettuato un assessment cognitivo (MMSE, MOCA), emotivo, con l'utilizzo di scale per l'Ansia di Stato e di Tratto (STAI 1, STAI 2) e di valutazione della consapevolezza con la Scala MAAS (Mindful Attention Awareness Scale).

Le analisi dei dati, effettuate attraverso ANOVA a misure ripetute, segnalano una differenza significativa tra la condizione pre e post sia nei risultati alla MAAS (aumento dei valori di consapevolezza) che in quelli relativi all'Ansia di Stato (riduzione dei valori di Ansia di Stato). Inoltre emerge una correlazione positiva tra esiti nella MAAS e nella MOCA (a bassa cognitivtà corrisponde bassa consapevolezza) ed una correlazione negativa tra MAAS e Ansia di Tratto (a bassa MAAS corrisponde elevata Ansia di Tratto).

Neuromodulazione sonora PAT© e mindfulness. Similarità e differenze alla luce delle misure neurologiche e della fenomenologia degli effetti

Gubert Finsterle (AVS Research)

Fin dalla sua formulazione l'ideatore della Psico-Acustica Transizionale (PAT©) ravvisò diverse affinità con la pratica della mindfulness nell'ambito dell'intervento sul funzionamento cerebrale. Una medesima questione di fondo le accomuna: in entrambi i casi gli effetti descritti sono ascrivibili alla modulazione diretta dello stimolo sul cervello o sono invece da ricondurre all'attivazione di ciò che l'ideatore della PAT© ha definito Activation Innate Reset System (AIRS)?

Un esame neurologico dei differenti livelli di mindfulness raggiungibili, dal livello 1, tipico dello yogin, al livello 4, quello più "largo" e utilizzato dal mondo occidentale, permette di cogliere una prima differenza: le misure effettuate durante le sedute di PAT© mostrano che una percentuale molto alta di soggetti accede agli effetti neurologici del livello 1 di meditazione in tempi brevi (1-6 sedute) e senza compiere alcun atto intenzionale.

La capacità delle sedute di PAT© di far accedere molto rapidamente a stati di coscienza o assetti funzionali del cervello tipici dei maestri meditanti si rivela molto utile in contesti psicoterapeutici nei quali il soggetto è predisposto ad accettare un percorso di numerosi incontri.

La frequente rapida scomparsa di sintomi anche gravi a cui si assiste nei trattamenti con la PAT© pone la questione di come preparare il soggetto all'acquisizione di esperienze fuori dell'ordinario, sia nella loro evidenza (visioni, sensazioni fisiche, emersione temporanea di aggressività diffusa) che nella loro quasi inavvertibilità (cessazione del flusso del pensiero). Con la PAT© ciò avviene in qualche settimana o mesi, mentre i percorsi di meditazione prevedono anni di pratiche e di insegnamenti.

Measuring Hope - Rainbows in the Heart

Andreas Krafft^{1,2} (1 University of St. Gallen, Switzerland. 2 Swissfuture)

The existential value of hope in preserving and fostering well-being has been the focus of psychological and nursing research for decades. In recent years, discussions regarding the nature and measurement of hope have increased. Currently, the most diffused theory of hope is that of Snyder, who characterizes hope as individual mental will- and way-power (Agency and Pathways) toward the fulfillment of personal goals. Against the background of rising concerns related to the cognitive and indivi-

dualistic conceptualization of hope as well as the confounding risks of multidimensional measurements of hope, there has been a call for new short and psychometrically sound instruments to measure hope as perceived by ordinary people. Employing data collected in several waves of a yearly cross-sectional internet survey called Hope-Barometer, this contribution has the purpose to present a scale to measure hope as perceived by the people, which was called Perceived Hope Scale (PHS). The PHS is a unidimensional measure that comprises six items to be rated on a six-point-scale (0=strongly disagree to 5=strongly agree). It has been applied in several languages such as English, German, French, Czech, Polish, Hebrew, Spanish, and Portuguese and systematically validated with 18'000 participants in Germany, Switzerland, South Africa, and the Czech Republic. The usefulness of the PHS has been assessed by evaluating the structural validity, the reliability and the discriminant value vis-à-vis the Adult Dispositional Trait Hope Scale as well as the LOT-R. Based on the analysis of predictive and incremental utility as well as the relation to basic beliefs, human values and hope targets and activities, we derive conclusions in relation to the differing psychological concepts of hope.

Lo sviluppo socio-emotivo a sostegno dell'alto potenziale cognitivo

Alice Lizzori, Elena Carelli, Maria Assunta Zanetti (Università degli Studi di Pavia)

La plusdotazione è una complessa costellazione di caratteristiche che si esprimono in modi differenti e che talvolta hanno ricadute sulla socializzazione a causa dell'asincronia che la caratterizza. Bambini gifted, a livello scolastico, possono sperimentare noia, sotto-rendimento e problemi comportamentali. Per sostenere pienamente le potenzialità di ciascuno studente, in ottica inclusiva, è stato proposto un percorso di supporto socio-emotivo a sostegno del potenziale cognitivo, attraverso l'implementazione di un programma *SEL- Social and Emotional Learning*, insegnando ai bambini le abilità per riconoscere e gestire le emozioni, dimostrarsi d'aiuto, stabilire relazioni positive, prendere decisioni responsabili, risolvere problemi. Inoltre, il SEL favorisce la buona salute dei partecipanti, lo sviluppo di una coscienza etica e di analisi delle situazioni, della motivazione ad apprendere nuove informazioni, un apprendimento partecipato e l'utilizzo di strategie di autoregolazione, nell'ottica secondo cui bambini emotivamente competenti, che stanno bene in contesto scolastico sperimentano maggior soddisfazione e motivazione a scuola, con una ricaduta positiva anche sui risultati accademici.

Il progetto ha previsto diversi step: formazione dei docenti e progettazione delle attività; pre-test con somministrazione di una batteria di questionari per gli studenti; implementazione delle attività; post-test agli studenti; consegna di report di classe ed individuali.

I risultati sottolineano ricadute positive sia sugli apprendimenti che nel miglioramento delle relazioni nel contesto classe, un aumento del benessere degli studenti in quanto le attività hanno promosso un clima di condivisione e partecipazione attiva che ha permesso di potenziare competenze trasversali, quali la motivazione e la regolazione emotiva.

Competenti si diventa? Elementi di efficacia di una formazione in servizio sulle metodologie cooperative

Giovanna Malusà^{1,2}, Claudia Matini¹, Daniela Pavan³ (¹ Scintille.it Srl, Treviso. ² Università di Trento. ³ IUVE)

L'Apprendimento Cooperativo è una delle metodologie didattiche attive e partecipative più efficaci, come confermato dalla ricerca internazionale, che ne dimostra la validità in modo trasversale per i diversi ordini scolastici. Tuttavia, spesso i percorsi formativi sono inadeguati e non riescono a trasmettere ai docenti adeguati strumenti e competenze per promuovere metodologie attive a scuola.

Con questo obiettivo, nel presente studio si intendono analizzare alcuni elementi di efficacia di una proposta formativa rivolta nel 2017 e 2018 a 669 docenti in servizio dalla scuola dell'infanzia alle superiori. Secondo un approccio esperienziale, il training comprendeva almeno 4 moduli simili con attività cooperative relate alle strutture di Kagan e ai modelli di Johnson e Aronson. Sono monitorati 17 corsi di 15-25 ore condotti da 9 formatori diversi in 12 città (di 4 regioni italiane) attraverso un questionario self-report di gradimento post-training (con domande aperte e su scala Likert a 10 punti).

I risultati mostrano un alto livello di soddisfazione ($\mu=8.82$; $Mo=10.00$; $Ds= 1.18$) e di coinvolgimento dichiarato dai corsisti nei lavori di gruppo ($\mu=9.03$; $Mo=10.00$; $Ds= 1.12$), indipendentemente dal calendario formativo e dalla scuola di appartenenza. Modelli di regressione logistica, seppur con una varianza spiegata contenuta ($R^2=.085$), evidenziano tra i predittori di applicabilità didattica percepita dai docenti il contesto della scuola primaria e la variabile formatore. Nella discussione si metteranno in luce elementi di forza e debolezza della proposta formativa, suggerendo l'importanza della presenza di esperti preparati e competenti anche "sul campo" per promuovere percorsi fattibili di apprendimento cooperativo nella scuola.

Implementare l'apprendimento cooperativo attraverso brevi corsi esperienziali per docenti in servizio. Luci e ombre di uno studio longitudinale in Trentino

Giovanna Malusà^{1,2} (1 Scintille.it Srl, Treviso. 2 Università di Trento)

Sebbene la ricerca evidenzia da tempo i vantaggi di un apprendimento cooperativo per migliorare le competenze cognitive e sociali degli studenti in un clima relazionale gioioso e positivo, la scuola fatica ancora ad implementare in modo costante percorsi collaborativi nelle classi attraverso metodologie attive gestite da docenti motivati e competenti.

Lo studio riporta gli esiti di una breve esperienza formativa esperienziale rivolta a 35 docenti in servizio in un Istituto Comprensivo del Trentino. L'intervento prevedeva 8 incontri di 2-4 ore nel 2016/17 e 2017/18 con giochi, strutture e modelli cooperativi secondo l'approccio Learning by doing. Adottando un quasi-experimental design, il training è stato monitorato attraverso: 2 questionari ad hoc self-report sulla percezione in ingresso/uscita delle conoscenze/esperienze acquisite e di valutazione a fine corso; in itinere mediante osservazioni partecipanti, analisi di documenti prodotti e un incontro di follow-up; 1 questionario dopo 18 mesi sulla ricaduta didattica (2019).

Dal confronto tra il pre e post training emerge un incremento delle conoscenze percepite dai docenti sulle metodologie cooperative; così come del livello di esperienza/competenza percepito nella creazione di gruppi eterogenei, alternanza di ruoli e compiti, facilitazione di abilità sociali e progettazione di attività con interdipendenza positiva.

Pur in presenza di un alto livello di gradimento della proposta formativa e di una forte motivazione dei docenti verso le metodologie cooperative, risultati preliminari evidenziano una immediata ricaduta didattica, in decremento con la sospensione del training. Verranno discusse alcune difficoltà percepite dai docenti e possibili strategie per una formazione in servizio mirata ad implementare metodologie attive a scuola.

Costruire una comunità resiliente per promuovere resilienza nei senza dimora

Daniela Marzana, Elena Marta, Sara Alfieri, Damia Sara Martinez, Carlo Pistoni (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Con il termine "resilienza di comunità", si fa riferimento ad ogni situazione in cui un soggetto, un gruppo sociale, un'istituzione, diventi consapevole della necessità di agire sul sistema, sulle reti, sulle relazioni per promuovere il benessere di coloro che versano in una condizione di disagio sociale. L'ipotesi di fondo è l'idea che se una comunità è, essa per prima, resiliente, questa potrà divenire tutrice della resilienza del singolo.

L'obiettivo della presente ricerca-intervento è stato quello di valutare la capacità di promuovere resilienza di un centro diurno per senza dimora che ha implementato un progetto per favorire la loro fuoriuscita dalla grave emarginazione. Per fare ciò è stato disposto un metodo su un doppio binario che ha raccolto contemporaneamente il punto di vista degli utenti e quello degli operatori. A tal fine sono stati costruiti ad hoc due strumenti volti a rilevare la resilienza individuale e di gruppo: una griglia di osservazione per la raccolta di dati dal punto di vista degli operatori; e parallelamente, per quanto riguarda il punto di vista degli utenti, un'intervista semi-strutturata.

Il progetto è durato due anni e ha visto la li operatori come "tutor di resilienza", determinando la resilienza dell'intera comunità del centro diurno. Dall'altro lato, per quanto riguarda gli ospiti, è stato possibile valutare il loro livello di consapevolezza sulla propria condizione e sul ruolo del centro diurno, indirizzando efficacemente l'intervento previsto.

Avere, essere o ben-essere? I piccoli consumatori alla ricerca della felicità

Valeria Micheletto, Massimo Bustreo, Vincenzo Russo (Università IULM, Milano)

Oggi i bambini vivono in un mondo dei consumi che enfatizza un'attenzione ai beni materiali che sembra avere delle correlazioni negative con il benessere, necessario per un bilanciato sviluppo individuale e sociale bambino.

La ricerca attuale investiga la felicità del bambino, attraverso uno strumento multidimensionale, e le correlazioni esistenti tra materialismo e felicità. Il Pemberton Happiness Index, costituito di Remembered Well-being (includente General, Eudaimonic, Hedonic and Social Well-being) e Experienced Well-being e lo Youth Materialism scale sono stati somministrati ad un campione di n=262 bambini italiani della primaria (età 6.76-12.27) suddivisi in Children/Tweens e Male/Female.

I bambini risultano essere moderatamente felici (PHI=7.411, min 0 max 10). Il Remembered Well-being (8.264) è più alto dell'Experienced Well-being (6.3718), le ragazzine (7.568) sono più felici delle bambine (7.321). I bambini (7.443) sono più felici dei ragazzini (7.345). Il benessere sociale è fondamentale (8.599). Le femmine sono più materialiste dei maschi e i bambini più dei ragazzini. La felicità (-.198**)—principalmente in termini di General Well-being (-.226***) e Eudaimonic Well-being (-.175**)—è negativamente correlata con il materialismo.

Nonostante le spinte ai consumi e al materialismo, i bambini tendono ad essere felici e il loro benessere è fortemente connesso con le relazioni sociali siano esse famiglia o pari. Il materialismo non è importante nel self-report dei bambini, anche se è presente nella contingenza dei loro comportamenti quotidiani. Ulteriori indagini risultano essere necessarie specialmente negli ambienti scolastici e famigliari e sull'aspetto relazionale, considerando problemi sociali come il bullismo e riflettendo sull'allarmante tendenza verso l'isolazionismo odierno.

Medici di medicina generale e psicologi clinici insieme per un'assistenza primaria integrata. Sperimentazioni e primi risultati da un intervento sul campo

Attà Negri¹, Claudia Zamin², Ivan Cavaleri³, Giovanbattista Andreoli¹, Ernesto Fumagalli³, Anna Paladino¹, Serena Cartasegna³, Laura Carelli⁴, Silvana Torneo³ (¹Università degli Studi di Bergamo. ²Società Italiana di Psicoanalisi della Relazione. ³ATS della Città Metropolitana di Milano. ⁴I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano)

Il paradigma biopsicosociale è un modello che vanta molti sostenitori, tuttavia la sua completa applicazione sembra ancora lontana. Anche alla luce dei recenti cambiamenti legislativi lombardi che sostengono nuove forme di assistenza multiprofessionale, presenteremo un modello di intervento integrato nell'assistenza primaria che ha visto coinvolti quattro medici di medicina generale (MMG) di Milano e quattro psicologi clinici, uniti nel costruire una presa in carico globale della persona. Il progetto è attivo da più di un anno e si è caratterizzato per una molteplicità di interventi: nel primo anno (2017-2018) sono state condotte 1399 visite congiunte MMG e psicologo, entrando in contatto con 1190 pazienti; 32 consultazioni psicologiche brevi; quattro incontri informativi rivolti alla comunità; due corsi pratici di rilassamento. Per poter monitorare i risultati dell'intervento è stato somministrato un questionario di soddisfazione e il GP-CORE ad un campione dei pazienti visitati congiuntamente e/o che hanno richiesto una consultazione, e a un campione dei pazienti che non hanno usufruito delle visite congiunte. Sono stati inoltre rilevati alcuni indicatori economici (numero visite, prescrizioni, ricoveri, ...) nei sei mesi precedenti e successivi al primo anno di attività. Oltre ai risultati quantitativi verranno presentate alcune riflessioni emergenti dall'esperienza dei professionisti coinvolti. In particolare verrà discussa l'importanza e l'utilità della creazione di un nuovo dispositivo di intervento, diverso da quello tradizionale di assistenza e cura, che preveda una reale integrazione (e non una complementarietà) tra le competenze mediche e psicologiche, sia all'interno della coppia dei professionisti coinvolti, sia a livello della rappresentazione sociale nella comunità.

L'esperienza quotidiana di adolescenti con disabilità intellettiva. Comparazione con la prospettiva dei genitori

Luca Negri¹, Margherita Fossati¹, Mario Giuseppe Cocchi¹, Antonella Delle Fave^{1,2} (¹I.R.C.C.S. E. Medea, Bosisio Parini. ²Università degli Studi di Milano)

Nell'ambito della ricerca sulle disabilità intellettive, il livello e la qualità del funzionamento individuale sono prevalentemente valutati da esperti esterni. Lo scarso peso attribuito all'autovalutazione rischia tuttavia di ostacolare un'adeguata valorizzazione delle risorse, potenzialità di sviluppo ed obiettivi delle persone con disabilità.

A partire da queste premesse, con la presente ricerca ci si è proposti di indagare: a) l'esperienza associata ai contesti quotidiani da adolescenti con disabilità intellettiva; b) l'etero-valutazione di tale esperienza da parte del genitore più coinvolto nel caregiving; c) analogie e discrepanze tra le due prospettive.

Il progetto ha coinvolto 62 adolescenti (61.3% femmine; 14-18 aa; M=15.73; DS=1.12) con diagnosi di disabilità intellettiva lieve, moderata o stato cognitivo borderline ed i loro genitori caregiver (80.6% donne; 38-64 aa; M=47.57; DS=5.76).

Adolescenti e genitori hanno compilato il Flow Questionnaire (i primi in versione opportunamente adattata). Lo strumento ha permesso di indagare, attraverso 13 dimensioni, la qualità dell'esperienza degli adolescenti nei quattro principali ambiti di vita quotidiana: scuola, famiglia, amici, tempo libero. Le autovalutazioni ed eterovalutazioni dell'esperienza fornite rispettivamente da figli e genitori sono state confrontate tramite tecniche di analisi per campioni dipendenti.

È emersa una generale convergenza tra adolescenti e genitori nella valutazione dell'esperienza scolastica e familiare. Maggiori differenze sono state rilevate in relazione alle interazioni con gli amici e alle attività di tempo libero.

I risultati ottenuti rappresentano una base per la costruzione di progetti educativi volti a valorizzare la prospettiva soggettiva come strumento di integrazione sociale per persone con disabilità.

Rappresentazioni del benessere a scuola in preadolescenza: due studi qualitativi

Matilde Nicolotti, Eleonora Storelli, Maria Elena Magrin (Università degli Studi di Milano - Bicocca)

Studi recenti hanno indagato le rappresentazioni del benessere nel corso dello sviluppo, evidenziando la salienza di componenti edoniche nell'infanzia e di componenti eudaimoniche in adolescenza. Tali rappresentazioni in preadolescenza sono però ancora poco considerate, nonostante le peculiarità di questa fase di transizione. Il presente contributo intende quindi affrontare questa lacuna, presentando i risultati di due studi riguardanti le rappresentazioni del benessere in preadolescenza, in particolare nel contesto scolastico.

Nel primo studio 292 preadolescenti hanno risposto a due domande aperte relative ad una buona e ad una brutta giornata scolastica; i dati sono stati oggetto di analisi tematica. Si evidenzia la compresenza di elementi edonici ed eudaimonici nelle rappresentazioni degli studenti. Emerge una forte enfasi su componenti di performance e riconoscimento, seguite dall'importanza di un ambiente scolastico stimolante.

Nel secondo studio 259 preadolescenti hanno risposto alle medesime domande e i dati sono stati analizzati tramite il software T-Lab. Collocandosi nella cornice teorica della Self-Determination Theory, si è voluto indagare in particolare il ruolo dei bisogni

psicologici di base di autonomia, affiliazione e competenza nelle rappresentazioni degli studenti. Dai risultati emerge nuovamente la compresenza di elementi edonici ed eudaimonici. Inoltre i tre bisogni psicologici di base risultano occupare un ruolo di rilievo nelle rappresentazioni dei preadolescenti e forniscono un'utile chiave di lettura per cogliere le sfumature delle tematiche emerse e le loro relazioni.

In generale i risultati evidenziano l'importanza attribuita dai preadolescenti ad un ambiente scolastico che supporti il soddisfacimento dei loro bisogni di competenza e affiliazione e che offra stimolazioni quotidiane.

Le relazioni tra personalità, regolazione emotiva e indicatori di benessere in diverse fasi della vita adulta

Aurora Ninfa, Luca Negri, Giuseppina Bernardelli, Antonella Delle Fave (Università degli Studi di Milano)

Gli studi sulla personalità, nelle sue relazioni con le strategie di regolazione emotiva e con il benessere, evidenziano come in particolare l'estroversione sia associata negativamente alla soppressione e positivamente a stati affettivi positivi, e il nevroticismo negativamente alla rivalutazione cognitiva e positivamente a stati affettivi negativi. I risultati della letteratura, tuttavia, si riferiscono in prevalenza a studenti universitari di cultura anglosassone, mentre pochi studi sono stati condotti tra adulti e anziani nel contesto italiano.

Nel tentativo di iniziare a colmare questa lacuna, sono stati raccolti dati tra 601 partecipanti italiani (60,9% donne) suddivisi in tre fasce d'età (20-39, 40-59 e 60-89 anni; M età= 47,02; ds= 17,28), attraverso Mental Health Continuum – Short Form, Satisfaction With Life Scale, Eudaimonic and Hedonic Happiness Inventory, Emotion Regulation Questionnaire e Big Five Inventory.

Sono state condotte analisi di correlazione e regressione gerarchica stepwise, inserendo come predittori estroversione, età e genere, e come variabili dipendenti le dimensioni del benessere con cui erano emerse correlazioni significative. Rispetto all'età e al genere, il tratto di estroversione predice in misura significativamente superiore le dimensioni edoniche ed eudaimoniche del benessere. L'età è risultata predire positivamente benessere eudaimonico e soppressione emotiva, e negativamente significato percepito nelle relazioni interpersonali e nella vita in generale. Essere uomini predice positivamente benessere emotivo e sociale e soppressione emotiva; essere donne il significato percepito nelle relazioni interpersonali e nella vita in generale.

I risultati suggeriscono l'importanza di considerare congiuntamente variabili psicologiche, demografiche e culturali nello studio della regolazione emotiva e del benessere.

Il JD-R model nei volontari del 118: quando giustizia percepita e motivazioni fanno la differenza

Giulia Paganin, Silvia Simbula (Università degli Studi di Milano-Bicocca)

Il volontariato è un'attività complessa, spontanea e gratuita, collegata empiricamente a esiti positivi individuali (benessere, salute) e sociali. Il Job Demands-Resources (JD-R) Model è uno dei principali modelli teorici utilizzati come base per lo studio del rischio psicosociale in ambito lavorativo. Sebbene tale modello abbia ricevuto finora numerose conferme empiriche, non appaiono ancora del tutto chiari i meccanismi sottostanti alla relazione tra risorse (lavorative e personali) e work engagement, soprattutto nell'ambito del volontariato, finora poco esplorato tramite questo modello teorico.

A partire da tali evidenze, l'obiettivo primario della presente ricerca riguarda la verifica della validità del JD-R model all'interno dell'area del volontariato, con particolare riferimento al ruolo della motivazione intrinseca all'interno del modello. Nello specifico, si intende verificare il ruolo mediatore della motivazione intrinseca e del work engagement nella relazione tra giustizia procedurale e diversi esiti (es. determinazione a continuare l'attività di volontariato, soddisfazione, intenzione di turnover). 192 volontari del 118 (58% maschi; età M=34±11.6) hanno compilato un questionario composto da scale validate tratte dalla letteratura nazionale e internazionale. Le analisi di mediazione sono state condotte usando la macro "PROCESS" di SPSS.

I risultati, in linea con gli assunti del JD-R model, hanno confermato l'ipotesi di mediazione in serie. Questa ricerca, andando a comprendere le dinamiche coinvolte nel processo motivazionale, può porre delle basi teoriche per la progettazione di interventi volti alla promozione del benessere e della salute dei volontari, diminuendo il tasso di turnover e aumentando la soddisfazione e la determinazione a continuare.

Applicazioni della Psico-Acustica Transizionale PAT© alla Psicoterapia Psicoanalitica Psicosomatica per la regolazione delle emozioni in pazienti con trauma

Valeria Pierdominici (Expat Medical Centre)

La ricerca espone le esperienze profonde e risolutive di regolazione delle emozioni del paziente con trauma psicologico, durante e dopo lo stato di coscienza neuromodulato dalla seduta di Psico-Acustica Transizionale PAT© con l'utilizzo del dispositivo HE-PAT© integrato nelle sedute di psicoterapia.

La regolazione delle emozioni è stata analizzata nelle sue correlazioni con situazioni traumatiche vissute dal paziente e i suoi comportamenti associati.

Già dopo sei sedute si nota l'approfondita rielaborazione da parte del paziente della propria esperienza traumatica. Le immagini spontanee del paziente durante la neuromodulazione sonora appaiono chiare e comprensibili cognitivamente, con conseguenti emozioni appropriate. Il successivo distacco emotivo, rilassamento psicosomatico, e la riduzione dell'intensità emotiva nel raccontare l'evento traumatico è concordante con la rimodulazione del sistema limbico provato dagli studi neurologici.

I risultati dimostrano il raggiungimento di uno stato mentale più stabile del paziente, la riduzione dei farmaci, l'assenza delle ricadute e una migliore gestione delle emozioni.

Qui presento i casi di sei pazienti che mostravano vari traumi: epigenetico, sessuale, d'abbandono, burn out, perdita.

I risultati concordano nel dimostrare che l'utilizzo della PAT© nel setting della psicoterapia migliora la regolazione delle emozioni in pazienti che hanno subito traumi psicologici e supporta il successo della psicoterapia contribuendo alla rapida e duratura stabilità psicologica del paziente.

"Parliamo dell'adozione": apertura comunicativa in famiglia e benessere degli adolescenti adottati

Sonia Ranieri^{1,2}, Francesca Vittoria Danioni¹, Elena Canzi¹, Petra Barni¹, Rosa Regina Rosnati¹, Laura Ferrari¹ (1 Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. 2 Università Cattolica del Sacro Cuore di Piacenza)

Negli ultimi decenni si è assistito a uno spostamento di interesse da una concezione dell'adozione come fattore di rischio in sé a una centrata sul benessere e sulle risorse del sistema familiare. La qualità delle relazioni familiari rappresenta un fattore determinante nel processo di adattamento all'adozione, in grado anche di attenuare l'influenza negativa delle esperienze infantili precoci. Recenti contributi, seppur con risultati eterogenei, hanno in particolare messo in luce la centralità dell'apertura comunicativa sulle tematiche adottive soprattutto nel ridurre la manifestazione di problemi emotivo-comportamentali durante la fase dell'adolescenza. Sono relativamente scarse, invece, le ricerche che considerano l'apertura comunicativa come fattore di promozione del benessere e la sua influenza sui processi di costruzione dell'identità adottiva. Il presente studio prende in esame i fattori che possono promuovere il benessere psicosociale degli adolescenti adottati, analizzando l'associazione tra l'apertura comunicativa sull'adozione e l'identità adottiva. Nello specifico, si è inteso verificare, attraverso un modello di path analysis, se l'identità adottiva sia un mediatore del legame tra l'apertura comunicativa e il benessere. È stato somministrato un questionario self-report online a 140 adolescenti in adozione internazionale (13-17 anni), volto a indagare l'apertura comunicativa (Adoption Communication Openness Scale), l'identità adottiva (Adoptive Identity Scale) e il benessere (Satisfaction with Life Scale). Il modello di path analysis ha evidenziato come l'apertura comunicativa sulle tematiche adottive possa promuovere il benessere dell'adottato attraverso la costruzione di una salda identità adottiva. I risultati emersi offrono utili indicazioni agli operatori del settore rispetto alla preparazione e al sostegno delle famiglie adottive.

Medici. Pazienti. Famiglie. Al di là del principio del burnout

Giada Rapelli, Silvia Donato, Anna Bertoni (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Benchè l'organizzazione mondiale della sanità dichiara dal 1946 che la salute non sia semplicemente "silenzio d'organo", ma che riguardi un completo benessere fisico, psichico e sociale, solo di recente la letteratura si è mossa da un'analisi dell'esperienza di malattia come fatica, del caregiving come burden e del lavoro del medico come stressante e causa del burnout, ad un approccio positivo in cui la malattia è sì un'esperienza a cui far fronte e che mette a dura prova il paziente e i suoi famigliari, ma che entrambi hanno le risorse per gestire responsabilmente la malattia. Solo recentemente si parla di patient engagement, ossia del ruolo attivo che il paziente può avere nella gestione della sua salute secondo un approccio capacitante. Importante è anche valutare la figura supportiva del caregiver all'engagement del paziente e del medico come garante di tutto il processo di engagement. Per questi motivi, questo studio vuole indagare come il patient engagement sia associato agli esiti di salute tra i cardiopatici. I costrutti teorici su cui verte lo studio nello specifico sono: patient engagement, percezione di malattia, autoefficacia, aderenza farmacologica, benessere psicologico, rapporto medico-paziente e differenti tipi di supporto del partner (iperprotezione, ostilità, supporto all'engagement del paziente).

Sono stati somministrati a paziente e partner durante il ricovero ospedaliero per malattia cardiaca acuta (infarto del miocardio, sindrome coronarica acuta) due batterie di test per valutare: per il paziente il livello di patient engagement (Patient Activation Measure), l'autoefficacia relativa alla malattia (Illness Self-efficacy Measure), l'aderenza farmacologica (Medication Adherence Rating Scale), il benessere psicologico (Hopkins Symptoms Check List 25), la percezione di malattia (Illness Perception Questionnaire); per il partner il tipo di supporto fornito in particolare il supporto al patient engagement, il supporto ostile e iperprotettivo secondo la batteria del Michigan Family Heart Study. È stata inoltre valutata la relazione che paziente e partner intrattengono con il medico curante.

Lo studio cross-sectional con un disegno di ricerca di tipo diadico che ha coinvolto 250 pazienti (67% uomini) e 100 partner (84% donne) ha mostrato che il patient engagement è associato a positivi esiti di salute, in particolare migliore aderenza farmacologica, migliore autoefficacia relativa alla malattia, migliore percezione della malattia e migliore benessere psicologico. Inoltre i risultati mostrano gli aspetti benefici sul paziente del fornire un supporto volto ad aumentare la partecipazione attiva del paziente. Infine il medico può favorire un processo di engagement della triade paziente-caregiver.

I risultati emersi sollecitano importanti riflessioni sul concetto dell'engagement della triade medico-paziente-caregiver in campo sanitario.

Gratitudine, benessere e social media: gli effetti dell'esposizione a messaggi di gratitudine su Facebook

Simona Sciarra^{1,2}, Daniela Villani¹, Anna Flavia Di Natale³, Camillo Regalia¹ (1 Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. 2 Università Vita-Salute San Raffaele di Milano. 3 Università degli Studi di Milano-Bicocca)

I benefici dell'espressione della gratitudine e della ricezione di messaggi di gratitudine sul benessere degli individui e sulla stessa esperienza di gratitudine sono stati ampiamente documentati in letteratura. Ad oggi, tuttavia, nessuno studio ha mai indagato il ruolo dei social media nella promozione dei comportamenti di gratitudine e dei loro benefici. Dal momento che i social media consentono di osservare le interazioni pubbliche di altri utenti (es. post/commenti) e che l'osservazione dei comportamenti altrui svolge un ruolo importante rispetto alla messa in atto dei propri comportamenti (Teoria dell'apprendimento sociale, Bandura), il presente esperimento si pone l'obiettivo di verificare se l'esposizione a messaggi di gratitudine tramite Facebook porti a (1) una maggior consapevolezza dell'esperienza propria/altrui di gratitudine, (2) una maggior propensione all'espressione di gratitudine e (3) un maggior benessere. Per testare l'ipotesi, a 50 utenti (46% femmine; 18-40 anni) è stato chiesto di utilizzare per due settimane un gruppo Facebook appositamente creato e inerente temi di psicologia. A seguito di randomizzazione, solo metà del campione è stato esposto a messaggi di gratitudine. Al termine dell'esperimento—tutt'ora in corso—verranno rilevati gli effetti della manipolazione sulla consapevolezza e l'espressione di gratitudine (questionario ad hoc), e sul benessere (misurato attraverso questionari validati in italiano relativi alla presenza di stati affettivi positivi, soddisfazione per la vita e orientamento positivo) dei partecipanti. Le caratteristiche disposizionali dei partecipanti a vivere emozioni positive e di gratitudine saranno considerate nell'analisi come covariate. I risultati saranno presentati e discussi in occasione del Convegno.

L'atteggiamento verso l'invecchiamento come fattore protettivo dello stress del caregiver

Federica Tagliani, Stefania La Rocca, Roberta Daini (Università degli Studi di Milano Bicocca)

Essere caregiver di un congiunto ammalato di demenza è un'esperienza stressante che espone a una serie di fattori di rischio potenzialmente dannosi per il sistema cognitivo. In letteratura sono riportati risultati contrastanti su quali domini cognitivi subiscano maggiormente tale effetto e in che misura, osservazione che lascia ragionevolmente supporre che esistano fattori di protezione che intervengono nella relazione tra stress e funzionamento cognitivo in modalità diverse da persona a persona. L'obiettivo dello studio è valutare la riserva cognitiva (CR) e la self-perception of aging (SPA) come mediatori del possibile effetto negativo esercitato dallo stress sul funzionamento cognitivo. Tale ipotesi è stata testata confrontando le prestazioni di coniugi caregiver di pazienti con demenza con le prestazioni di coniugi di pari età non caregiver in prove cognitive multi-dominio. Nonostante non siano emerse differenze nelle prestazioni cognitive tra i due gruppi, i risultati mostrano che mentre la riserva cognitiva ha un effetto protettivo diretto sul funzionamento cognitivo indipendentemente dall'esposizione allo stress, l'aspetto della self-perception of aging, nelle sue dimensioni di controllo ambientale e autoefficacia del processo di invecchiamento, influisce sullo stress sperimentato dai caregiver. Tali risultati suggeriscono di approfondire ulteriormente la relazione tra controllo ambientale nell'invecchiamento e possibili patologie stress correlate.

L'importanza dei costrutti di speranza e resilienza nella riabilitazione psichiatrica

Camilla Tiranini¹, Maria Chiara Bradascio², Donato Favale³, Antonio Ventriglio³ (1 Cooperativa Sociale Onlus L'Arcobaleno, Lecco. 2 University of Bolton. 3 Università di Foggia)

Numerosi studi hanno evidenziato l'impatto negativo delle patologie psichiatriche sul funzionamento psicosociale dell'individuo, scarse sono le ricerche che indagano le risorse personali impiegate dagli utenti nel gestire in modo efficace la propria esistenza. Tali risorse contribuiscono a favorire il processo di recovery, ossia un duro percorso che mira ad una guarigione personale e sociale, avente come punto di forza la centralità dell'utente, considerato risorsa fondamentale nel percorso riabilitativo. In letteratura risulta carente l'indagine relativa alla speranza e alla resilienza delle persone con un disturbo psichico oltre a promuovere il benessere, entrambi influenzano fortemente la possibilità di mettere in gioco le proprie risorse personali e le proprie energie all'interno del percorso di recovery. La speranza permette di anticipare e di immaginare nel presente un cambiamento positivo che avrà luogo nel futuro, dando all'individuo l'energia e la motivazione necessaria a sopportare le sofferenze presenti. Inoltre rende possibile la progettualità, poiché, avendo fiducia nel futuro, l'individuo è motivato a raggiungere gli obiettivi desiderati, affrontando gli ostacoli che incontra. L'utente che è in grado di sostenere la speranza di fronte alla vulnerabilità e al dolore è una persona resiliente. Tramite la resilienza si cerca di focalizzare l'attenzione sulle capacità, sulle risorse e sulle possibilità di riuscita dell'individuo, piuttosto che enfatizzare i punti di debolezza e le problematiche esistenti. Pertanto, una migliore conoscenza e comprensione di entrambe le risorse positive degli utenti potrebbe facilitare la conduzione di interventi educativi orientati a valorizzare e a potenziare speranza e resilienza per promuovere il percorso di recovery.

Utilizzo positivo dei Social Network: il ruolo del Senso di Comunità Virtuale per lo sviluppo della Resilienza

Roberto Vacca, Andrea Laudadio, Carolina Bevilacqua, Giorgio Vannutelli, Francesco Casadio (Università Europea di Roma)

La letteratura psicologica sul benessere digitale si è da sempre concentrata sugli effetti negativi del web. Grazie ai recenti contributi della Tecnologia Positiva è possibile affrontare il tema dell'utilizzo positivo delle nuove tecnologie, identificando caratteristiche e comportamenti positivi degli individui nelle "comunità virtuali". In letteratura il senso di comunità è riconosciuto come fattore protettivo per il benessere psicologico, manifestandosi anche nel mondo digitale in quanto senso di comunità virtuale (SCV), avendo il potenziale di promuovere la resilienza anche attraverso i social-network (SN).

Obiettivo dello studio è comprendere in che misura l'utilizzo positivo dei SN predica il livello di resilienza degli utenti, prendendo come riferimento il costrutto di cittadinanza digitale (CD) e analizzando il ruolo del SCV in qualità di mediatore.

Un campione di 286 soggetti di età compresa tra i 14 e i 60 anni ha partecipato alla ricerca compilando tre questionari: la Online Digital Citizenship Scale, la Sense of Virtual Community Scale e la Brief Resilience Scale.

I risultati hanno dimostrato il ruolo della CD nel predire il livello di resilienza degli individui [ANOVA: $F(1, 284) = 8.632, p < .005$]. L'analisi della regressione condotta includendo contemporaneamente come variabili indipendenti la CD ($\beta = .16, p > .005$) e il SCV ($\beta = .24, p < .005$) ha confermato il ruolo di quest'ultima quale mediatore del rapporto tra CD e resilienza [ANOVA: $F(2, 283) = 8.825, p < .001$].

Lo studio dimostra come un utilizzo consapevole e positivo dei SN possa offrire vantaggi psicologici agli utenti, creando una rete digitale di supporto in grado di aumentare la propria resilienza.

I TED Talk come luogo di formazione di un (possibile) pensiero positivo sulla Phygital Enterprise

Ilaria Vergine, Eleonora Brivio, Francesca Caroli, Carlo Galimberti (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

La digital disruption ha riconfigurato i concetti di spazio e luogo nei contesti lavorativi: i confini tra vita reale e ambienti online sono sempre più sfumati. Ciò impone alle organizzazioni di sviluppare competenze per gestire efficacemente le tecnologie digitali. È inevitabile quindi avviare processi di apprendimento interagendo con chi possiede e sviluppa conoscenze su tali tecnologie. Tra i cyberplaces particolarmente attivi nel produrre discorsi di tale natura, con attenzione allo strutturarsi delle Phygital Enterprise, annoveriamo i TED Talk. Veri e propri luoghi di costruzione di rappresentazioni (più o meno) condivise, i TED Talk hanno come mission generale la costruzione di contesti cognitivi sui temi trattati ("cambiare atteggiamenti, vite e mondo") attraverso la comunicazione di contenuti e la raccolta di commenti, a volte strutturati in forma di vere e proprie conversazioni.

Obiettivo del lavoro, attraverso l'analisi dei Discorsi prodotti in sette TED Talk su applicazioni di Augmented Reality (AR) utilizzabili nelle organizzazioni, è la messa a fuoco di come tali Discorsi concorrano a definire il modo in cui nel contesto HR si possa parlare e dare forma (figure out) a tali oggetti sui piani della realtà e dell'immaginazione. Lo studio è stato condotto attraverso una corpus-assisted discourse analysis applicata a sette TED talk (totale minuti analizzati: 58 circa).

I risultati mostrano come i Discorsi prodotti siano portatori dell'idea che attraverso un'adeguata gestione del processo di introduzione dell'AR in azienda si possano influenzare lo sviluppo delle persone, la loro interazione con i propri gruppi di lavoro, con l'organizzazione, la tecnologia e l'ambiente.

Crescita Post-traumatica nei pazienti con Malattia di Parkinson

Francesca Vescovelli, Sara Minotti, Daniele Sarti, Chiara Ruini (Università di Bologna; Riminiterme, Rimini)

Background e obiettivi: la crescita post-traumatica (PTG) si riferisce alla possibilità di sperimentare cambiamenti positivi in seguito ad un trauma e può contribuire in modo significativo all'adattamento nelle malattie croniche. Tuttavia, il processo di crescita posttraumatica nella malattia di Parkinson (PD) rimane ancora scarsamente indagato. Questo studio si propone di esaminare la PTG nei pazienti con malattia di Parkinson, esplorando le caratteristiche specifiche della malattia e valutandone l'impatto su sofferenza, benessere e qualità della vita (HRQoL).

Metodi: Un campione di pazienti con PD (PG, $n = 54$) e un gruppo di controllo sano (HCG, $n = 53$) sono stati valutati tramite il PTGI e altri questionari per misurare il disagio psicologico e il benessere. L'analisi univariata della varianza (ANOVA) è stata utilizzata per confrontare i due gruppi. I pazienti sono stati classificati in base al loro livello di PTG (basso PTG: $n = 12$; PTG medio: $n = 30$; PTG alto: $n = 12$). In seguito, sono stati intervistati e le trascrizioni sono state analizzate utilizzando l'analisi tematica (TA). I temi emersi sono stati associati a rispettivi livelli di PTG.

Risultati: i pazienti hanno riportato livelli più elevati di PTG rispetto ai controlli. I pazienti con alto PTG hanno mostrato un adattamento psicologico più positivo e meno disagio psicologico. Inoltre, in analisi qualitative, questi pazienti hanno riportato più frequentemente affermazioni positive e di crescita personale dopo la diagnosi di malattia, in particolare riferendosi alla spiritualità e all'effetto benefico dell'attività fisica e della riabilitazione psicomotoria durante il percorso di malattia.

Conclusioni: la PTG presenta caratteristiche peculiari nel Parkinson e può favorire un migliore adattamento psicologico in seguito alla diagnosi. L'importanza della spiritualità e del mantenimento di un buon funzionamento fisico sono emersi come temi significativi nei pazienti con elevata PTG.

POSTER

Work engagement e pratiche didattiche nella scuola dell'obbligo: una ricerca cross-sezionale in Canton Ticino

Loredana Addimando (Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana - SUPSI, Locarno)

La ricerca scientifica sulle pratiche didattiche a scuola ha dimostrato come pratiche altamente diversificate siano associate a migliori risultati scolastici degli studenti. Tuttavia, minor attenzione è stata dedicata allo studio delle condizioni psicologiche e lavorative che promuovono l'adozione di nuove pratiche in classe. Il presente contributo è finalizzato ad identificare un modello capace di dar conto del peso che assumono le risorse personali e contestuali (ad esempio la soddisfazione, il supporto sociale e l'autonomia percepita dagli insegnanti) nella possibilità di adottare nuove pratiche didattiche o modificare quelle consolidate. Il campione era composto da insegnanti in servizio (N = 1370) reclutati nelle scuole primarie e secondarie del Canton Ticino (Svizzera). Il modello strutturale ipotizzato ha riportato una buona corrispondenza con i dati empirici (NC = 2.7; RMSEA = .051, NFI = .951, NNFI = .950, CFI = .968). L'analisi degli effetti diretti ha rivelato una grande associazione positiva tra le risorse psicologiche contestuali e l'impegno sul lavoro ($\beta = 0,73$) e l'insegnamento delle pratiche di classe ($\beta = .37$). Il livello di coinvolgimento lavorativo sembrava essere un fattore di promozione nell'uso di pratiche di classe diversificate ($\beta = 0,10$). I risultati hanno fornito alcune evidenze sulla relazione tra ambiente di lavoro e pratiche di insegnamento. Gli insegnanti che percepiscono un ambiente di lavoro favorevole risultano più coinvolti nella professione e sono più portati a sperimentare una serie più eterogenea di pratiche di insegnamento. Il contributo riflette sui risultati alla luce delle implicazioni pratiche in termini di formazione professionale.

Perform-UP, l'applicazione per il benessere e l'empowerment degli atleti

Alessandro Antonietti, Sara Bordo (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

La psicologia, grazie all'utilizzo delle nuove tecnologie questi aspetti l'atleta avrà accesso ad un percorso personalizzato che considera le sue caratteristiche. Ad esempio per gli esercizi di respirazione a seconda dell'età e del livello tennistico cambieranno i tempi di inspirazione e di espirazione. Per la tecnica di visualizzazione mentale, invece, atleti con livello tennistico "basso" (n.c o 4 categoria) partiranno dal livello 1 dove vedranno un video di un modello con le stesse caratteristiche dell'atleta (stessa fascia di età, stessa categoria e braccio dominante) svolgere il gesto motorio. Atleti con livello medio partiranno dal secondo livello (video) mentre atleti con livello alto (professionisti) avranno un audio che li guiderà a vedere se stessi svolgere il gesto motorio (visualizzazione mentale senza video esemplificativo perchè essendo professionisti hanno già consolidato nella memoria a lungo termine i singoli passaggi che vanno a formare il gesto motorio "perfetto". Quindi non hanno bisogno di modelli.)

Gli esercizi di respirazione danno la possibilità agli sportivi di imparare a respirare correttamente e prender consapevolezza del proprio respiro. Le tecniche di rilassamento, invece, aiutano l'atleta a conoscere meglio se stesso, a recuperare le energie, a concentrarsi e ad elaborare in modo consapevole gli stimoli stressogeni. Attraverso la tecnica della visualizzazione mentale, invece, lo sportivo si raffigura le difficoltà, corregge il gesto tecnico e ripete il movimento esatto, consolidandolo nella memoria a lungo termine. Inoltre questa tecnica dà la possibilità agli atleti di rievocare eventi con forte valenza emotiva. L'applicazione è stata creata per il Tennis, attualmente si stanno sviluppando altre app per altri sport. In ogni caso le sezioni di respirazione e di rilassamento sono generiche per tutti gli sport. Mentre la parte dedicata alla visualizzazione mentale (sezione chiamata migliora il tuo tennis) è sport specifica. Questo il link per poter vedere una breve demo dell'app:

<https://www.youtube.com/watch?v=1s6U2168Yng&feature=youtu.be>

Valutazione di processo di un programma di mentoring a scuola

Giovanni Aresi, Monica De Luca, Maura Pozzi, Elena Marta (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Nel contesto scolastico, i programmi di Mentoring consistono nell'abbinare un mentore adulto volontario a un telemaco o mentee segnalato come potenzialmente a rischio scolastico (es., disaffezione nei confronti della scuola) o psicosociale (es., esclusione sociale e difficoltà di rapportarsi con gli adulti). Mentore e telemaco si incontrano regolarmente nella speranza che si sviluppi una relazione positiva e supportiva, che possa favorire lo sviluppo e il benessere del telemaco.

Nelle scuole della città di Milano è attivo da diversi anni il Programma Mentore della Società Umanitaria. Nel 2018, come fase preliminare ad uno studio di valutazione di efficacia, è stata effettuata una valutazione di processo del Programma con lo scopo di esaminare le caratteristiche del Programma.

Sono state effettuate un'analisi dei documenti (es., materiale informativo) relativo al Programma, e interviste ai responsabili e lo staff (N = 6), e quattro insegnanti referenti nelle scuole. Sono stati, inoltre, raccolti dati socio-demografici e sul coinvolgimento nel Programma dei mentori (N = 109), e dei rispettivi telemaco, attivi nel corso dell'anno scolastico 2018/19, nonché dati descrittivi degli istituti scolastici aderenti (N = 19).

I dati sono stati analizzati in modo descrittivo e integrati per ricostruire il modello logico del Programma, che ne rappresenta l'insieme degli obiettivi, dei metodi, delle risorse impiegate e dei risultati attesi. Questi elementi verranno confrontati e discussi alla luce dei risultati della ricerca sui programmi di mentoring efficaci nella promozione dello sviluppo positivo.

L'impatto del digitale sul lavoro

Rosina Bentivenga, Sara Stabile, Emma Pietrafesa (Inail)

La diffusione delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione, i cambiamenti della forza lavoro, la flessibilità e le nuove pratiche gestionali che interessano le organizzazioni, implicano importanti trasformazioni con effetti sulle caratteristiche del lavoro e sul benessere dei lavoratori.

L'utilizzo degli strumenti digitali, di nuove piattaforme di social collaboration e di nuove interfacce uomo-macchina, con il monitoraggio dei parametri lavorativi e con lo sviluppo e la commercializzazione di nuovi materiali intelligenti determina anche la perdita dei vincoli fisici e temporali (everywhere, always online) e la modifica degli ambienti e delle condizioni di lavoro.

I recenti processi di innovazione se da un lato creano nuove opportunità di lavoro e ne migliorano la qualità e la flessibilità, dall'altro possono determinare l'insorgenza di nuovi rischi per la salute e sicurezza sul lavoro, anche in considerazione del fatto che la forza lavoro sta diventando multigenerazionale, multiculturale e ageing. L'obiettivo del nostro studio è quello di realizzare uno strumento che tenga conto di diversi aspetti tra i quali l'utilizzo e la familiarità, l'apprendimento nei luoghi di lavoro e il rapporto con i social media, per valutare le opportunità e le criticità che derivano dall'uso pervasivo delle ICT e individuare adeguate misure di prevenzione.

Allo stato attuale è stata effettuata una disamina degli strumenti utilizzati e degli studi realizzati in ambito europeo e internazionale relativi all'impatto del digitale sul lavoro, dalla quale emerge la necessità di potenziare l'informazione, la formazione e il coinvolgimento dei lavoratori nella digitalizzazione dei processi, per ridurre il disagio e le resistenze al cambiamento.

La frattura del femore nell'anziano: uno studio esplorativo sull'efficacia di un training focalizzato sulla regolazione emotiva

Marta Balzan, Debora Manfredi, Stefania Balzarotti, Federica Biassoni, Paola Iannello (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

La frattura del femore rappresenta un problema di salute pubblica comune in tutto il mondo e comporta una significativa morbilità, disabilità e mortalità tra i soggetti anziani. La presente ricerca si pone l'obiettivo di testare l'efficacia di un intervento di potenziamento del benessere soggettivo in un campione di anziani ospedalizzati e sottoposti a riabilitazione a seguito della frattura del femore. A tal fine, un campione di 15 anziani è stato sottoposto a un training focalizzato sulla regolazione emotiva, consistente in un totale di sei incontri individuali finalizzati a indagare il vissuto dei partecipanti in relazione all'evento frattura e l'utilizzo delle strategie di regolazione delle emozioni. Il gruppo di controllo (N = 8) è stato invece invitato a incontri individuali basati su attività ludiche e di svago. La Geriatric Depression Scale (vissuti depressivi), la Flourishing Scale (benessere psicologico) e la General Self-Efficacy Scale (autoefficacia) sono state somministrate pre- e post-intervento. Dai risultati è emerso che i vissuti depressivi tendono a diminuire post-intervento nel gruppo training, ma non nel gruppo di controllo. Inoltre, nel gruppo sottoposto a training emerge un aumento significativo del benessere psicologico, mentre nel gruppo di controllo una riduzione nel tempo. Tali risultati costituiscono iniziali dati a supporto della possibile efficacia di un training sulla regolazione emotiva nell'affrontare l'evento frattura.

L'efficacia del programma "Student Compass" (La bussola dello studente) su studenti internazionali all'Università di Jyväskylä

Francesca Brandolin, Simone Gorinelli, Raimo Lappalainen, Päivi Lappalainen, Panajiota Räsänen (University of Jyväskylä)

Background: circa il 20-30% degli studenti riporta sintomi di depressione e una gran parte di questi ultimi, che riportano problemi di salute mentale, tende a non cercare aiuto professionale. In particolare, gli studenti internazionali, spesso, non hanno accesso a servizi di supporto durante i loro studi magistrali e di dottorato o durante un anno di scambio all'estero. Pertanto, il Dipartimento di Psicologia dell'Università di Jyväskylä ha fornito un programma volto ad incrementare il benessere, Student Compass, a quegli studenti internazionali che necessitano di supporto psicologico. L'obiettivo del programma è quello di migliorare il benessere psicologico e ridurre i sintomi legati ad ansia e stress. Metodo: (n=46) studenti internazionali sono stati coinvolti in degli incontri di gruppo, per 5 settimane, con un programma strutturato e basato sui principi dell'Acceptance and Commitment Therapy (ACT), con discussioni ed esercizi esperienziali relativi ai processi dell'ACT: Valori, Impegno, Consapevolezza, Defusione, Accettazione. Le misure utilizzate prima e dopo l'intervento includono: AFQY, FFMQ, PSS, GAD-7, PH9, Warwick Wellbeing Scale, VLQ ed ELS. Risultati: si denota una maggiore flessibilità e benessere psicologico, oltre a una diminuzione dell'ansia e dello stress percepito. Discussione: I risultati suggeriscono che un intervento di gruppo basato sull'ACT della durata breve di 5 settimane può essere un modo efficace per migliorare il benessere degli studenti internazionali. Vengono discusse le implicazioni e le limitazioni dei risultati.

L'educazione alla positività e alla gentilezza: l'esperienza del Movimento Mezzopieno nelle scuole

Caterina Cafasso¹, Diego Mariani², Marta Casonato², Angela Fedi¹ (1 Università degli Studi di Torino. 2 Movimento Mezzopieno)

Introduzione: Mezzopieno è un movimento internazionale che riunisce vari soggetti (associazioni, ricercatori, giornalisti, persone comuni ecc.) con l'obiettivo di rendere applicativi molti dei concetti della psicologia positiva, promuovendo l'ottimismo con l'intento di aumentare il benessere delle persone. Nella convinzione che questo cambiamento debba essere promosso anche e soprattutto fra le nuove generazioni, Mezzopieno conduce alcuni laboratori gratuiti nelle scuole primarie di primo e secondo grado e dal 2014 ha raggiunto 960 scuole italiane, per un totale di circa 26.000 studenti coinvolti.

I laboratori sono composti da 3 moduli che educano gli alunni all'approccio della positività, alla comunicazione/scrittura positiva e alla pratica della gentilezza.

Obiettivo del presente lavoro è l'esplorazione delle dinamiche attivate dagli interventi e di indagare il cambiamento nelle classi.

Metodo: Attraverso la partecipazione ai laboratori sono state condotte 15 osservazioni partecipanti e 4 interviste agli insegnanti coinvolti.

Risultati: Sono numerosi i punti di forza dell'intervento emersi dalle osservazioni e dalle interviste, primo fra tutti l'interesse e la partecipazione degli allievi. Tutti gli insegnanti intervistati hanno riferito di un cambiamento personale a livello di atteggiamento mentale e di modo di approcciarsi alla vita e in un caso è stato segnalato anche un cambiamento comportamentale negli allievi, circoscritto però al breve termine.

Conclusioni e nuove prospettive: Per potenziare gli effetti dell'intervento e rendere il cambiamento più profondo si potrebbe ipotizzare un maggiore coinvolgimento degli insegnanti, che hanno la responsabilità e l'opportunità di essere i primi promotori di positività e gentilezza nelle proprie classi (ad es. attraverso una formazione ad hoc). Inoltre andrebbero trovate strategie utili nei contesti più connotati da disagio, dove la positività è più difficilmente trasferibile al di fuori del contesto scuola.

La motivazione nella psicologia fiscale, un espediente per aumentare la compliance fiscale

Davide Cavallo, Paola Iannello (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

La tassazione è una dinamica del vivere sociale che viene vissuta negativamente dai cittadini. La letteratura evidenzia come la persona non sia naturalmente portata a rinunciare a un bene immediato a favore di una ricompensa dilazionata nel tempo, in particolare nel contesto della fiscalità in cui la "restituzione" del bene segue modalità che non sono controllabili dal cittadino stesso. La letteratura indica che un maggior coinvolgimento del contribuente nel processo di tassazione possa portare a sviluppare una motivazione intrinseca nel pagare le tasse.

Lo studio intende verificare se l'introduzione di una dinamica di scelta nel processo di tassazione possa aumentare la compliance fiscale e la soddisfazione del soggetto, ed esplorare alcuni costrutti psicologici che possono influenzare il comportamento di scelta del partecipante.

Il campione si compone di 100 soggetti (57% donne, $M = 34$; $DS = 9.43$). I partecipanti sono stati assegnati casualmente ad una delle due condizioni (possibilità vs non possibilità di decidere a quale settore destinare le tasse pagate). Tutti i partecipanti sono stati coinvolti in una simulazione del processo di tassazione. In seguito, sono stati somministrati i seguenti task: Balloon Analogue Risk Task e le "Big Three" Financial Literacy Questions; infine, sono stati somministrati alcuni questionari self-report per misurare il livello di impulsività, lo stile decisionale, i tratti di personalità e la tendenza alla massimizzazione. I risultati indicano che i partecipanti a cui viene data la possibilità di decidere la destinazione di una parte dei propri contributi si dichiarano maggiormente soddisfatti e mostrano una maggiore compliance fiscale.

Salute mentale a scuola: uno studio esplorativo con un campione di adolescenti

Valeria Cavioni, Alessia Agliati, Ilaria Grazzani (Università degli Studi di Milano-Bicocca)

Recenti studi hanno evidenziato come il disagio psicologico e i problemi mentali siano in continuo aumento tra gli adolescenti enfatizzando, inoltre, il ruolo chiave del contesto scolastico per promuovere il benessere degli studenti.

Questo contributo presenta i risultati di uno studio volto ad esplorare la relazione tra la salute mentale degli studenti, la relazione insegnante-studente ed il clima scolastico. Il campione comprende 3858 adolescenti frequentanti la scuola secondaria di secondo grado dalla classe prima alla classe quinta, con età compresa tra i 14 e 21 anni ($M=16.68$; $DS=1.14$). Gli strumenti utilizzati sono stati: il Mental Health Continuum-Short Form, il Teacher-Student Relationship Questionnaire e il questionario Sense of Community in the School.

Analizzando i punteggi medi delle variabili osservate in funzione all'età, si osservano differenze significative. In particolare, emerge una diminuzione dei punteggi dal primo all'ultimo anno in relazione a tutte le variabili, rilevando come la salute mentale, la qualità della relazione docente-studente e il clima classe peggiori con il tempo. Si riscontrano, inoltre, differenze di genere, con i maschi che mostrano punteggi medi significativamente più elevati nelle variabili analizzate.

I risultati vengono discussi anche alla luce dei compiti di sviluppo propri dell'adolescenza.

PROMEHS: un programma evidence-based per promuovere la salute mentale a scuola

Valeria Cavioni, Ilaria Grazzani, Alessia Agliati, Elisabetta Conte, Veronica Ornaghi (Università degli Studi di Milano-Bicocca)

La salute mentale è definita come uno stato di benessere in cui ogni individuo realizza il proprio potenziale, fa fronte alle difficoltà della vita, lavora in modo produttivo e fruttuoso ed è in grado di dare un contributo alla propria comunità.

I più recenti studi evidenziano come il disagio psicologico e i disturbi mentali dei bambini e degli adolescenti siano in continuo aumento, sottolineando, inoltre, l'importanza di strutturare programmi di intervento fin dai primi anni di vita per promuovere il benessere psicologico a scuola. Il presente contributo descrive gli obiettivi e la metodologia di PROMEHS (Promoting Mental Health at Schools), un progetto Europeo finalizzato alla creazione di un programma sperimentale evidence-based per la promozione della salute mentale a scuola.

Il curriculum PROMEHS sarà implementato nell'anno 2020 in 7 Paesi europei. Lo studio prevede l'utilizzo di un disegno di ricerca longitudinale in due tempi (pretest e post-test). Il campione totale dei partecipanti coinvolti nella sperimentazione includerà circa 6000 studenti dai 3 ai 18 anni ed i loro docenti. I partecipanti verranno divisi in gruppo sperimentale e gruppo di controllo. La sperimentazione prevederà l'utilizzo in classe, da parte dei docenti del gruppo sperimentale formati dai ricercatori PROMEHS, di attività finalizzate al potenziamento degli apprendimenti socio-emotivi, della resilienza e alla diminuzione dei problemi di comportamento internalizzati e esternalizzati e dei comportamenti a rischio. L'efficacia del programma sarà verificata confrontando il cambiamento pre-post nei due gruppi sia per studenti che per docenti. Per gli studenti verranno utilizzati strumenti di misurazione per valutare il cambiamento rispetto alle competenze socio-emotive, la resilienza, la manifestazione di problemi di comportamento e il rendimento scolastico. Per i docenti si osserveranno gli effetti del curriculum rispetto alle competenze socio-emotive, la resilienza e la gestione dello stress lavoro-correlato e la soddisfazione lavorativa. Le analisi dei dati permetteranno, inoltre, la costruzione di un modello di equazioni strutturali per comprendere l'effetto della sperimentazione sulla salute mentale di studenti e docenti.

I risultati della sperimentazione saranno utilizzati per innovare le politiche educative nazionali negli Stati membri inerenti la promozione del benessere e della salute mentale a scuola.

Il successo sportivo come promotore di benessere psico-sociale per i contesti a rischio: l'oro di Scampia

Dario Ciccarelli¹ e Davide Marocco² (1 Associazione Sportiva Dilettantistica "VAR GAMES". 2 Università degli Studi di Napoli Federico II)

Nel presente contributo si indaga come lo sport possa operare come fattore trainante in quei contesti "a rischio" dove il luogo svolge una funzione limitante, produce impotenza appresa e rassegnazione per un destino già tracciato, configurandosi come un framework cognitivo negativo.

Si propone un focus, nell'anno delle Universiadi, sul ruolo positivo dell'impegno sportivo come fattore promotore di benessere individuale e collettivo, con un effetto buffering sugli stili esplicativi negativi dei luoghi.

Lo si fa attingendo da alcune esperienze positive – in primis: l'oro olimpico nel judo di Pino Maddaloni, allenato dal padre-maestro Gianni – realizzate nel quartiere "Scampia" ("campo abbandonato, non-campo"), quartiere nord di Napoli caratterizzato da uno dei tassi di disoccupazione più alti d'Italia. In tali casi un'esperienza sportiva di successo, caratterizzata dall'impegno insensato e vincente di alcune persone "speciali" (nell'accezione di "forza speciale" di Seligman), segnala che la vittoria è possibile anche in un "campo" impossibile e diventa icona della speranza infondata, quindi della rinascita, individuale e comunitaria.

L'esperienza di Gianni Maddaloni, e di altri come lui, dimostra l'efficacia dello sport come volano di benessere che dovrebbe assurgere a metodo, fondato sullo studio e la comprensione delle caratteristiche psicologiche di queste persone "speciali", e che permetta di individuare all'interno di altri contesti socio-economici depressi e di altre realtà (le istituzioni, ad esempio) figure che, in virtù delle loro attitudini, possano favorire lo sviluppo di esperienze che resistano e abbiano le capacità di trasformare la negatività dei contesti in cui agiscono.

Orientamenti al benessere a scuola: studenti e insegnanti a confronto

Clarissa Corapi, Matilde Nicolotti, Maria Elena Magrin (Università degli Studi di Milano-Bicocca)

Il presente contributo, parte di un più ampio progetto sugli orientamenti al benessere nei sistemi educativi, fa seguito ad un precedente lavoro riguardante gli orientamenti al benessere nella famiglia. Obiettivo dello studio è quello di esplorare l'orientamento al benessere di studenti e insegnanti, in termini di prospettiva temporale e aspirazioni di vita, analizzandone le relazioni con il benessere soggettivo e le variabili socio-anagrafiche dei partecipanti e, per gli studenti, con il rendimento scolastico. Alla ricerca hanno partecipato 174 studenti e 15 insegnanti che hanno compilato un questionario comprendente un adattamento del Time Perspective Inventory e dell'Aspiration Index, la Satisfaction With Life Scale e una misura di benessere a scuola. Prospettiva temporale orientata al presente e aspirazioni estrinseche sono stati considerati indici di un orientamento edonico, prospettiva temporale orientata al futuro e aspirazioni intrinseche indici di un orientamento eudaimonico. All'interno del gruppo degli studenti, l'orientamento eudaimonico risulta caratteristico delle ragazze e degli studenti più giovani, mentre quello edonico caratterizza maggiormente i maschi e gli studenti più grandi. Inoltre, benessere soggettivo e rendimento scolastico

correlano positivamente con l'orientamento eudaimonico e negativamente con quello edonico. Rispetto al gruppo degli studenti, quello degli insegnanti presenta un minor orientamento edonico; emergono inoltre minori correlazioni tra orientamento al benessere e benessere soggettivo. Tali risultati suggeriscono la rilevanza del periodo preadolescenziale nella strutturazione di un orientamento al benessere e aprono interessanti prospettive rispetto alle possibilità di analisi delle relazioni intercorrenti tra orientamento al benessere di insegnanti e alunni, nonché di confronto con il sistema familiare.

Quali fattori protettivi rispetto all'uso massivo di Internet in adolescenza?

Simona De Stasio¹, Benedetta Ragni¹, Eliana Bucchi¹, Francesca Boldrini² (1 Università LUMSA di Roma. 2 Università La Sapienza di Roma)

Recenti dati provenienti dalla letteratura mostrano come l'uso massivo di Internet in età adolescenziale è associato a diverse condizioni psicopatologiche quali sintomi depressivi, disturbo da deficit di attenzione e iperattività e discontrollo degli impulsi. Alla luce di queste evidenze è sembrato interessante approfondire in un'ottica preventiva la relazione fra l'uso massivo di Internet e alcune dimensioni socio-affettive quali la percezione del caregiving genitoriale, la qualità dei legami amicali e i livelli di disaffezione scolastica in un gruppo di adolescenti (età compresa tra i 16-18 anni). 140 studenti di scuola superiore di secondo grado (M=72,9%) hanno compilato i seguenti questionari: Generalized Pathological Internet Use Scale-2 (GPIUS-2); Parent and Peer attachment inventory for Friendship Quality (FQ); School Burnout Inventory (SBI) e Parental Bonding Instrument (PBI) per valutare il caregiving genitoriale. Gli esiti della regressione condotta hanno evidenziato un buon livello predittivo delle variabili considerate rispetto all'uso massivo di internet ($R^2=.38$; $F_{4,134}=5.751$, $p=.000$); in particolare, la qualità dei legami amicali ($\beta = -.337$, $p = .000$) e il caregiving genitoriale percepito ($\beta = -.242$, $p = .011$) hanno mostrato di poter incidere come dimensioni protettive sulla variabile oggetto di studio. Gli esiti del presente studio mostrano come fattori relazionali ed affettivi possono aumentare la probabilità di un utilizzo di internet più contenuto e non disfunzionale rispetto alla crescita adolescenziale.

Sviluppare la resilienza per promuovere il benessere: il programma UPRIGHT per preadolescenti, docenti e famiglie

Valeria Donisi¹, Sara Carbone¹, Silvia Rizzi¹, Monica Zambotti², Nicoletta Zanetti², Stefano Forti¹, Silvia Gabrielli¹, per conto del Consorzio UPRIGHT (1 Fondazione Bruno Kessler, Trento, Italy. 2 Provincia Autonoma di Trento)

Il Progetto Europeo UPRIGHT mira a promuovere il benessere e prevenire l'insorgenza del disagio mentale nei preadolescenti, tramite interventi volti a rafforzare le capacità di resilienza. Il poster descrive le componenti del programma di formazione UPRIGHT ed evidenzia i punti di forza del progetto, nell'affrontare le sfide del contesto scolastico. UPRIGHT è un programma di tipo universale ed integra 18 abilità riguardanti il coping, l'efficacia, le competenze socio-emotive e la mindfulness. Nei primi 9 mesi del progetto, gli studenti, le loro famiglie e i professionisti della scuola sono stati coinvolti nella co-creazione del programma, affinché questo rispondesse alle loro esigenze e alle caratteristiche del contesto locale. UPRIGHT riconosce il valore della prospettiva sistemica: forma parallelamente docenti e genitori, sia in aula che tramite una piattaforma online, affinché possano lavorare sinergicamente con i ragazzi per favorire lo sviluppo del loro potenziale individuale e sociale. Il progetto, un RCT per cluster, valuterà l'accettabilità del programma e la sua efficacia (utilizzando metodologie quantitative e qualitative) nel migliorare la resilienza, il benessere e ridurre i sintomi di disagio mentale in cinque regioni pilota (in Spagna, Italia, Danimarca, Polonia e Islanda), per tre anni scolastici.

In Trentino, la collaborazione con il Dipartimento Istruzione e Cultura della Provincia di Trento ha permesso la partecipazione di 9 scuole secondarie di primo grado e la formazione di 45 docenti. In questa prima ondata di implementazione, il programma coinvolgerà a livello locale circa 300 genitori e 300 preadolescenti.

Interventi musicali su bambini con cancro: una rassegna sistematica della letteratura

Maria Facchini, Chiara Ruini (Università di Bologna)

Questo lavoro consiste in una revisione sistematica della letteratura sull'utilizzo di interventi musicali con bambini e adolescenti ricoverati per malattie oncologiche, con l'obiettivo di valutarne la fattibilità e i benefici, in termini di salute mentale e fisica, che possono comportare.

La raccolta degli studi è stata fatta tra i mesi di febbraio 2018 e febbraio 2019, utilizzando tre banche dati: pubmed, psycinfo e scopus. Le parole chiave utilizzate sono le seguenti: (cancer or oncology) and music; age restriction 0-24.

Su 422 articoli emersi sono stati inclusi in tutto 16 studi, per un totale di 518 partecipanti. Gli interventi musicali si suddividono tra passivi (n=4), attivi (n=8) e misti (n=4), in seguito all'attuazione dei quali, emerge una riduzione del distress psicologico (n=7), con diminuzione di paura e ansia esperita, e un maggiore livello di benessere (n=6), dato da una maggior frequenza di espressioni facciali positive, iniziativa, coinvolgimento attivo e integrazione sociale. Rimangono invece più discordanti i risultati degli studi (n=8) che hanno valutato il livello di dolore esperito e altri parametri vitali come la frequenza cardiaca.

Dall'analisi degli studi emerge che gli interventi musicali, nel contesto dell'oncologia pediatrica, hanno effetti positivi sulla salute mentale e fisica. Vi sono però anche alcune criticità. È presente infatti, oltre che una quantità ridotta di studi in questo cam-

po, una grande eterogeneità metodologica che rende complessa la generalizzazione dei risultati. Tutto ciò suggerisce di adottare nuovi accorgimenti per la ricerca futura, come una maggiore sistematizzazione metodologica, un utilizzo più diffuso di strumenti quantitativi nelle misurazioni di benessere, distress e parametri vitali, e un approfondimento del rapporto tra indici di benessere/malessere psicologico e intervento musicale. Altre implicazioni cliniche e di ricerca sono state approfondite ulteriormente.

Il benessere psicologico, l'auto-efficacia e le strategie di coping nelle donne in gravidanza

Maria Luisa Indiana, Elisabetta Sagone (Università degli Studi di Catania)

La gravidanza si presenta come un momento particolare della vita di ogni donna, caratterizzato da notevole complessità psicologica e quindi da una potenziale vulnerabilità. In questo senso, la gestione degli stati psicologici diviene più delicata. Date tali premesse, il presente studio ha l'obiettivo di analizzare le associazioni tra il benessere psicologico, la soddisfazione per la vita, le strategie di *coping* e l'autoefficacia all'interno di un campione di donne alla prima gravidanza ($n=41$) e di donne già madri ($n=24$). Per la raccolta dei dati, abbiamo usato le versioni italiane della Psychological Well-Being Scale, della Generalized Self-efficacy Scale, della Life Satisfaction Scale e il Coping Inventory for Stressful Situations. L'analisi dei dati è stata effettuata mediante l'utilizzo delle correlazioni lineari tra i costrutti esaminati. I risultati mostrano che, senza differenze significative tra i due gruppi, più le donne tendono a dare un significato e uno scopo alla propria vita, più sono soddisfatte ($r = .27, p = .028$); le donne che si percepiscono come autonome e hanno molti scopi nella vita tendono ad usare di più strategie di coping orientate ai compiti (rispettivamente, $r = .26, p = .036$; $r = .29, p = .020$); infine, le donne che si percepiscono efficaci sono più soddisfatte ($r = .25, p = .041$), si pongono più propositi di vita ($r = .31, p = .011$) e utilizzano maggiormente le strategie di coping orientate al compito ($r = .36, p = .003$). Ricerche future potrebbero analizzare le relazioni con altre dimensioni psicologiche.

Digital communication between homes and schools affects teacher well-being

Anne-Mari Kuusimäki, Kirsi Tirri, Lotta Uusitalo (University of Helsinki)

Well-functioning communication is crucial for all work communities. In schools, parents' and teachers' respectful partnership is essential for pupils' learning. Today, parents' and teachers' communication takes place mostly on digital platforms. However, not much is known of the specific role of digital communication (DC) in building a parent-teacher partnership. It is worth elucidating how DC contributes to the well-being of both parties. In this study, we asked 1123 Finnish parents and 118 teachers experiences and expectations of DC. The respondents filled a 3-factor Digital Communication Scale that probed building partnerships, giving feedback, and writing and receiving messages. The respondents provided qualitative accounts on their involvement in DC. The majority of both parents and teachers seemed satisfied with DC. Most of the messages delivered via DC concerned practical, clear and neutral matters. However, the feedback of pupils' schooldays and the frequency of contacting varied a lot depending on the teacher. Although teachers found the usage of the digital platform easy, they also viewed that DC increased their workload and misunderstandings with parents. Since most teachers lacked any training in the usage of DC, instructions were a wish of many. In order to be an efficient tool to create positive partnerships and assist teacher's daily work, practical implications and further studies are needed on DC.

Adattamento psicosociale nei figli di genitori affetti da malattia oncologica: esame dei fattori di resilienza

Giulia Landi, Maria Stella Andreozzi, Eliana Tossani, Silvana Grandi (Università degli Studi di Bologna)

Una diagnosi di cancro ha un impatto non solamente nel genitore che la riceve, ma anche nei figli. Questo studio indaga l'adattamento psicosociale nei figli di pazienti oncologici (età 11-23 anni, $n = 61$), mediante confronto con figli di genitori sani (età 11-23 anni, $n = 61$) ed esamina i possibili fattori di resilienza personali e familiari negli adolescenti che affrontano la malattia oncologica genitoriale. Tutti i partecipanti hanno compilato una batteria di strumenti per misurare il benessere (Kidscreen-27), l'inflessibilità psicologica (Avoidance and Fusion Questionnaire for Youths), l'attaccamento (Experiences in Close Relationships Revised Child version), le strategie di coping (Brief COPE), la comunicazione familiare (Family Assessment Device) e alcune variabili relative alla malattia genitoriale, come la libertà nella scelta di aiutare il genitore malato. I figli di pazienti oncologici mostrano livelli significativamente più bassi di qualità di vita correlata alla salute rispetto ai figli di genitori sani ($F = 4.882, p < .05$), ma i seguenti fattori protettivi incidono sul benessere degli adolescenti di pazienti oncologici: un legame di attaccamento sicuro con il genitore malato ($\beta = .331, p < .01$), una buona qualità della comunicazione in famiglia ($\beta = .231, p < .05$), l'utilizzo del pensiero positivo come strategia di coping ($\beta = .214, p < .05$), una maggiore libertà di scelta nell'aiutare il genitore malato ($\beta = .223, p < .05$) e una minore inflessibilità psicologica ($\beta = -.322, p < .01$). Interventi preventivi dovrebbero tenere in considerazione questi fattori per favorire la resilienza dei figli alla malattia genitoriale.

Benessere a scuola: il contributo del cooperative learning. Riflessioni analitico transazionali

Claudia Matini (Scintille srl)

Il Cooperative Learning costituisce per un educatore l'opportunità di favorire in modo consapevole ed efficace relazioni inclusive basate sul rispetto: attraverso una serie di decisioni sull'organizzazione della lezione, obiettivi, ruoli e materiali, l'insegnante stimola un lavoro di gruppo in classe, utile a favorire crescita cognitiva e relazionale degli allievi.

Ricerche e meta-analisi internazionali attestano l'efficacia del lavoro di gruppo cooperativo rispetto a variabili quali il rendimento nelle discipline scolastiche, l'apprendimento secondo i diversi livelli di capacità degli studenti, lo sviluppo di abilità cognitive, la percezione di sé, la motivazione, lo sviluppo di competenze sociali, la qualità dei rapporti interpersonali e l'integrazione.

In questo lavoro verranno approfonditi, nella prospettiva analitico transazionale, alcuni meccanismi interazionali che sostengono il benessere degli studenti a scuola, quando i principi del CL vengono applicati in modo efficace. In particolare, verranno analizzate alcune tecniche cooperative di autori diversi, Kagan e i Johnson (intervista di gruppo, raggruppamenti per somiglianza, discussione focalizzata) secondo la prospettiva analitico transazionale, al centro della quale c'è il concetto di okness, in cui ciascuno si sente e considera l'altro come persona di valore. Questo tipo di relazione, alla pari, sana perché nutriente a livello psicologico, richiede competenze emotive e personali che solo raramente si ritrovano naturalmente e che l'uso del Cooperative Learning invece favorisce. Verranno quindi esplicitate alcune connessioni tra principi di base del CL quali l'interdipendenza positiva, l'interazione simultanea, l'interazione promozionale e l'okness analitico transazionale.

Financial literacy, benessere finanziario soggettivo e previdenza complementare: un confronto tra Italia e Germania

Maria Rosa Miccoli, Paola Iannello (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Il benessere finanziario è un costrutto multidimensionale in cui è possibile distinguere benessere finanziario oggettivo (risorse materiali, condizioni economiche e finanziarie) e soggettivo (valutazione emotiva e cognitiva della propria situazione finanziaria). Nell'ambito del benessere finanziario, la previdenza complementare è un investimento personale perpetuato attraverso una valutazione consapevole delle proprie finanze fatta per esperire una qualità di vita pensionistica adeguata alle proprie aspettative.

Il presente studio si è posto i seguenti obiettivi: (a) Confrontare il livello di benessere finanziario soggettivo percepito da un gruppo di partecipanti italiani e da uno di partecipanti tedeschi;

(b) Analizzare le decisioni in materia di previdenza complementare fatte dal campione italiano e tedesco; (c) Identificare possibili predittori del benessere finanziario soggettivo.

Il campione è costituito da un gruppo di partecipanti residenti in Germania (N = 62; età media M = 29) e in Italia (N = 100; età media M = 27).

Al campione sono stati somministrati strumenti self-report per rilevare il livello di benessere finanziario oggettivo e soggettivo, il livello di financial literacy, specifiche differenze individuali (livello di impulsività, tendenza alla massimizzazione, orientamento al futuro, fiducia).

Le analisi statistiche non evidenziano differenze significative tra i due Paesi rispetto al livello di financial literacy e al livello di benessere finanziario soggettivo. Il livello di impulsività individuale, l'orientamento al futuro, la fiducia e la percezione di risorse disponibili sono risultati predittori significativi del livello di benessere finanziario soggettivo percepito dagli individui.

Che ingredienti occorrono per una buona vita? Credenze relative al benessere in un campione di giovani adulti

Matilde Nicolotti, Maria Elena Magrin (Università degli Studi di Milano - Bicocca)

Il presente studio intende indagare le credenze relative al benessere, ovvero le credenze relative a quali siano gli elementi costitutivi del benessere, in un campione di giovani adulti, analizzandone le relazioni con il benessere (edonico ed eudaimonico) e il malessere sperimentati. Ciò in linea con alcuni recenti studi che hanno evidenziato un legame tra le credenze relative agli elementi costitutivi del benessere e il benessere effettivamente sperimentato.

210 giovani adulti (19-34 anni) hanno completato un questionario comprendente una misura di credenze relative al benessere (Beliefs About Well-Being Scale; BWBS) e misure di benessere psicologico e soggettivo (PWBS, PANAS, SWLS) e di malessere (GHQ).

Dai risultati emergono differenze in relazione a variabili socio-anagrafiche nell'importanza attribuita a dimensioni edoniche ed eudaimoniche. Inoltre la dimensione edonica di Assenza di Esperienze Negative mostra relazioni negative con il benessere psicologico e nessuna relazione con il benessere soggettivo, a differenza delle altre dimensioni considerate nella BWBS, che mostrano relazioni positive con entrambi i tipi di benessere.

Una domanda aperta invitava poi i partecipanti ad aggiungere ulteriori dimensioni ritenute essenziali per il benessere che non fossero incluse nella BWBS. Il 37% dei partecipanti ha aggiunto degli elementi, evidenziando diverse dimensioni aggiuntive, riferite a domini di vita e a componenti psicologiche.

Dallo studio emerge la necessità di approfondire la conoscenza delle rappresentazioni del benessere, per identificare componenti universali e cultural-specifiche, adattando gli strumenti di conseguenza. I risultati invitano inoltre ad una riflessione sul particolare ruolo e posizionamento della credenza che il benessere riguardi l'assenza di esperienze negative.

Benessere psicologico, trauma secondario e risorse personali negli operatori sanitari impiegati in zone di crisi politica e militare: uno studio nei territori Palestinesi

Alessandro Pepe¹, Federica Cavazzoni¹, Loredana Addimando², Alaa Jaradah³, Hania El Essawi, Guido Veronese¹ (1 Università Milano-Bicocca. 2 Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana, Locarno. 3 Remedial Education Centre, Gaza)

Diverse evidenze empiriche hanno classificato gli operatori sanitari che lavorano in zone di crisi militare come gruppo a rischio di alti livelli di stress psicosociale e trauma primario e secondario. L'identificazione di fattori di protezione e recupero da esposizioni potenzialmente traumatiche è di fondamentale importanza per garantire i livelli di benessere psicologico e salute mentale di tali professionisti.

Il presente studio è finalizzato all'identificazione di un modello concettuale capace di dar conto del peso delle risorse personali (senso di coerenza, crescita post-traumatica e benessere soggettivo) degli operatori professionisti come fattori di protezione dal rischio di sofferenza psicologica e i sintomi di trauma. Il campione è composto da 181 operatori sanitari (40% paramedici, 25% infermieri, 10% medici, 25% addetti alle ambulanze) operanti nei territori di Gaza e West Bank. L'età dei partecipanti varia tra 18 e 65 years (M=31.18; SD=8.7). Sono state raccolte le seguenti misure quantitative: World Health Organization Well Being Questionnaire (WHO-5), General Health Questionnaire (GHQ-12); Impact of Event Scale (IES-13), Sense of Coherence Scale (SOC-3) e Post-traumatic Growth Index (PTGI-10). Il modello concettuale è stato testato attraverso modelli ad equazione strutturale e l'utilizzo combinato di variabili latenti ed indicatori empirici.

I dati raccolti attraverso il General Health Questionnaire (m=17.66, sd=7.48) rivelano livelli medio-alti di sofferenza psicologica. Il modello ad equazione strutturale mostra un ottimo adattamento [$\chi^2(24)=31.8$, p=.132, NFI=.878, NNFI=.951, CFI=.954, RMSEA=.043]. La decomposizione degli effetti totali mostra come le risorse personali contribuiscono a ridurre i livelli di sofferenza psicologica ($\beta=-.25$, p <.01) e trauma ($\beta=-.16$, p <.01).

Rabbia alla guida: protocollo di ricerca preliminare ad un training preventivo

Francesca Petrella (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Questo progetto di ricerca si prefigge lo scopo di testare se l'iniezione di emozioni positive, quali la gioia o il divertimento, possano influenzare in maniera positiva stati d'animo negativi, quali rabbia ed aggressività, durante il comportamento di guida in un'ottica preventiva. Ipotesi: l'approfondimento sulla rabbia alla guida potrebbe essere utile per comprendere le ragioni dei comportamenti aggressivi e poco educati negli utenti della strada e per far decrescere la percentuale di sinistri sulle strade italiane.

Il campione sarà costituito da 30 persone, egualmente distribuite tra tre gruppi, ossia giovani adulti (20-35 anni), adulti (36-65 anni), anziani (66-80 anni) selezionati in maniera casuale nella città di Milano e provincia.

Ai partecipanti verranno proposte tramite questionario self-report ed intervista individuale alcune domande concernenti i loro comportamenti di rabbia e aggressività in due momenti, ossia prima e dopo l'esperienza di guida, in modo che la differenza comportamentale sia rilevata in maniera più agevole. Qualora emergessero differenze significative, l'utente potrà usufruire di un training, che potrà essere improntato sulla gioia o sul divertimento. Infine, trascorsi alcuni mesi, i soggetti saranno richiamati per nuove sessioni di follow-up, per rilevare prestazioni alla guida migliori e se emergessero differenze tra gioia e divertimento. I risultati stimati sono che nel momento in cui le persone pongono il focus sulle ragioni della propria rabbia, essi s'imbattono, in percentuale minore rispetto a prima, in sinistri stradali.

Si ipotizza quindi che il decremento di sinistri stradali possa essere dovuto alla maggiore consapevolezza degli utenti ai propri stati emotivi, soprattutto grazie alla gioia, così da rendere l'esperienza alla guida più performante e sicura.

L'indice di Benessere Armonico - misurare il benessere in modo Mezzopieno

Luca Streri¹, Marta Casonato¹, Angela Fedi² (1 Università degli studi di Torino. 2 Movimento Mezzopieno)

Mezzopieno è un movimento internazionale che riunisce nella sua rete associazioni, ricercatori, docenti, imprenditori, giornalisti, studenti, artisti e persone comuni che credono negli esseri umani e nel mondo, nella forza della positività e della collaborazione, e che si impegnano attivamente per contribuire alla diffusione della cultura della positività al fine di ridurre conflittualità e rivalità.

Il Movimento nasce in India nel 2005 con l'intento di ricostruire fiducia in un contesto di forte povertà attraverso un programma di micro-finanza solidale a base comunitaria. Mezzopieno si pone l'obiettivo di diffondere anche in Italia un nuovo modo di pensare che, senza negare ciò che non funziona, dia uguale visibilità a storie di successo e buone pratiche.

I suoi membri si riconoscono nei valori enunciati nel Manifesto per la Pratica Positiva.

Mezzopieno porta avanti numerosi progetti e attività a livello della comunità, dall'educazione nelle scuole alla campagna per la parità di informazione positiva, dalla redazione e distribuzione del periodico Mezzopieno news al gruppo di (auto)formazione dei 52 passi per i suoi volontari.

Il suo Gruppo di Ricerca lavora all'elaborazione dell'Indice di Benessere Armonico (IBA), un'alternativa di approfondimento qualitativo alle classiche parametrizzazioni del benessere quali il PIL o la aspettativa di vita media. L'IBA intende misurare la qualità della vita e il benessere prodotto dalle azioni umane in maniera più completa e organicistica, mettendo in relazione le principali variabili oggettive e soggettive presenti nella vita della comunità e calcolandone il grado di evoluzione e di armonia reciproca.

Perdono e qualità delle relazioni in famiglie separate: una ricerca con figli giovani-adulti

Ioana Zagrean¹, Claudia Russo¹, Francesca Danioni², Daniela Barni¹ (1Università LUMSA di Roma. 2Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Il perdono è una strategia di risposta in grado di contrastare l'escalation dei conflitti e rilanciare il legame con l'altro. Esso si è infatti rivelato una preziosa risorsa per la gestione delle situazioni di difficoltà e delle transizioni familiari critiche. Tra queste, la rottura coniugale rappresenta un evento stressante che non di rado degenera in discordia e rancore e che richiede una riorganizzazione dell'intera famiglia volta a "portare in salvo" i legami, innanzitutto quello genitoriale. Molteplici sono infatti gli effetti a lungo termine che la separazione genitoriale ha sui figli, spesso restii da adulti a investire in legami duraturi.

A partire da tali premesse, l'obiettivo del presente studio è quello di analizzare la relazione tra la capacità di perdonare e la qualità dei legami familiari in giovani-adulti figli di genitori separati, posti a confronto con coetanei di famiglie "intatte". Per la definizione del funzionamento familiare è stato adottato quale riferimento teorico il Modello Circonflesso di Olson.

Hanno partecipato alla ricerca 95 giovani-adulti (60% femmine; età media=21.79, D.S.=2.64), di cui circa la metà (50.5%) con genitori separati. Sono state loro somministrate la Heartland Forgiveness Scale e la Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale.

I risultati delle analisi (correlazione e relative weight analysis) evidenziano associazioni significative tra il perdono e il funzionamento familiare esclusivamente nelle famiglie separate. Nello specifico, il perdono è correlato positivamente con la coesione e la flessibilità e negativamente con la caoticità. Saranno discussi i possibili risvolti operativi di questi risultati per l'intervento con le famiglie separate.

Adolescenza e Consapevolezza Preventiva, una risorsa preziosa per la scuola

Serena Zurma (Associazione Italiana Genitori)

Al suo terzo anno di realizzazione nel Liceo Classico di Colleferro (RM), il progetto di Alternanza Scuola Lavoro "Narrazioni in crescita evoluto", in convenzione con il Polo Liceale e l'impegno volontario dell'Associazione Genitori, predispone un continuum di educazione al benessere evolutivo, rendendo l'adolescente gradualmente risorsa all'interno del suo ambiente scolastico.

In linea con la prospettiva eudaimonica, partendo da una formazione narrativa sul valore della favola terapeutica nell'incontro relazionale, l'alunno viene accompagnato in un percorso soggettivo a diversi livelli di tutor in cross level. La flessibilità della progettualità multidimensionale favorisce, step by step, l'esplorazione di una serie di attività laboratoriali, che stimolano l'adolescente all'auto-riconoscimento delle proprie attitudini e competenze.

Data una popolazione di 65 alunni del liceo classico in ASL, di cui 20 di classe III e 45 di classe IV, oltre ai previsti gruppi di lavoro omogenei per classe, desunti da un questionario di auto-valutazione, è stato sperimentato un gruppo di lavoro eterogeneo per classe, 50% classe III e 50% classe IV. Centrato sul modello di peer education, la guida metodologica orienta i ragazzi a due livelli di lavoro, ciascuno propedeutico all'altro. Il primo di analisi dei bisogni degli adolescenti in ingresso, al fine di rilevare sia le problematiche generali della popolazione liceale sia quelle specifiche per scuole d'appartenenza (Liceo Scientifico, Classico e Linguistico). Il secondo di intervento preventivo, al fine di strutturare da una parte, spazi di dialogo costruttivo, finalizzati alla gestione delle problematiche adolescenziali e dall'altra, sistematizzare una rubrica di promozione del ben-essere, appendice al giornalino della scuola.

Con lo sguardo oltre. Un nuovo orizzonte per la scuola

Serena Zurma (Associazione Italiana Genitori)

La letteratura scientifica che ha approfondito i fattori e i processi psico-sociali implicati nella partecipazione civica e politica ha evidenziato che il coinvolgimento degli adolescenti e dei giovani in organizzazioni e gruppi formali rappresenta un'esperienza rilevante, non solo per l'acquisizione di competenze civiche e di cittadinanza, ma anche perchè permette l'accesso a risorse e a opportunità di apprendimento di abilità psico-sociali, che favoriscono e sostengono lo sviluppo positivo. La scuola in qualità di agenzia di socializzazione secondaria, è il terreno fertile in cui poter coltivare il seme dell'inclusione e fronteggiare episodi di esclusione e marginalità.

Il progetto "Con lo sguardo oltre", è parte dell'articolato progetto di Alternanza Scuola Lavoro "Narrazioni in crescita evoluto" che, al suo terzo anno di realizzazione nel Liceo Classico di Colleferro, grazie al supporto dell'Associazione Genitori, intende

promuovere la partecipazione giovanile attraverso la sperimentazione di un gruppo di lavoro specialistico, orientato alla prevenzione e al contrasto del bullismo e del cyberbullismo. Un laboratorio di peer education che guarda all'aumento del benessere psico-sociale, rendendo il giovane co-protagonista del processo formativo.

Sulla base di un questionario sul percorso esperito in classe III, l'alunno in classe IV viene guidato al riconoscimento di aree di proprio interesse. Dato un campione di N=40 alunni, si delinea un gruppo di N=20 alunni motivati ad occuparsi di prevenzione al bullismo e cyberbullismo.

Il gruppo viene ripartito nelle seguenti sezioni di lavoro tematico: Laboratorio Ricerca "SOS bullismo"; Laboratorio Ricerca "Mens sana in corpore sano"; Laboratorio Multimediale "Un sentiero preventivo"; Laboratorio Narrativo "Una storia incredibile".

Servizio Evolutivo Integrato di Comunità: un anello di congiunzione fra scuola e territorio

Serena Zurma (Associazione Italiana Genitori)

Il Servizio Evolutivo Integrato di Comunità (S.E.I.C.) dell'A.Ge Colleferro, si allinea ad una pratica d'intervento avviata nel 2014 in ambito scolastico e sistematizzata, in relazione all'analisi del fabbisogno dell'Istituto Comprensivo Statale Colleferro II, in continuità con il progetto *Famiglie al Centro*, sostenuto dall'Assessorato ai Servizi Sociali del Comune di Colleferro. In un'ottica di intervento psico-sociale per promuovere una scuola positiva e sviluppare risorse di resilienza di studenti e docenti, il S.E.I.C. rappresenta un anello di congiunzione fra scuola e territorio, che mette al centro la famiglia favorendo il benessere della persona minore. Lo sportello "*Famiglie al Centro*", già attivo presso il Comune di Colleferro da dicembre 2018 con affluenza di casi con diagnosi complessa di tipo familiare inviati prevalentemente dalle scuole del territorio, si pone all'interno del S.E.I.C. come chiave d'accesso per la famiglia, al fine di impostare il percorso più rispondente al proprio figlio. Come evidenzia la casistica in corso, lo sportello "*Famiglie al Centro*" sembra fungere da cerniera territoriale fra pubblico e privato, rendendo la scuola il principale ente d'invio. In particolare, le seguenti prese in carico, di ragazzi di 14 anni evidenziano come: - dato l'invio della Psicologa Scolastica che seguiva la persona minore, il piano di trattamento si è rivolto al genitore dell'adolescente per un sostegno psicologico legato alla situazione di separazione coniugale; - a seguito di un counselling scolastico, per un caso di disagio e dispersione scolastica, il Dirigente Scolastico conviene con la famiglia, le insegnanti di riferimento e la psicologa privata, di confrontarsi con l'Assessore ai Servizi Sociali per una presa in carico preventiva rispetto alla segnalazione ai Servizi Sociali. L'analisi sistemica del caso si definisce in un progetto integrato di accompagnamento all'esame di terza media. Mentre il ragazzo e la sua famiglia proseguono la presa in carico privata, in continuità con lo sportello è stato avviato per l'adolescente un percorso personalizzato di tutoraggio didattico, mentre per i genitori uno spazio di gestione del conflitto. - non essendoci le condizioni per avviare un percorso di counselling scolastico con un adolescente, vista la richiesta della madre del ragazzo di essere aiutata a gestire il problema di dispersione scolastica del figlio, la psicologa scolastica invia la signora allo sportello dove si dispiega un counselling genitoriale.

Scuola aperta all'extracurricolare. In continuità con il progetto di Alternanza Scuola Lavoro "*Narrazioni in crescita evoluta*" con il Liceo Classico di Colleferro e in linea con la richiesta desunta in "*Famiglie al Centro*", che diventa garante, anche di un collegamento didattico con gli insegnanti di riferimento, la famiglia intraprende il percorso più rispondente alle caratteristiche del proprio figlio. La scuola si trasforma così in uno spazio extra-curricolare, aperto al lavoro per piccoli gruppi in cooperative learning.

I *Dopo-Scuola con tutor d'aula* e i *Laboratori Specialistici*, consentono ai bambini della Scuola Primaria e ai pre-adolescenti della Scuola Secondaria di I grado, di potersi sperimentare nella Pet Therapy (Attività Assistita con l'Animale), nell'Accademia della Crusca (Attività didattiche ed espressive di approfondimento Umanistico) e nell'Accademia dei Lincei (Attività didattiche ed espressive di approfondimenti scientifico). La possibilità di svolgere Gite e Campi Scuola, rappresenta un'occasione preziosa per potenziare l'attività d'aula e valorizzare la socialità di gruppo.



**Società Italiana
di Psicologia Positiva
c/o Scuola Asipse
Via Settembrini, 2 - 20124 Milano
info@psicologiapositiva.it**

Consiglio Direttivo

Chiara Ruini - Presidente
Marta Scignaro - Presidente Eletto
Andrea Fianco - Presidente Passato
Federico Colombo - Segretario-Tesoriere
Beatrice Corsale - Consigliere
Andrea Crocetti - Consigliere
Rita D'Alfonso - Consigliere
Antonella Delle Fave - Consigliere
Spiridione Masaraki - Consigliere

Buona estate!