



SOCIETÀ
ITALIANA di
PSICOLOGIA
POSITIVA



Ebook of Abstracts

**Giornate Nazionali di Psicologia Positiva
VIII Edizione**

NUTRIRE POSITIVITÀ

Ricerche e interventi per la promozione del benessere

Bergamo, 12-13 giugno 2015

**Dipartimento di Scienze Umane e Sociali
Università degli Studi di Bergamo**

Comitato Scientifico:

Ottavia Albanese (Università di Milano-Bicocca), Marta Bassi (Università di Milano), Giuseppe Bertagna (Università di Bergamo), Paride Braibanti (Università di Bergamo), Federico Colombo (Scuola Asipse di Milano), Beatrice Corsale (Scuola Asipse di Milano), Andrea Crocetti (Scuola Asipse di Milano), Antonella Delle Fave (Università di Milano), Andrea Fianco (Università di Milano), Frank Fincham (Florida State University), Spiridione Masaraki (Scuola Asipse di Milano), Francesca Giorgia Paleari (Università di Bergamo), Willibald Ruch (Universität Zürich), Chiara Ruini (Università di Bologna), Giuliana Sandrone (Università di Bergamo), Marta Scignaro (Università di Milano-Bicocca), Igor Sotgiu (Università di Bergamo).

Comitato Organizzatore (Università di Bergamo):

Giuseppe Bertagna, Igor Sotgiu e Alberto Zatti.

Segretaria Organizzativa SIPP:

Francesca Dell'Amore.

Sito del convegno:

<http://convegno2015pp.wix.com/GNPP8>

ISBN-A 978-88-906588-3-9

Main lectures

POSITIVE PSYCHOLOGY'S STEPCHILD: HUMOUR BETWEEN VICE AND VIRTUE AND ITS ROLE IN WELLBEING

Willibald Ruch (Universität Zürich)

Humour makes our life worth living and has a tradition of being praised but also condemned. The emergence of Positive Psychology brought about a renaissance in interest in this topic. The present talk will address the questions: what is humour, what is it good for, how can it be trained, and do changes in humour affect well-being? Part one will examine the conceptualization by Peterson and Seligman, who see humour as one of the 24 character strengths making up the good character, by comparing it to other views of humour. The results of four studies will be presented that examine the assumption of the VIA-classification of strengths and virtues that humour may be subsumed under the virtue of transcendence. The second part will examine the outcomes of humour with special attention of humour as a predictor of life satisfaction across the life span. The next part will present results from intervention studies (online and training of groups) that show that humour interventions are effective and also boosts life satisfaction and lower depression. Humour will be contrasted with related phenomena (e.g., sarcasm, irony, wit) and it will be argued to distinguish them carefully in research and application.

RELATIONSHIP SCIENCE: THE FOURTH PILLAR OF POSITIVE PSYCHOLOGY

Frank D. Fincham (Florida State University)

Since its inception as a field of study in 1998, Positive Psychology has been oriented towards addressing what has become known as the three pillars of Positive Psychology, positive experiences, positive individual traits, and positive institutions, as captured in the definition of the field, "Positive psychology is the scientific study of positive experiences and positive individual traits, and the institutions that facilitate their development" (Duckworth, Steen, & Seligman, 2005, p. 630). Relationships fall under the third pillar which is the least developed of the pillars. It is hard to conceive of a fully actualized Positive Psychology that does include a central focus on relationships and hence the case will be made for including Relationship Science as the fourth pillar of Positive Psychology. In doing so, an ongoing, but largely unacknowledged, courtship between Relationship Science and Positive Psychology will be identified and its nature documented. The fourth pillar argument will be elaborated using the constructs of forgiveness and prayer in intimate relationships as case studies. Finally, the implications of the analysis offered for consummating a marriage between the Relationship Science and Positive Psychology will be outlined.

Simposi

IL CONCETTO DI FELICITÀ E IL SUO SPAZIO SEMANTICO: PROSPETTIVE A CONFRONTO

Chair: Igor Sotgiu (Università di Bergamo)

Discussant: Dario Galati (Università di Torino)

“Benessere soggettivo”, “benessere sociale”, “eudaimonía”, “soddisfazione per la vita”, “qualità della vita”, “buona vita”. Queste sono solo alcune delle espressioni che vengono utilizzate nella letteratura scientifica contemporanea per indicare la felicità. Considerata singolarmente, tuttavia, nessuna di queste espressioni è in grado di catturare la varietà di significati associati al termine e al concetto, certamente più sfumato e più complesso, di felicità. Inoltre, i costrutti teorici a cui le diverse espressioni citate rimandano sono stati definiti e operazionalizzati in modo differente a seconda dello specifico ambito disciplinare in cui hanno trovato applicazione, rendendo così difficile il dialogo e la comprensione reciproca fra i ricercatori che studiano la felicità da diverse angolature.

Il simposio si propone di favorire un confronto interdisciplinare sul concetto di felicità e il suo spazio semantico, raccogliendo le riflessioni teoriche e i contributi di ricerca di studiosi italiani che lavorano nel campo della psicologia, della sociologia e dell'economia. In particolare, gli interventi dei relatori riguarderanno le rappresentazioni della felicità nella psicologia ingenua, l'influenza che gli eventi storici e politici hanno sull'idea di felicità abbracciata da una certa società e dai suoi cittadini, ed infine le modalità attraverso le quali i fattori economici, sociali e psicologici interagiscono nel favorire oppure ostacolare le aspirazioni delle persone a vivere in modo felice.

La psicologia ingenua della felicità e dell'infelicità

Igor Sotgiu (Università di Bergamo)

Sebbene la maggior parte degli studiosi della felicità abbia investito i propri sforzi nella costruzione di indicatori empirici di benessere soggettivo riferiti alla popolazione generale, nell'ultimo decennio alcuni ricercatori hanno iniziato ad esplorare la psicologia ingenua della felicità, ovvero le modalità attraverso le quali le persone comuni si rappresentano il concetto di felicità e le sue dimensioni semantiche. Il presente studio si propone di estendere le ricerche precedenti condotte in questo campo, analizzando sia la psicologia ingenua della felicità sia quella del concetto ad essa semanticamente contrapposto: l'infelicità. Hanno partecipato all'indagine 178 studenti dell'Università di Bergamo (età media = 20.5 anni). La ricerca è stata condotta mediante un questionario in cui si chiedeva ai partecipanti di riportare le cose che li rendevano felici e quelle che invece li rendevano infelici. In aggiunta a questa domanda, sono state somministrate inoltre alcune scale per valutare i livelli di felicità e infelicità percepiti dai rispondenti. I risultati hanno mostrato che le rappresentazioni ingenua della felicità e dell'infelicità erano strutturate attorno ad un insieme di componenti comuni: ad esempio, la famiglia, l'amicizia, la salute e l'autorealizzazione. La salienza percepita di alcune di queste componenti variava però in modo significativo a seconda del concetto considerato. Inoltre, le rappresentazioni dei partecipanti includevano al loro interno un ristretto gruppo di componenti che caratterizzavano in modo distintivo lo spazio

semantico della felicità e dell'infelicità. Nel corso della relazione verranno discusse le implicazioni teoriche ed empiriche della ricerca.

Aspetti sociali della felicità

Bernardino Cattarinussi (Università di Udine)

La felicità è uno stato di benessere completo, che può affacciarsi per un breve periodo di tempo, ricadendo così nell'ambito delle emozioni, oppure mantenersi a lungo e allora collocarsi nella sfera dei sentimenti. Nelle diverse culture umane si sono confrontate due modalità per essere felici: una basata sulla soddisfazione dei desideri e l'altra invece sul distacco dalle passioni.

Tutte orientate a rendere felici i potenziali abitanti sono state le costruzioni utopiche dell'età moderna. Proprietà privata, istituzione statale e alienazione sono state considerate dalle principali ideologie del XX secolo come le cause impedenti l'instaurarsi della felicità nel consorzio umano. Nella seconda parte del Novecento si è fatta largo l'idea che la felicità potesse essere raggiunta attraverso l'abbattimento della violenza strutturale, vale a dire eliminando le forze impedenti il pieno sviluppo delle potenzialità umane. In questa prospettiva la felicità si è identificata sempre meno con l'immediatezza del godimento ed è venuta configurandosi sempre più come un obiettivo strategico.

I sociologi hanno tentato di evidenziare i fattori che condurrebbero alla condizione di felicità e anche di misurarne il livello. Per il primo aspetto si può citare un'indagine che ha evidenziato il ruolo di fattori come l'autonomia personale, la capacità di far bene il proprio lavoro, il senso di vicinanza emotiva con gli altri e l'autostima. Per quanto riguarda la diffusione spaziale della felicità si sono succedute in questi ultimi anni diverse indagini che hanno delineato una sorta di geografia della felicità. Rimane aperto il problema della correlazione fra livello socioeconomico di un paese, servizi apprestati dal sistema e grado di felicità.

Felicità, crescita economica e sviluppo delle capacità umane

Maurizio Pugno (Università di Cassino e del Lazio Meridionale)

La crescita economica non garantisce l'aumento della felicità delle persone (anche se la crisi economica è certamente depressiva). Questo fatto è noto in economia come il "paradosso della felicità". Secondo le principali spiegazioni, la felicità subisce effetti negativi da (i) l'abitudine agli eventuali miglioramenti delle proprie condizioni economiche, (ii) il confronto con le condizioni economiche degli altri. Tutto ciò sembra inevitabile, perché abitudine e confronto sociale sono tendenze umane naturali. Tuttavia, la ricerca della felicità nel comfort dei beni economici e del conformismo sociale, che è temporanea per gli effetti (i) e (ii), è anche parziale. Non tiene conto infatti della tendenza, altrettanto umana e gratificante, di perseguire e raggiungere obiettivi che realizzano le capacità delle persone, e che hanno riconoscimento sociale (anche se non è certo che vengano raggiunti). Questa è un'attività di costruzione dell'autonomia individuale che ha effetti benefici sulla felicità più duraturi, perché tende ad auto-alimentarsi. Non solo, ma ha effetti benefici anche sull'economia. Purtroppo, il tipo di crescita dei sistemi economici attuali, basato su elevate disuguaglianze sociali, flessibilità del mercato del lavoro, e pressione dei produttori sui consumatori, spinge le persone alla ricerca di comfort piuttosto che di obiettivi di vita più ambiziosi (e più rischiosi).

In tal modo le spiegazioni del “paradosso della felicità” non vengono falsificate, ma anzi, trovano una giustificazione. In secondo luogo, si aprono nuove implicazioni di policy, perché l’investimento nello sviluppo delle capacità personali a partire dall’infanzia si autofinanzerebbe, come evidenziato da primi calcoli di recentissime ricerche interdisciplinari tra economisti e psicologi.

Edonia, eudaimonia, armonia. Verso una visione integrata della felicità

Antonella Delle Fave (Università di Milano)

La maggior parte delle ricerche sulla felicità utilizzano come suoi sinonimi la soddisfazione di vita o le emozioni positive, riconducibili alla concezione edonica del benessere, o subjective well-being. Secondo un’altra prospettiva, fatta propria anche da numerosi economisti, la felicità si declina in termini di condivisione, equità, capitale sociale e – sul versante psicologico – crescita personale e costruzione di senso (eudaimonic well-being o flourishing). Una serie di studi condotti con strumenti di ricerca qualitativi e quantitativi su popolazioni diversificate per età, istruzione e condizioni fisiche ha messo in luce il ruolo chiave di una ulteriore interpretazione della felicità: l’armonia, intesa sia a livello psicologico che come dimensione interpersonale. Questi risultati aprono la strada ad una visione integrata della felicità che permette di ricomporre le separazioni/contrapposizioni tra individuo e contesto, culture individualistiche e collettivistiche, in una prospettiva sistemica di unità ed interconnessione tra le parti dell’individuo e tra i membri della collettività umana.

MEDICI E PSICOLOGI NELLA ASSISTENZA PRIMARIA: RIFLESSIONI SUI SETTING

Chair: Paride Braibanti (Università di Bergamo)

Discussant: Attà Negri (Università di Bergamo)

Obiettivo del simposio è attivare uno spazio di confronto e di riflessione su diverse esperienze di incontro tra medico di medicina generale e psicologo in differenti assetti territoriali e in diversi sistemi sanitari regionali. Punto focale saranno le rappresentazioni reciproche delle due professionalità e la necessità di una riorganizzazione dei setting alla luce dei modelli di intervento e degli obiettivi non solo di trattamento e prevenzione ma anche di promozione della salute e delle risorse delle persone e della comunità.

La collaborazione medico-psicologo nell'assistenza primaria, per la promozione della salute e del benessere. Un'esperienza pilota in provincia di Bergamo

Anna Caffi¹, ²Paride Braibanti, ³Aldo Rovetta (1Università di Roma "La Sapienza", 2Università di Bergamo, 3ASL Bergamo)

La proposta di collaborazione tra medici di assistenza primaria e psicologi deve confrontarsi con la varietà dei sistemi sanitari, socio-sanitari e assistenziali che caratterizzano le diverse realtà territoriali nel nostro Paese. Lo studio pilota avviato nella Provincia di Bergamo intende porre attenzione alla possibilità di collocare tale collaborazione entro il sistema di relazioni tra soggetti istituzionali e realtà professionali che caratterizza la rete territoriale dei servizi. La sperimentazione di un servizio di psicologia entro uno studio medico associato di assistenza primaria in tre Comuni dell'ambito territoriale del Basso Sebino, avviata all'inizio del 2013, è stata preceduta da una concertazione a livello territoriale tra i diversi attori istituzionali (Comunità Montana e Ambito del Basso Sebino, ASL, Università) e si definisce per i seguenti aspetti: 1) focalizzazione sulle problematiche della famiglia e sugli eventi positivi, critici e trasformativi nel ciclo di vita (nascita, touchpoint e problematiche dello sviluppo, esperienza della malattia, life skills e valorizzazione delle risorse personali e sociali); 2) integrazione delle informazioni, attivazione delle risorse e degli interventi a livello sanitario, socio-sanitario e sociale; 3) centralità della promozione della salute nella rete dei servizi a livello territoriale.

La presenza dello psicologo in stretta collaborazione con i medici di assistenza primaria prevede l'attivazione di una rete strutturata di contatti e sinergie con i professionisti attivi nella realtà locale (a livello di ambito e provinciale), facendo perno sulla realtà dei Consultori Familiari, nel tronco di una riflessione in atto sulla riorganizzazione degli stessi nell'area sanitarie e sociosanitaria nella Regione Lombardia.

Lo psicologo della salute nelle “case della salute”

Mario Bertini¹, Ilaria Giovannelli² (1Università di Roma “La Sapienza”, 2Università di Perugia)

Nel panorama generale del Servizio Sanitario nazionale è emersa un'importante realtà che si chiama “Casa della Salute”. Le case della salute si stanno moltiplicando in molte parti d'Italia, in particolare in Toscana e in Emilia Romagna. In quest'ultima, già nel 2010 ne erano state istituite ben 42 e 40 erano in via di sviluppo. Lo scopo di queste Case è altamente innovativo. Come strutture polivalenti e funzionali, si dispongono ad offrire un'appropriata “continuità assistenziale”, superando la posizione dei servizi da semplici recettori, a una posizione proattiva in cui il cittadino si sente accompagnato in ogni fase del percorso curativo. Tuttavia, è doveroso notare la prevalenza del “modello malattia” (gli operatori sono per lo più, se non esclusivamente, medici, infermieri e assistenti sociali), mentre la salute non è semplicemente un'assenza di malattia ma “uno stato di benessere fisico, psichico e sociale”. Stupisce notare come gli psicologi non abbiano ancora trovato uno spazio appropriato. Ma soprattutto per gli psicologi che si definiscono della salute, questa novità rappresenta un passaggio di fondamentale importanza ed è perciò doveroso aprire uno sguardo di irrimandabile responsabilità.

Proprio in questa direzione, cercheremo in questo Simposio di dimostrare l'impegno a costruire una Casa della Salute che corrisponda alle caratteristiche di ben-essere nel senso globale del termine specifico di “salute”. Con il forte consenso delle autorità locali, stiamo progettando questa Casa in Roma, in “S. Maria della Pietà”, ben nota istituzione manicomiale pre-basagliana. Proprio rispetto ad un ospedale la cui rilevanza storica nella dedizione al “modello malattia” è indiscutibile, questa Casa può assumere un valore simbolico di trasparente significato trasformativo.

Decostruire vincoli e promuovere possibilità grazie e nella relazione tra medico di famiglia e psicologo. Un'analisi esplorativa di come il medico vede lo psicologo

Attà Negri, Laura Carelli, Anna Paladino, Claudia Zamin, Silvia Di Buduo (Università di Bergamo)

Le evidenze sul ruolo centrale giocato dalle variabili psicologiche sia nel benessere che nelle patologie organiche sono ormai numerose. Questo ha portato a molti progetti internazionali che integrano la presenza dello psicologo nei contesti delle cure primarie, mentre in Italia tale integrazione incontra ancora diversi ostacoli.

Per comprendere meglio la cultura dominante nelle cure primarie in Italia abbiamo rilevato le credenze dei Medici di Medicina Generale (MMG) sul rapporto mente-corpo, sul benessere, sulla sofferenza psichica, sul ruolo dello psicologo e su un eventuale suo coinvolgimento nell'assistenza sanitaria di base. A tal fine abbiamo contattato 325 MMG di Milano, 70 dei quali hanno risposto ad un questionario e 7 ad un'intervista.

Dai dati emerge che la maggior parte dei medici equipara lo psicologo al medico, attribuendogli come obiettivo la diagnosi e cura dei sintomi psicologici e come strumenti tecniche preordinate ed esterne, efficaci unicamente sulla parte non organica della mente. Solo il 19% dei medici attribuisce allo psicologo finalità di comprensione e attivazione di risorse attraverso e all'interno della relazione con il paziente. Inoltre, nonostante il 77% dei medici ritenga che spesso o quasi sempre il paziente potrebbe beneficiare di un intervento

psicologico, il 60% prescrive spesso o quasi sempre psicofarmaci e solo il 23% invia il paziente spesso o quasi sempre allo psicologo.

I risultati evidenziano la necessità di co-costruire insieme ai medici di famiglia un modello olistico di intervento nelle cure primarie fondato sul riconoscimento reciproco delle diverse competenze di medico e psicologo e finalizzato al benessere e alla cura dei pazienti.

Le cure primarie psicologiche e mediche: la necessità di un incontro

Letizia Martinengo¹, Laura Ferro², Stefania Cristofanelli², Giuseppe Cafforio³, Angelo Benozzo² (1Università di Torino, 2Università della Valle d'Aosta, 3A. USL Valle d'Aosta)

Le cure primarie integrate costituiscono un modello di presa in carico collaborativa, multisettoriale e multiprofessionale che coinvolge Medico di Assistenza Primaria (MAP), psicologo, infermieri e operatori sociosanitari. I MAP e gli psicologi operanti sul territorio evidenziano un crescente disagio psicologico nell'area delle cure primarie che si configurano sempre più come il servizio di salute mentale per buona parte della popolazione. Tale disagio assume i tratti di una "nuova" e complessa psicopatologia che esercita un forte impatto sui costi e sul funzionamento del sistema sanitario, e necessita di nuove forme organizzative di presa in carico e di modalità di cura che garantiscano efficacia terapeutica ed efficienza di sistema nella quale l'assistenza primaria sia fondata su una cultura della cura condivisa tra le diverse professioni e su un coordinamento organizzativo dei servizi territoriali. È stata quindi condotta nella Regione Valle d'Aosta una ricerca con l'obiettivo di studiare atteggiamenti, credenze e rappresentazioni dei MAP rispetto al disagio psicologico nelle cure primarie e alle possibili modalità di presa in carico multiprofessionale. Sono stati condotti due focus group con 14 MAP i cui risultati saranno presentati e discussi in sede di simposio.

Setting, autonomia e varietà delle normalità nella proposta di collaborazione tra medico e psicologo nell'assistenza primaria

Giovanni Guerra (Università di Firenze)

Le strutture sanitarie sono indubbiamente al centro di un processo di cambiamento che mescola accelerazioni improvvise e resistenze insormontabili, esigenze nuove e valori consolidati, opportunità fino a poco tempo fa imprevedibili e inaspettate difficoltà di accesso. In questo universo complesso, popolato da molte professioni (medici, infermieri, odontoiatri, biologi, chimici, fisici, ecc.), entra in modo sempre più incisivo anche la professione dello psicologo. L'inserimento dello psicologo nell'assistenza primaria a fianco del medico di medicina generale costituisce uno dei più recenti orizzonti a questo proposito e si può certamente affermare che non si tratti di un inserimento privo di problemi. Si pone in primo luogo il problema della specificità dell'intervento psicologico in un contesto fortemente caratterizzato dal rapporto interpersonale e dagli assunti impliciti che caratterizzano le dimensioni formali del contratto medico/paziente (consapevolezza del bisogno, titolarità del problema, obblighi sociali di curarsi e voler guarire). Si tratta inoltre di aprire una seria riflessione sui setting dell'intervento, a partire dall'assunto che, qualunque sia la domanda di partenza, un proprio obiettivo inevitabile è l'assunzione dell'autonomia. In altri termini, per

quanto diversi siano i “problemi” che motivano una richiesta di intervento psicologico, è inevitabile per lo psicologo proporsi come un obiettivo dell’intervento una riformulazione della autorganizzazione del sistema esplicitando i presupposti discorsivi ed emozionali, l’interrogazione e la interpretazione come occasioni che lo psicologo, dal suo punto di osservazione, può fornire al medico e al soggetto in cura.

NUTRIRE BENESSERE E SVILUPPO POSITIVO: QUALE IL RUOLO DI ATTIVISMO, VOLONTARIATO E PROSOCIALITÀ?

Chair: Anna Maria Meneghini (Università di Verona)

Discussant: Marco Marzano (Università di Bergamo)

Mission della Psicologia di Comunità è promuovere il cambiamento verso il benessere individuale e sociale in un'ottica di intervento proattiva e multilivello. La disciplina ha dunque come oggetto di analisi/intervento e come fine ultimo il benessere dei membri della comunità. Nel presente simposio vengono presentati quattro studi sviluppati per comprendere come e quanto l'impegno nel sociale (declinato nelle sue varie forme, dal comportamento pro-sociale in senso generale, all'attivismo, all'impegno nel volontariato) possa essere "cibo" per "nutrire" il benessere in coloro che si impegnano in tali attività.

I dati raccolti suggeriscono che le diverse forme di impegno favoriscono nei giovani maggiore chiarezza del concetto di sé e maggiore capacità di instaurare buone relazioni. Suggeriscono inoltre che nei volontari è presente una percezione di benessere legata al loro impegno anche quando si tratta di giovani appartenenti a gruppi a maggiore rischio di marginalizzazione sociale.

Essere morali fa bene al sé: uno studio longitudinale sulle interconnessioni tra sviluppo del sé e prosocialità nell'emerging adulthood

Elisabetta Crocetti¹, Silvia Moscatelli², Jolien van der Graaff¹, Hans Koot³, Monica Rubini², Wim Meeus^{1,4}, Susan Branje¹ (1Utrecht University, 2Università di Bologna, 3VU University Amsterdam, 4Tilburg University)

Da un punto di vista teorico, l'associazione tra caratteristiche del sé e comportamenti prosociali può essere concettualizzata come un processo di reciproche influenze. Individui con un sé maturo possono essere più propensi a prendersi cura degli altri e a mettere in atto comportamenti prosociali e il coinvolgimento in attività prosociali può favorire lo sviluppo del sé, offrendo ai giovani un ambito per esercitare la propria agency, rafforzare la propria rete sociale e riflettere sul proprio sistema di valori. Le evidenze cross-sectional confermano l'esistenza di un legame tra sé e prosocialità, ma non permettono di fare inferenze circa la direzionalità di questi effetti. In linea con queste considerazioni, il presente studio longitudinale era finalizzato a chiarire l'associazione tra prosocialità e chiarezza del concetto di sé nell'emerging adulthood.

Questo studio è stato condotto nell'ambito del progetto RADAR. I partecipanti sono 244 giovani olandesi coinvolti in quattro waves ($M_{età} T1 = 18.7$ anni). I dati sono stati raccolti mediante la Self-Concept Clarity Scale e la Prosocial Behavior Scale.

I modelli cross-lagged testati in Mplus hanno rivelato che i comportamenti prosociali predicono nel tempo cambiamenti relativi nella chiarezza del concetto di sé, mentre l'effetto inverso (della chiarezza del concetto di sé sui comportamenti prosociali) non è risultato significativo. Le analisi multigruppo hanno evidenziato che questi risultati non sono moderati dal genere dei partecipanti.

Concludendo, questo studio mostra che il coinvolgimento dei giovani in attività prosociali ha effetti benefici per lo sviluppo del sé, aumentando la percezione personale di avere un concetto di sé chiaro e ben definito.

Il volontariato e la relazione di aiuto: differenze e analogie della relazione mentor-mentee tra tirocinanti e volontari

Marisa Bergamin, Marta Gaboardi, Massimo Santinello, Giorgia Zuccalà (Università di Padova)

Il progetto Mentor-up ha l'obiettivo di promuovere lo sviluppo positivo di bambini e preadolescenti e di rafforzare il loro legame con scuola e territorio attraverso la costruzione di una relazione di fiducia tra mentor (studente universitario) e mentee (minori a rischio tra gli 8 e 12 anni). I mentor sono studenti volontari o tirocinanti dei corsi di laurea dell'Università di Padova.

Con l'obiettivo di indagare quali variabili influenzino la qualità della relazione instaurata durante gli incontri mentor-mentee, sono stati somministrati due questionari: il Match Characteristics Questionnaire per i mentor; il Youth Mentoring Survey per i mentee.

Le due variabili maggiormente predittive della qualità della relazione (intesa come vicinanza e soddisfazione) sono risultate il coinvolgimento in termini di volontario e l'omogeneità di genere della coppia. Chi partecipa al progetto come volontario riporta punteggi medi più elevati nei tre indicatori di qualità della relazione rispetto a chi partecipa come tirocinante.

Le caratteristiche dell'impegno volontario che incidono sulla percezione di benessere in un gruppo di volontari attivi

Anna Maria Meneghini, Anna Boggian (Università di Verona)

Sebbene solo di recente la ricerca si sia occupata del legame tra benessere e impegno nel volontariato, gli studi condotti suggeriscono che fare attività di volontariato comporta conseguenze positive in termini di salute e benessere.

Lo studio oggetto del presente contributo ha coinvolto 197 volontari attivi in diverse associazioni (età media = 45.68 anni, DS = 17.64; donne = 58.3%), mirando ad analizzare se in essi vi è una percezione maggiore di soddisfazione per la propria vita a seguito del coinvolgimento nel volontariato. Inoltre ha voluto approfondire a quali caratteristiche dell'attività volontaria si legano in misura maggiore i livelli di benessere eudemonico e di soddisfazione per la vita dei partecipanti. In particolare sono state considerate la motivazione (autonoma *versus* esternamente regolata), la soddisfazione per il volontariato (distinguendo tra soddisfazione nei confronti dell'organizzazione, dell'attività e soddisfazione per l'incontro dei propri bisogni) ed infine l'engagement nelle sue dimensioni di vigore, assorbimento e dedizione verso il servizio.

Complessivamente i risultati indicano che i partecipanti credono che il volontariato contribuisca in buona misura alla soddisfazione per la loro vita. Tra le variabili indagate quelle che sembrano meglio predire il punteggio al Questionnaire for Eudaimonic Well-Being sono due dimensioni dell'engagement: dedizione e assorbimento nel servizio. L'assorbimento predice anche, insieme alla soddisfazione verso la propria organizzazione di volontariato e alla motivazione autonoma, il punteggio alla Satisfaction With Life Scale. Tuttavia, differenze sono emerse in relazione all'età dei partecipanti, sia in termini di benessere e soddisfazione per la vita ma anche relativamente al legame tra queste variabili e gli aspetti del volontariato.

Promuovere benessere nei giovani immigrati attraverso l'attivismo

Sara Alfieri, Daniela Marzana, Elena Marta (Università Cattolica di Milano)

L'attivismo dei giovani nella comunità è unanimemente riconosciuto in letteratura come un veicolo per promuovere benessere. Nonostante queste evidenze, esigui sono i lavori che si sono occupati di indagare se l'attivismo possa essere un mezzo per promuovere benessere anche nei giovani immigrati.

Nel presente contributo, con il termine benessere intendiamo un fenomeno multidimensionale e dinamico caratterizzato da uno stato positivo causato dalla simultanea ed equilibrata soddisfazione delle esigenze personali, relazionali, organizzative e comunitarie degli immigrati.

Il presente lavoro si propone pertanto l'obiettivo di indagare se gli immigrati che si impegnano nel nostro Paese hanno maggiori livelli di benessere degli immigrati che invece non si impegnano.

Hanno partecipato alla ricerca 690 giovani immigrati (range età: 17-36 anni, età media = 25.47, DS = 4.85; 48.0% maschi), di cui il 56.8% attivi in associazioni, movimenti, circoli, club, ecc. Ad ogni partecipante è stato chiesto di compilare un questionario contenente, oltre a numerosi dati socio-demografici ed a numerosi indicatori di benessere, anche una scala di autostima e di soddisfazione di vita.

Le analisi preliminari mettono in luce che gli attivisti, rispetto ai non attivisti, riportano medie più elevate in maniera statisticamente significativa per tutte le variabili di benessere considerate. L'attivismo, il sentirsi parte di un gruppo, lo sperimentare la propria possibilità di intervento in uno specifico contesto, di essere protagonista e avere voce, incide quindi sul benessere dei giovani immigrati.

Comunicazioni orali delle sessioni tematiche

Neuromodulazione sonora e flow

Gioacchino Aiello¹, Gubert Finsterle² (¹Scuola Asipse, Milano; ²AVS Research)

In aprile 2015 viene realizzato un dispositivo elettromedicale classe 1 per il trattamento dell'acufene cronico con THI ≤ 40 (HE-PAT©, Pat. Pend.), che produce un suono gaussiano complesso (PinC©, Pat. Pend.) via cuffia, il cui ascolto alle precise condizioni previste induce diffusa attività corticale sincronizzata, in particolare con picchi in theta-alfa, risultati simili a quelli già ottenuti con le sedute di PAT©.

Si è potuto constatare peraltro che tale stimolazione sonora ha indotto, in 3 soggetti su 5 misurati (EEG), un significativo incremento – durante l'ascolto – di attività in banda delta-theta nella derivazione frontale sinistra. Tale evidenza sarebbe direttamente correlata – secondo la letteratura nota – ad un umore euforico e ad incrementate capacità decisionali.

Ulteriormente, i dati emersi da altro studio, effettuato su 10 soggetti, evidenziano che la stimolazione HE-PAT©-PinC© è in grado di indurre un incremento della coerenza Heart-Brain più velocemente e in modo più evidente rispetto ad altre tecniche note.

L'aumento della coerenza bioelettrica tra cuore e cervello ha una diretta relazione con l'incremento di capacità cognitive, ma anche con le prestazioni psicofisiche in generale (stato di grazia in campo sportivo).

Al di là delle possibili applicazioni in campo clinico ulteriori all'acufene ancora da verificarsi (disturbi psicologico-psichiatrici, disturbi neurologici, deficit cognitivi, deficit motori), pare interessante notare come tali fenomeni possano essere colti come il correlato bioelettrico dello stato di “flow”, caratterizzato appunto da comprensione della situazione generale, capacità di decidere, assenza di particolare ansia e depressione.

Un confronto fra i livelli di benessere e di malessere di bambini con patologia neoplastica e di bambini con disturbi neuropsichiatrici

Elisa Albieri¹, Francesca Vescovelli¹, Francesca Bianco¹, Giancarlo Izzi², Chiara Ruini¹ (¹Università di Bologna, ²Ospedale dei Bambini di Parma)

Introduzione. Gli eventi di vita potenzialmente traumatici che si verificano in età evolutiva, come ad esempio le gravi malattie fisiche, possono determinare nei bambini non solo lo sviluppo di sofferenza e disagio ma anche, talvolta, di risorse protettive e resilienza. Allo stesso tempo, la salute mentale in infanzia può essere compromessa da disturbi neuropsichiatrici, considerati spesso meno invalidanti rispetto a gravi patologie organiche. Lo studio si è proposto di confrontare i livelli di benessere psicologico di bambini con patologia oncologica (ONCO) vs bambini con disturbo neuropsichiatrico (NPI) rispetto a bambini sani.

Metodi. 70 bambini (femmine = 31, maschi = 39; età media = 11.27 anni, DS = 2.85) hanno compilato le Psychological Well-Being Scales (PWBS), il Revised Children's Manifest Anxiety Scale e il Cognitive Triad Inventory for Children.

Risultati. Il gruppo ONCO, rispetto a quello NPI e a quello di controllo, ha evidenziato livelli maggiori di benessere nelle dimensioni della crescita personale, delle relazioni positive e dello scopo nella vita. I bambini del gruppo NPI hanno mostrato più sintomi ansiosi e depressivi.

Conclusioni. I bambini con patologia oncologica sembra presentino maggiori risorse psicologiche rispetto a quelli degli altri due gruppi. Tale risultato può essere dovuto alla qualità del supporto psicosociale che hanno ricevuto durante il trattamento oncologico. Oppure, può riflettere una naturale tendenza dei bambini ad avvalersi di strategie difensive funzionali all'adattamento alla malattia di cui soffrono. La salute mentale dei bambini con problematiche neuropsichiatriche invece risulta più compromessa. Questi risultati preliminari suggeriscono di progettare interventi che considerino le specificità delle patologie mediche e psicologiche che possono insorgere in età evolutiva.

Benessere e strategie di promozione in infanzia e adolescenza

Elisa Albieri, Francesca Vescovelli, Chiara Ruini (Università di Bologna)

L'età evolutiva rappresenta un periodo della vita in cui possono insorgere problematiche psicopatologiche ma in cui, allo stesso tempo, possono svilupparsi risorse e competenze. Le emozioni positive e il benessere psicologico potrebbero ricoprire un ruolo centrale nel proteggere i bambini dallo stress associato al percorso di crescita. D'altro canto, in questo delicato periodo della loro vita, la compromissione del benessere potrebbe rappresentare un fattore di vulnerabilità. L'obiettivo di questo studio è stato quello di analizzare il benessere e il malessere in età evolutiva attraverso due studi consecutivi.

Metodi. Nel primo studio si sono confrontati i livelli di benessere di bambini con disturbi affettivi e comportamentali (n = 51; età media = 10.71 anni, DS = 2.34; 63% maschi) con quelli di bambini sani (n = 67; età media = 10.60 anni, DS = 1.91; 57% maschi).

Nel secondo studio si è voluta testare l'applicabilità di una nuova psicoterapia – la Child Well-Being Therapy (CWBT) – finalizzata alla promozione del benessere psicologico di bambini con disturbi affettivi e comportamentali (N = 16; età media = 10.13 anni, DS = 1.78; 87% maschi).

Risultati. I risultati hanno confermato che i livelli di benessere psicologico dei bambini con disturbi affettivi (in particolare di quelli con disturbi dell'umore) sono più compromessi di quelli dei bambini sani.

La CWBT ha determinato la riduzione dei sintomi e il miglioramento dei problemi esternalizzanti. Questi risultati si sono mantenuti al follow-up ad 1 anno. La CWBT inoltre ha favorito un incremento del benessere, i cui livelli tendono a migliorare con il passare del tempo.

Studi futuri ne dovranno testare l'efficacia con campioni più numerosi, confrontandola con adeguati gruppi di controllo.

Qualità dell'esperienza e disabilità in età scolare. Analisi comparata della prospettiva di studenti, genitori e insegnanti

Elena Arrivabene, Andrea Fianco, Jessica Passaro, Antonella Delle Fave (Università di Milano)

Presupposti teorici. L'International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF), elaborata dall'OMS, adotta la prospettiva biopsicosociale e descrive il funzionamento umano considerando sia le difficoltà che le risorse, in una visione sistemica, che tiene conto delle interazioni con l'ambiente fisico e relazionale. L'ICF prevede la raccolta di informazioni sul

funzionamento presso tutti i soggetti coinvolti nei processi di integrazione (persone con disabilità, insegnanti, genitori, personale sanitario).

Campione e strumenti. Nell'ambito del progetto "Da-Sein. Oltre l'integrazione" è stata indagata la percezione di risorse e difficoltà a livello individuale, familiare e sociale, attraverso un'intervista semi-strutturata, somministrata a 136 alunni con disabilità (età 6-19 anni), 105 genitori e 119 insegnanti.

Risultati. Sono emerse differenze rilevanti tra le risposte date dai tre gruppi. Per la maggior parte degli alunni, al contrario di quanto espresso da insegnanti e genitori, i limiti non derivano dalla disabilità, ma dall'ambiente, fisico e sociale. I tre gruppi sono concordi nel considerare facilitatori le relazioni e le attività che consentono un'interazione con le persone significative.

Conclusioni. La ricerca ha dato voce in modo diretto a tutti i soggetti coinvolti, aprendo nuove possibilità di intervento, emerse dal confronto e dall'integrazione delle visioni dei diversi partecipanti sugli stessi temi. Il confronto ha consentito un superamento della visione stereotipata di ciascuno, per esempio, rispetto a ciò che piace o non piace agli alunni/figli. Tale passaggio è essenziale per delineare, sulla base delle reali necessità, piani di intervento sempre più efficaci, volti promuovere benessere e migliorare la qualità della vita delle persone con disabilità.

Qualità della vita e benessere in un campione di anziani

Francesca Artana, Maria Beatrice Presciutti, Federico Colombo (Scuola Asipse, Milano)

Il numero di anziani in Italia di età compresa fra i 65 e 74 anni è 8 volte maggiore rispetto l'inizio del secolo scorso, mentre gli anziani con età superiore a 85 anni sono aumentati di oltre 24 volte. Negli ultimi decenni è aumentato l'interesse verso le strategie per migliorare il benessere nell'anziano. In ambito gerontologico le principali teorie sull'invecchiamento positivo evidenziano il ruolo chiave del benessere soggettivo. Negli anziani le emozioni positive, quali serenità, gioia, orgoglio sembrano prevalere su quelle tristi. Al fine di elaborare una versione del Subjective Well-Being Training (SWBT) specifico per la popolazione over 65, si è deciso di valutare il benessere e la qualità di vita in un campione di adulti e anziani residenti nel territorio di Tortona (N = 106). E' stata quindi somministrata una batteria di questionari comprendente: Psychap Inventory-forma R, Happiness Measures, WHOQOL Breve, Scala IADL, con l'obiettivo di evidenziare le differenze tra il campione di anziani (età media = 72.5 anni) e un campione di adulti (età media = 47.3 anni). Dai risultati emerge che il livello del benessere personale sia significativamente maggiore nella popolazione anziana rispetto a quella under 65. Verranno inoltre discusse le implicazioni per un intervento di promozione del benessere personalizzato per le diverse fasce di età.

Meditazione di consapevolezza e rigenerazione dell'attenzione nei bambini

Giuseppe Barbiero^{1,2}, Rita Berto³ (1Università della Valle d'Aosta; 2Università di Torino; 3Università di Verona)

L'esposizione agli ambienti naturali permette di far riposare l'attenzione diretta e di rigenerarla dopo uno sforzo mentale intenso oltre a favorire uno stato di benessere psicofisiologico. In un nostro studio precedente abbiamo dimostrato che in assenza di

un'esposizione diretta a ambienti naturali rigenerativi è possibile utilizzare il metodo del Silenzio Attivo per rigenerare la capacità attentiva, infondere uno stato di benessere e stimolare la biofilia nei bambini in età scolare. Il Silenzio Attivo è costituito da pratiche derivate dalla meditazione di consapevolezza e da giochi cooperativi, cioè due attività distinte che stimolano entrambe l'attenzione involontaria. L'obiettivo del presente studio è verificare quale delle due attività è più efficace nel migliorare la prestazione attentiva dei bambini. Settantadue bambini (età 9-11 anni) di una scuola di Aosta hanno partecipato ad uno studio longitudinale dove sono stati assegnati casualmente a uno dei seguenti gruppi: i) solo pratica di meditazione di consapevolezza, ii) solo giochi cooperativi; iii) pratica di meditazione di consapevolezza e giochi cooperativi. In quattro momenti diversi dello studio è stata misurata la capacità attentiva dei bambini insieme ad alcuni parametri fisiologici di base. Sebbene non siano stati registrati cambiamenti significativi dei parametri fisiologici in nessuna condizione, i risultati hanno dimostrato che la pratica di meditazione di consapevolezza da sola produce miglioramenti significativi e soprattutto duraturi dell'attenzione, mentre i giochi cooperativi producono un miglioramento più rapido ma di durata più breve. Nonostante le differenze tra le due pratiche, il metodo del Silenzio Attivo si è dimostrato uno strumento efficace per i suoi effetti rigenerativi sul benessere psicofisico del bambino.

Risorse personali e famigliari nella Sindrome di Moebius

Paolo Borin¹, Marta Bassi¹, Renzo De Grandi², Giuseppe Maserà³, Antonella Delle Fave¹
(¹Università di Milano, ²Associazione Italiana Sindrome di Moebius Onlus, ³Ospedale San Gerardo di Monza)

La Sindrome di Moebius (SM) è una rara malattia congenita la cui caratteristica principale è la paralisi facciale causata dalla ridotta o mancata formazione del VI e VII nervo cranico. Oltre ad assente mimica facciale e impossibilità di chiudere o muovere gli occhi lateralmente, si possono manifestare disturbi di vista, deglutizione, eloquio e udito, ipotonia muscolare e anomalie scheletriche alle estremità. I sintomi, le delicate scelte terapeutiche a livello chirurgico e riabilitativo, nonché le problematiche relazionali legate alla ridotta espressività facciale, mettono a dura prova fin dalla nascita il benessere dei pazienti e delle loro famiglie. Per indagare le risorse personali e famigliari mobilitate nell'affrontare la malattia, sono state interpellate 12 persone con SM (età media = 29 anni; 50% donne) e 13 caregiver (età media = 44 anni; 92% madri), che hanno compilato Satisfaction with Life Scale, Eudaimonic and Hedonic Happiness Investigation, Brief COPE e, solo i famigliari, Caregiver Burden Inventory. Globalmente i risultati hanno evidenziato buoni livelli di benessere sia tra le persone con SM che i caregiver. I partecipanti riportano punteggi elevati di felicità e significato, soprattutto negli ambiti di famiglia, salute e relazioni. Riportano inoltre punteggi di soddisfazione di vita simili a quelli di campioni italiani di riferimento, ed adottano prevalentemente strategie di coping adattative quali accettazione, pianificazione e gestione attiva del problema. Tuttavia, circa la metà dei caregiver percepisce un carico assistenziale a livello fisico e psicologico tale da esporli a rischio di burnout, che richiederebbe pertanto interventi di sostegno.

Il benessere sul luogo di lavoro: quale apporto dalle relazioni tra generazioni diverse?

Maria Brambilla¹, F. Giorgia Paleari¹ e Frank D. Fincham² (¹Università degli Studi di Bergamo, ²Florida State University)

L'allungamento dell'età lavorativa e l'ormai accertata importanza della valorizzazione della diversità all'interno delle organizzazioni hanno recentemente sollevato la necessità di indagare le relazioni tra lavoratori che appartengono a diverse classi di età e l'influenza che tali relazioni possono avere sul benessere. In particolare, le ricerche internazionali in questo ambito hanno messo in luce l'esistenza di stereotipi e pregiudizi legati all'età che non solo condizionano il mercato del lavoro, ma presentano anche ripercussioni negative sulla vita di chi del mondo del lavoro fa parte, colpendo soprattutto le fasce più anziane o più giovani della popolazione attiva. Lo studio quantitativo qui presentato ha analizzato le relazioni intergenerazionali sul luogo di lavoro, considerando gli atteggiamenti e i comportamenti dei lavoratori verso i colleghi più anziani e più giovani. I partecipanti alla ricerca, contattati tramite alcune delle principali aziende della provincia di Bergamo, sono 756 lavoratori di età compresa tra 24 e 63 anni ($M = 44.3$, $DS = 9.0$), che hanno risposto a un questionario comprendente scale di misurazione di pregiudizi verso lavoratori di età differente dalla propria, quantità e qualità dei contatti intergenerazionali sul luogo di lavoro, alcuni indicatori di benessere (PGWB-S, job satisfaction e thriving at work). I risultati mettono in luce l'influenza positiva del contatto tra generazioni diverse su ciascuna delle variabili di benessere attraverso la mediazione esercitata dalla riduzione del pregiudizio. Le conclusioni prendono in esame i possibili risvolti applicativi dei risultati della ricerca.

La concordance nei processi di cura come negoziazione intersoggettiva di un impegno congiunto

Francesca Brivio, Sara Trombini, Francesca Morganti, Paride Braibanti (Università di Bergamo)

La promozione della salute nei processi di cura si costruisce attraverso costanti negoziazioni e co-regolazioni all'interno dell'incontro tra paziente e clinico, entrambi inseriti all'interno di istituzioni di pratiche consolidate.

La comunicazione tra clinico e paziente può essere letta a partire da diversi livelli di interazione, che concorrono alla costruzione di un incontro condiviso. Il primo, fondamentale, è il livello di analisi discorsiva, che contribuisce alla costruzione della soggettività e del possibile posizionamento delle parti in un dato contesto; il secondo, su cui focalizzeremo la nostra argomentazione, riguarda il piano degli aspetti incarnati (embodied) dell'interazione.

In particolare il nostro intento è quello di definire come il colloquio clinico possa essere uno spazio di condivisione di intenzionalità, in cui sia il paziente che il clinico possano impegnarsi per raggiungere obiettivi mutualmente concordati. A tal fine introduciamo il concetto di normatività deontica dell'impegno congiunto e la discutiamo in termini di concordance; l'impegno congiunto infatti rappresenta la base per la costruzione di una buona concordance, che concorre al raggiungimento di buoni esiti di cura e permette di superare il concetto classico di compliance. Infine, presentiamo le varie possibilità di negoziazione intersoggettiva della concordance all'interno della conversazione diadica che costituisce il colloquio clinico.

Tali assetti vengono discussi a partire dall'osservazione dei segnali centrati sul corpo attraverso l'approccio dell'etologia sociale.

Employability: dalla personalità alla resilienza

Ornella Bucci, Annamaria Di Fabio (Università di Firenze)

La resilienza rappresenta una risorsa fondamentale per affrontare le sfide del mercato del lavoro odierno caratterizzato da instabilità e imprevedibilità, consentendo agli individui di affrontare le avversità in maniera adattiva in una cornice di psicologia positiva. La resilienza è stata introdotta come una promettente variabile in relazione agli studi sull'employability. Mentre i tratti di personalità in letteratura sono considerati stabili, la resilienza risulta una caratteristica incrementabile mediante specifici training e merita dunque ulteriori approfondimenti empirici. Lo scopo del presente lavoro è analizzare il ruolo dei tratti di personalità e della resilienza in relazione all'employability, verificando l'esistenza di validità incrementale della resilienza rispetto alle variabili di personalità sia in 216 studenti di scuola superiore sia in 164 studenti universitari. Ai partecipanti sono stati somministrati il Big Five Questionnaire (BFQ), la Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), la Self-Perceived Employability Scale (SPES). Sono state calcolate correlazioni e regressioni gerarchiche. I risultati mostrano che la resilienza aggiunge una percentuale di varianza incrementale rispetto ai tratti di personalità in relazione all'employability. Questi risultati sottolineano la relazione tra resilienza ed employability, offrendo nuove prospettive di ricerca e di intervento in una prospettiva di psicologia positiva nel career management.

Passion e flow at work: una protezione contro l'esaurimento?

Lara Colombo, Margherita Zito (Università di Torino)

La passione per il lavoro è un fattore che può influenzare la qualità della vita lavorativa: se armoniosa (PA) può accrescere la motivazione e dare senso a ciò che si fa; se ossessiva (PO) può generare vissuti negativi perché l'attività che si svolge prende il sopravvento sulla vita della persona. Il flow at work (FaW) è una "esperienza ottimale" in cui gli individui sono immersi nell'attività lavorativa, la amano e provano piacere nello svolgerla.

Obiettivo di questo studio preliminare è comprendere il ruolo della PA, della PO e del FaW (come mediatore) su un esito di malessere psicologico, l'esaurimento, in un campione di 270 infermieri, professione caratterizzata da motivazione intrinseca, ma anche soggetta al burnout.

Il questionario ha rilevato: PA, PO, FaW, esaurimento. Gli alpha sono compresi tra .75 e .91. Il modello di equazioni strutturali (MPLUS7) presenta buoni indici di fit: $\chi^2(21) = 77.15$, $p < .00$; CFI = .96; TLI = .93; RMSEA = .09; SRMR = .05.

I risultati evidenziano che PA aumenta il FaW che, a sua volta, diminuisce l'esaurimento. Il FaW, inoltre, agisce come mediatore tra PA ed esaurimento. PO non ha effetti diretti sul FaW, ma aumenta direttamente l'esaurimento.

Lo studio evidenzia che mentre la PA contribuisce, insieme al FaW, a ridurre l'esaurimento, la PO aumenta i vissuti di malessere. Questi dati suggeriscono: l'importanza di favorire un equilibrato coinvolgimento lavorativo che contribuisce alla sperimentazione di vissuti

ottimali e alla riduzione di vissuti negativi; l'importanza di rendere consapevoli i lavoratori dei rischi associati a un rapporto ossessivo con il proprio lavoro.

Efficacia di un intervento per la promozione del benessere psicologico in adolescenti e giovani adulti

Anna Contardi¹, Luca Iani¹, Ilaria Penzo¹, Sara Pelli¹, Enrichetta Giannetti², Barbara Giangrasso², Saulo Sirigatti¹ (¹Università Europea di Roma, ²Università di Firenze)

Lo studio si è proposto di verificare l'efficacia della promozione del benessere psicologico e di un eventuale decremento dei livelli di disagio in adolescenti e in giovani adulti, attraverso l'impiego di due modelli teorici di intervento: la Well-Being Therapy e la Psicoterapia Cognitivo Causale.

L'intervento - eseguito secondo un disegno di ricerca quasi sperimentale presso classi di una Scuola Media Superiore romana (143 studenti del primo anno) ha previsto la suddivisione dei partecipanti in due gruppi sperimentali (GS; sottoposto a intervento) e due gruppi di controllo (GC; al quale sono fornite soltanto informazioni su metodologie di studio). Per valutare l'efficacia del training sono stati somministrati i seguenti strumenti: un questionario socio-anagrafico; Psychological Well-Being Scales (a 18 item); Subjective Happiness Scale; Fordyce Emotion Questionnaire; Rosenberg Self-Esteem; Brief Symptom Inventory; Positive and Negative Affect Schedule; Positive Psychotherapy Inventory; Personal Growth Initiative Scale II. Le prove sono state somministrate in tre tempi pre-test, post-test e follow-up. I dati sono stati elaborati impiegando statistiche descrittive e multivariate.

Nel complesso gli interventi hanno prodotto in entrambi i gruppi sperimentali un aumento dei livelli riguardanti i diversi aspetti del benessere considerati, seppur con un esito di efficacia talvolta diverso nei due gruppi sottoposti a trattamento e rispetto ai gruppi di controllo. I risultati osservati al termine dell'intervento vengono esaminati e approfonditi alla luce degli esiti rilevati in occasione del follow-up condotto circa sei mesi dopo la fine della sperimentazione.

Un'indagine sul benessere soggettivo: quali ambiti di vita sono più importanti per la felicità?

Andrea Crocetti, Simona Francolino, Federico Colombo (Scuola Asipse, Milano)

Nell'ambito del modello edonico, il benessere, cosiddetto soggettivo, viene concettualizzato distinguendo una componente cognitiva che comprende la soddisfazione di vita e una componente affettiva che comprende la presenza di emozioni piacevoli.

La presente indagine esplora l'autovalutazione del benessere soggettivo in corrispondenza di sette ambiti di vita: Amicizie, Famiglia, Relazioni sentimentali, Lavoro, Salute, Spiritualità/Religione, Vita quotidiana.

Un campione di oltre 400 soggetti (54% donne) distribuiti in sette città italiane (24% nord, 30% centro e 46% sud Italia) ha compilato una batteria di strumenti self-report comprendente la Scala di Soddisfazione di Vita di Diener, l'Happiness Measure di Fordyce e una scala per valutare l'importanza dei diversi ambiti di vita per la felicità.

I livelli di benessere soggettivo non mostrano differenze sostanziali per genere sessuale e zona di residenza ma se si considera l'importanza attribuita ai diversi ambiti di vita per l'autovalutazione della felicità emergono differenze significative.

I risultati sembrano confermare l'importanza di affiancare una valutazione più qualitativa del benessere soggettivo per completare la valutazione quantitativa e far emergere le differenze individuali.

Il benessere del caregiver nel contesto della RSA Aperta

Rita D'Alfonso, Francesca Dell'Amore, Daniela Bertazzoni, Anna Molteni, Cinzia Siviero (RSA Casa Famiglia San Giuseppe di Vimercate)

Le recenti normative della Regione Lombardia (856/2014 e successiva 2942/2014) sulla RSA Aperta consentono l'integrazione tra domiciliarità e residenzialità ed offrono moduli di intervento flessibili, finalizzati al benessere dell'anziano fragile e alle necessità della famiglia.

In applicazione di questa normativa la RSA Casa Famiglia San Giuseppe sta seguendo attualmente una trentina di anziani ed i rispettivi nuclei familiari; è noto come le condizioni di demenza o fragilità dell'anziano comportino un elevato burden dei caregiver. I percorsi individualizzati per l'anziano (attività riabilitative, stimolazione cognitiva, supporto emotivo, interventi validation) consentono un dialogo costruttivo tra il care manager della RSA ed il caregiver familiare per la condivisione di competenze, risorse e metodologie di intervento.

Si espongono i risultati di una ricerca volta a verificare l'efficacia delle misure di RSA Aperta sul benessere del caregiver. Sono stati utilizzati su un campione di 20 familiari caregiver: la Relative Stress Scale e il Caregiver Burden Inventory (CBI) per un confronto dei punteggi all'inizio degli interventi di RSA aperta e dopo un periodo di cinque/sei mesi; il Neuropsychiatric Inventory (NPI) per una verifica ulteriore del mutamento dello stress del caregiver.

I risultati mostrano una riduzione del burden complessivo del caregiver e in particolare di alcune dimensioni evidenziate nelle sottoscale del CBI di burden evolutivo, fisico ed emotivo.

Le opportunità della RSA Aperta sembrano perciò nutrire non solo il benessere dell'anziano, ma anche dei familiari caregiver che possono beneficiare di competenze supportive specialistiche, psicologiche e sanitarie, di relazioni sociali, di maggiore disponibilità di tempo per sé.

La Drammaterapia: un'esperienza ottimale per adulti con disabilità acquisita

Rita D'Alfonso¹, Laura Mercadante², Cinzia Giannini², Rosario Galbusera³, Francesca Dell'Amore¹ (¹RSA Casa Famiglia San Giuseppe di Vimercate; ²Associazione Mutà; ³Associazione Avolvi)

La situazione di disabilità acquisita può compromettere non solo le funzioni cognitive e motorie, ma anche l'autostima, il desiderio di comunicare e la percezione della propria autonomia decisionale.

Le Artiterapie, in particolare la Drammaterapia, consentono un lavoro di stimolazione che libera risorse sia dal punto di vista corporeo che immaginativo. Durante le sedute si attivano cognizioni, emozioni e motivazioni che possono configurare come ottimale la qualità dell'esperienza soggettiva.

La ricerca riporta i risultati di un'esperienza di Drammaterapia condotta presso la Casa Famiglia San Giuseppe, grazie ad un progetto di rete tra associazioni di volontariato "Le Arti-terapie al servizio della relazione di aiuto". I percorsi di Drammaterapia sono indicati, infatti, anche in situazioni di limitazioni psico-fisiche, per la metodologia di lavoro attenta al micromovimento corporeo, al coinvolgimento indiretto e all'ampliamento della espressività. Le 15 sedute sono state condotte con un gruppo composto da 6 adulti con disabilità acquisita insieme ad alcuni volontari e operatori. Il percorso, che prevedeva giochi, attività sensoriali ed invenzione di storie e personaggi, ha mantenuto la ripartizione metodologica tradizionale della Drammaterapia in tre fasi: Fondazione, Creazione e Restituzione. Al termine di ciascun incontro è stato proposto il Flow Questionnaire, che ha consentito di ottenere informazioni sulla selezione psicologica individuale e di gruppo. I risultati confermano come sia stato raggiunto il maggior coinvolgimento soprattutto nella fase di Creazione. Nel "viaggio" intrapreso dal gruppo nella fase creativa si sono verificati momenti speciali, collegati con profondi insight personali, che si sono configurati come veri e propri stati di flow.

Workplace civility: from dark side to positive side nelle organizzazioni

Annamaria Di Fabio (Università di Firenze)

La prospettiva della psicologia positiva suggerisce di promuovere risorse piuttosto che ridurre disfunzionalità. All'interno di una cornice teorica della organizational positive psychology, viene richiesto un cambiamento di prospettiva. Il presente contributo sposta il focus dalla workplace incivility, tradizionalmente studiata in letteratura, innovando in termini di workplace civility. Questo nuovo costrutto fa riferimento alla percezione della messa in atto di un insieme di comportamenti organizzativi rispettosi, cortesi, di attenzione e valorizzazione verso il lavoratore da parte sia dei colleghi sia dei superiori. Per rilevare il costrutto di workplace civility è stata messa a punto la Workplace Civility Scale come prima scala specifica per rilevare la civiltà sul posto di lavoro. Il presente studio analizza le proprietà psicometriche della Workplace Civility Scale. Hanno partecipato allo studio 376 medici, infermieri, operatori di orientamento e dipendenti pubblici. Ai partecipanti sono stati somministrati la Workplace Civility Scale, la Organizational Justice Scale (OJS), l'Affective Commitment Scale (ACS). Sono state analizzate dimensionalità, attendibilità e validità concorrente della scala. L'analisi fattoriale confermativa ha evidenziato una versione unidimensionale della scala con buona coerenza interna e validità. I risultati indicano che la Workplace Civility Scale risulta un valido strumento per rilevare la civiltà sul posto di lavoro nel contesto italiano.

Workplace civility e intelligenza emotiva

Annamaria Di Fabio (Università di Firenze)

All'interno della cornice teorica della organizational positive psychology emerge il nuovo costrutto di workplace civility. L'intelligenza emotiva è considerata una promettente variabile in relazione ai tradizionali studi sulla workplace incivility. Mentre i tratti di personalità in letteratura sono considerati stabili, l'intelligenza emotiva risulta una caratteristica incrementabile mediante specifici training e merita dunque ulteriori approfondimenti empirici. Lo scopo del presente lavoro è di verificare se l'intelligenza emotiva risulti in grado

di spiegare una percentuale di varianza incrementale rispetto a quella spiegata dai tratti di personalità in relazione al nuovo costrutto di workplace civility. A 379 medici e infermieri sono stati somministrati l'Eysenck Personality Questionnaire Revised Short Form (EPQ), il Bar-On Emotional Quotient Inventory (Bar-On EQ-i) e la Workplace Civility Scale. Sono state calcolate correlazioni e regressioni gerarchiche. I risultati mostrano che l'intelligenza emotiva aggiunge una percentuale di varianza incrementale alla percentuale di varianza spiegata dai tratti di personalità in relazione alla workplace civility. Questi risultati sottolineano il valore dell'intelligenza emotiva in relazione alla workplace civility, offrendo nuove prospettive di ricerca e di intervento per il management in ambito organizzativo nei contesti ospedalieri.

Resilienza: dai tratti di personalità all'intelligenza emotiva

Annamaria Di Fabio, Letizia Palazzeschi (Università di Firenze)

L'intelligenza emotiva è stata introdotta recentemente come una promettente variabile in relazione alla resilienza, in quanto a differenza dei tratti di personalità può essere incrementata mediante training specifici. Lo scopo del presente lavoro è di verificare se la trait emotional intelligence risulti in grado di spiegare una percentuale di varianza incrementale rispetto a quella spiegata da intelligenza fluida, tratti di personalità e intelligenza emotiva ability-based in relazione alla resilienza. A 152 studenti di scuola superiore sono stati somministrati le Advanced Progressive Matrices (APM), il Big Five Questionnaire (BFQ), il Mayer Salovey Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT), il Bar-On Emotional Intelligence Inventory (Bar-On EQ-I), il Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) e la Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Sono state calcolate correlazioni e regressioni gerarchiche. I risultati mostrano che la trait emotional intelligence aggiunge una percentuale di varianza incrementale alla percentuale di varianza spiegata dall'intelligenza fluida, dai tratti di personalità e dall'intelligenza emotiva ability-based in relazione alla resilienza. Questi risultati sottolineano il valore della trait emotional intelligence in relazione alla resilienza, offrendo nuove prospettive di ricerca e di intervento.

Migliorare il benessere soggettivo attraverso i gruppi di Subjective Well-Being Training

Simona Fantini, Debora Manoni, Federico Colombo (Scuola Asipse, Milano)

Introduzione. Nell'ambito della psicologia positiva è stato dimostrato che l'utilizzo di strategie cognitivo-comportamentali è efficace sia al fine di aumentare il benessere personale, sia per ridurre i sintomi psicopatologici.

Obiettivi. Incrementare il benessere soggettivo, mediante l'utilizzo di strategie di tipo cognitivo-comportamentale nella popolazione generale.

Materiali e metodi. Per raggiungere il nostro obiettivo ci si è avvalsi del "Subjective Well-Being Training" (SWBT). Esso si basa sugli studi di Fordyce negli USA e di Goldwurm in Italia inerenti lo sviluppo della felicità attraverso la messa in pratica dei "14 Fondamentali". Il gruppo sperimentale, suddiviso in 4 sottogruppi, per un totale di 33 soggetti, ha partecipato a otto incontri da due ore (SWBT), mentre i soggetti del gruppo di controllo (N = 28) hanno seguito un corso di yoga o attività sportive. I partecipanti di entrambi i gruppi sono stati selezionati tra la popolazione generale, 9 maschi e 52 femmine; il range di età è compreso tra i

20 e i 55 anni.

Al fine di valutare l'efficacia del training sono stati impiegati i seguenti questionari: Psychap Inventory, Happiness Measures, Scala di Soddisfazione della Vita e Symptom Check List- 90-R. La somministrazione è avvenuta all'inizio e alla fine del corso, e ad un follow-up di circa 6 mesi.

Risultati. I risultati mostrano un incremento significativo del grado di benessere soggettivo nel gruppo sperimentale (SWBT).

Conclusioni. Il SWBT si conferma uno valido strumento, di tipo cognitivo-comportamentale, in grado di aumentare il benessere soggettivo nella popolazione generale.

Qualità di vita e risorse nei caregiver di figli con ADHD

Andrea Fianco¹, Margherita Fossati², Mario Cocchi², Antonella Delle Fave¹ (¹Università di Milano, ²IRCCS E. Medea)

Presupposti teorici. Un'ampia letteratura evidenzia che i sintomi del Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (ADHD) interferiscono in modo significativo sulla qualità di vita del bambino sia a livello relazionale che di prestazioni scolastiche, nonché sul livello di stress personale e relazionale dei genitori. Sono invece limitati gli studi che indagano le risorse personali, famigliari e sociali mobilitate dai genitori per gestire la vita quotidiana dei figli con ADHD, favorendo potenzialità di sviluppo e progettualità a lungo termine.

Metodo. Al fine di indagare risorse e qualità di vita percepita sono stati somministrati a 50 genitori di bambini con ADHD i seguenti strumenti: Eudaimonic and Hedonic Happiness Inventory (EHHI), Satisfaction with Life Scale (SWLS), Coping Orientation to Problems Experienced (COPE), Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), Caregiver Burden Inventory (CBI), Resilience Scale for Adult (RSA) e Parental Self-Efficacy (PSE).

Risultati. I livelli di soddisfazione di vita, supporto sociale, strategie di coping, resilienza, autoefficacia parentale, felicità e significatività percepiti non differiscono significativamente dai campioni normativi. Il carico percepito nelle attività di cura e assistenza non raggiunge livelli associati a rischio di burnout.

Conclusioni. I risultati evidenziano un'adeguata mobilitazione di risorse individuali, famigliari e sociali da parte dei caregiver. Essi suggeriscono l'utilità di interventi orientati a valorizzare e potenziare queste risorse, al fine di implementare le competenze educative e promuovere il benessere dei caregiver e dei loro figli con ADHD.

La resilienza come fattore protettivo nel caregiver del paziente oncologico in assistenza domiciliare

Maria G. Forte¹, Silvia Varani², Paolo Melani¹, Pio E. Ricci Bitti¹ (¹Università di Bologna, ²Fondazione ANT Bologna)

Secondo numerosi studi, il vissuto dei caregiver di pazienti oncologici può comprendere sia aspetti positivi di gratificazione e crescita personale, sia comportare elevati livelli di stress e sintomi depressivi che possono influire negativamente sulla salute psico-fisica e compromettere l'assistenza al paziente. In questo contesto un costrutto psicologico determinante per la salute del caregiver può essere la resilienza, intesa come capacità di affrontare eventi stressanti e superarli, incrementando le risorse personali.

L'obiettivo del presente studio è di valutare la relazione fra resilienza dei caregiver e altri parametri: stress percepito, ansia e depressione, benessere psicofisico e supporto sociale percepito. Hanno partecipato allo studio 45 caregiver di pazienti oncologici in assistenza domiciliare (29 M e 16 F) di età compresa fra i 25 e i 75 anni (M = 54.2, DS = 11.08). Ai caregiver sono stati somministrati i seguenti questionari: Resilience Scale (RS), Family Strain Questionnaire (FSQ), Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS), Psychological Well-Being (PWB), Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS).

Calcolando il coefficiente di correlazione tra la resilienza e le variabili su indicate abbiamo rilevato: una correlazione negativa tra RS e punteggio globale dell'HADS e sottoscala della Depressione; una correlazione positiva tra RS e le sottoscale del PWB "scopo della vita" e "crescita personale" e tra RS e la sottoscala "amici" del MSPSS.

I risultati confermano l'importanza della resilienza del singolo e del sistema familiare e sociale suggerendo l'utilità della promozione di essa e della valorizzazione del caregiver come figura centrale nell'assistenza domiciliare al paziente oncologico.

Autostima, stili attributivi e qualità dell'esperienza in un corso di formazione professionale per giovani adulti con disabilità intellettiva

Margherita Fossati¹, Andrea Fianco², Mario Cocchi¹, Antonella Delle Fave² (IRCCS E. Medea, ² Università di Milano)

Background. Al termine del percorso scolastico per le persone con disabilità intellettiva sono poche le possibilità di accedere a percorsi professionalizzanti adeguati alle loro necessità e che tengano conto del riscontro offerto in prima persona dall'utenza.

Obiettivi. Il presente studio si propone di descrivere la qualità dell'esperienza di un gruppo di giovani adulti con disabilità intellettive durante un percorso di formazione professionale e di identificare eventuali associazioni con i livelli di autostima e le modalità attributive.

Metodo. 16 giovani adulti con disabilità intellettiva frequentanti un corso di Cake Design hanno compilato il Test Multidimensionale dell'Autostima e il Questionario di autoattribuzione per adulti e valutato la propria esperienza durante tre differenti lezioni del corso tramite Flow Questionnaire, Prova delle Motivazioni e Attribuzioni in Situazioni Concrete e Academic Self Regulation Questionnaire. Gli educatori hanno compilato la subscale Motivazione di competenza dell'EZ-Personality Questionnaire.

Risultati e conclusioni. I partecipanti hanno riferito buoni livelli di autostima e stili attributivi prevalentemente di tipo interno. L'esperienza formativa è stata valutata positivamente e sono state riferite significative differenze nella qualità dell'esperienza associata alle diverse attività. Sono emerse inoltre correlazioni significative tra qualità dell'esperienza, livelli di autostima e modalità attributive. Tali dati suggeriscono l'importanza di sviluppare progetti formativi adeguati alle esigenze degli adulti con disabilità intellettiva che prevedano l'autovalutazione dell'esperienza formativa, allo scopo di promuovere lo sviluppo di potenzialità e competenze, la qualità di vita e il benessere.

Ottimismo disposizionale: l'importanza della sua valutazione negli stati di salute e di malattia. Validazione italiana del LOT-R

Anna Giardini¹, Giulia Avvenuti¹, Antonia Pierobon¹, Patrizia Steca², Dario Monzani², Andrea Greco², Simona Callegari¹ (1Fondazione Salvatore Maugeri, IRCCS, Istituto Scientifico di Montescano; 2Università di Milano-Bicocca)

Numerosi studi hanno messo in evidenza come l'ottimismo disposizionale possa essere considerato un fattore protettivo sia per la salute fisica che per quella mentale. Fra gli strumenti proposti per misurare l'ottimismo, il Life Orientation Test – Revised (LOT-R) si è dimostrato essere quello maggiormente utilizzato a livello internazionale.

Lo scopo di questo studio è la validazione della versione italiana del LOT-R.

Sono stati reclutati 523 soggetti, di cui 262 sani (76 studenti universitari e 186 adulti) e 261 pazienti affetti da una malattia cronica (171 con scompenso cardiaco cronico e 90 con malattie polmonari, entrambi in ricovero riabilitativo), di età compresa fra i 21 e gli 85 anni. Sono stati inoltre somministrati il SAT-P, l'HADS, l'SF-12, il Brief-IPQ e il Brief-COPE, al fine di valutare la validità convergente e divergente del LOT-R.

L'analisi fattoriale delle componenti principali ha individuato due fattori, distinguibili in Ottimismo e Pessimismo, che insieme spiegano il 65.6% della varianza totale. Il calcolo delle correlazioni di Pearson fra i due fattori, e fra questi e gli altri questionari somministrati, ha prodotto risultati statisticamente significativi e coerenti con il costrutto. La consistenza interna e la stabilità test-retest si sono rivelati adeguati, sia per il punteggio della scala totale sia per i punteggi singoli di Ottimismo e Pessimismo.

Le proprietà psicometriche del LOT-R sono risultate soddisfacenti e robuste, confermando quanto già emerso in letteratura. L'utilizzo del LOT-R può essere di interesse sia in clinica che in ricerca, pur con maggior riguardo per quest'ultima.

Orientare alla crescita CONDOR: La consapevolezza di sé per la scelta

Gianluca Gualdi, Martina Marcarini, Federica Sacchi, Maria Assunta Zanetti (Università di Pavia)

Le ultime ricerche dimostrano un aumento del fenomeno del drop-out scolastico, nel corso delle Scuole Secondarie di Secondo Grado, che porta alla necessità di promozione di percorsi volti a favorirne la prevenzione, tenendo conto che i percorsi alla scelta vengono proposti a studenti che stanno attraversando il sempre più complesso periodo dell'adolescenza.

Il progetto si propone come percorso universale per la scelta della scuola e volto alla promozione del benessere e della consapevolezza di sé. Lo studio presenta i dati emersi dalla compilazione del questionario CONDOR in un campione di 3.223 studenti di Scuola Secondaria di Primo Grado di età media di 13.10 anni (DS = 0.50). I ragazzi, provenienti da 32 IC differenti della Provincia di Pavia, hanno compilato due differenti questionari (uno al secondo anno di scuola e uno al terzo anno), utilizzati per la creazione di un profilo volto a indagare differenti aree: ragionamento verbale e non verbale, interessi scolastici e professionali, motivazione, metodo di studio, attribuzioni, fattori di resilienza, soddisfazione e intelligenza emotiva. Il questionario, che presenta buona affidabilità nelle scale, si pone come strumento volto alla promozione della consapevolezza di sé, aspetto che, associato a buon percorso di informazione circa le offerte territoriali, permette una scelta valutata in relazione

alle proprie caratteristiche. Sono inoltre presentati due strumenti volti a favorire la consapevolezza di sé nei contesti di vita prossimi allo studente: guida di orientamento alle competenze della Scuola Secondaria di Secondo Grado (diretta alla famiglia) e guida alla Didattica Orientativa (diretta agli insegnanti).

Benessere mentale e mindfulness

Rebecca Honorati, Anna Contardi, Giulia Bartolomeo, Gabriele Giorgi (Università Europea di Roma)

Introduzione. Nonostante la presenza di un numero ridotto di studi, la mindfulness sembra correlarsi positivamente con il benessere psico-fisico, una buona qualità di vita, un'elevata gradevolezza e l'autostima.

Obiettivo. Scopo del lavoro è indagare la relazione tra il benessere psico-fisico e la mindfulness nelle sue componenti di attenzione e consapevolezza.

Metodo. Il campione è costituito da 328 soggetti (età compresa tra i 25 e i 45 anni) a cui sono state somministrate la Mindfulness Attention Awareness Scale (MAAS), il General Health Questionnaire-12 items (GHQ-12) e il Mindfulness Process Questionnaire (MPQ).

Risultati. L'analisi statistica evidenzia che un migliore benessere psico-fisico è un fattore predittivo di un maggiore livello di mindfulness.

Conclusioni. Maggiori livelli di consapevolezza e attenzione possono essere favoriti dal potenziamento del benessere psico-fisico. Tuttavia sono necessari studi longitudinali e con un disegno sperimentale per confermare questi risultati.

La relazione tra caratteristiche del lavoro e benessere lavorativo

Gaja Zager Kocjan¹, Andreja Avsec¹, Antonella Delle Fave² (1Università di Lubiana, 2Università di Milano)

Introduzione e obiettivi. Questo studio esamina la validità incrementale di varie caratteristiche del lavoro, quali richieste e varietà, nel fungere da predittori della soddisfazione lavorativa al di là delle valutazioni generali di benessere (edonico, eudaimonico e sociale).

Metodo. Per verificare questa ipotesi, 515 lavoratori (65.6 % donne; età media = 39.7 anni) hanno compilato la Satisfaction with Life Scale (SWLS, adattata per misurare la soddisfazione percepita nel lavoro), il Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF), e il Job Demands-Resources Questionnaire (JDRQ).

Risultati. A livello individuale, controllando per età e genere, tre aspetti del benessere generale valutato con MHC-SF permettevano di spiegare il 19% della varianza della soddisfazione lavorativa. Sono emersi come predittori significativi componenti del benessere emozionale e sociale, ma non del benessere psicologico. A livello ambientale, le caratteristiche del lavoro aggiungevano un ulteriore 27% alla varianza spiegata. Tutte le scale relative alle risorse lavorative predicevano significativamente la soddisfazione, mentre ciò non si verificava per le richieste lavorative.

Discussione. L'assenza di potere predittivo del benessere psicologico sulla soddisfazione lavorativa può essere connessa al fatto che esso viene perseguito in molteplici ambiti di vita, tra cui il lavoro non è primario. Anche le richieste non sono risultate predittive della

soddisfazione lavorativa: ciò può essere legato alla loro possibile percezione come sfide o come difficoltà, con differenti conseguenze sul benessere. Inoltre, le richieste lavorative rappresentano indicatori di malessere, che non è il polo opposto del benessere ma influenza in modo indipendente il funzionamento individuale nei vari ambiti del quotidiano.

Star bene a scuola: l'uso dello storytelling per riflettere e gestire i conflitti

Lilian M. Landriel (Formatrice e consulente pedagogica del Comune di Torino)

L'impostazione educativa di tipo "inclusivo" impone alle classi la presenza di alunni "difficili" (bambini dirompenti, con caratteristiche oppositive-provocatorie, antisociali, ecc.), mettendo a dura prova la capacità gestionale degli insegnanti. Tali sfide impediscono di valutare le risorse disponibili per fronteggiarle, incidendo negativamente sull'autostima professionale, sul benessere individuale e, conseguentemente, sull'atteggiamento verso il compito. Emerge una sorta di "fissazione funzionale" che ostacola la capacità di osservare e analizzare oggettivamente la situazione per individuare strategie alternative.

La letteratura vede nello storytelling uno strumento efficace per promuovere la capacità di riflessione sia nell'ascoltatore sia nel narratore. Entrambi, infatti, sono co-partecipanti nel divenire della narrazione. In essa "la dimensione psichica occupa una posizione dominante". Il lettore la recepisce ri-componendola in una dimensione affettiva. Storie analoghe alla situazione problema possono coinvolgere emotivamente l'interlocutore facendo appello all'empatia.

In questa sede verranno presentati alcuni interventi attuati in ambiti formativi e di consulenza psicopedagogica ove si è utilizzato lo storytelling come strumento per promuovere la riflessione, l'analisi di situazioni problematiche e la ricerca di strategie idonee per risolverle.

I risultati mostrano che questo metodo, applicato in ambito educativo/formativo, favorisce la capacità di riflessione dei partecipanti. Gli interventi rivolti agli insegnanti aiutano loro ad osservare la realtà da prospettive diverse, incidendo sul loro ottimismo nel perseguire gli obiettivi previsti, sull'efficacia nell'ottenerli, aumentando il senso di benessere soggettivo. Rivolti ai bambini, invece, potenziano l'intelligenza emotiva riducendo i comportamenti violenti e, conseguentemente, modificano positivamente le relazioni.

Facilitare competenze sociali per il benessere nella classe. Un'indagine qualitativa nella scuola primaria

Giovanna Malusà (Università di Trento)

Le pressioni a cui la scuola è stata sottoposta nell'ultimo periodo pongono in primo piano l'emergenza di promuovere percorsi di successo scolastico in un clima di benessere relazionale.

Il presente studio longitudinale è contestualizzato in una classe multiculturale di una scuola primaria del Trentino, caratterizzata da metodologie attive e da progetti di educazione interculturale. L'indagine ha coinvolto per 4 anni scolastici 19 alunni/e, 38 genitori e 26 docenti, con una progressiva raccolta dati attraverso osservazioni partecipanti, interviste focalizzate (62), questionari e ricerca documentaria. Tutto il materiale è stato trasformato in

testo, trascritto verbatim e codificato con il supporto di NVivo9, adottando procedure d'analisi tipiche della Grounded Theory. Tra le 7 categorie emerse, le competenze sociali degli studenti ne rappresentano il nucleo tematico, prodotto dall'interazione tra scelte etiche, metodologie efficaci e vissuti costruttivi dell'esperienza multiculturale.

Emergono negli alunni/e maturate competenze relazionali inerenti la gestione di sé e del gruppo, lo sviluppo di capacità comunicative, decisionali e di mediazione. Gli alunni/e autoctoni e migranti sperimentano queste competenze direttamente nell'attività scolastica quotidiana: sono consapevoli della propria capacità di sapersi aiutare, lavorare in gruppo, collaborare, rispettare ruoli e persone, accettare il conflitto come parte integrante dell'amicizia, utilizzando ed inventando anche strategie di mediazione, elementi correlati direttamente allo stare bene e al successo formativo di tutti.

I risultati ottenuti inquadrano le competenze nell'interazione dinamica tra individuo e contesto, in quell'apprendimento situato di carattere sociale, a cui si richiamano i modelli teorici di impostazione dinamico-costruttivista, offrendo importanti riflessioni per la pratica educativa.

Cinema e narrazione per nutrire positività

Emanuela Mancino (Università di Milano-Bicocca)

Dopo l'apertura della prima sala cinematografica presso una struttura ospedaliera in Italia, per opera di Medicinema, onlus di derivazione anglosassone, analizzati i dati dell'indagine inglese, si è realizzata presso l'ospedale Humanitas di Milano, la prima ricerca qualitativa sugli effetti che la visione di un film, accompagnata da un lavoro di narrazione di gruppo e individuale, sortisce nei pazienti di breve e lunga degenza. Tale esperienza è l'esito della proposta e della sperimentazione di un protocollo di ricerca messo a punto dalla dott.ssa E. Mancino. Il suo gruppo, forte di una tradizione di studi e ricerche sulla narrazione, la cineformazione, la promozione di un pensiero critico di auto-formazione, ha realizzato un'indagine volta ad elaborare un modello di ricerca per permettere a pazienti e familiari, volontari e personale medico, di costruire, attraverso il lavoro attivato dalla visione di film, la connessione di due dimensioni esistenziali che la degenza ed il contesto ospedaliero tendono necessariamente ad interrompere, ovvero la vita "normale", consueta e quotidiana, e la malattia, nonché l'ospedalizzazione.

Oltre alla pratica di scrittura (auto)biografica, si è esplorato il potenziale dell'auto-cinematografia. Non già la mera presa di visione del film, ma si è applicata una metodologia educativa attiva di riflessione e formazione dopo la visione con strumenti della metodologia biografica e dello storytelling. La metodologia, qualitativa, attraverso grounded theory e narrative inquiry, con interviste, focus group, scrittura personale si è riferita a 30 soggetti, ottenendo: benessere dei partecipanti, senso di partecipazione, coinvolgimento, condivisione, creazione di senso per esperienze indicibili o non narrabili.

Il rapporto fra disposizione alla gratitudine ed alcuni indicatori della salute individuale

Teresa Menafra, Paolo Melani, Pio E. Ricci Bitti (Università di Bologna)

Introduzione. L'individuazione di tratti positivi, in grado di promuovere il benessere, è divenuta uno dei principali obiettivi della recente ricerca psicologica che ha riconosciuto nella disposizione alla gratitudine un fattore in grado di accrescere le probabilità che l'individuo si comporti in modo personalmente e socialmente efficace. Recenti ricerche suggeriscono l'influenza positiva di tale disposizione sul benessere psicologico e su alcuni altri parametri, quali ad esempio la memoria per gli eventi di vita.

Obiettivi. Questo contributo si propone di esaminare l'esistenza di correlazioni positive tra disposizione alla gratitudine da una parte e orientamento positivo, benessere psicologico e bias di memoria per il ricordo degli eventi di vita dall'altra.

Metodo e Strumenti. Lo studio interessa 60 studenti universitari (età media = 21.52 anni) cui sono stati somministrati i seguenti questionari: 1. Questionario sulla disposizione alla gratitudine, GQ-6; 2. Scala di orientamento positivo, P-Scale; 3. Questionario sulla valutazione degli eventi di vita (appositamente costruito); 4. Questionario sul benessere, PWB.

Risultati. I dati confermano una correlazione positiva fra disposizione alla gratitudine da una parte e orientamento positivo, benessere psicologico, e ricordo favorevole per gli eventi positivi dall'altra e una correlazione negativa fra disposizione alla gratitudine e ricordo sfavorevole per gli eventi negativi.

Sentirsi utili: un fattore chiave per promuovere il benessere, l'impegno e la produttività durante l'esecuzione di un compito/sul posto di lavoro

Francesca Morganti, Maria Rita Ciceri (Università Cattolica di Milano)

Quando ad un campione di persone anziane è stato chiesto perché continuano a lavorare dopo i 65 anni, l'83% ha risposto: "perché mi fa sentire utile". Considerando questi ed altri risultati provenienti dalla letteratura, ci siamo chiesti quanto "sentirsi utili" possa giocare un ruolo importante nell'influenzare il benessere delle persone. Nello specifico, abbiamo esplorato il ruolo di alcune dimensioni specifiche del sentirsi utili indicate dalla letteratura (meaning, irreplaceability, recognition, completion, effort) nell'influenzare: quanto le persone si sentono utili durante lo svolgimento di un compito, quanto sono produttive, la loro percezione del compito, e le emozioni provate durante lo svolgimento della prova.

Abbiamo quindi realizzato un esperimento in laboratorio che ha coinvolto un campione di 50 soggetti, ai quali è stato chiesto di svolgere un compito e, al termine, di completare un questionario che indagava le loro percezioni nei confronti della prova. I partecipanti sono stati casualmente assegnati a diverse condizioni per quanto riguarda la variabile "Completion" (avere la possibilità di completare il compito vs non riuscire a completare il compito) e "Recognition" (il lavoro svolto era riconosciuto vs non riconosciuto/considerato dallo sperimentatore). I risultati mostrano come le variabili "completion" e "recognition" influenzano positivamente la produttività e la percezione del compito con risultati migliori nella condizione in cui i soggetti riescono a portare a termine il compito e vedono il loro compito riconosciuto. Inoltre, in questa condizione, i soggetti riportano di provare anche livelli più alti di emozioni positive.

Questi primi risultati suggeriscono di investire in attività che promuovano il sentirsi utili delle persone: le possibili applicazioni sono quindi innumerevoli, dall'empowerment del contesto lavorativo alla promozione del benessere nella popolazione anziana.

Il sorriso nell'impegno congiunto: soggetto e sperimentatore in interazione

Francesca Morganti, Aurora Magoni, Paride Braibanti (Università di Bergamo)

Le emozioni assumono un ruolo centrale nella psicologia positiva. La ricerca suggerisce in particolare che emozioni positive facilitino nelle persone creatività, saggezza, empatia e capacità affiliative.

Lo studio vuole focalizzare il ruolo delle espressioni emozionali positive, e nello specifico del sorriso, nello stabilire un impegno congiunto.

In particolare la ricerca vuole verificare se le differenze nei sorrisi messi in atto dallo sperimentatore e dai soggetti siano predittive del buon esito dell'accordo negoziato. 35 soggetti hanno preso parte ad un incontro faccia a faccia per la realizzazione di un accordo.

Differenze significative nei sorrisi analizzati sono emerse con l'utilizzo del Ethological Coding System for Interviews e il Facial Action Coding System e tali differenze si sono rivelate predittive del buon esito del raggiungimento dell'accordo.

La ricerca mostra la capacità del corpo di creare attraverso l'azione i presupposti della relazione e della significazione e si inserisce all'interno della prospettiva dell'embodied cognition dove il corpo assume una valenza comunicativa al pari del linguaggio verbale.

Il ruolo della religiosità sulla strada verso la felicità

Maria Grazia Monaci, Erika Morandi, Luca Scacchi (Università della Valle d'Aosta)

L'obiettivo dello studio è analizzare la percezione soggettiva di felicità, benessere e soddisfazione per la vita focalizzandosi sugli effetti della religiosità. In linea con dati presenti in letteratura, ci si aspetta per la religiosità un graduale aumento con l'età e una differenza di genere, con i maschi a livelli inferiori. Si suppone inoltre che gli individui con forte fede religiosa riportino un maggiore benessere soggettivo e soddisfazione per la vita. Anche, che il benessere soggettivo percepito dai protestanti sia più elevato rispetto ai cattolici. Un questionario è stato somministrato ad un campione stratificato per genere ed età (N = 250, Femmine = 125). Sono state misurate le determinanti della felicità e la misura con cui dipendono da: te stesso; altre persone; fortuna; il caso e Dio. La religione di appartenenza era rilevata con 6 modalità di risposta (ricodificate in cattolica, protestante, altro) e un indice di religiosità con tre item ("quanto credi", "quanto pratici" e "quanto è importante per te la religione", $\alpha = .91$). Inoltre, erano presenti il Questionnaire for Eudaimonic Well-being; il PANAS; la SWLS; la Locus of Control Scale. I principali risultati confermano l'incremento con l'età della religiosità, oltre che di benessere soggettivo e soddisfazione per la vita, mentre non si conferma il ruolo dell'appartenenza ad una specifica confessione religiosa. I più religiosi attribuiscono maggiormente a Dio le cause delle determinanti della felicità e provano più emozioni positive e meno negative. Una possibile interpretazione è che la religiosità possa svolgere un ruolo di moderatore positivo all'interno della complessità implicata nel perseguimento della felicità.

Nonostante l'emofilia: potenzialità e risorse personali e familiari

Luca Negri¹, Andrea Buzzi², Anna Brigida Aru³, Antonino Cannavò⁴, Claudio Castegnaro², Giuseppe Lassandro⁵, Angiola Rocino⁶, Cristina Santoro⁷, Gianluca Sottilotta⁸, Paola Giordano⁵, Maria Gabriella Mazzucconi⁷, Rosamaria Mura³, Flora Peyvandi⁴, Antonella Delle Fave¹ (¹Università degli Studi di Milano; ²Fondazione Paracelso, Milano; ³Ospedale Regionale per le Microcitemie, Cagliari; ⁴Fondazione IRCCS Ca' Granda, Milano; ⁵Università di Bari; ⁶Ospedale S. G. Bosco, Napoli; ⁷Università di Roma "La Sapienza"; ⁸Azienda Ospedaliera "Bianchi-Malacrino-Morelli", Reggio Calabria)

Introduzione. L'emofilia è una malattia genetica legata alla carenza di specifici fattori della coagulazione. Le forme più gravi presentano un elevato rischio di emorragie che possono portare a problemi articolari cronici, provocare intenso dolore e causare una riduzione nei movimenti. Le ricerche sulla qualità di vita di persone con emofilia si sono concentrate, fino ad ora, sulla valutazione dei deficit e delle limitazioni associate alla patologia.

Obiettivo. La ricerca si propone di studiare la qualità di vita e il benessere delle persone con emofilia. Particolare attenzione è posta all'identificazione delle risorse personali, familiari e sociali impiegate nella gestione della vita quotidiana e in una progettualità a lungo termine.

Partecipanti. Lo studio coinvolge 65 adolescenti e adulti di età compresa tra i 14 e i 74 anni (M=39.5; DS=15.6) affetti da emofilia grave.

Strumenti. Il protocollo include la partecipazione ad un'intervista semi-strutturata e la compilazione dei seguenti strumenti: Eudaimonic and Hedonic Happiness Inventory (EHHI), Positive and Negative Affect Scale (PANAS), Satisfaction With Life Scale (SWLS), Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF) e Short Form Health Survey (SF-36).

Risultati e Discussioni. Nonostante la presenza di dolore fisico, difficoltà e limitazioni nella vita quotidiana, i partecipanti riportano elevati livelli di benessere edonico ed eudaimonico. I risultati confermano che la presenza di una grave patologia cronica non preclude la possibilità di realizzare le proprie potenzialità e di orientare la vita verso obiettivi e significati definiti. L'analisi delle risposte fornite permette, inoltre, di individuare quali risorse e competenze concorrano a promuovere tale processo.

Emozioni ed esperienze positive come risorse. Analisi dei dati raccolti in un contesto scolastico con adolescenti

Sara T.M. Pellegata, Maria Rita Ciceri (Università Cattolica di Milano)

Nel mondo scolastico emerge la difficoltà a motivare gli studenti allo studio. L'attenzione alle emozioni positive presenti nel contesto scolastico può costituire un interessante stimolo di conoscenza positiva di sé e di rivalutazione della propria esperienza scolastica. A partire da questi presupposti è stata sviluppata una ricerca-azione "In viaggio verso le emozioni positive" che ha coinvolto un campione di 120 studenti tra i 14 e i 16 anni, di un Istituto Tecnico di moda e grafica di Milano, suddivisi in due gruppi: il gruppo training (coinvolto in sei incontri dedicati all'approfondimento di diverse emozioni positive) e il gruppo di controllo. Per valutare gli effetti del percorso sono stati utilizzati, in fase pre e post training e confrontando gruppo training e gruppo di controllo, dei questionari self report: test emotional wheel, COPE, ERQ, test di conoscenza delle etichette emotive, test di valutazione del re-appraisal e un questionario su scala likert creato per valutare alcune dimensioni rilevanti per il tema affrontato. I risultati mostrano come un percorso che implica una riflessione su di sé e

su questi temi porti ad un ampliamento significativo ($p = .004$) delle etichette emotive positive possedute dagli studenti, un miglioramento delle relazioni percepite in classe e un innalzamento dei punteggi di benessere percepito nel momento in cui viene utilizzata la strategia del re-appraisal prima di stressori scolastici. Tuttavia, non viene rilevato un miglioramento nella valutazione dell'esperienza e del contesto scolastico in sé e per sé.

Effetti a breve termine di un intervento di promozione del benessere basato sull'esercizio della gratitudine in giovani adulti

Ilaria Penzo¹, Enrichetta Giannetti², Barbara Giangrasso², Sara Pelli¹, Saulo Sirigatti¹
(¹Università Europea di Roma, ²Università di Firenze)

La pratica della gratitudine costituisce un settore di studio e di applicazione di crescente attenzione all'interno della prospettiva della Psicologia Positiva. Lo studio proposto intende valutare gli effetti a breve termine di un programma di promozione del benessere basato sull'esercizio di tale potenzialità in ambito didattico-formativo.

L'intervento – svolto secondo un disegno di ricerca quasi-sperimentale e indirizzato a studenti iscritti all'Università degli Studi di Firenze – prevede l'assegnazione casuale dei partecipanti a un gruppo sperimentale (GS), due gruppi di controllo con placebo (GCP) e un gruppo di controllo senza placebo (GC). Le attività di riflessione-scrittura – riguardanti la pratica della gratitudine (GS), l'osservazione di eventi significativi e avvenuti per strada (GCP) – sono svolte online, bisettimanalmente per quattro settimane, previa sessione di apprendimento. Il consenso informato scritto è stato ottenuto da tutti i partecipanti.

Una batteria di test comprendente indicatori di benessere psicologico e soggettivo, malessere psicofisico e gratitudine sono impiegati per la raccolta dei dati nei diversi gruppi avvenuta prima dell'inizio e subito dopo il termine dell'intervento e a distanza di tre settimane dalla conclusione. I dati sono elaborati attraverso statistiche descrittive, procedure univariate e indice di Cohen per la valutazione dell'ampiezza dell'efficacia.

Il follow-up a quattro settimane conferma l'andamento degli effetti osservati al termine dell'intervento. Nell'insieme, il GS mantiene livelli superiori nei diversi aspetti del benessere e della gratitudine e una diminuzione degli aspetti di disagio rispetto ai GCP e GC. Di un certo interesse alcune variazioni tra e nei gruppi. I risultati ottenuti offrono spunti interessanti in questo ambito applicativo.

Vissuti soggettivi di positività e negatività connessi al percorso riabilitativo intensivo in pazienti parkinsoniani

Antonia Pierobon¹, Anna Giardini¹, Marina Maffoni¹, Valeria Torlaschi¹, Giuseppe Frazzita², Simona Callegari¹ (¹Fondazione Salvatore Maugeri, IRCCS, Istituto Scientifico di Montescano; ²Ospedale Moriggia-Pelascini, Gravedona ed Uniti)

Il Morbo di Parkinson è la seconda malattia neurodegenerativa più diffusa al mondo. Attualmente, un percorso riabilitativo intensivo di 4 settimane ha evidenziato significativi miglioramenti fisico-funzionali. Scopo del presente lavoro è di descrivere i vissuti soggettivi di positività e negatività connessi a tale percorso riabilitativo.

27 pazienti parkinsoniani (70.3 ± 8.5 anni; 13m/14F) ricoverati in riabilitazione intensiva, sono stati valutati con interviste semi-strutturate (interpretate con il metodo qualitativo della Grounded Theory).

Risultati. La patologia si configura in un'entità tangibile e personificata, la quale si contrappone fisicamente tra l'ambiente e il malato. L'efficacia del mantenimento attivo è la core category emersa: il trattamento riabilitativo proposto è giudicato positivamente. La maggior parte dei pazienti percepisce e descrive la riacquisizione di un maggior controllo sui sintomi, sul proprio corpo, nonché sulla funzionalità fisico-funzionale. L'aver un ruolo attivo, conservando autonomia e funzionalità, è il motivo per proseguire la terapia a domicilio o, almeno, per adottare uno stile di vita più attivo. Significativo è l'utilizzo dei verbi di percezione (percepire, vedere, sentire) per descrivere i miglioramenti ottenuti, che possono ricalcare espressioni cristallizzate nella lingua madre, ma potrebbero essere un segno linguistico patognomonico conseguente alla natura fisica e corporea della malattia.

Conclusioni. Dai dati emerge con forza come i pazienti parkinsoniani percepiscano soprattutto la concretezza della propria patologia che si esprime attraverso il corpo, sia nella negatività che nella positività. La riabilitazione fisico-funzionale proposta trova quindi riscontri positivi non solo nella valutazione di outcome tradizionale, ma anche attraverso il vissuto soggettivo del paziente.

Opportunità e difficoltà nell'assistenza alla disabilità: caregiver formali ed informali a confronto

Raffaella D.G. Sartori¹, Giovanni Valle², Reana Di Girolamo², Antonella Delle Fave¹ (¹Università di Milano; ² IRCCS Don Carlo Gnocchi)

I caregiver formali ed informali di persone con gravi disabilità possono fronteggiare problemi psico-fisici e incrementare la percezione di benessere grazie a fattori protettivi quali una buona gestione delle emozioni, la presenza di un nucleo familiare di aiuto sia sul piano pratico che emotivo, e un adeguato sostegno sociale. Al fine di indagare alcuni di questi indicatori, 67 educatori professionali, in servizio presso un centro italiano per l'assistenza a disabili, e 125 genitori con figli tra i 2-63 anni hanno compilato: Caregiver Burden Inventory, Satisfaction With Life Scale, Positive Affect and Negative Affect Scales, Depression Anxiety Stress Scales ed Eudaimonic and Hedonic Happiness Investigation.

Il profilo di benessere dei caregiver formali era globalmente migliore di quello dei caregiver informali. Gli educatori professionali, infatti, riportavano carico assistenziale basso mentre i genitori moderato carico. Inoltre, i primi riportavano un carico significativamente più basso anche nelle dimensioni oggettive e soggettive, emozioni depressive più lievi, e soddisfazione di vita e bilancio edonico significativamente più elevato dei secondi. Infine, sebbene i livelli di felicità fossero moderatamente elevati per entrambi i gruppi, per gli educatori professionali essi erano significativamente più elevati sia in generale che nella famiglia, nelle relazioni sociali, nella salute, nel tempo libero e nella comunità.

I caregiver formali ed informali di persone con disabilità possono percepire una buona qualità di vita. Tuttavia, è necessario considerare differenze nel benessere percepito al fine di fornire un sostegno specifico, continuo e duraturo che possa rendere l'assistenza una sfida sempre meno difficoltosa.

Studio REACT: l'impatto psicosociale di una diagnosi di cancro in adolescenza

Marta Scignaro, Camilla C. Iannacone, Francesca Nichelli, Marco Spinelli, Andrea Biondi, Momcilo Jankovic (Fondazione MBBM, Monza)

Lo studio REACT – Resources in Adolescent Cancer Treatment - è uno studio longitudinale quali-quantitativo multicentrico volto ad indagare le risorse e i bisogni psicosociali di adolescenti malati di cancro per apportare un primo contributo nazionale sul tema. Verranno proposti i risultati ad oggi disponibili.

Hanno partecipato all'indagine 21 ragazzi (range età: 14-19 anni, M = 16.5, DS = 1.6) con diagnosi di neoplasia ematologica in controllo o trattamento presso l'Azienda Ospedaliera S. Gerardo di Monza.

Dall'analisi qualitativa, svolta tramite interviste semi-strutturate con 16 adolescenti (età M = 16.3 anni, DS = 1.7), sono emersi fattori di rischio (senso di estraneità a sé e al mondo, quotidianità interrotta, fatigue, noia, adultizzazione, stile preoccupato ed evitante, fattori critici (meaning making, decentramento empatico, selezione dei pari) e fattori salutari (desiderio di normalità, accettazione, fiducia nel trattamento, ottimismo, crescita e stile sicuro).

L'analisi quantitativa è stata condotta prima ad un livello cross-sectional confrontando 10 ragazzi in fase di reazione (< 10 mesi dalla diagnosi) con 11 pazienti in fase di riorientamento (> 10 mesi dalla diagnosi). Il secondo livello è longitudinale, 8-10 mesi dopo la prima valutazione, su 15 adolescenti (range età: 14-19 anni, M = 16.2, DS = 1.7).

Dopo un anno dalla diagnosi la risposta psicologica risulta positiva in molti ambiti (famiglia, quotidianità, autostima corporea ed emotiva). Dopo circa due anni sembrano tornare le vulnerabilità dei primi mesi (bassa autostima emotiva e corporea).

Gli adolescenti in ospedale hanno esigenze e difficoltà psicosociali specifiche che si assommano con l'esperienza di cancro, non mettendo in risalto le loro risorse.

Relazioni tra profili di umorismo e benessere psicologico

Saulo Sirigatti¹, Ilaria Penzo¹, Enrichetta Giannetti², Cristina Stefanile² (¹Università Europea di Roma, ²Università di Firenze)

Introduzione. Sono già state acquisite conoscenze approfondite circa le relazioni tra variabili concernenti stili di umorismo e benessere psicologico. Con questo studio si è teso a identificare cluster di specifiche combinazioni di stili di umorismo - misurati con l'Humor Styles Questionnaire (HSQ) - nelle loro eventuali associazioni con indicatori di benessere psicologico, come definiti da The Ryff's Psychological Well-Being Scales (RPWB).

Metodo e tecniche. Hanno partecipato a questa indagine trasversale 254 adolescenti e giovani adulti, maschi e femmine, frequentanti scuole medie superiori e università italiane. I dati, raccolti in occasione dello svolgimento delle usuali attività didattiche, sono stati elaborati secondo un approccio orientato alla persona, che ha condotto all'individuazione di cluster di stili di umorismo. Successivamente, sono state stimate le relazioni dei diversi profili individuati con i vari indicatori di benessere psicologico.

Risultati. I profili emersi – caratterizzati principalmente dal diverso uso degli stili positivi e negativi dell’umorismo – hanno mostrato modalità peculiari nell’associarsi con gli indicatori di benessere psicologico.

Discussione. I dati raccolti hanno fornito nuove indicazioni riguardanti le combinazioni dei vari stili di umorismo che una persona può in concreto adottare. Inoltre, sono stati esplorati gli effetti che la manifestazione di comportamenti, connessi a tali combinazioni di stili, può avere sul benessere psicologico. Per la popolazione di riferimento, sono ipotizzabili sia specifici training nell’uso degli stili dell’umorismo per la promozione del benessere sia linee guida per la conduzione di interventi di psicoterapia.

Il ruolo della gratitudine e della self-compassion nell’associazione tra la mindfulness e il benessere individuale

Chiara Annunciata Veneziani, Alberto Voci (Università di Padova)

Diversi studi confermano l’esistenza di un’associazione positiva della mindfulness, una consapevolezza non giudicante rivolta al presente, con diversi indicatori di benessere individuale. I ricercatori hanno quindi cominciato a indagare i meccanismi attraverso cui si realizza questa associazione. Alcuni autori hanno indagato a tale proposito il ruolo della self-compassion, un atteggiamento di gentilezza verso il sé in difficoltà. Gli studi sembrano confermare la mediazione della self-compassion in questa relazione, suggerendo però anche la presenza di ulteriori fattori. Nell’ambito della Psicologia Positiva, si è mostrato come la gratitudine, ovvero la consapevolezza dell’essere stati oggetto di un’azione benefica altrui, intenzionale e non priva di costi, si associ a un maggior benessere. Alcuni studi suggeriscono, inoltre, che praticare mindfulness favorisca la gratitudine. Scopo della presente ricerca è quindi indagare l’ipotesi che, in aggiunta alla self-compassion, anche la gratitudine medi l’associazione tra la mindfulness e il benessere.

Lo studio (N = 350) si è avvalso dell’uso di un questionario con le scale per la misurazione della mindfulness (Cognitive and Affective Mindfulness Scale-Revised - CAMS-R), della self-compassion (Self-Compassion Scale-Short Form - SCS-SF) della gratitudine (Gratitude Questionnaire-6 - GQ-6), del benessere generale (General Health Questionnaire - GHQ-12), soggettivo (The Positive and Negative Affect Schedule - PANAS) e psicologico (Ryff’s Scales of Psychological Well-Being - SPWB) e, infine, della desiderabilità sociale (Balanced Inventory of Desirable Responding - BIDR).

Utilizzando il software statistico Mplus 7 è stata eseguita un’analisi della mediazione sulle variabili latenti e una successiva analisi bootstrapping con 5000 campionamenti. I risultati confermano l’ipotesi: la gratitudine, in aggiunta alla self-compassion e tenendo sotto controllo gli effetti di desiderabilità sociale, media l’associazione della mindfulness con un maggior benessere generale e psicologico e con una migliore affettività.

Il funzionamento psicologico positivo nel morbo di Parkinson: differenze fra pazienti e caregiver

Francesca Vescovelli¹, Daniele Sarti², Davide Mariotti², Giulia Cesetti¹, Chiara Ruini¹ (1Università di Bologna, 2Centro di Riabilitazione Talassoterapico, Rimini Terme)

Introduzione. Le malattie neurologiche croniche rappresentano delle condizioni mediche molto disabilitanti sia per i pazienti che ne soffrono sia per i caregiver che li assistono. Tuttavia, sia a livello nazionale che internazionale, sono ancora poche le ricerche che hanno indagato il possibile ruolo protettivo, nel Morbo di Parkinson (MP) di aspetti positivi come il benessere, la crescita post-traumatica e la gratitudine. Questa ricerca si è proposta di valutare e confrontare il benessere e il malessere di pazienti con MP e dei loro caregiver.

Metodi. 19 pazienti senza compromissioni cognitive e 19 caregiver (familiari di riferimento) hanno compilato i seguenti questionari: Post-traumatic Growth Inventory, Psychological Well-being Scales, Positive Effects of Illness Scale e Symptom Questionnaire.

Risultati. I pazienti con MP, rispetto ai loro caregiver, hanno riportato livelli maggiori di crescita post-traumatica e di gratitudine. Tuttavia, essi hanno evidenziato più compromissioni nelle relazioni interpersonali e più elevati livelli di somatizzazione.

Conclusioni. I risultati suggeriscono come il MP possa da un lato compromettere il funzionamento psicosomatico e le relazioni interpersonali dei pazienti ma, dall'altro, sottolineano come questa malattia possa attivare delle risorse protettive per l'adattamento, come la crescita psicologica e la gratitudine. Tali dimensioni positive risultano invece compromesse nei caregiver. Le ricerche future dovranno indagare su campioni più numerosi il ruolo protettivo esercitato dalle risorse psicologiche come il benessere e la gratitudine nell'adattamento al MP, così da poter implementare interventi protettivi per la salute mentale dei pazienti e dei caregiver.

Prospettiva temporale, benessere sociale e partecipazione civica nei giovani adulti

Manuela Zambianchi, Fiorella Dallari, Antonello Eugenio Scorcu (Università di Bologna)

Introduzione. Il modello multidimensionale di sviluppo positivo di Hawkins et al. Identifica cinque aree cruciali in età giovanile: relazioni sociali; soddisfazione per la vita; fiducia e tolleranza negli altri; fiducia nelle autorità e nelle istituzioni; senso civico e partecipazione civica. Una componente ulteriore del funzionamento positivo è il benessere sociale. La prospettiva temporale rappresenta un fattore determinante nel funzionamento globale dell'individuo.

La ricerca ha valutato: 1) Il livello di benessere sociale e di partecipazione civica e le caratteristiche della prospettiva temporale; 2) le correlazioni tra prospettiva temporale, benessere sociale e partecipazione civica; 3) la capacità della prospettiva temporale di predire il livello di benessere sociale e la partecipazione civica.

Metodologia. 388 studenti (età media 20 anni; 9% maschi e 91% femmine) del Campus Universitario di Rimini hanno compilato i seguenti strumenti self-report: Questionario SWB, Scala S-ZTPI, Questionario sulla partecipazione civica.

Risultati. Il benessere sociale correla negativamente al futuro negativo ($r = .38^{***}$), al presente fatalistico ($r = -.38^{***}$) ed al passato negativo, mentre correla positivamente con il futuro positivo ($r = .19^*$) ed il passato positivo ($r = .15^*$). La partecipazione civica correla

positivamente con il futuro positivo ($r = .20^{**}$) ed il passato positivo ($r = .11^*$). Una regressione multipla evidenzia che il presente fatalistico, ed il passato negativo compromettono il benessere sociale, mentre il presente edonistico ed il futuro positivo lo favoriscono. La partecipazione civica è predetta favorevolmente dal futuro positivo e dal presente edonistico, mentre il presente fatalistico la compromette.

Poster

La spiritualità come fattore protettivo per la depressione e la demoralizzazione di pazienti con malattie organiche

Elisa Albieri¹, Chiara Ruini¹, Giulia Nanni², Luigi Grassi² (1Università di Bologna, 2Università di Ferrara)

Introduzione. Il legame fra spiritualità e malessere è stato indagato soprattutto nell'ambito delle patologie organiche. Questo studio si è proposto di esplorare le associazioni fra queste variabili nella psichiatria di consultazione.

Metodi. Hanno partecipato allo studio 133 pazienti ricoverati o in day hospital (54 maschi; Età media = 53.48 anni; DS = 17.00) con patologie mediche di vario tipo ad eccezione di quelle oncologiche, per i quali era stata richiesta una consulenza psichiatrica. I pazienti hanno compilato i seguenti questionari: il FACIT-Spiritual Well-Being Scale (FACIT-Sp-12), il Patient Health Questionnaire-Depression Module (PHQ-9) e la Demoralization Scale (DS).

Risultati. Il 46% dei pazienti risulta depresso e il 58% demoralizzato. La spiritualità è negativamente correlata sia alla depressione che alla demoralizzazione. Tuttavia, quando si è suddiviso il campione in pazienti che riportavano alta spiritualità (AS) e bassa spiritualità (BS) è emerso che le diagnosi di depressione e demoralizzazione erano significativamente più frequenti nel gruppo BS.

Conclusioni. La spiritualità sembra esercitare un ruolo protettivo nei confronti dei disturbi dell'umore. Pertanto, occorrerebbe valutarla anche in un contesto medico come quello della psichiatria di consultazione, al fine di promuovere processi di guarigione più completi e duraturi.

Vivere più esperienze ottimali equivale ad avere un'asse Hpa (ipotalamo-ipofisi-surrene) più efficace?

Massimo Agnoletti (Centro Benessere Psicologico)

Il benessere eudaimonico risulta essere un fattore protettivo le psicopatologie ed è un predittore di benessere fisico inclusi bassi livelli di cortisolo, uno dei principali prodotti dell'asse neuroendocrino HPA (ipotalamo-ipofisi-surrene). Le esperienze ottimali (chiamate nel mondo anglosassone "optimal experiences" o più semplicemente "flow") sono una categoria particolare di esperienze eudaimoniche in letteratura considerate il concetto eudaimonico per eccellenza perché ne incarnano i fattori chiave con particolare intensità e chiarezza.

Lo stato attuale delle conoscenze suggerisce che: 1) ad una maggiore frequenza di esperienze ottimali corrisponde una migliore regolazione dell'asse HPA e una migliore capacità di affrontare le difficoltà della vita (resilienza); 2) un sostenuto grado di attivazione del circuito della ricompensa in risposta ad eventi positivi (caratteristico del flow) sia alla base del benessere e della regolazione adattiva dell'asse ipotalamo-ipofisi-surrene; 3) le persone che riportano un maggiore benessere psicofisico hanno, in seguito ad eventi positivi, una maggiore attivazione del corpo striato e della corteccia prefrontale, e minori livelli di cortisolo. Inversamente, sempre riguardo l'asse HPA è stato visto che in seguito ad eventi negativi (anche di natura traumatica) corteccia prefrontale e amigdala sono inversamente attivati e predicono la produzione di cortisolo.

Psico-kinesi

Pierluigi Barale (Scuola Scupsis, Roma)

Psico-kinesi è un nuovo approccio integrato tra colloqui psicologici e protocolli motori/sportivi. Il servizio consiste in una relazione operativa con uno Psicologo Psicoterapeuta esperto anche in terapie della riabilitazione fisica che tratta problematiche di diversa natura. In particolare il servizio offerto ha una lunga esperienza nei confronti di pazienti che presentano problematiche funzionali prevalentemente alla colonna vertebrale di natura spesso multifattoriale il cui intervento con terapie fisioterapiche risulta limitativo, in quanto a queste diagnosi spesso si associano sintomi depressivi, stati d'ansia alterati o disagi relazionali.

Sulla base del modello di Psicoterapia Strategica Integrata, viene proposto un vademecum di strategie di intervento correlate tra prescrizioni concernenti la sfera psicologica e pratiche motorie e sportive. L'innovazione dell'approccio integrato deriva dalla competenza del professionista dei due settori: psicologico e motorio/riabilitativo. La conoscenza del paziente attraverso il setting individuale di tipo psicologico e la possibilità di implementare il lavoro in campo motorio/riabilitativo, anche in piccoli gruppi, permette di abbassare in maniera più agevole le resistenze del paziente e ha il notevole potenziale di riuscire a eliminare in breve tempo i sintomi fisici. Questo permette di creare una forte alleanza terapeutica, fondamentale per un successivo lavoro su eventuali processi disfunzionali. Tramite l'utilizzo di chiare e concrete tecniche, viene seguito un percorso integrato motorio/psicologico che permetterà di indagare quali sono i comportamenti operanti che determinano malessere e saranno messe a punto nuove "strategie" di sostegno, crescita e auto-sviluppo utili per superare la crisi o il disagio e raggiungere l'obiettivo prefissato.

Coltivare risorse. *Stress lavoro correlato e burnout in un campione di docenti*

Beatrice Baratta¹, Ines Giorgi², Maria Assunta Zanetti³ (1Psicologa libero professionista, 2Fondazione Sandro Maugeri, Pavia, 3Università di Pavia)

Lo stress lavoro correlato ed il *burnout* sono processi sempre più dilaganti nei contesti lavorativi e tali fenomeni si registrano maggiormente nelle cosiddette "helping professions", quelle professioni che prevedono un continuo contatto con l'utenza e che hanno come principali obiettivi la cura, l'aiuto e l'assistenza. Avere come finalità il benessere lavorativo, inteso non come assenza di disagio ma come completo stato di salute, significa lavorare sia in termini di prevenzione, diritto dei singoli lavoratori e interesse della collettività, sia in termini di strategie di intervento basate sul supporto psicologico. Lo scopo della ricerca è stato, pertanto, quello di indagare l'eventuale presenza di *stress lavoro correlato* e *burnout* in un campione di 120 docenti (74 uomini e 46 donne) di tre Istituti di secondo grado genovesi, tramite la somministrazione dei seguenti strumenti: Maugeri Stress Index (2011) e Maslach Burnout Inventory. Il primo questionario è stato somministrato con la finalità di valutare il rischio di *stress* lavorativo e delle componenti che lo possono determinare; è stato, inoltre, attuato un confronto tra il campione di studio con un campione costituito da 727 soggetti, di cui 69 lamentavano *stress* e vessazioni lavorative. Il Maslach Burnout Inventory è stato, invece, utilizzato per misurare il livello di *burnout* nei diversi Istituti scolastici con specifico riferimento al genere dei partecipanti.

Infine sono state verificate le correlazioni esistenti tra le dimensioni dei due strumenti utilizzati. È stato scelto il campione dei docenti in quanto l'insegnamento è una professione d'aiuto, quindi maggiormente a rischio di sviluppare i fenomeni indagati.

I condizionamenti della personalità nella percezione di se stessi, del mondo e degli altri e la paura cognitiva tra gli studenti sportivi di Cracovia

Joanna Basiaga-Pasternak (Accademia di Educazione Fisica, Cracovia)

La ricerca si è posta di indagare le relazioni tra il modo di percepire se stessi, il mondo, gli altri e il nevroticismo, l'estroversione e la paura cognitiva tra gli studenti sportivi.

Sono stati esaminati 64 donne e 88 uomini, studenti di Cracovia praticanti sia discipline di gruppo sia di discipline individuali. Sono stati usati i metodi NEO-FFI, KNIS e SAS.

È stato mostrato che nelle persone caratterizzate da alto livello di nevroticismo, al crescere dell'autostima nell'ambito socio-morale, della percezione degli altri come sostegno e del senso di autoefficacia, diminuiva il livello di paura cognitiva; tra gli esaminati con basso livello di nevroticismo, con la più frequente percezione degli altri come supporto, aumentava il livello di paura; nelle persone caratterizzate da alto livello di nevroticismo, inoltre, con la crescita del livello di autostima generale diminuiva la preoccupazione prima della gara; nelle persone con elevata estroversione la percezione degli altri come supporto si associava ad un minor livello di paure somatiche, nel caso delle persone introversive, invece succedeva il contrario.

I dati hanno altresì rivelato che in persone caratterizzate da livello medio ed alto di estroversione, con l'aumento della percezione degli altri come supporto diminuiva la paura cognitiva prima della gara; nelle persone con alto livello di estroversione, all'aumentare dei comportamenti prosociali, diminuiva il livello delle paure somatiche pre-gara; infine nelle persone con basso e medio livello di estroversione, all'aumento di approvazione sociale era associata ridotta preoccupazione.

Strategie di regolazione emozionale e processo del perdono

Luisa Bonfiglioli, Elisa Forlani, Pio Enrico Ricci Bitti (Università di Bologna)

Il ruolo delle emozioni nel processo del perdono è stato indagato distinguendo tra perdono emozionale e decisionale, in relazione al costrutto di intelligenza emotiva e in relazione alle strategie di regolazione emozionale nella risoluzione dei conflitti socio-politici di lunga durata.

Obiettivo. Indagare il ruolo di alcune variabili nel processo del perdono considerato in un'ottica fenomenologica nel contesto delle relazioni interpersonali. In particolare, l'obiettivo principale era quello di indagare le correlazioni tra strategie di regolazione emozionale, tendenza a perdonare e benefici per la salute nel perdono.

Metodo. 143 adulti (età = 21.3 anni +/- 3.77) hanno compilato: i) un questionario sugli aspetti processuali del perdono e sulle emozioni in esso coinvolte; ii) l'Emotion Regulation Questionnaire (ERQ); iii) il Trait Forgiveness Scale (TFS).

Risultati. Coerentemente con la letteratura sul perdono, le emozioni riferite con maggior frequenza in relazione al torto sono rabbia, tristezza e rancore. Si rileva inoltre la presenza della ruminazione mentale. Dopo il perdono la presenza di emozioni negative e l'intensità del vissuto soggettivo relativo all'emozione indicano un decremento. I dati mostrano benefici per

la salute collegati al perdono ed una correlazione significativa sia tra i punteggi all'ERQ e alcuni aspetti relativi alla fenomenologia del processo del perdono (aspetti temporali ed emozioni coinvolte) sia tra i punteggi al TFS e rancore (presenza e durata).

Individual Placement Support: il lavoro e l'impatto sociale su salute psicologica e benessere delle persone

Laura Bortolossi, Carlo Francescutti, Manuela De Bortoli, Margherita Gobbi, Chiara Marson (CO.MI.DIS. – Provincia di Pordenone)

Il concetto di "inclusione sociale" affermatosi a livello comunitario comprende l'accesso per tutti i cittadini alle risorse di base, ai servizi sociali, al MdL e ai diritti "per partecipare pienamente alla vita economica, sociale e culturale, e per godere di un tenore di vita e di un benessere considerati normali nella società in cui vivono".

Tra i programmi di intervento di supporto al reimpiego, la metodologia IPS (Individual Placement Support) si integra con i valori comunitari ed è coerente con i principi teorici della psicologia positiva per la promozione del benessere. Il programma IPS è un intervento di natura vocazionale progettato per aiutare le persone con disabilità psichiatrica a trovare un'occupazione nel mercato del lavoro competitivo nel più breve tempo possibile. L'aderenza al modello IPS è specificata dal rispetto di 7 principi: a) l'obiettivo è trovare un impiego nel MdL competitivo; b) la partecipazione è volontaria (nessuno escluso); c) la ricerca è rapida ed immediata (non sono previsti lunghi periodi di formazione o tirocinio); d) attenzione alle personali preferenze del paziente; e) integrazione tra operatore IPS ed il team salute mentale; f) il supporto è a tempo indeterminato; g) l'operatore offre una consulenza su benefits.

Il progetto di ricerca EQOLISE ha permesso di verificare l'efficacia del programma IPS nel contesto lavorativo europeo ed italiano: è in atto una sperimentazione nella Provincia di Pordenone i cui risultati stanno dando i primi dati di efficacia sui casi presi in carico dal Servizio Co.Mi.Dis. in integrazione con l'Azienda per l'Assistenza Sanitaria n.5.

Ruolo dell'emozionalità positiva nel favorire le competenze sociali: un confronto tra bambini con e senza learning disability

Ilaria Buonomo^{1,2}, Caterina Fiorilli² (1Università di Roma "La Sapienza", 2LUMSA, Roma)

Introduzione. Le emozioni positive contribuiscono allo stato di benessere del soggetto incrementandone i livelli di resilienza e favorendo una migliore gestione degli eventi stressanti. Nel caso di bambini con learning disability (LD) la diagnosi in età scolare può compromettere lo stato di benessere con effetti sulla qualità della vita socio-relazionale. Gli studi suggeriscono un maggior rischio per questi soggetti di problemi di internalizzazione (sintomi depressivi, ansia, isolamento e vittimizzazione) rispetto a soggetti senza LD. Appare interessante studiare le differenze tra le due popolazioni in merito al ruolo protettivo delle emozioni positive sullo sviluppo socio-emotivo.

Obiettivi. a) Analizzare le differenze tra soggetti con e senza LD sulle competenze socio-emotive e sul livello di emozione positiva; b) verificare le associazioni significative tra le variabili studiate e analizzare il potere predittivo della emozione positiva sulle variabili socio-emotive mettendo in luce le eventuali differenze tra i gruppi. Partecipanti.

Cinquantadue bambini (Femmine = 19.2%) di scuola primaria (M = 8.61 anni, SD = 1.21) e le loro insegnanti. I soggetti sono stati suddivisi in gruppo con LD (n = 26) e gruppo senza LD (n = 26).

Strumenti. Il Social Emotional Dimension Scale (SEDS) e la scala della Positive Emotionality (PE) dei Questionari Italiani del temperamento (QUIT) compilati dalle insegnanti.

Risultati. Il gruppo con LD mostra valori significativamente maggiori rispetto a: evitamento pari; interazione aggressiva; comportamenti inappropriati. La Positive Emotionality risulta significativamente più alta nel gruppo senza LD. Infine, tra i due gruppi si evidenziano pattern correlazionali e modelli predittivi diversi con un valore esplicativo maggiore per il gruppo con LD. Le emozioni positive proteggono maggiormente i bambini con LD.

Il funzionamento psicologico positivo in pazienti con tumore al seno: una revisione della letteratura

Anna Casellas-Grau¹, Jaume Vives¹, Antoni Font¹, and Cristian Ochoa² (¹Universitat Autònoma de Barcelona, ²Institut Català d'Oncologia)

Background. Il tumore al seno rappresenta un evento stressante, dal momento della diagnosi e lungo tutto il percorso di guarigione. Tuttavia, alcune pazienti mantengono livelli di funzionamento psicosociale elevati nonostante la malattia.

Obiettivo. Lo scopo di questa rassegna della letteratura è di esaminare il funzionamento psicologico positivo in pazienti con tumore al seno in relazione alle loro caratteristiche cliniche, sociodemografiche e psicosociali.

Metodi. La ricerca bibliografica è stata effettuata a gennaio 2015 sui seguenti database scientifici: Medline, PsycINFO, Web of Science, Scopus, Cochrane, CINAHL, and Wiley Online Library. Tesi di laurea e altre dissertazioni sono state ricavate dai database Proquest Dissertations, Theses, DIALNET e TDX.

Risultati. In totale si sono esaminati 130 articoli che rispondevano ai criteri di inclusione. Le caratteristiche cliniche, sociodemografiche e psicosociali che maggiormente sono risultate associate a benessere, crescita posttraumatica e significato di vita sono state: giovane età, presenza di supporto sociale e trattamento chemioterapico.

Conclusioni. I vissuti psicologici legati alla neoplasia mammaria includono istanze di funzionamento positivo come il benessere psicologico e la crescita personale. Variabili legate al supporto sociale e al tipo di trattamento medico ricevuto possono influenzare la comparsa di tali istanze. Risulta pertanto importante considerare queste variabili nella valutazione dei vissuti psicologici delle pazienti con tumore al seno.

Il Gioco di Ruolo nell'approccio Sistemico

Chiara Castelli, Marina Morini (Scuola Idipsi, Parma)

Il presente lavoro vuole approfondire le possibili connessioni ed impieghi della metodologia dei giochi di ruolo anche nella psicoterapia con gli adolescenti riprendendone alcuni utilizzi derivati dall'ambito educativo-formativo.

Riteniamo che il Gioco di Ruolo (GdR) con le sue peculiarità abbia affinità con la Teoria Sistemica e con alcune delle sue metodologie, per questo vogliamo ipotizzare alcuni punti di congiunzione tra questa metodologia e le più recenti teorie e metodi in ambito sistemico.

Il GdR, già utilizzato in contesti educativi e formativi, può essere di particolare interesse nel lavoro con gli adolescenti, anche in ambito clinico terapeutico.

Abbiamo suddiviso l'articolo in tre parti: una riservata ai presupposti teorici legati all'utilizzo del gioco in terapia, un'altra legata alla spiegazione del gioco di ruolo, quale metodologia a supporto dello sviluppo dell'identità individuale e sociale ed infine una terza parte che vuole ipotizzare alcuni spunti riferiti a una possibile applicazione della metodologia in ambito psicoterapeutico.

Promuovere la resilienza: un curriculum europeo per docenti e studenti

Valeria Cavioni, Maria Assunta Zanetti, Giusy Beddia, Mara Lupica Spagnolo (Università di Pavia)

Nell'attuale momento storico attraversato da dinamiche di cambiamento dovute alla crisi economica, alla globalizzazione e alla presenza di una complessità di criticità, in cui il futuro delle persone viene continuamente ridefinito, diventa fondamentale predisporre contesti di crescita supportivi capaci di porre gli individui nella condizione di far fronte a difficoltà e sfide.

Appare, quindi, fondamentale predisporre programmi educativi specifici per dotare i bambini, fin dai primi anni di scolarizzazione, di quelle competenze necessarie per aiutarli ad affrontare e superare gli ostacoli che possono incontrare nel percorso di vita potenziando così la resilienza mediante lo svolgimento di particolari attività a scuola.

Il presente contributo descrive un'esperienza di progetto europeo per la creazione e la realizzazione di un curriculum europeo per la promozione della resilienza a scuola con particolare attenzione per i bambini situazioni di svantaggio e vulnerabilità.

RESCUR, nome che nasce dall'unione dei termini "Resilienza" e "Curriculum", è un progetto Comenius LLP nato dalla collaborazione di ricercatori universitari provenienti da sei paesi europei (Malta, Creta, Portogallo, Svezia, Italia e Croazia) con l'obiettivo di migliorare la qualità dell'istruzione in Europa mediante la creazione di un curriculum europeo per la promozione della resilienza e del benessere psicologico. Il contributo presenta il quadro teorico di riferimento, la struttura delle attività e l'esperienza di formazione di un numeroso gruppo di docenti afferenti a scuole dell'infanzia, primaria e secondaria, le quali hanno aderito al progetto RESCUR e che hanno collaborato nello svolgimento in classe delle attività del curriculum europeo con bambini dai 3 agli 11 anni.

La valutazione del benessere e della salute mentale degli anziani: uno studio multicentrico Italia-Usa

Giulia Cesetti¹, Francesca Vescovelli¹, Elisa Albieri¹, Elliotte Friedman¹, Chiara Ruini¹ (Università di Bologna; ²Purdue University, Indiana)

Introduzione. Gli anziani rappresentano una fascia della popolazione fortemente crescente e, pertanto, anche da un punto di vista psicologico, occorrerebbe identificare i fattori che contribuiscono a proteggere la loro qualità di vita. Questo studio multicentrico (Italia e Stati Uniti) si è proposto di descrivere il benessere e la salute mentale di un campione di anziani.

Metodi. 65 anziani (età: 60-91 anni; 41 femmine; 90.8% pensionati) senza compromissioni cognitive hanno compilato i seguenti test: Health Status Questionnaire, Satisfaction With Life

Scale, Psychological and Social Well-being Scales (PWB e SWB), Symptom Questionnaire, Support for/from Family and Family Strain, Geriatric Depression Scale, Loneliness Scale e un questionario sul sonno.

Risultati. Le donne anziane hanno evidenziato più sintomi depressivi e di somatizzazione, più disturbi del sonno e livelli inferiori di soddisfazione di vita. Gli individui con livelli inferiori di PWB hanno mostrato più problemi di sonno, ansia, depressione, sintomi somatici e solitudine e livelli inferiori di soddisfazione di vita, contentezza, contributo e integrazione sociale. In generale, il PWB è predetto dalla soddisfazione di vita, dal contributo e dall'integrazione sociale, da un'età più giovane e da livelli inferiori di depressione e solitudine. Le indagini effettuate sul campione americano hanno osservato lo stesso trend di risultati.

Conclusioni. Il PWB sembra eserciti un ruolo protettivo anche per questo gruppo di anziani italiani. Alla luce del crescente aumento della longevità, questi risultati forniscono indicazioni per lo sviluppo e l'implementazione di interventi mirati al miglioramento della qualità di vita degli anziani.

Mindfulness e afasia

Maristella Crielesi, Stefano Monte, Marcella Di Pietro, Giulia Monopoli, Mariateresa Molo (Centro Afasia CIRP – Fondazione Carlo Molo Onlus, Torino)

Le conseguenze neurologiche e neuropsicologiche dell'ictus, evento che subentra inaspettatamente nella vita della persona, si rivelano in una complessa interrelazione tra le dimensioni biologica, psicologica e sociale.

Anche nel caso in cui le difficoltà nella sfera del linguaggio non appaiano tali da generare un manifesto impatto sull'identità della persona, sul proprio ruolo lavorativo e sociale, sulla qualità di vita in generale, può emergere una sostanziale discrepanza tra ciò che la persona prova e ciò che gli altri sembrano rimandare. Il peso percepito può manifestarsi attraverso una tensione, una minore serenità, un senso di inadeguatezza e di mancato riconoscimento, un continuo confronto con il passato che genera ansia e preoccupazione, e può derivare da una difficoltà nel riconoscimento e nell'accettazione delle proprie risorse in relazione ai propri limiti nella nuova situazione.

La mindfulness, attraverso la ri-appropriazione esperienziale, può offrire un modo alternativo di entrare in relazione con la propria esperienza, permettendole di essere quella che è senza giudicarla o tentare di modificarla, favorendo – al contempo – un migliore accesso alle proprie risorse interiori e qualità personali grazie alla maggiore capacità di entrare in contatto con se stessi a diversi livelli: sensoriale, emotivo, mentale.

Questa consapevolezza può modificare il conflitto interno che si scatena quando le aspettative sulla vita non corrispondono al modo in cui la vita si presenta e può contribuire al raggiungimento di una partecipazione sociale più attiva, di un maggior benessere e di una migliore qualità di vita.

Il benessere percepito nelle insegnanti: il contributo degli aspetti personali e professionali

Simona De Stasio, Caterina Fiorilli (LUMSA, Roma)

Il benessere degli insegnanti emerge come fondamentale per un insegnamento efficace. Fredrickson sostiene che le emozioni positive contribuiscono da un lato all'incremento della creatività, dell'attenzione e dall'altro all'aumento della motivazione e della resilienza di fronte alle avversità. La ricerca ha evidenziato come gli insegnanti motivati ed entusiasti aumentano la motivazione intrinseca livello di vitalità dei propri studenti. Sono stati condotti studi in cui hanno confrontato le capacità degli insegnanti e il loro benessere alla luce di dimensioni come il sesso e lo stato. Nel presente studio sono state analizzate in un gruppo di maestre di sostegno della scuola dell'infanzia e di scuola primaria a) le relazioni tra soddisfazione lavorativa, valore di sé, rete di supporto sociale percepita, stato civile ed anni di esperienza lavorativa; b) il contributo sul benessere soggettivo delle suddette dimensioni socio-contestuali. Il gruppo si compone di N=180 insegnanti (89% donne, età media $M = 40.4$ anni; $DS = 5.2$). Sono stati somministrati: il Job Satisfaction Survey JSS (Spector, 1985), la Rosenberg Self esteem scale, lo School Children's Happiness Inventory, SCHI, versione adattata per insegnanti. Risultati preliminari mostrano correlazioni positive tra la percezione di benessere e il grado di soddisfazione lavorativa, e il valore di sé (rispettivamente $r = .41$, $p < .01$, $r = .43$, $p < .01$), emergono inoltre nessi di più modesta entità tra la soddisfazione lavorativa e la rete di supporto sociale percepita a scuola e gli anni di esperienza lavorativa (rispettivamente $r = .29$, $p < .01$, $r = -.20$, $p < .01$). Gli esiti dei modelli di regressione effettuati mostrano come la soddisfazione lavorativa e il proprio valore di sé contribuiscano in modo rilevante al benessere percepito dagli insegnanti. Verranno analizzate le implicazioni educative alla luce dei risultati emersi.

Benessere edonico ed eudaimonico: la sfida della resilienza

Annamaria Di Fabio (Università di Firenze)

In una cornice di psicologia positiva, la resilienza emerge come una caratteristica fondamentale per promuovere il benessere degli individui nel XXI secolo. Lo scopo del presente lavoro è approfondire il ruolo dell'intelligenza fluida, dei tratti di personalità e della resilienza in relazione al benessere sia edonico che eudaimonico, verificando l'esistenza di validità incrementale della resilienza rispetto all'intelligenza fluida e alle variabili di personalità in 129 studenti di scuola superiore. Ai partecipanti sono stati somministrati le Advanced Progressive Matrices (APM), il Big Five Questionnaire (BFQ), la Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), la Satisfaction With Life Scale (SWLS), il Positive and Negative Affect Schedule (PANAS), la Meaningful Life Measure (MLM). Sono state calcolate correlazioni e regressioni gerarchiche. I risultati mostrano che la resilienza aggiunge una significativa percentuale di varianza incrementale rispetto all'intelligenza fluida e ai tratti di personalità in relazione alla soddisfazione di vita, al positive affect e al life meaning. Questi risultati sottolineano il valore della resilienza in relazione al benessere sia edonico che eudaimonico, offrendo nuove prospettive di ricerca e di intervento.

Narrare la perdita perinatale. Il punto di vista degli operatori sanitari

Giulia Di Fini, Antonella Bernaudo, Gabriella Gandino (Università di Torino)

Il presente lavoro ha come oggetto d'indagine l'impatto della perdita perinatale sugli operatori sanitari e si pone l'obiettivo di esplorare i vissuti più comuni nel contesto ospedaliero in seguito a tale circostanza.

La perdita perinatale, oltre ad avere un forte impatto sulle vite dei mancati genitori, è un evento che incide fortemente sulle emozioni e sul benessere del personale che a diverso titolo se ne occupa: medici, ostetriche, infermieri e operatori socio-sanitari. Ci siamo proposti di riflettere sui significati che gli operatori sanitari attribuiscono alla perdita perinatale e sul modo in cui narrano questa esperienza. A tale scopo sono stati analizzati i trascritti delle risposte a tre domande aperte sul tema della morte di 162 operatori sanitari. L'analisi qualitativa effettuata ha portato al raggruppamento di 18 categorie di significato. Dalle narrazioni sono emersi vissuti intensi quali impotenza, frustrazione, angoscia, shock e mancanza di comprensione, soprattutto nel personale non medico. Tuttavia i professionisti hanno mostrato di possedere la motivazione a condividere e comunicare il vissuto personale. Questo studio sottolinea come riflettere sulle emozioni sperimentate in seguito a tale circostanza possa permettere non solo la costruzione di significati intorno a un evento potenzialmente traumatico, ma anche il riconoscimento delle emozioni in modo più integrato. Una migliore comprensione dei processi narrativi attivati da questi professionisti potrebbe pertanto essere utile per lo sviluppo di nuove politiche di prevenzione, al fine di migliorare il benessere psicologico delle professioni sanitarie.

Alimentare la comunicazione: la relazione tra sistemi di vita per la promozione dell'orientamento scolastico

Gianluca Gualdi, Federica Sacchi, Martina Marcarini, Maria Assunta Zanetti (Università di Pavia)

L'orientamento alla scelta della Scuola Secondaria di Secondo Grado è un momento in cui gli studenti dovrebbero analizzare il proprio percorso di vita, proiettandosi nel futuro e osservandosi in un'ottica scolastica/professionale.

Durante la scelta gli studenti vivono quotidianamente un confronto con i sistemi di vita prossimi, in particolare quello scolastico e familiare. Le idee, i miti e spesso i pregiudizi di insegnanti e genitori hanno quindi un'influenza sulle scelte dello studente, che spesso è condizionato da queste figure. Tendenzialmente avere idee differenti porta a un "malfunzionamento" della comunicazioni e tra gli attori coinvolti, con un aumento conseguente della confusione e del rischio di una scelta sbagliata.

Lo studio propone un'analisi dei sistemi di vita dei ragazzi che si trovano a dover affrontare la scelta di quale Scuola Secondaria frequentare. A 694 studenti del terzo anno di Secondaria di Primo Grado, ai loro genitori e agli insegnanti dei ragazzi (320 soggetti) è stato proposto un questionario, creato ad hoc, volto ad analizzare eventuali discrepanze di risposta circa le aree indagate: prospettiva futura, contesto di supporto all'orientamento, soddisfazione percepita negli ambienti e percezione delle abilità e competenze del ragazzo. I dati ottenuti incrociano il ragazzo con il relativo genitore e l'insegnante della classe, evidenziando così eventuali

situazioni che richiedono un intervento di supporto e/o un invio per una consulenza psicologica.

Lo studio sperimentale è volto all'analisi delle situazioni di criticità e si pone come progetto di promozione della comunicazione e dell'alleanza scuola-famiglia, al fine di fortificare l'efficacia del percorso di orientamento alla scelta.

Livello di soddisfazione di vita e orientamento temporale in un campione di studenti serbi

Aleksandra Kostić¹, Jasmina Nedeljković² (1University of Nis, Serbia, 2Faculty of Legal and Business Studies, Novi Sad, Serbia)

La ricerca ha lo scopo di indagare la relazione tra valutazioni soggettive della qualità di vita e l'orientamento temporale. La soddisfazione per la vita che si sta conducendo dipende dalla particolare prospettiva temporale nella quale inquadrano la nostra esperienza per organizzarla e generare un senso? Qual è la relazione tra soddisfazione per la propria vita e l'orientamento principale nei confronti del passato, del presente e del futuro? Ci possiamo anche chiedere quale sia la costruzione e la selezione delle esperienze in relazione alla prospettiva temporale. Alla nostra ricerca hanno preso parte 135 studenti della facoltà di filosofia di Nis in Serbia (44 maschi e 91 femmine). Abbiamo utilizzato due strumenti: la Satisfaction With Life Scale (SWLS) e il Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI). I risultati che abbiamo rilevato evidenziano una correlazione significativamente positiva tra livello di soddisfazione di vita e orientamento temporale del passato positivo ($r = .33, p < .05$). La ricerca ha dimostrato che c'è una correlazione negativa tra il livello di soddisfazione di vita e l'orientamento temporale del passato negativo ($r = -.37, p < .05$). La correlazione tra il livello di soddisfazione di vita e l'orientamento relativo al presente edonico, al presente fatalistico e al futuro è risultata essere non significativa.

Positive Education and Vocational Training. Pensare la Positive Education all'interno dei percorsi dell'Istruzione e Formazione Professionale in Italia.

Carlo Macale (Università di Roma "Tor Vergata")

L'attuale situazione dell'Istruzione e Formazione Professionale (IeFP) in Italia, nonostante lo scarso intervento pubblico in termini di risorse economiche da destinare a questo iter di studi, risulta essere rassicurante in merito ai risultati ottenuti sul piano dell'organizzazione educativa e delle aspettative lavorative alla fine del percorso. I dati ci dicono che tra i diversi percorsi di istruzione, la formazione professionale iniziale si prefigura come l'iter più complesso e allo stesso tempo avvincente sul piano educativo, in quanto è la tipologia di scuola con maggiore richiesta di inclusività. Questa sfida educativa stimola nuove riflessioni in merito alle strategie da applicare in aula, nei laboratori e durante gli stage.

A tal ragione, si ritiene che sia possibile affrontare le sfide dell'IeFP mettendo in atto alcune esperienze educative specifiche della Positive Education.

In particolare si cercherà di rapportare il concetto di competenza, che sta alla base dei percorsi di istruzione e formazione nazionali e regionali, con alcuni costrutti della Positive Psychology. Più specificatamente, per quanto concerne la didattica, si prenderanno in

considerazione le potenzialità e le virtù di Seligman-Peterson e il concetto di flow; mentre per quanto riguarda una dimensione educativa di accompagnamento e orientamento nel percorso formativo si farà riferimento allo stile esplicativo (metodo ABCDE) e al modello del self-empowerment.

La presentazione sarà principalmente di carattere teorico, con possibilità di un riferimento ai dati raccolti all'interno di un CFP di Roma durante un percorso di ricerca etnografica e di osservazione pedagogica durato 4 mesi.

La condivisione di sedute in stanza Snoezelen: un aiuto positivo nella relazione con il familiare

Emanuela Mancino¹, Rita D'Alfonso², Giada Calloni¹, Stefania Ronchi², Stefania La Rocca² (1Università di Milano-Bicocca, 2RSA Casa Famiglia San Giuseppe di Vimercate)

La condizione di demenza grave dell'anziano comporta per il familiare (figlio o coniuge) difficoltà nella comunicazione, smarrimento, senso di frustrazione. Tra i metodi che aiutano i familiari a entrare in contatto con l'anziano si è rivelata di grande utilità l'esperienza condivisa di sedute in Stanza Snoezelen (stanza multisensoriale). Il familiare rimane in stanza con il congiunto e può vivere l'esperienza della stimolazione sensoriale, in una rinnovata e condivisa intimità.

La ricerca che si presenta è stata condotta presso la RSA Casa Famiglia San Giuseppe di Vimercate, ed è stata rivolta ad un gruppo di anziani con gravi deficit cognitivi (MMSE < 10) in stanza Snoezelen in compagnia dei familiari. Il campione è composto da 6 anziani, con rispettivi parenti per 3 sedute. Sono stati raccolti parametri fisiologici dell'anziano (attraverso strumenti quali la rilevazione della Heart Rate Variability e la compilazione di griglie osservazionali), prima e dopo la seduta.

In affiancamento all'analisi clinica, si è svolta una ricerca di tipo qualitativo, per mezzo di un diario di osservazione con impianto biografico-narrativo e mediante interviste semi-strutturate rivolte ai parenti.

La finalità di tale rilevazione ha colto ed analizzato elementi utili a valutare: la validità di un approccio sensoriale nei casi di grave deficit cognitivo per favorire il benessere; la possibilità di ricreare una positività comunicativa con il proprio congiunto, al di là di limitazioni cognitive e situazionali; l'utilità della stanza Snoezelen come spazio di nutrimento per la relazione tra anziano e familiari.

La creatività artistica nella malattia di Parkinson: una rassegna della letteratura

Federica Moroni¹, Margherita Canesi², Maria Luisa Rusconi¹ (1Università di Bergamo, 2Centro per la Malattia di Parkinson, ICP Milano)

La "creatività artistica" può essere definita come l'attitudine a generare idee che risultino nuove, utili e influenti in determinate aree della conoscenza umana. Solo recentemente, un maggiore, o diverso, drive creativo è stato attribuito alla Malattia di Parkinson (MP), in cui si può riscontare un aumento del comportamento creativo nonostante la perdita delle capacità motorie ed esecutive.

La presente rassegna si pone l'obiettivo di discutere la relazione tra MP e creatività artistica, soffermandosi in particolare sulla natura del drive creativo.

La maggior parte degli studi presenti in letteratura sono studi di caso singolo, quindi non rappresentativi dell'intera popolazione parkinsoniana; tuttavia, si possono riconoscere due diverse modalità di comportamento creativo. Da un lato, è stata documentata una emergenza ex-novo di abilità artistiche in alcuni pazienti dopo l'esordio della MP; dall'altro, invece, si è osservato che alcuni pazienti che svolgevano già attività artistiche aumentano o modificano la loro produzione creativa. Il nodo centrale, che resta ancora da sciogliere, riguarda le cause di questi comportamenti. Alcuni autori, infatti, sono concordi nel sottolineare l'influenza che la terapia antiparkinsoniana avrebbe sul drive creativo, associando questo peculiare comportamento al Disturbo del Controllo degli Impulsi (DCI). Altri autori sottolineano, invece, come il comportamento creativo si manifesti in pazienti che sono già predisposti verso una certa abilità creativa, senza ipotizzare, dunque, alcun collegamento con il DCI. Nelle conclusioni verrà discusso in quale modo gli studi sulla creatività dei pazienti con MP possano contribuire alla comprensione del concetto di creatività in generale.

Giustizia organizzativa: tratti di personalità o intelligenza emotiva?

Letizia Palazzeschi, Annamaria Di Fabio (Università di Firenze)

Recentemente l'intelligenza emotiva è stata introdotta come una promettente variabile in relazione agli studi sulla giustizia organizzativa. Mentre i tratti di personalità in letteratura emergono come stabili, l'intelligenza emotiva risulta una caratteristica incrementabile mediante specifici training e per questo merita ulteriori approfondimenti empirici. Lo scopo del presente lavoro è analizzare il ruolo dei tratti di personalità e dell'intelligenza emotiva in relazione alla giustizia organizzativa, verificando l'esistenza di validità incrementale dell'intelligenza emotiva rispetto alle variabili di personalità in 197 medici di due ASL della Toscana. Ai partecipanti sono stati somministrati l'Eysenck Personality Questionnaire Revised Short Form (EPQ), il Bar-On Emotional Quotient Inventory, la Organizational Justice Scale. Sono state calcolate correlazioni e regressioni gerarchiche. I risultati mostrano che l'intelligenza emotiva aggiunge una percentuale di varianza incrementale rispetto ai tratti di personalità in relazione alla giustizia organizzativa. I risultati del presente studio sottolineano il ruolo dell'intelligenza emotiva in relazione alla giustizia organizzativa, offrendo nuove prospettive di ricerca e di intervento per il management in ambito organizzativo nei contesti ospedalieri.

Disabilità e qualità di vita: costruire risorse e significati nella famiglia

Gianna Piazza¹, Antonella Delle Fave², Mario Cocchi², Luca Negri², Raffaella Sartori² (¹IRCCS E. Medea, ²Università di Milano)

L'Associazione "La Nostra Famiglia" – Istituto Scientifico "Eugenio Medea", dalla sua fondazione utilizza un approccio integrato alla presa in carico di minori con disabilità con un'attenzione alla dimensione sanitaria e a quella psicosociale/educativa.

Per valutare la qualità degli interventi e implementarla, è in fase di realizzazione una ricerca rivolta ai caregiver di 650 bambini/ragazzi con disabilità medio-lieve o grave, compresi tra i 6 e i 18 anni, in trattamento ambulatoriale presso 14 sedi della Associazione in 6 regioni italiane.

Obiettivi. Raccogliere dati con strumenti scientificamente solidi esplorando l'esperienza dei caregiver come persone con la propria percezione di qualità della vita; individuare bisogni/potenzialità del caregiver/famiglia e opportunità sociali di integrazione; proporre percorsi di formazione a genitori e operatori; progettare servizi di sostegno sul modello della resilienza familiare.

Strumenti utilizzati. Questionario sullo stato di Salute (SF-36); Coping Orientation to Problems Experienced (BriefCOPE); Eudaimonic and Hedonic Happiness Investigation (EHHI); Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS); Satisfaction With Life Scale (SWLS); Caregiver Burden Inventory (CBI); Resilience Scale for Adults (RSA); Adult Carers Quality of Life Questionnaire (AC-QoL).

Risultati attesi. Validazione italiana dell'Adult Carers Quality of Life Questionnaire; analisi delle relazioni tra indicatori di malessere/stress/difficoltà fisiche e psicologiche (BriefCOPE, CBI, SF-36) e indicatori di benessere edonico ed eudaimonico (EHHI, MSPSS, RSA, Ac-QoL).

La ipotizzata co-esistenza di aspetti positivi e negativi nell'esperienza di caregiving permetterà di sviluppare interventi rivolti alla famiglia come sistema, e focalizzati sull'implementazione delle risorse oltre che sulla compensazione dei deficit.

Il benessere durante la gravidanza e il post-partum

Chiara Ruini¹, Dalila Visani¹, Erika Melchiorri¹, Francesca Vescovelli¹, Elisa Albieri¹, Fedra Ottolini² (¹Università di Bologna, ²Università di Modena e Reggio Emilia)

Introduzione. La gravidanza e il *post-partum* rappresentano dei periodi molto delicati per la salute fisica e psicologica della donna. Questa ricerca si è proposta di valutare il possibile ruolo protettivo ricoperto dal benessere psicologico nei confronti dei sintomi di demoralizzazione e depressione che possono insorgere durante la gravidanza e il *post-partum*.

Metodi. 50 donne in stato di gravidanza, reclutate nell'arco di 6 mesi durante le visite ginecologiche di routine, hanno completato le Psychological Well-Being Scales (PWB), la Demoralization Scale (DS) e l'Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) in due diversi momenti (T0: alla trentaduesima settimana gestazionale; T1: 8-12 settimane dopo il parto). Sono state quindi analizzate le differenze nei punteggi del PWB fra il periodo T0 e il periodo T1. Le differenze nei punteggi della DS e della EPDS a T0 e a T1 sono state calcolate in base ai livelli di PWB (alti livelli di PWB vs bassi livelli di PWB).

Risultati. I livelli di PWB sono aumentati significativamente dopo la nascita del figlio. Le donne con più elevati livelli di PWB durante la gravidanza hanno riportato meno sintomi depressivi (EPDS) e di demoralizzazione (disforia, scoraggiamento, impotenza, senso di fallimento). Al T1, i risultati sono stati confermati solo per due delle sotto-scale della DS (scoraggiamento e senso di fallimento).

Conclusioni. Sembra che la maternità possa contribuire a migliorare il benessere psicologico delle donne, proteggendone la salute mentale sia durante il periodo della gravidanza che nel *post-partum*. Pertanto, sarebbe opportuno valutare e promuovere questa dimensione di funzionamento psicologico positivo anche in queste fasi delicate della vita.

Non di solo latte: gioco, musica e lettura per nutrire la relazione tra madri e figli nel primo anno di vita

Mariaelena Scotti, Claudia Biocchi (Università di Milano-Bicocca)

Presentiamo il progetto “Note in gioco”, attivo dal 2004 presso il consultorio familiare di Trezzo sull’Adda. All’interno di un’ampia proposta di corsi a sostegno della genitorialità, questo progetto formativo rivolto a gruppi di mamme con bambini e bambine da 6 a 12 mesi, vuole stimolare riflessione e consapevolezza intorno al valore pedagogico e affettivo di gioco, musica e lettura nella prima infanzia e nella relazione adulto bambino.

Le osservazioni di questi dieci anni di lavoro mostrano come tale percorso contribuisca alla promozione del benessere materno attraverso la percezione di accresciuta competenza derivante dal confronto e dalla discussione su temi educativi che vadano oltre i temi dell’accudimento, la riscoperta e la legittimazione della dimensione ludica e musicale personale, la stimolazione e la valorizzazione della creatività.

Il contributo della psicologia della salute per il bambino in ospedale: il progetto Giocamico presso l’A.O. “Ospedale Papa Giovanni XXIII” di Bergamo

Maria Simonetta Spada¹, Rachele Ramponi², Paride Braibanti³ (1Azienda Ospedaliera “Papa Giovanni XXIII” di Bergamo, 2Università di Roma “La Sapienza”, 3Università di Bergamo)

È noto in letteratura come l’evento di ospedalizzazione rappresenti di per sé un evento traumatico ed è altrettanto documentato quanto la possibilità di prefigurarsi al meglio l’iter di cura si caratterizzi invece come importante fattore di protezione a livello psicologico. Uno dei diritti fondamentali per i soggetti in cura in ospedale, soprattutto nel caso dei minori, è infatti il diritto alle migliori cure mediche possibili ed al proprio riconoscimento come soggetto giuridico, anche qualora ci si trovi in condizioni di “fragilità”.

La possibilità di assumere un posizionamento empowered nei confronti della malattia permette di superare quell’atteggiamento definito “learned helplessness”, ovvero di passività appresa, per ricollocarsi entro la così definita “learned hopefulness”, caratterizzata da maggiore fiducia in se stessi e apprendimento della speranza.

Il progetto “Giocamico” si colloca all’interno di questa cornice culturale ed in forza a quel cambiamento di paradigma, attivo da una decina d’anni ormai nei nostri ospedali, relativo al diritto dei pazienti all’informazione circa la propria salute ed al coinvolgimento rispetto al proprio percorso di cura. “Giocamico” consiste in un’attività ludica specifica, preparatoria al percorso di cura: questa attività offre al bambino la possibilità di comprendere ciò che il proprio iter prevedrà e di assumere una posizione attiva, empowered, compatibilmente con l’età e le caratteristiche che spaziano dalla sfera individuale a quella sociale e familiare.

Benessere psicologico in caregiver di pazienti con esiti d'ictus cerebrale: correlati socio-demografici e relazione con il disagio psichico

Laura Staccini¹, Elena Tomba¹, Marina Farinelli^{1,2}, Seyede Aida Moosavian¹, Silvana Grandi¹
(¹Università di Bologna; ²Casa di Cura "Villa Bellombra", Bologna)

Obiettivi. L'obiettivo di questa ricerca è esplorare i livelli di benessere psicologico in caregiver di pazienti con esiti d'ictus cerebrale, indagandone la relazione con le caratteristiche socio-demografiche e verificandone l'influenza sul distress psicologico riportato nel tempo.

Metodo. 36 caregiver di pazienti ricoverati per ictus cerebrale hanno compilato all'ingresso e a sei mesi dalle dimissioni dall'ospedale: il Symptom Questionnaire (SQ) di R. Kellner e le Psychological Well-Being Scales (PWB) di C. Ryff.

Risultati. Il 58.3% dei caregiver sono donne e hanno un'età media di 58.8±9 anni; il 44.4% dichiara di essere figlio della persona malata mentre il 38.9% sono coniugi/compagni; il 58.3% dei caregiver vive con i pazienti. Per quanto riguarda le differenze rispetto al benessere psicologico (PWB), le donne riportano livelli più alti di crescita personale rispetto agli uomini [$F(1,32) = 6.728$; $p = .014$], mentre coloro che vivono con i pazienti e i coniugi riportano maggiore auto-accettazione rispetto a chi non vive con i pazienti [$F(1,32) = 6.610$; $p = .019$] e rispetto ai figli [$F(1,32) = 6.544$; $p = .004$]. Non si evidenziano, invece, differenze significative in base all'età. Per quanto concerne il ruolo predittivo del benessere psicologico, i caregiver con bassi livelli di crescita personale (PWB) durante l'ospedalizzazione del familiare riportano una più grave sintomatologia ansiosa (SQ) a sei mesi dalle dimissioni ($p = .001$).
Conclusioni. Questi dati suggeriscono che, al fine di migliorare la qualità della vita dei caregiver, sarebbe utile effettuare interventi psicologici che oltre alla diminuzione del disagio psicologico abbiano come obiettivo la promozione di un funzionamento psicologico positivo.

Comunicazione della diagnosi, benessere psicologico e funzionamento familiare in genitori di pazienti con diabete mellito di tipo 1

Lucia Tecuta¹, Elena Tomba¹, Barbara Novelli², Tosca Suprani², Lorenza Buonvino¹ (¹Università di Bologna, ²Ospedale M. Bufalini, Cesena)

Le reazioni alla comunicazione della diagnosi di diabete mellito di tipo 1 (DMT1) risultano scarsamente studiate. 110 genitori (età media 43.5±4.5) di bambini con DMT1 (età media 6.4±3.4 anni; emoglobina glicata media 7.11±.89) sono stati valutati rispetto al funzionamento positivo individuale e familiare in associazione all'aderenza al trattamento.

Sono stati somministrati: un questionario ad hoc inerente le reazioni alla comunicazione della diagnosi, le Psychological Well-being Scales (PWB) per il benessere psicologico, il Family Functioning Assessment Device (FAD) per il funzionamento familiare. L'aderenza è stata misurata tramite emoglobina glicosilata. Dalle analisi correlazionali bivariate e t-test per campioni indipendenti emerge che i genitori riportano un funzionamento familiare e benessere psicologico nella norma. Non emergono differenze significative tra madri e padri e tra genitori di pazienti aderenti ($n = 27$) e non-aderenti ($n = 16$) al trattamento nel FAD e PWB. Nelle madri l'accettazione del diabete ($r = -.373$; $p = .011$) correla con punteggi migliori nella distribuzione dei ruoli (FAD); nei padri, a minor comunicazione familiare (FAD) corrispondono migliori livelli di accettazione della malattia ($r = .379$; $p = .038$). In entrambi i genitori, il supporto percepito dal coniuge correla con una migliore percezione di problem-solving familiare (FAD) (madri: $r = -.304$; $p = .038$, padri: $r = -.416$; $p = .008$). L'adattarsi

positivamente alla malattia di DMT1 nelle madri e nei padri si associa ad aspetti diversi di funzionamento familiare positivo suggerendo strategie di coping differenziate in base al genere. Ulteriori studi potranno approfondire tali aspetti.

Benessere psicologico a seguito di un trattamento cognitivo comportamentale interdisciplinare in pazienti con disturbi dell'alimentazione suddivisi per età

Elena Tomba¹, Lucia Tecuta¹, Laura Staccini¹, Romana Schumann², Donatella Ballardini²
(¹Università di Bologna, ²Clinica per i disturbi dell'alimentazione "Centro Gruber," Bologna)

Il funzionamento positivo in pazienti con Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA) è scarsamente studiato. Lo studio esplorativo indaga come la Terapia Cognitivo-Comportamentale (CBT) integrata a riabilitazione nutrizionale abbia effetti diversificati in relazione all'età sul benessere psicologico in pazienti con DCA.

79 pazienti con DCA (Bulimia Nervosa-BN, n = 28; Anoressia Nervosa-AN, n = 13; Binge-eating Disorder-BED, n = 25; Disturbo dell'alimentazione non altrimenti specificato-DANAS, n = 13) hanno concluso un percorso di trattamento integrato comprensivo di CBT. Il campione è stato suddiviso in 2 gruppi in base all'età: giovani adulti (età ≤ 29; n = 47) e adulti (età ≥ 30; n = 32). Al baseline sono stati somministrati l'Eating Attitudes Test-EAT e il General Health Questionnaire-GHQ. Il cambiamento nel benessere psicologico è stato misurato applicando al baseline e al termine del trattamento le Psychological Well-Being Scales-PWB. Sono stati effettuati t-test e MANOVA tra i gruppi di età e sottogruppi diagnostici per valutare le differenze nelle caratteristiche al baseline, e il test di Wilcoxon per i cambiamenti nei punteggi della PWB.

Al baseline non si riscontrano differenze significative nella sintomatologia e nel benessere psicologico tra i due gruppi. Tuttavia, i pazienti adulti con BN riportano punteggi inferiori nel PWB-controllo ambientale rispetto agli altri sottogruppi diagnostici. Al termine del trattamento i pazienti giovani mostrano miglioramenti in tutte le scale PWB ($p \leq .05$) tranne in PWB-relazioni positive, mentre gli adulti mostrano cambiamenti in tutte le scale ($p \leq .05$) tranne in PWB-scopo nella vita. I risultati supportano la necessità di prestare attenzione nella pianificazione del trattamento a dimensioni di benessere psicologico differenti in base all'età del paziente con DCA.

Il "mercato protetto", una forma di trattamento pedagogico dell'Alzheimer

Loretta Turri, Mirella Marta (Istituto Pio Albergo Trivulzio, Milano)

All'interno dei Nuclei Alzheimer, il Servizio di Animazione Sociale promuove il progetto "Mercato protetto". Il progetto consiste nel ricostruire e far rivivere agli ospiti con demenza l'esperienza dell'andare al mercato rionale a fare la spesa, attività altrimenti preclusa loro per le problematiche connesse alla malattia. E' così che settimanalmente viene allestito nel soggiorno del Nucleo uno spazio che rievoca e simula il mercato del rione: ci sono bancarelle di vario genere (alimentare, abbigliamento, giocattoli, scarpe e così via), scritte che indicano i prezzi, scenografie evocative e buoni-spesa creati ad hoc per consentire l'appropriarsi dei prodotti scelti (per la maggior parte merce di recupero attentamente selezionata). Fare la spesa è un'attività che richiama un vissuto di familiarità e benessere, ed è anche un'attività molto ricca, che comporta tante cose insieme come l'espressione del proprio gusto personale,

l'esercizio di una scelta, l'uso del denaro, il relazionarsi con l'altro e l'attenzione a tanti stimoli diversi. Il progetto "Mercato protetto" vuole offrire agli ospiti dei Nuclei Alzheimer la possibilità di fare ancora esperienza di questo, di rafforzare il senso di sé e di sentirsi ancora in parte integri, quando l'Alzheimer lavora invece nella direzione di una progressiva perdita d'identità. Il progetto inoltre promuove un qui e ora che evoca piacere, salute e normalità, nell'ottica di un contenimento del senso d'inadeguatezza e della pur parziale risoluzione del conflitto fra il Mondo della Vita e il Mondo di chi ha l'Alzheimer.

Uno studio pilota sull'utilizzo delle fiabe nella scuola primaria per la riduzione del malessere e la promozione del benessere dei bambini

Francesca Vescovelli, Elisa Albieri, Giulia Cesetti, Chiara Ruini (Università di Bologna)

Introduzione. Le scuole rappresentano il contesto ideale per promuovere le competenze e il benessere dei bambini. Questa ricerca si è proposta di valutare l'applicabilità di un intervento basato sull'utilizzo delle fiabe popolari per lo sviluppo del benessere e la riduzione del malessere di bambini di scuola primaria.

Metodi. 95 bambini di IV elementare (F = 47, M = 48; età media = 9.2 anni, DS = 0.4) e 5 dei loro insegnanti (F = 4, M = 1; età media = 42 anni, DS = 10.3) hanno partecipato a 4 incontri condotti da due psicologhe cliniche. Ogni incontro si è focalizzato su una diversa fiaba popolare centrata su una specifica emozione (felicità, tristezza, rabbia e paura). I bambini hanno compilato il Revised Children's Manifest Anxiety Scale, il Symptom Questionnaire, il Cognitive Triad Inventory for Children, il Children's Somatization Inventory e le Psychological Well-Being Scales. Gli insegnanti hanno valutato il funzionamento psicologico dei bambini compilando lo Strengths and Difficulties Questionnaire. La valutazione è stata ripetuta prima dell'intervento, al suo termine e a distanza di 3 mesi dalla sua conclusione.

Risultati. Al termine dell'intervento sono stati evidenziati sia una riduzione significativa dei sintomi somatici, ansiosi e depressivi sia un aumento dei livelli benessere, che, tuttavia, non ha raggiunto la significatività statistica. Il miglioramento dei comportamenti prosociali è stato confermato anche dagli insegnanti.

Conclusioni. I risultati preliminari di questo progetto documentano l'applicabilità delle tecniche narrative per la riduzione del malessere dei bambini di scuola primaria. Ricerche future dovranno confrontare questo tipo di intervento con appropriati gruppi di controllo così da valutarne l'efficacia ed eventualmente estenderlo ad altri gruppi di bambini.

Un'indagine qualitativa sulla gratitudine e il vissuto d'organo nei pazienti in lista d'attesa per trapianto di fegato

Francesca Vescovelli¹, Chiara Ruini¹, Francesca Cantergiani², Marcella Vandelli², Silvia Ferrari², Silvana Grandi¹ (¹Università di Bologna, ²Università di Modena e Reggio Emilia)

Introduzione. Nell'ambito dell'adattamento psicologico ai trapianti, gli studi si sono focalizzati principalmente sulla valutazione del malessere e della sofferenza psicologica attraverso metodi quantitativi. Questa ricerca si è proposta di condurre un'indagine qualitativa dei vissuti e dell'esperienza psicologica (positiva e negativa) di persone in lista d'attesa per un trapianto d'organo.

Metodi. Uno psicologo clinico ha intervistato 11 pazienti (F = 4; M = 7; età media = 55.7 anni, DS = 5.6) in lista d'attesa per un trapianto di fegato al fine di comprendere il loro vissuto e le reazioni psicologiche. Le interviste sono state analizzate da due valutatori indipendenti attraverso la Grounded Theory.

Risultati. Le tematiche più spesso riportate riguardano sintomi fisici, disforia, preoccupazioni circa il donatore e l'organo, senso di colpa, paura della morte e del rigetto, ma anche gratitudine, speranza e aspettative ottimistiche verso il futuro.

Conclusioni. Questa intervista qualitativa creata ad hoc ha permesso di mettere in luce che i vissuti e l'esperienza psicologica dei pazienti in lista d'attesa per un trapianto d'organo sono caratterizzati da emozioni complesse e opposte, connesse sia a preoccupazioni per la salute, sia a sentimenti e stati d'animo positivi come la gratitudine e la crescita personale. Tuttavia, la gratitudine è risultata sottesa da aspetti contrastanti: alcuni pazienti hanno espresso pensieri positivi nei confronti del donatore, mentre altri hanno riportato rabbia, senso di colpa e persino disgusto nei confronti dell'organo che riceveranno. Questo studio ha quindi evidenziato l'importanza di integrare la valutazione quantitativa e qualitativa per comprendere meglio la complessità dell'esperienza e del vissuto psicologico dei pazienti in lista d'attesa per un trapianto d'organo.

Le competenze temporali per promuovere il benessere in età anziana. Un progetto di ricerca-azione partecipata

Manuela Zambianchi (Università di Bologna)

Introduzione. La rilevanza crescente dei sistemi di competenze posseduti dall'individuo per la promozione della salute e del benessere nell'arco della vita ha portato ad estendere i programmi LSE (Life Skills Education) dall'età evolutiva per la quale erano stati definiti, all'età anziana.

Metodologia. Un progetto di potenziamento delle life skills è stato proposto sotto forma di ricerca-intervento all'Università per Adulti Primo Levi, al quale hanno partecipato 22 iscritti (età media = 63.77 anni). Le life skills approfondite sono state tre competenze temporali (gestione del tempo quotidiano, sviluppo di una prospettiva temporale armonica e bilanciata, progettare il proprio futuro), per un totale di otto incontri.

I partecipanti hanno compilato i seguenti questionari: S-ZTPI; Questionario sui progetti personali; quattro item della Time Management Scale.

Risultati. Per la prospettiva temporale, i punteggi più elevati riguardano il Futuro positivo (M = 3.91) ed il Passato positivo (M = 3.35), mentre i punteggi più bassi riguardano il Presente fatalistico (M = 2.56). I progetti personali si concentrano nell'area della cultura e del tempo libero. La fase di laboratorio attivo partecipato ha coinvolto i partecipanti in attività volte a potenziare il passato positivo (reminiscenza), a ridurre ulteriormente il presente fatalistico (aumento della self-efficacy) e ridurre la percezione di un futuro negativo attraverso le strategie di coping proattivo. Attenzione è stata posta inoltre alla prospettiva temporale bilanciata per i suoi rapporti con il benessere psicologico.

Flow at work e Job Demands-Resources Model: il ruolo del feedback

Margherita Zito, Fiammetta Aquila Calabrò, Samuel Barbato, Lara Colombo (Università di Torino)

Il flow è dato dal coinvolgimento in un'attività piacevole, durante la quale si perde la cognizione del tempo e nulla, oltre al compito, sembra importare. Applicato al lavoro, il Flow at Work (FaW) è definito come una peak experience caratterizzata da absorption, work enjoyment e intrinsic work motivation. Le risorse lavorative e personali sono considerate le principali antecedenti del FaW, mentre le domande lavorative riducono il FaW.

Con riferimento al Job Demands-Resources Model di Bakker e Demerouti, lo studio indaga la relazione tra FaW, domande lavorative, risorse personali e lavorative, con attenzione al ruolo del feedback sulla prestazione che la letteratura considera come un forte antecedente del FaW.

Il questionario, somministrato a 173 lavoratori appartenenti a diverse organizzazioni, ha rilevato: FaW; risorse personali (autoefficacia lavorativa, locus of control interno); risorse lavorative (supporto capi e colleghi, autonomia, competenze, equità, obiettivi chiari, feedback); domande lavorative (carico lavorativo, dissonanza emotiva). La regressione multipla mette in evidenza il ruolo delle risorse personali e del feedback (risorsa lavorativa) nell'influenzare il FaW. Un altro risultato rilevante è la relazione positiva tra il carico di lavoro e il FaW, in linea con precedenti ricerche che vedono il carico come un antecedente dell'assorbimento.

La ricerca suggerisce l'importanza di investire sulle risorse personali e sul feedback. Quest'ultimo genera chiarezza e motivazione all'azione perché offre la possibilità di ottenere informazioni mantenendo elevati i livelli di performance e benessere psicofisico.

Una scuola a misura di BES

Serena Zurma (Istituto Comprensivo Statale Colleferro I)

Dal 2007 il Servizio di Psicologia Scolastica dell'Istituto Comprensivo Colleferro I sistematizza le seguenti progettualità rispondenti ai bisogni rilevati a scuola: a) Interventi sistema classe; b) Interventi per piccolo gruppo; c) Sostegno alla genitorialità; d) Sostegno educativo alle insegnanti. La consolidata azione in campo del Servizio conduce ad una macro progettualità, funzionale alla sperimentazione di un modello tripartito maggiormente inclusivo a favore di alunni con bisogni educativi speciali (BES).

I. Progetto Arcobaleno. È un intervento psico-pedagogico in continuità evolutiva, che si svolge a partire dalla classe prima fino alla quinta, sul sistema classe attraverso tappe operative funzionali ai traguardi di sviluppo del bambino: classe prima "Alfabetizzazione emotiva"; classi seconda e terza "Emozionando l'Ortografia" - I e II livello; classe quarta "Un sogno per domani"; classe quinta "A scuola con Mindy: un cane meraviglioso".

II. Formazione adulti. Ciclo di incontri tematici rivolti agli adulti significativi. 1. Una scuola a misura di BES; 2. DSA e pet therapy; 3. Un sogno per domani: continua la pet therapy a Colleferro.

III. Laboratorio specialistico. Grazie a strumenti e metodologie che tengano conto delle specifiche difficoltà e che diano valore alle capacità cognitive, il "Laboratorio Specialistico" consente agli alunni una crescita adeguata sul piano dell'autostima, della flessibilità cognitiva e del benessere scolastico in generale. Gli alunni suddivisi in piccoli gruppi frequentano il

laboratorio al termine dell'orario delle lezioni per svolgere attività di carattere didattico e non terapeutico-riabilitativo, capaci di tener conto del contesto socio-culturale-affettivo in cui vive ogni singolo bambino-ragazzo.