

Brescia, 11 settembre 2009

### **Relazione conclusiva del progetto**

finanziato dalla Regione Lombardia ai sensi della legge 23/99 bando 2008

### **«COSTRUIRE IL BENESSERE E PREVENIRE IL DISAGIO: FAMIGLIA E SCUOLA COME LABORATORI DI PREVENZIONE»**

*a cura di Chiara Buizza*

**Responsabile scientifico:** Rosaria Pioli

**Consulenti:** Chiara Buizza, Francesco Maria Saviotti, Carlo Benvenuti, Maria Francesca Napoli, Maria Teresa Caldera, Barbara Crosatti

#### **Soggetti coinvolti:**

- Associazione Il Chiaro del Bosco *Onlus*
- Dipartimento di Salute Mentale - Azienda Ospedaliera Desenzano del Garda
- Neuropsichiatria Infantile e dell'Adolescenza - Azienda Ospedaliera Desenzano del Garda
- I.R.C.C.S. «*Centro S. Giovanni di Dio*», Fatebenefratelli Brescia
- Scuola media statale «C. Dossi» Leno
- Istituto di Istruzione Superiore «V. Capirola» Leno
- Comune di Leno
- Parrocchia «SS. Pietro e Paolo» di Leno

## **INTRODUZIONE**

L'associazione *Il Chiaro del Bosco Onlus*, in collaborazione con il Dipartimento di Salute Mentale e la Neuropsichiatria Infantile dell'Azienda Ospedaliera di Leno e l'IRCCS «*Centro S. Giovanni di Dio*» Fatebenefratelli di Brescia, ha attivato, per l'anno scolastico 2008-2009, un progetto di promozione del benessere psicologico e di prevenzione del disagio psichico. Il progetto dal titolo «Costruire il benessere e prevenire il disagio: famiglia e scuola come laboratori di prevenzione» si è rivolto ad un campione di studenti della scuola media statale «C. Dossi» e dell'Istituto di Istruzione Superiore «V. Capirola» di Leno.

Tale iniziativa individua nella scuola il setting privilegiato in cui intraprendere interventi efficaci di sensibilizzazione e di promozione della salute e persegue le indicazioni fornite dall'Organizzazione Mondiale della Sanità che identifica, tra gli interventi efficaci per rafforzare i fattori di protezione della salute, il miglioramento dell'ambiente sociale e del sostegno sociale nelle scuole e la predisposizione di programmi di formazione per preparare i giovani a risolvere i problemi, fornendo loro competenze sociali e abilità funzionali di gestione dello stress.

Il progetto ha visto la partecipazione di professionisti qualificati, coinvolti in un percorso di sensibilizzazione rivolto a studenti, genitori e insegnanti verso le tematiche della promozione del benessere e dei fattori protettivi per lo sviluppo e il mantenimento di una buona salute psichica. Il progetto ha previsto inoltre l'attivazione di un Centro di Ascolto dedicato. Il principale risultato che tale progetto si attende è quello di migliorare il livello di salute psicologica degli studenti coinvolti nel progetto e di fornire a insegnanti e familiari degli utili strumenti per riconoscere e gestire situazioni di disagio adolescenziale. Secondariamente, tale iniziativa si prefigge di diffondere e sostenere un approccio di promozione della salute fondato sugli ambienti di vita, favorendo la creazione di un intervento integrato che si basa sul coordinamento di politiche pubbliche di salute. Si spera che in tal modo sarà possibile ri-orientare la scuola e le famiglie nella logica di renderle sempre più adeguate ad interagire con i settori socio-sanitari, così come di rispondere ai bisogni psicologici dei minori con i quali esse interagiscono

## **DESCRIZIONE DEL PROGETTO**

Il progetto ha previsto un percorso di sensibilizzazione rivolto a studenti, genitori e insegnanti di alcune classi della scuola media statale «C. Dossi» e dell'Istituto di Istruzione Superiore «V. Capirola» di Leno.

Al fine di valutare l'efficacia del percorso proposto, gli studenti di entrambe le scuole sono stati suddivisi in modo casuale in un gruppo sperimentale e in un gruppo di controllo. Il primo ha partecipato attivamente agli incontri di sensibilizzazione, il secondo ha compilato solo gli strumenti di misurazione identificati per la valutazione dell'efficacia del progetto.

## **PERCORSO STUDENTI**

La sensibilizzazione rivolta agli studenti ha previsto la realizzazione di un percorso di formazione finalizzata a promuovere le capacità di entrare in relazione con gli altri e di gestire i conflitti, al fine di favorire l'acquisizione di condotte pro-sociali.

L'ipotesi di lavoro si basa sulla considerazione che le competenze di entrare in relazione con l'altro e gestire i conflitti rivestono un ruolo rilevante, sia nel promuovere condotte pro-sociali, che nel prevenire il disagio. In particolare, appare di primaria importanza la capacità di tollerare la frustrazione, poiché incontrare ostacoli nella soddisfazione dei propri bisogni è da considerarsi una condizione normale dell'esistenza dell'individuo; la frustrazione è indispensabile per crescere e per acquisire nuove competenze.

Si ritiene, inoltre, che l'esclusione o la marginalizzazione nei programmi scolastici di spazi da dedicare alla formazione emozionale costituisca un indicatore negativo che può spiegare, in parte, l'impotenza delle istituzioni scolastiche di fronte all'aumento delle difficoltà e del disagio.

È apparso quindi importante attuare un percorso formativo che, attraverso le attività programmate, ha cercato di promuovere la conoscenza di sé, di sollecitare gli alunni a trovare soluzioni alternative ai problemi interpersonali, di stimolare i loro pensieri divergenti e la creatività e di condurli a riflettere sulla valorizzazione dell'altro, al fine di stimolare la presa di coscienza della componente intenzionale e l'assunzione di responsabilità circa le scelte operate, entrambe fondamentali dell'azione pro-sociale.

Il progetto ha previsto inoltre la familiarizzazione dei ragazzi con l'offerta di sostegno presente sul territorio locale.

Gli *obiettivi generali* sono stati:

- favorire lo scambio di dubbi e curiosità su di sé e sugli altri;
- aiutare gli alunni a conoscersi tra loro;
- fornire l'opportunità di riflettere sui cambiamenti psicologici che avvengono durante l'adolescenza.

Gli *obiettivi specifici* sono stati:

- incrementare la consapevolezza che ciascuno possiede qualità differenti e caratteristiche uguali ad altri del gruppo;
- rifiutare atteggiamenti stigmatizzanti basati su pregiudizi e sviluppare un atteggiamento empatico verso le persone che subiscono discriminazione;
- riflettere sulla propria capacità di tollerare la frustrazione e sull'importanza di imparare a gestirla più costruttivamente;
- riconoscere i propri pregi e difetti;
- riflettere sul proprio modo di ricevere e fare complimenti, fare e reagire alle critiche;
- scoprire modalità costruttive di relazione, quando si muovono e/o ricevono critiche dagli altri.

La *metodologia* scelta per realizzare gli interventi si è basata sul coinvolgimento attivo dei ragazzi e sul far sperimentare loro sentimenti ed emozioni, utilizzando come strumenti educativi e linguaggi espressivi il gioco e la drammatizzazione e discutendo collegialmente e nel gruppo aperto qualsiasi percezione derivante dalle attività svolte.

Giochi ed attività sono stati diretti a promuovere l'intelligenza interpersonale, cioè la capacità di entrare in relazione con gli altri e di gestire i conflitti, con il fine di favorire l'acquisizione di condotte pro-sociali.

In ogni gruppo classe, sia nella scuola media «C. Dossi», che nell'Istituto «V. Capirola» sono stati realizzati tre incontri di due ore ciascuno.

## **PERCORSO INSEGNANTI**

Contestualmente agli incontri realizzati con gli studenti si è cercato di favorire la riflessione degli insegnanti sul proprio modo di interagire e di comunicare nel fronteggiare problemi personali e/o di relazione all'interno del gruppo classe; di facilitare nel corpo docente l'acquisizione della capacità di porsi come modello positivo nella messa in atto delle abilità che intendono trasmettere ai propri alunni; di riflettere insieme sui compiti evolutivi, che deve affrontare l'adolescente e su alcuni segni che, esulando dal normale percorso di crescita personale, possono necessitare un approfondimento professionale mirato.

Gli *obiettivi generali* sono stati:

- favorire lo scambio di dubbi e curiosità sulle modalità di entrare in relazione con i propri alunni;
- fornire l'opportunità di riflettere sui cambiamenti, fisici, psicologici e sociali che avvengono in adolescenza.

Gli *obiettivi specifici* sono stati:

- favorire una riflessione, sia sui meccanismi sottostanti la formazione della mente umana in relazione alla responsabilità del sapere e dell'agire, sia sugli aspetti psicologici dell'apprendimento;
- favorire una considerazione sul proprio modo di interagire e di comunicare in presenza dell'allievo;
- acquisire nuove competenze in merito alla comunicazione in classe e agli stili educativi;
- riflettere sui conflitti e sulle strategie di coping;
- favorire la conoscenza di alcuni aspetti (fisici, psicologici e sociali) che avvengono in adolescenza, al fine di saper discriminare un percorso di crescita che presenti alcune difficoltà.

La *metodologia*, oltre a momenti di lezione frontale, ha previsto l'utilizzo di alcune tecniche interattive: lavori in sottogruppo, simulazioni, discussioni in plenaria.

Sono stati realizzati tre incontri presso la scuola media «C. Dossi» e due incontri presso l'Istituto «V. Capirola».

## **PERCORSO GENITORI**

Il percorso di sensibilizzazione rivolto ai genitori degli alunni coinvolti nel progetto ha avuto come principali obiettivi quelli di informare i genitori sui compiti che gli adolescenti sono chiamati a svolgere in questa fase di sviluppo; fornire loro strumenti per distinguere ciò che naturalmente fa parte di questa età e ciò che può essere considerato un campanello d'allarme di comportamenti a rischio; considerare il significato che l'adolescente attribuisce ai comportamenti a rischio; identificare i fattori protettivi per focalizzarsi sulle risorse; sensibilizzare verso le tematiche del pregiudizio che si accompagna alla malattia mentale.

Nello specifico gli argomenti trattati sono stati i compiti di sviluppo in adolescenza, i fattori di rischio, i fattori protettivi e i principali e più diffusi pregiudizi sulla malattia mentale.

Con l'ausilio della Carta dei Servizi del Dipartimento di Salute Mentale dell' Azienda Ospedaliera di Desenzano del Garda si è cercato di fornire ai genitori delle informazioni sui servizi presenti sul territorio circostante.

La *metodologia* utilizzata è stata interattiva e ha previsto l'ausilio di slides esplicative.

Sono stati condotti tre incontri con i genitori della scuola media «C. Dossi» ed un incontro con i genitori del l'Istituto «V. Capirola».

## **CENTRO DI ASCOLTO**

Nell'ultima fase del progetto è stato attivato uno spazio di ascolto, strutturato come un servizio di consulenza rivolto a minori e adulti necessitanti un confronto su tematiche di disagio psichico in età adolescenziale.

Insieme alla distinzione tra potenziali segnali psicopatologici e comuni disagi emotivi, relazionali e comportamentali dell'adolescente, il Centro di Ascolto ha avuto come obiettivo principale il sostegno e l'accompagnamento psicologico al target che ha richiesto appuntamento, nonché l'invio a servizi territoriali competenti.

Il Centro di Ascolto è stato ubicato presso gli spazi oratoriali della parrocchia «SS. Pietro e Paolo» di Leno.

## **STRUMENTI DI VALUTAZIONE**

Al fine di valutare l'efficacia del percorso sono stati somministrati, all'inizio e alla fine degli incontri di sensibilizzazione, dei questionari costruiti *ad hoc* per studenti, genitori e insegnanti (vedi allegati 1-3). E' stato espressamente chiesto di rispondere nel modo più sincero possibile, assicurando il massimo anonimato. A tal fine, ogni soggetto riportava sul questionario una parola chiave, non riconducibile all'identità del compilante, con il solo scopo di permettere l'appaiamento dei questionari somministrati prima dell'inizio degli incontri di sensibilizzazione e al termine degli stessi.

Sono inoltre stati somministrati dei questionari di gradimento sull'iniziativa.

## **ANALISI STATISTICHE**

Le analisi statistiche sono state condotte attraverso il software SPSS 12.0. L'analisi dei cambiamenti intervenuti fra i gruppi nei due tempi è stata possibile solo per il campione degli studenti e per quello degli insegnanti.

Per il campione degli studenti il cambiamento dei valori fra i gruppi è stato valutato mediante il test del Chi Quadrato; per il gruppo degli insegnanti è stato usato il test non parametrico di Wilcoxon.

É stato scelto un livello di significatività pari a 0.05.

## RISULTATI

Il progetto ha coinvolto complessivamente 34 insegnanti, 20 genitori e 429 studenti (219 hanno ricevuto gli incontri di sensibilizzazione e 210 hanno costituito il gruppo di controllo).

Di seguito sono riportati i risultati separatamente per la scuola media «C. Dossi» e per l'Istituto «V. Capirola».

### RISULTATI STUDENTI SCUOLA MEDIA «C. DOSSI»

Al progetto hanno partecipato 8 seconde e 4 terze, per un totale di 239 studenti: 116 hanno costituito il gruppo sperimentale e 123 il gruppo di controllo. Le caratteristiche del campione sono riportate in tabella 1.

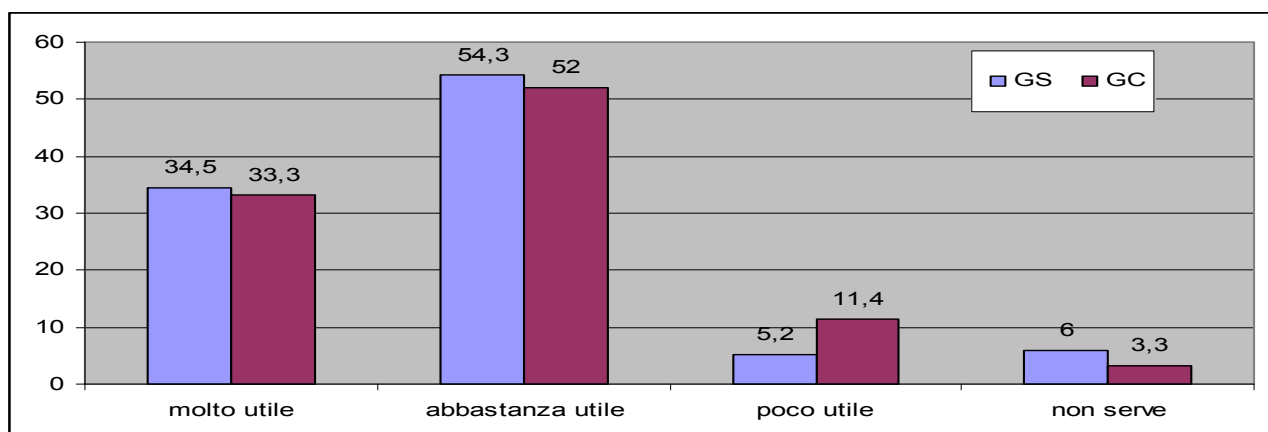
**Tabella 1.** Caratteristiche del campione della scuola «C. Dossi»

	GS (N = 116)	GC (N = 123)
Sesso		
Maschi	50%	47.2%
Femmine	44.8%	43.9%
Dato non disponibile	5.2%	8.9%
Età media (ds)	12.23 ( $\pm$ .51)	12.89 ( $\pm$ .80)

### Valutazione al baseline

Per quanto riguarda la prima domanda del questionario *Come giudichi uno sportello di ascolto riservato ai ragazzi della tua età?* la maggior parte degli studenti, sia del gruppo sperimentale che del gruppo di controllo, lo ritiene abbastanza utile o molto utile (grafico 1). Non si rilevano differenze statisticamente significative tra i gruppi.

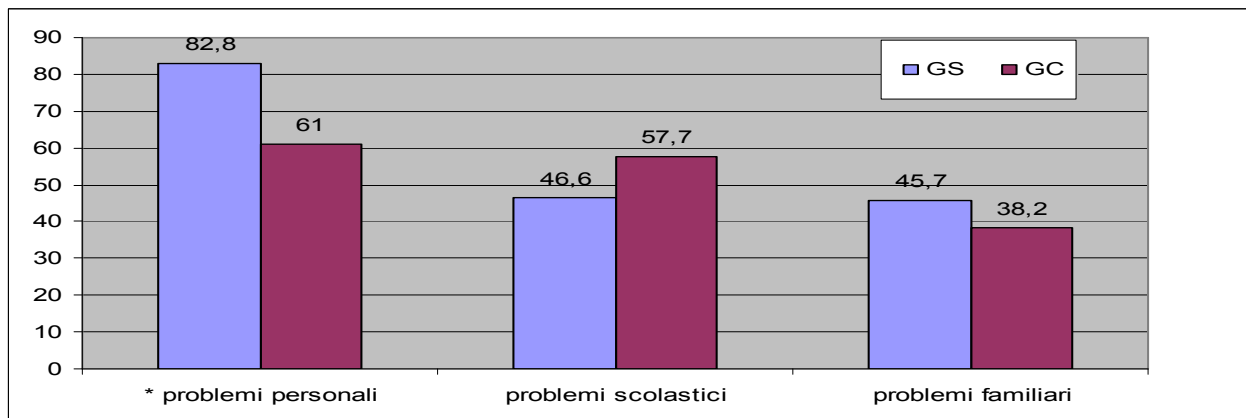
**Grafico 1.** Come giudichi uno sportello di ascolto riservato ai ragazzi della tua età?



Per gli studenti di entrambi i gruppi i motivi per i quali ci si può rivolgere ad uno sportello di ascolto per chiedere una consulenza psicologica sono in ordine di frequenza: problemi personali, problemi scolastici, problemi familiari. In questa

domanda si rileva una differenza statisticamente significativa tra il gruppo sperimentale e il gruppo di controllo nella risposta *problemi personali* (grafico 2).

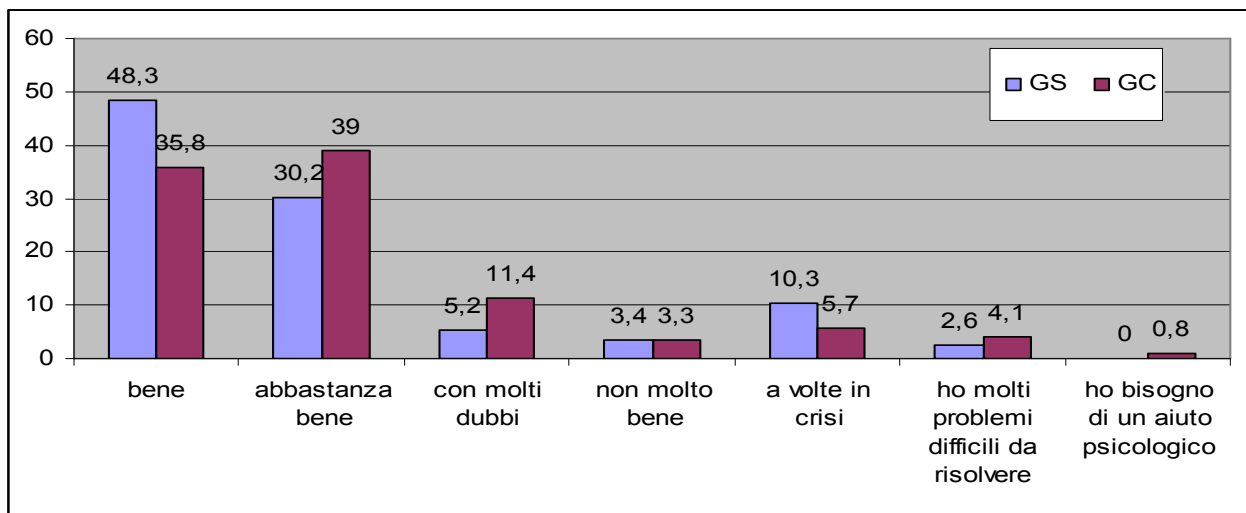
**Grafico 2.** Per quali motivi si può decidere di rivolgersi ad uno sportello di ascolto per chiedere una consulenza psicologica?



\*  $p = .000$ ;  $\chi^2 = 13.915$

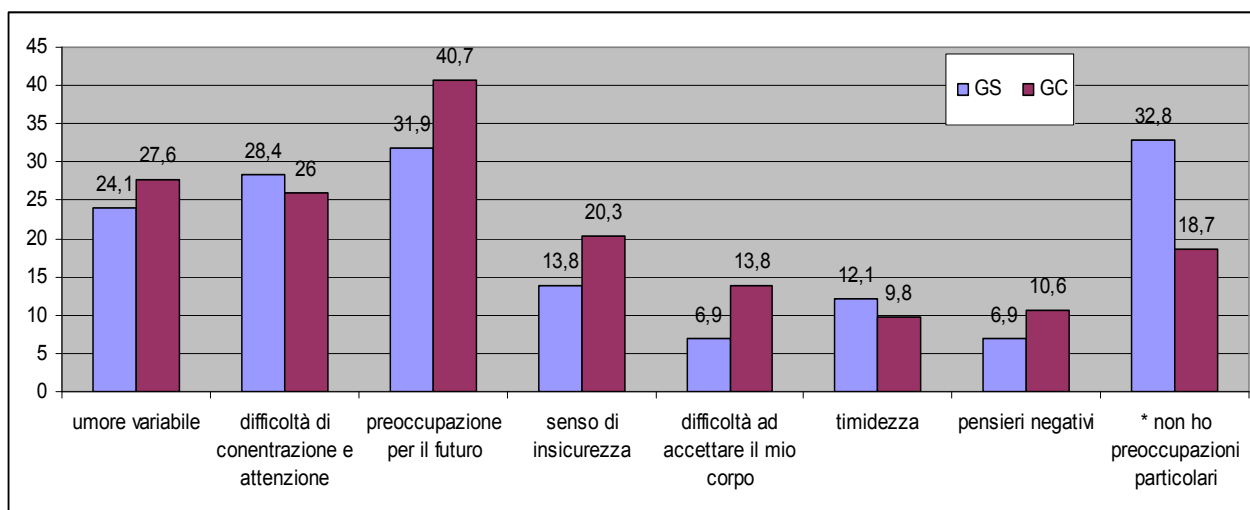
Alla domanda *Come ti senti in questo periodo?* la maggior parte degli studenti dichiara di sentirsi bene o abbastanza bene. Non si rilevano differenze statisticamente significative tra i gruppi (grafico 3).

**Grafico 3.** Come ti senti in questo periodo?



Alla domanda *Quali aspetti ti preoccupano in questo ultimo periodo?* le aree nelle quali gli studenti di entrambi i gruppi esprimono un maggiore senso di inquietudine sono la preoccupazione per il futuro, le difficoltà di concentrazione/attenzione e l'umore variabile. Le analisi mostrano una differenza statisticamente significativa tra i gruppi nelle percentuali relative alla risposta *non ho preoccupazioni particolari* (grafico 4).

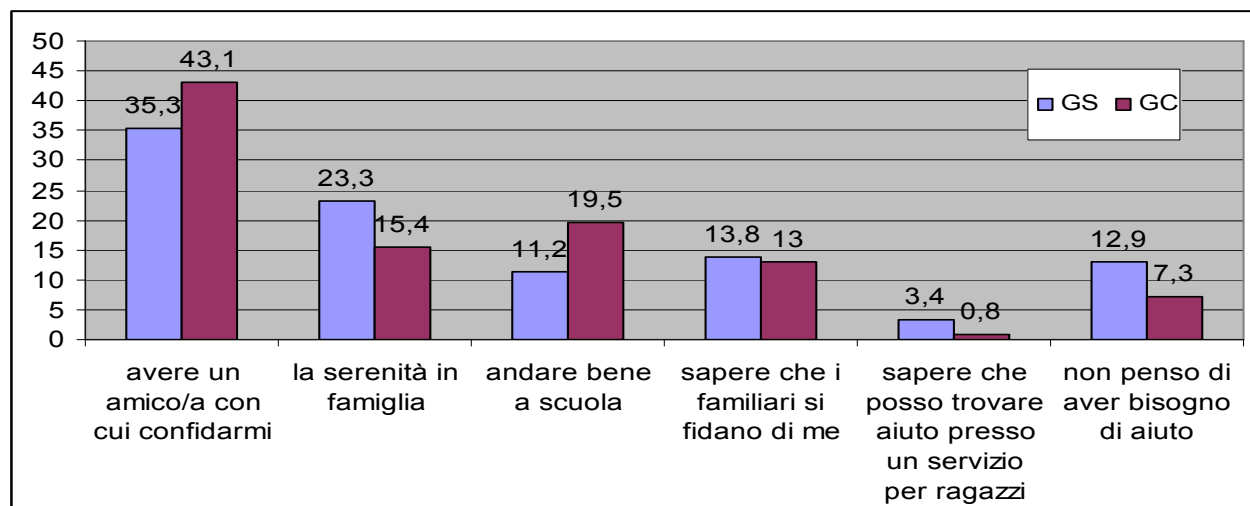
**Grafico 4.** Quali aspetti ti preoccupano in questo ultimo periodo?



\*  $p = .013$ ;  $\chi^2 = 6.208$

Riguardo alla domanda *Cosa ti aiuta di più in questo periodo?* un maggior numero di studenti di entrambi i gruppi identifica nell'aver un amico/a con cui confidarsi la principale fonte di aiuto. Non si rilevano differenze statisticamente significative tra i gruppi (grafico 5).

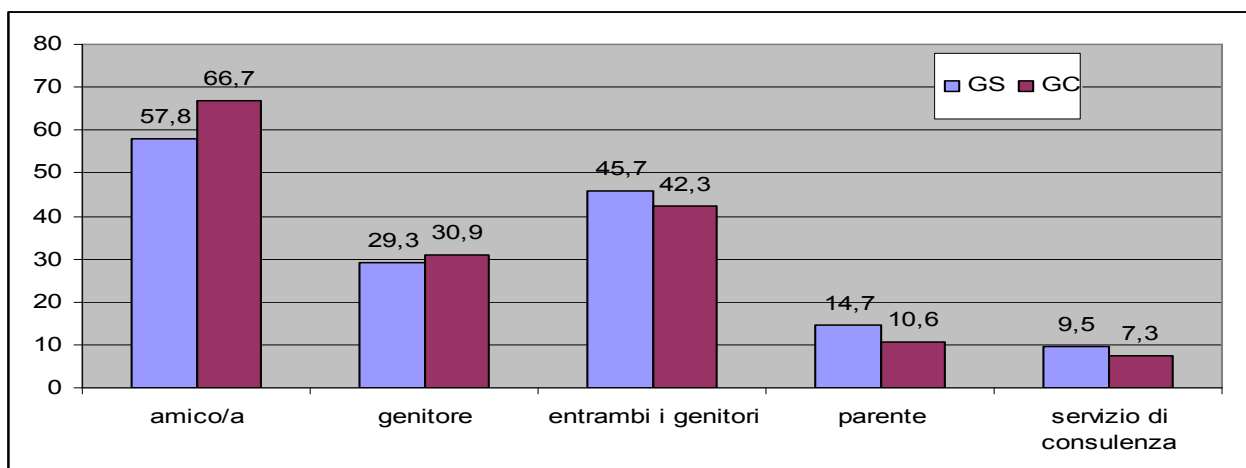
**Grafico 5.** Cosa ti aiuta di più in questo periodo?



Alla domanda *Se ti dovessi trovare ad affrontare uno degli aspetti di preoccupazione espressi nella domanda 4 (preoccupazione per il futuro, difficoltà di concentrazione/attenzione e umore variabile, senso di insicurezza, ecc) a chi penseresti di rivolgerti?* la maggior parte del campione riferisce che si indirizzerebbe verso un amico/a o verso entrambi o uno dei genitori (grafico 6). Non si rilevano differenze statisticamente significative tra i gruppi.



**Grafico 6.** A chi ti rivolgeresti per chiedere aiuto?

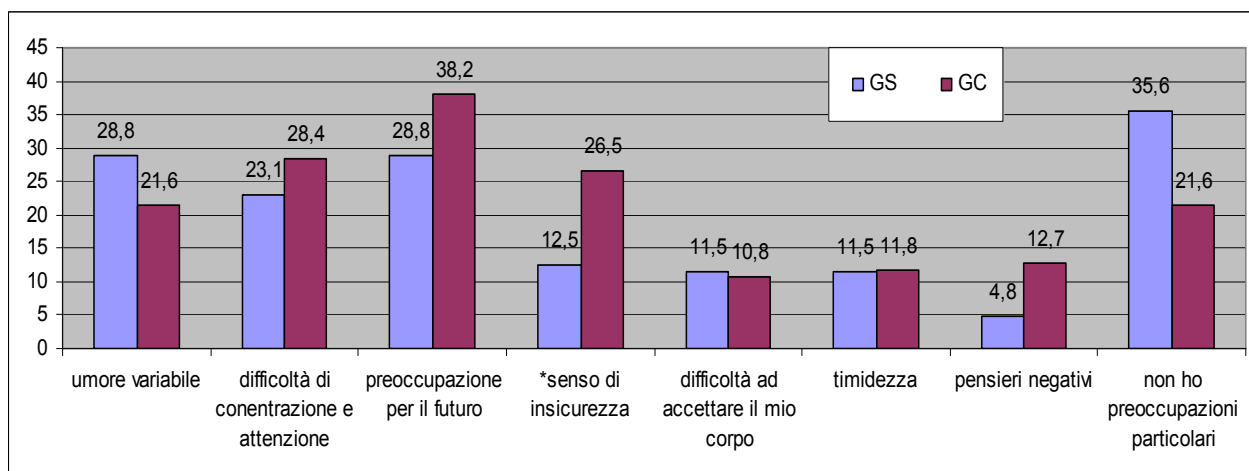


### Valutazione al termine degli incontri di sensibilizzazione

Al termine del percorso di sensibilizzazione hanno restituito il questionario 206 studenti (86.2%), equamente divisi tra maschi e femmine. 104 appartengono al gruppo sperimentale e 102 al gruppo di controllo.

Per quanto riguarda le differenze tra i due gruppi, si rileva una differenza statisticamente significativa solo nella risposta *senso di insicurezza* relativa alla domanda *Quali aspetti ti preoccupano in questo ultimo periodo?* (vedi grafico 7).

**Grafico 7.** Quali aspetti ti preoccupano in questo ultimo periodo?



\* p = .022;  $\chi^2 = 7.633$

## **RISULTATI STUDENTI ISTITUTO «V. CAPIROLA»**

Al progetto hanno partecipato 8 classi prime, per un totale di 190 studenti: 94 hanno costituito il gruppo sperimentale e 96 il gruppo di controllo. Le caratteristiche del campione sono riportate in tabella 2.

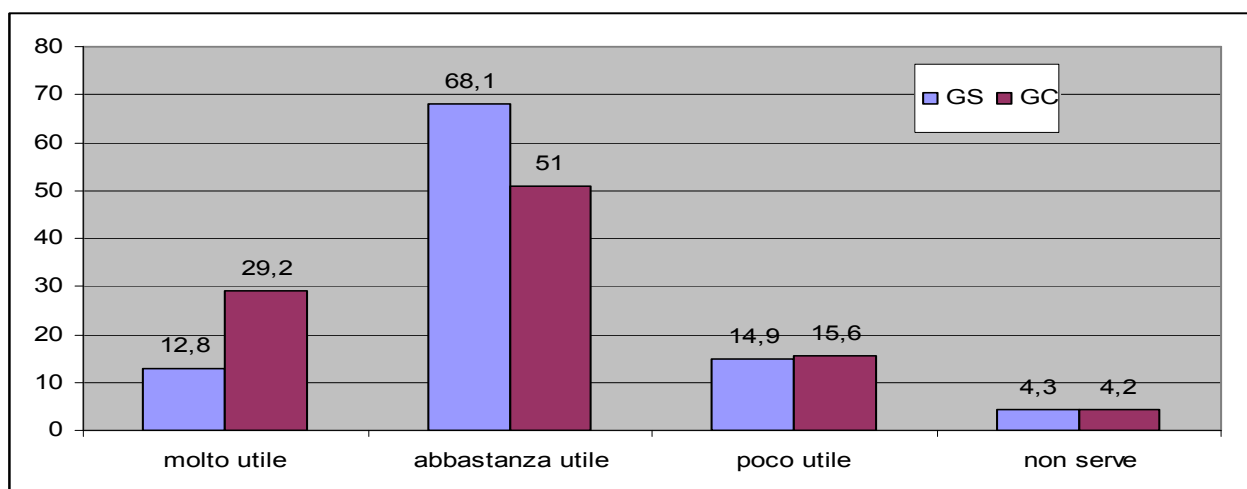
**Tabella 2.** Caratteristiche del campione dell'istituto «V. Capirola»

	GS (N = 94)	GC (N = 96)
Sesso		
Maschi	33%	38.5%
Femmine	61.7%	56.2%
Dato non disponibile	5.3%	5.2%
Età media (ds)	14.71 ( $\pm$ .77)	14.36 ( $\pm$ .56)

### **Valutazione al baseline**

Per quanto riguarda la domanda *Come giudichi uno sportello di ascolto riservato ai ragazzi della tua età?* la maggior parte degli studenti, sia del gruppo sperimentale che del gruppo di controllo, lo ritiene abbastanza utile o molto utile (grafico 8). Non si rilevano differenze statisticamente significative tra i gruppi.

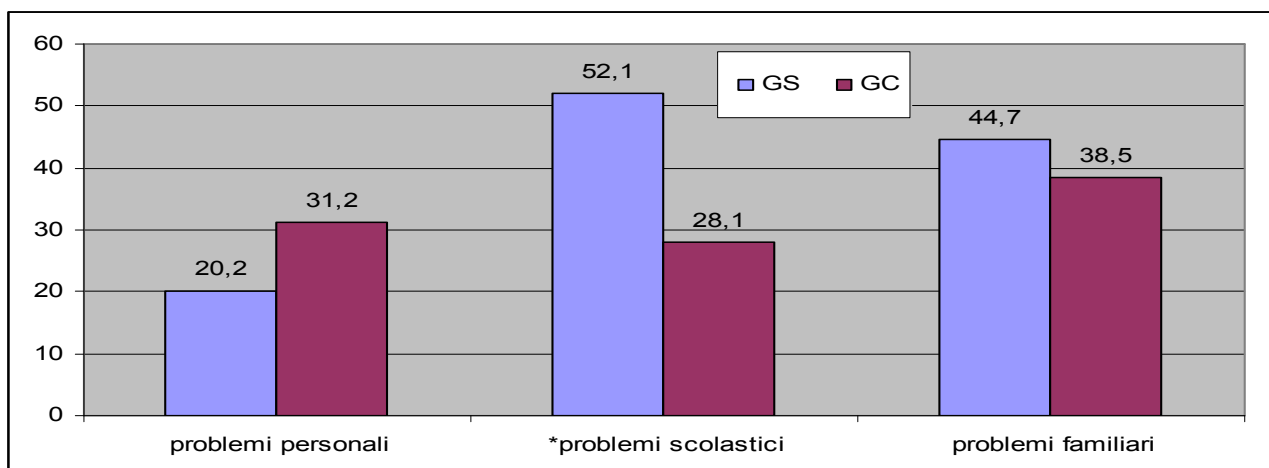
**Grafico 8.** Come giudichi uno sportello di ascolto riservato ai ragazzi della tua età?



I motivi per i quali gli studenti del gruppo sperimentale ritengono che ci si possa rivolgere ad uno sportello di ascolto per chiedere una consulenza psicologica sono in ordine di frequenza: problemi scolastici, problemi familiari, problemi personali. Per il gruppo di controllo l'ordine è: problemi familiari, problemi personali, problemi scolastici.

In questa domanda si rileva una differenza statisticamente significativa tra il gruppo sperimentale e il gruppo di controllo nella risposta *problemi scolastici* (grafico 9).

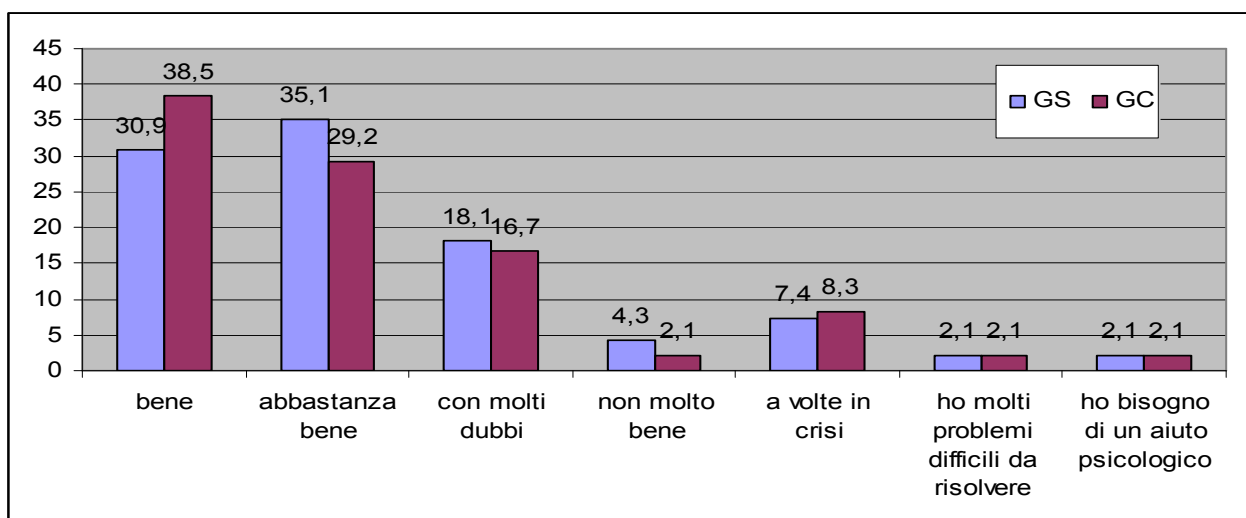
**Grafico 9.** Per quali motivi si può decidere di rivolgersi ad uno sportello di ascolto per chiedere una consulenza psicologica?



\* p = .001;  $\chi^2 = 11.401$

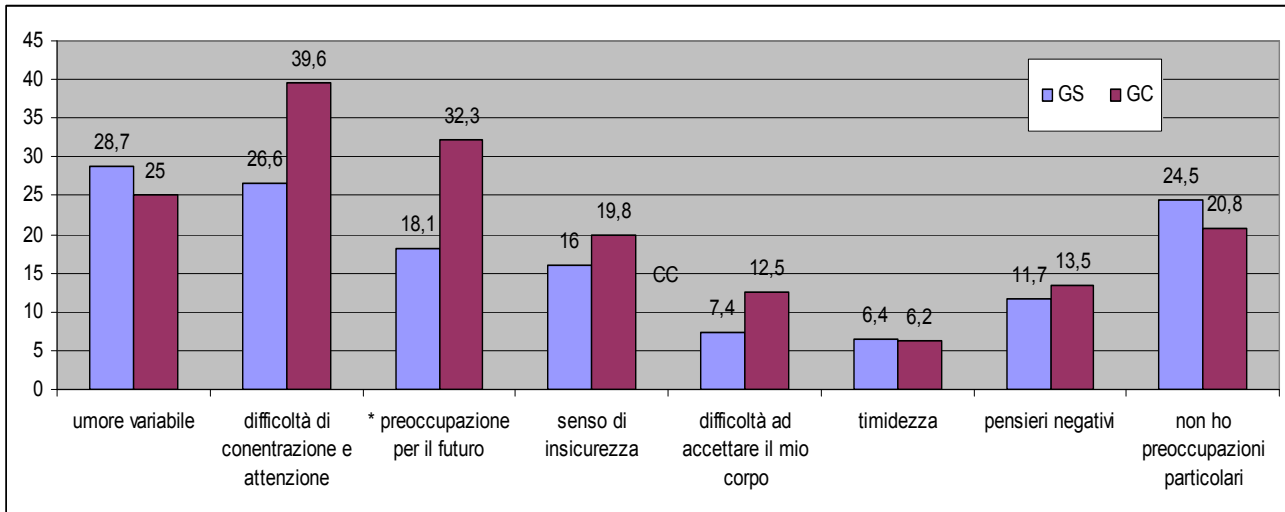
Alla domanda *Come ti senti in questo periodo?* la maggior parte degli studenti dichiara di sentirsi bene o abbastanza bene. Non si rilevano differenze statisticamente significative tra i gruppi (grafico 10).

**Grafico 10.** Come ti senti in questo periodo?



Alla domanda *Quali aspetti ti preoccupano in questo ultimo periodo?* le aree nelle quali gli studenti di entrambi i gruppi esprimono un maggiore senso di inquietudine sono le difficoltà di concentrazione/attenzione, la preoccupazione per il futuro e l'umore variabile. Le analisi mostrano una differenza statisticamente significativa tra i gruppi nelle percentuali relative alla risposta *preoccupazioni per il futuro* (grafico 11).

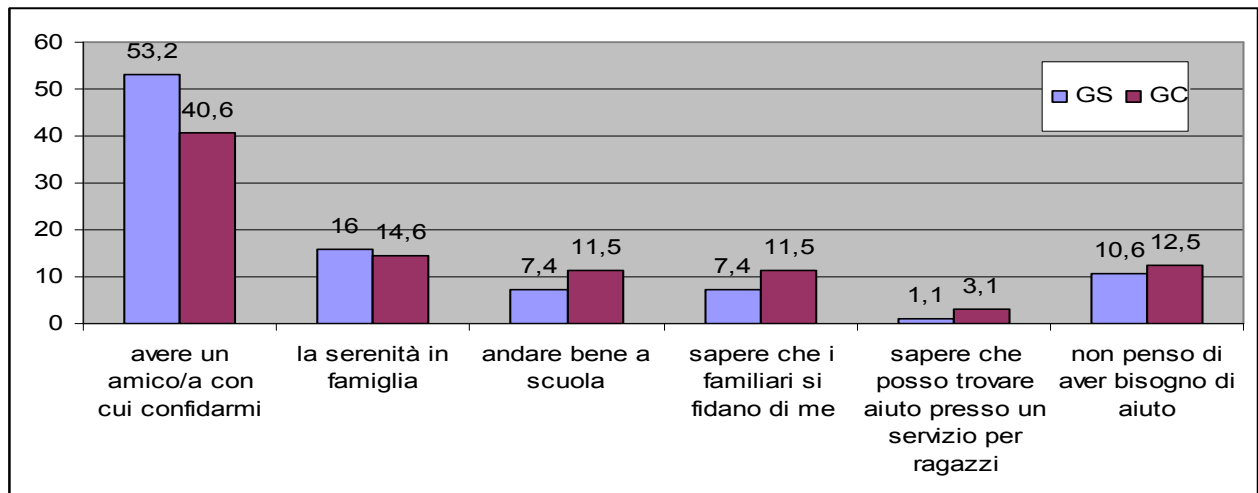
**Grafico 11.** Quali aspetti ti preoccupano in questo ultimo periodo?



\*  $p = .024$ ;  $\chi^2 = 5.077$

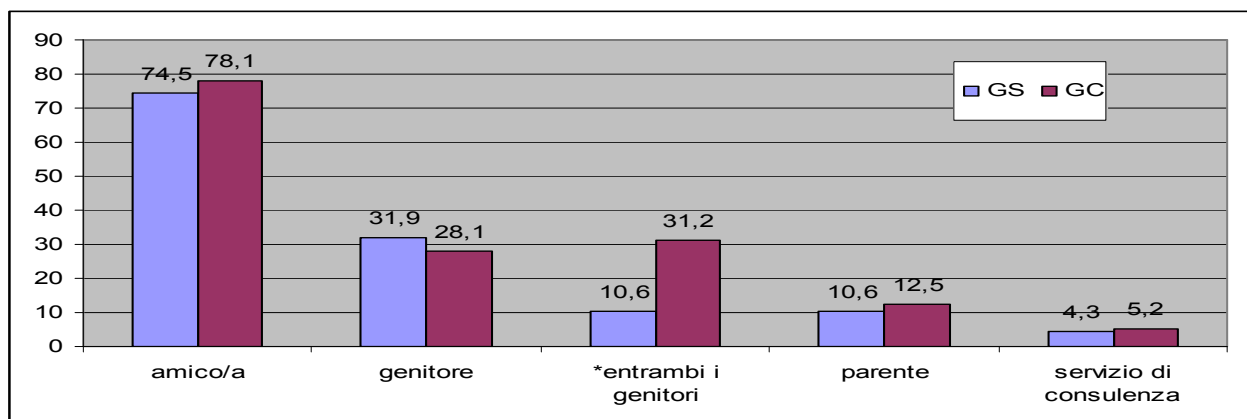
Riguardo alla domanda *Cosa ti aiuta di più in questo periodo?* quasi la maggior parte degli studenti di entrambi i gruppi identifica nell'aver un amico/a con cui confidarsi la principale fonte di aiuto. Non si rilevano differenze statisticamente significative tra i gruppi (grafico 12).

**Grafico 12.** Cosa ti aiuta di più in questo periodo?



Alla domanda *Se ti dovessi trovare ad affrontare uno degli aspetti di preoccupazione espressi nella domanda 4 (preoccupazione per il futuro, difficoltà di concentrazione/attenzione e umore variabile, senso di insicurezza, ecc) a chi penseresti di rivolgerti?* la maggior parte del campione riferisce che si indirizzerebbe verso un amico/a o verso uno o entrambi i genitori (grafico 13). Le analisi mostrano una differenza statisticamente significativa tra i gruppi nelle percentuali relative alla risposta entrambi i genitori.

**Grafico 13.** A chi ti rivolgeresti per chiedere aiuto?



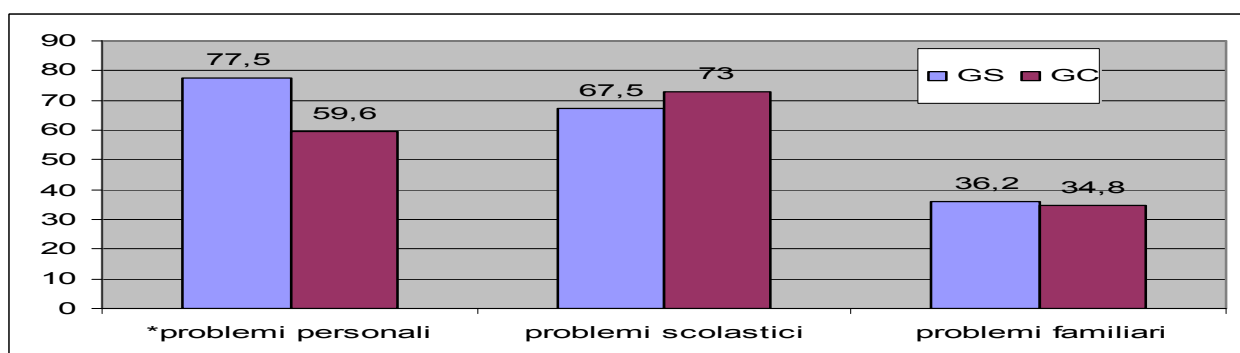
\*  $p = .000$ ;  $\chi^2 = 12.140$

### Valutazione al termine degli incontri di sensibilizzazione

Al termine del percorso di sensibilizzazione hanno restituito il questionario 169 studenti (88.9%). 80 appartengono al gruppo sperimentale e 89 al gruppo di controllo. Viene mantenuta la stessa distribuzione per genere rilevata nella prima somministrazione.

Le differenze statisticamente significative tra i gruppi riguardano 3 items. Alla domanda *Per quali motivi si può decidere di rivolgersi ad uno sportello di ascolto per chiedere una consulenza psicologica?* si rileva tra i gruppi una differenza nella risposta per *problemi personali* (grafico 14).

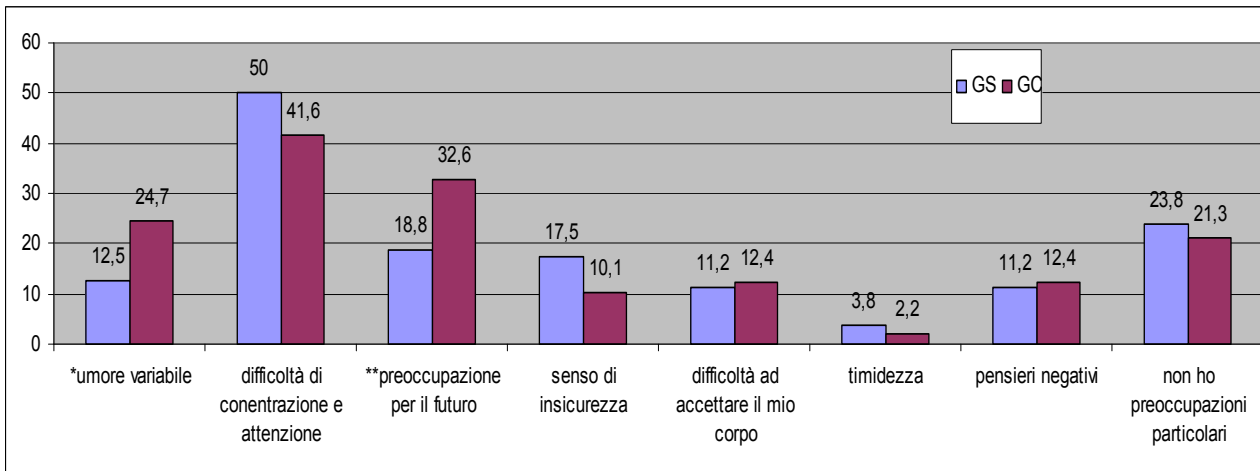
**Grafico 14.** Per quali motivi si può decidere di rivolgersi ad uno sportello di ascolto per chiedere una consulenza psicologica?



\*  $p = .012$ ;  $\chi^2 = 6.243$

Alla domanda *Quali aspetti ti preoccupano in questo ultimo periodo?* si mantiene una differenza statisticamente significativa fra i gruppi alla risposta *preoccupazione per il futuro*. Inoltre, si rileva una differenza nella risposta *umore variabile* (grafico 15).

**Grafico 15.** Quali aspetti ti preoccupano in questo ultimo periodo?

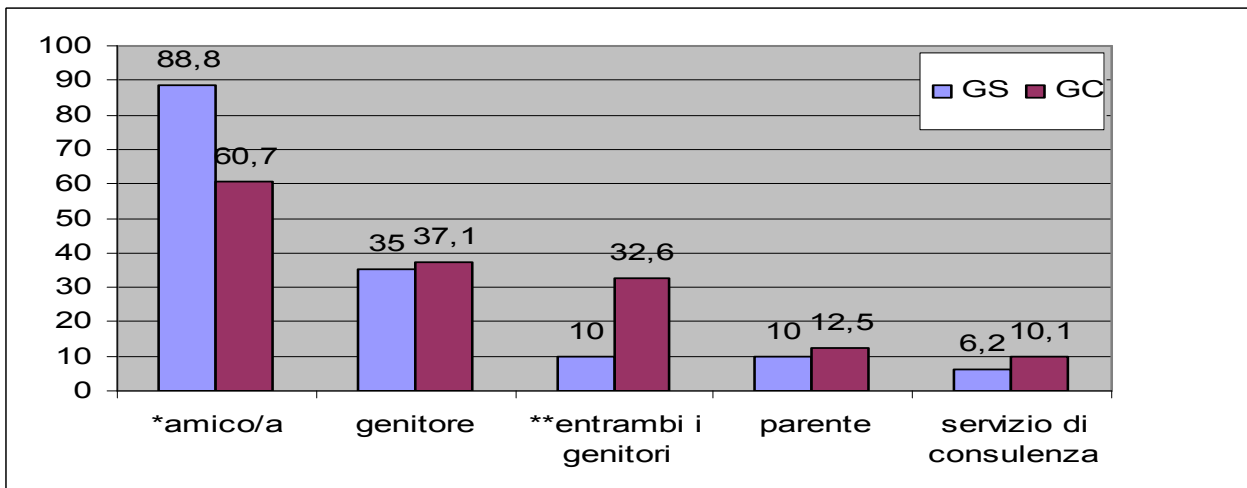


\* p = .043;  $\chi^2 = 4.098$

\*\* p = .041;  $\chi^2 = 4.187$

Infine, per quanto riguarda la domanda *A chi ti rivolgeresti per chiedere aiuto?*, si mantiene fra i gruppi una differenza statisticamente significativa nella risposta *entrambi i genitori*. Inoltre, si rileva una differenza anche nella risposta *amico* (grafico 16).

**Grafico 16.** A chi ti rivolgeresti per chiedere aiuto?



\* p = .000;  $\chi^2 = 17.245$

\*\* p = .000;  $\chi^2 = 12.566$

### Questionario gradimento studenti

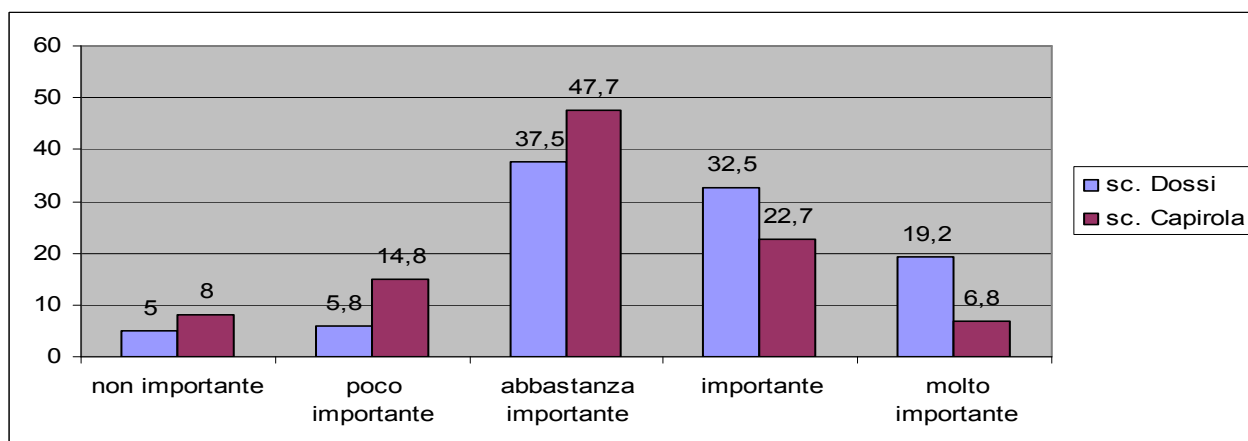
Per quanto riguarda il gradimento nei confronti dell'iniziativa, hanno compilato il questionario 120 studenti della scuola media «C. Dossi» e 88 dell'Istituto «V. Capirola».

Come si può osservare dai grafici 17 e 18, la maggior parte degli studenti ritiene che sia stato importante e utile partecipare al progetto.

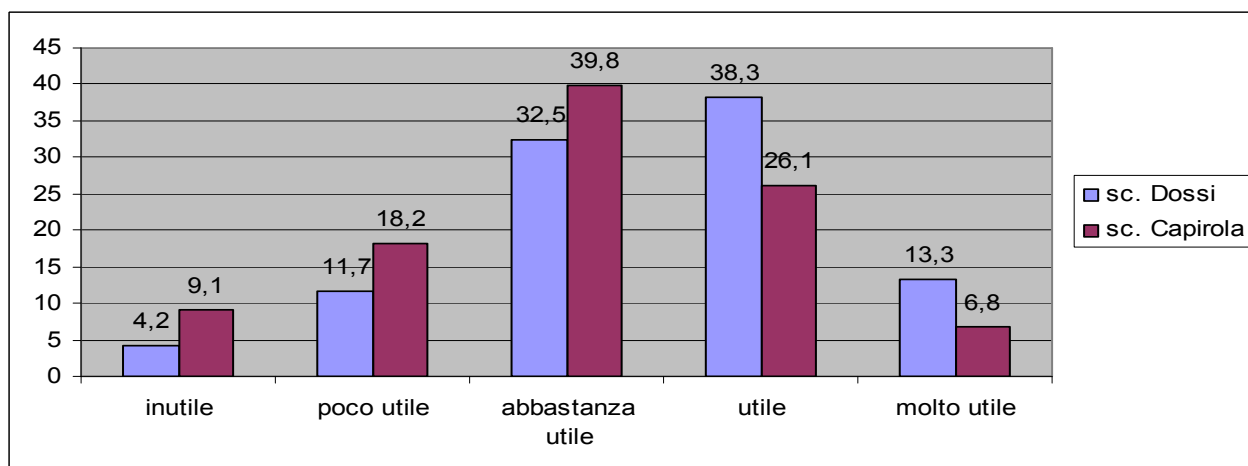
Le più frequenti sensazioni/emozioni espresse durante le attività proposte, compresi i momenti di riflessione trascorsi con i compagni, sono state per gli studenti di entrambe le scuole: il coinvolgimento, la curiosità, la tranquillità e la felicità (grafici 19 e 20).

Alla domanda che esplorava la disponibilità/interesse a ripetere l'esperienza l'anno successivo, il 74.2% degli studenti della scuola media «C. Dossi» e il 69.3% degli studenti dell'Istituto «V. Capirola» hanno risposto positivamente (grafico 21).

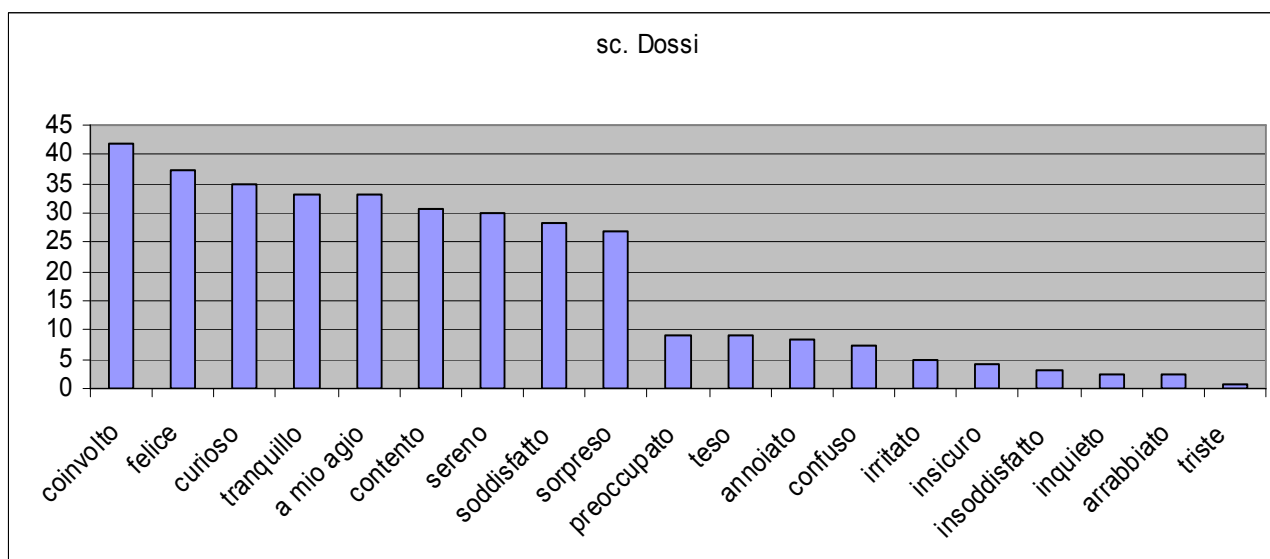
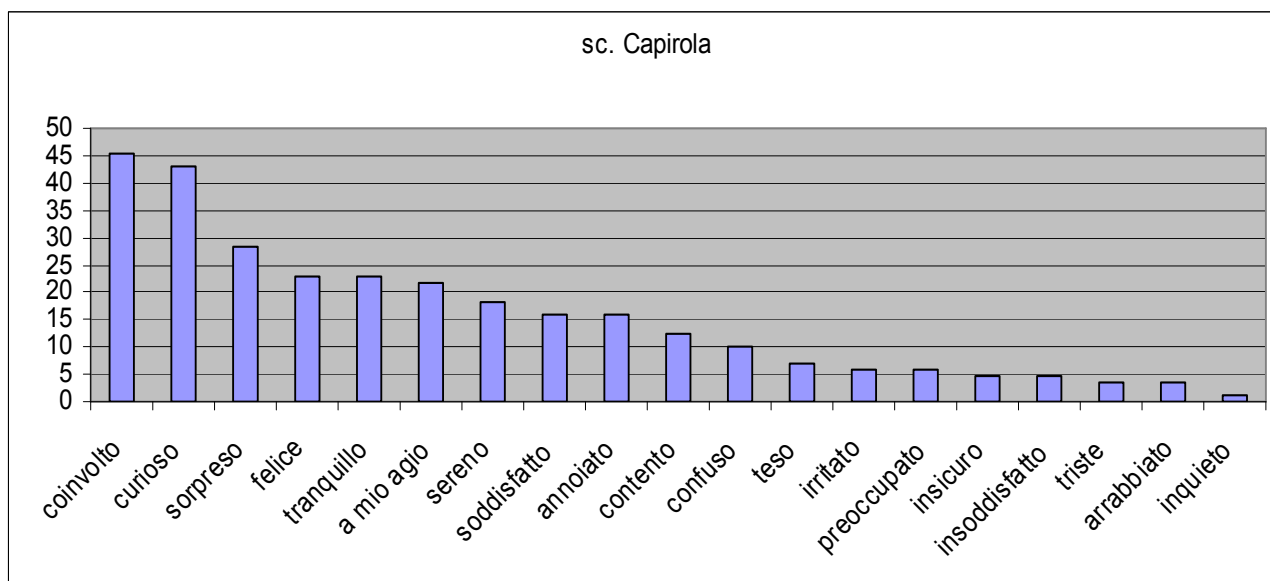
**Grafico 17.** *Pensi che sia stato importante per te partecipare al progetto che è stato svolto nella tua classe?*



**Grafico 18.** *Pensi che sia stato utile per te partecipare a questo progetto?*

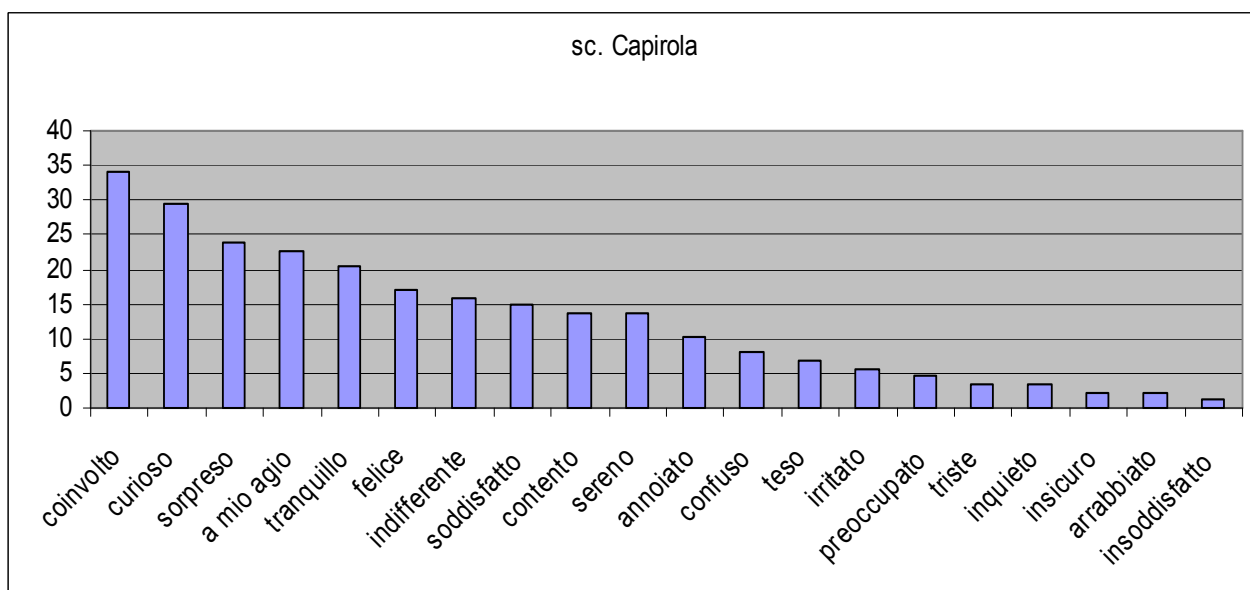
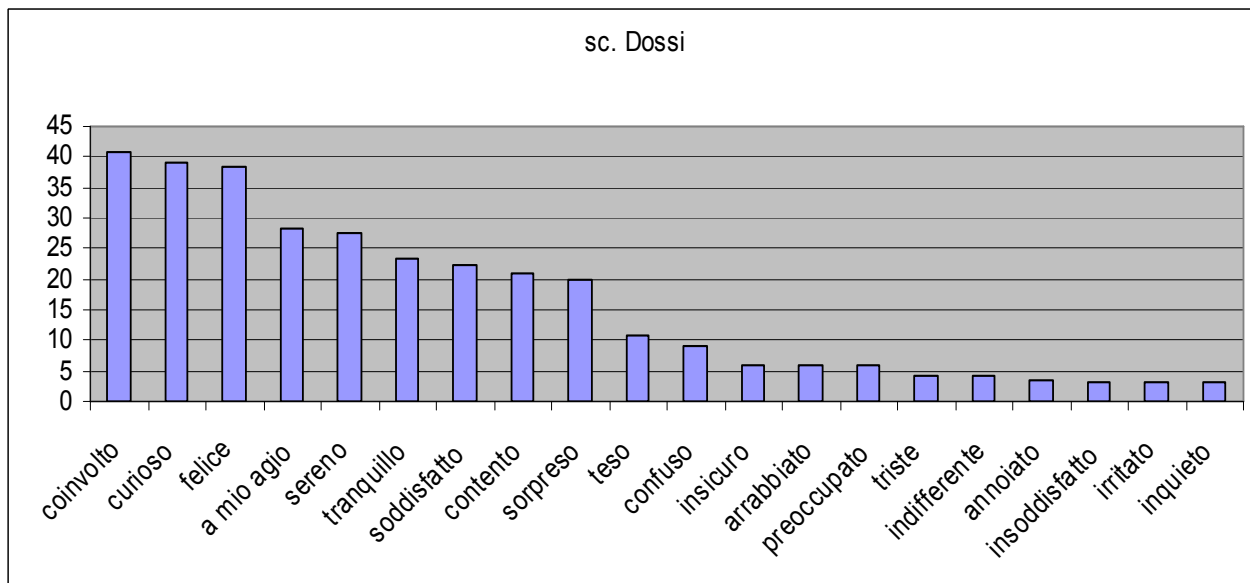


**Grafico 19.** Come ti sei sentito durante le attività proposte?

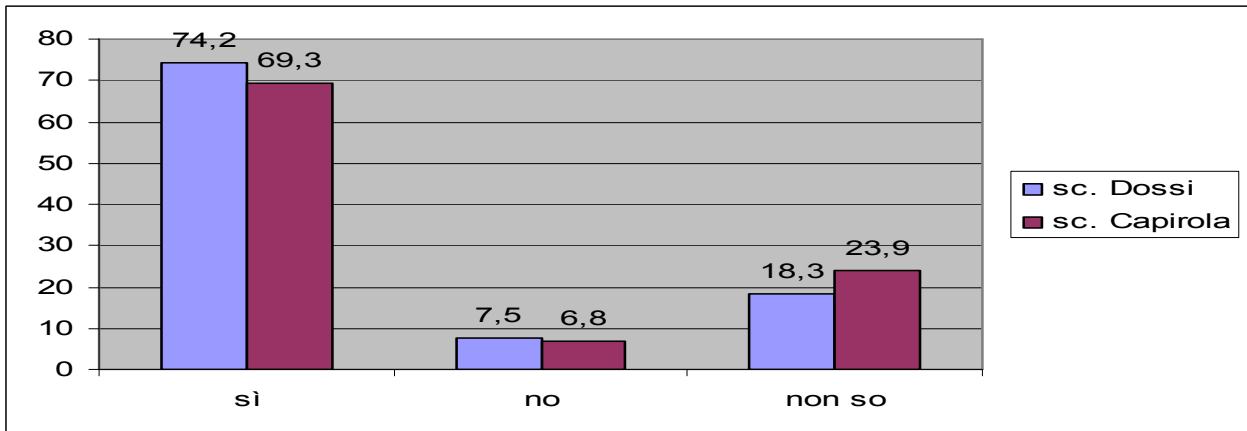




**Grafico 20.** Come ti sei sentito durante le riflessioni con i tuoi compagni?



**Grafico 21.** Ripeteresti l'esperienza l'anno prossimo?

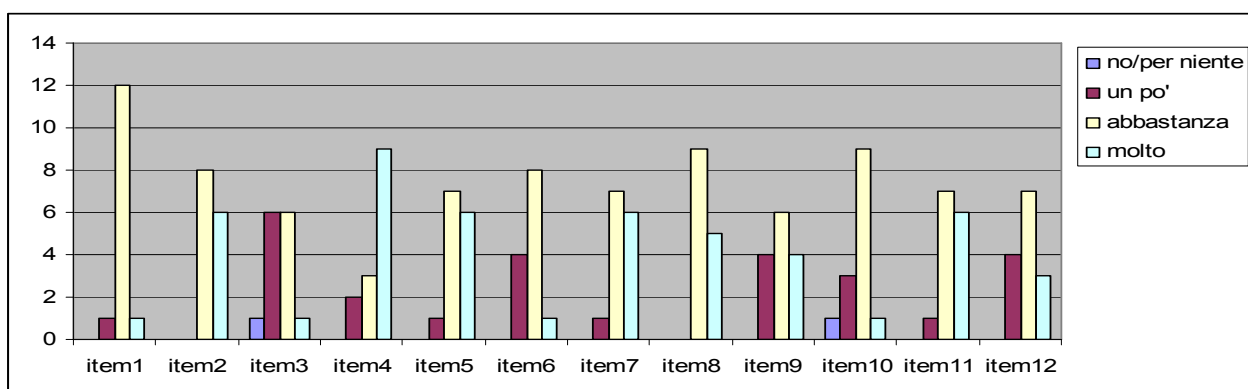


## RISULTATI GENITORI

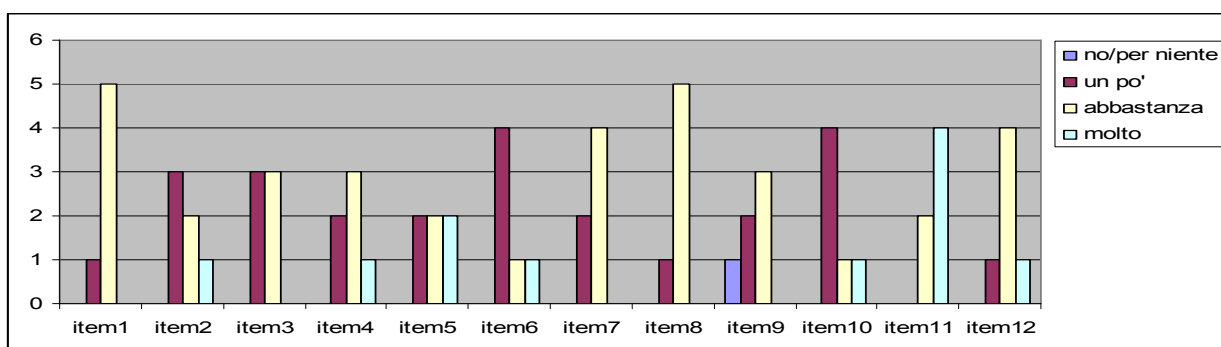
Agli incontri di sensibilizzazione hanno partecipato complessivamente 20 genitori, di cui 15 madri e 5 padri. 14 sono genitori di alunni della scuola media «Dossi» e 6 dell'Istituto «Capirola». 8 sono casalinghe, 4 OSS/ASA, 4 impiegati, 1 artigiano (2 genitori non hanno specificato la propria professione).

Per quanto riguarda il questionario, nei grafici 22 e 23 si riportano i dati relativi alla distribuzione dei punteggi degli items della prima somministrazione, espressi in frequenza, sia per la scuola media «Dossi», sia per l'Istituto «Capirola». Purtroppo, a causa della scarsa disponibilità mostrata da parte dei genitori, non è stato possibile effettuare la seconda somministrazione del questionario e compiere delle analisi di raffronto per valutare l'efficacia degli incontri di sensibilizzazione proposti.

**Grafico 22.** Questionario genitori scuola media «Dossi».



**Grafico 23.** Questionario genitori Istituto «Capirola».



### Legenda:

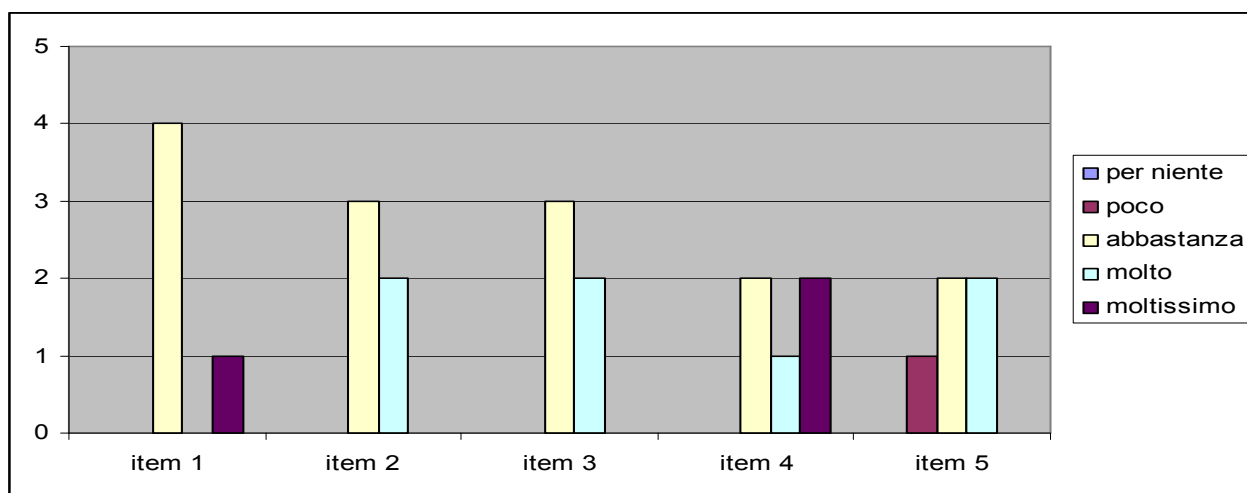
- Item 1.** Aiuto mio figlio a conoscere i propri talenti o potenzialità
- Item 2.** Aiuto mio figlio ad avere fiducia nelle proprie capacità
- Item 3.** Conosco alcune strategie per motivare efficacemente mio figlio
- Item 4.** Conosco le difficoltà e le lacune di mio figlio
- Item 5.** Conosco le risorse e i talenti di mio figlio
- Item 6.** Ho valorizzato le risorse di mio figlio
- Item 7.** Mi prendo cura del mio contatto emotivo con mio figlio
- Item 8.** Sono attento e sensibile verso i bisogni di mio figlio
- Item 9.** Sono aperto e paziente verso mio figlio
- Item 10.** A mio figlio piace studiare
- Item 11.** Dedico attenzione al percorso scolastico di mio figlio
- Item 12.** Mio figlio è responsabile verso lo studio

## Questionario gradimento genitori

Per quanto riguarda il gradimento nei confronti dell'iniziativa, solo 5 genitori della scuola media «Dossi» hanno compilato il questionario (grafico 24). Complessivamente i genitori riportano un buon livello di soddisfazione, sia per gli incontri cui hanno aderito, sia per la modalità di svolgimento degli stessi. Tutti hanno espresso un giudizio positivo sulla possibilità di ripetere l'esperienza.

Come si può osservare dal grafico riportato di seguito, la maggior parte dei genitori ritengono che gli incontri di sensibilizzazione li abbiano aiutati a migliorare la relazione con i propri figli, a conoscere meglio e a riflettere maggiormente sulle difficoltà/problematiche che i propri figli potrebbero incontrare nel corso dell'adolescenza.

**Grafico 24.** Gradimento genitori



### Legenda:

**Item 1.** Pensa che questi incontri l'abbiano aiutata a migliorare la relazione con suo figlio/a?

**Item 2.** Pensa che questi incontri l'abbiano aiutata a conoscere meglio le difficoltà/problematiche che suo figlio/a potrebbe incontrare nel corso dell'adolescenza?

**Item 3.** Pensa che questi incontri l'abbiano aiutata a riflettere maggiormente sulle difficoltà/problematiche che suo figlio/a potrebbe incontrare nel corso dell'adolescenza?

**Item 4.** Complessivamente quanto è soddisfatto/a degli incontri a cui ha partecipato?

**Item 5.** Quanto è soddisfatto/a della modalità di svolgimento degli incontri?

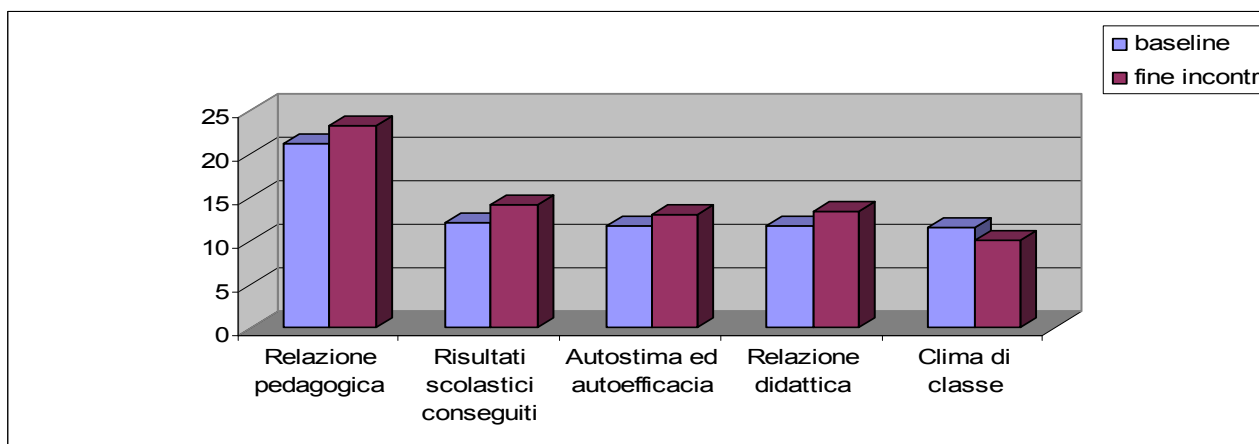
## RISULTATI INSEGNANTI

Agli incontri di sensibilizzazione hanno partecipato 34 insegnanti, di cui 24 femmine e 9 maschi (1 insegnante non ha specificato il genere). 22 insegnanti sono della scuola media «Dossi» e 12 dell'Istituto «Capirola».

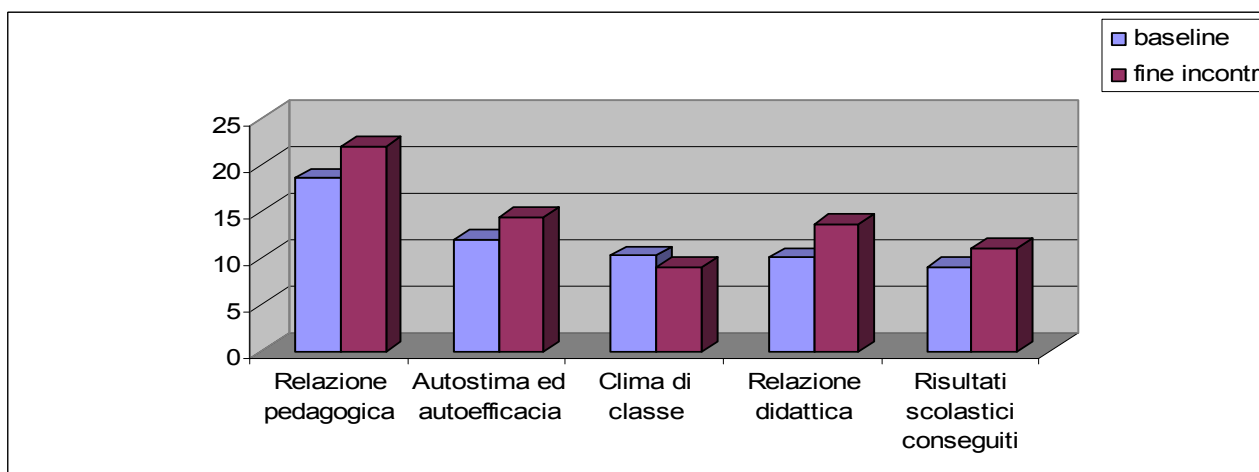
Al baseline il questionario è stato compilato da tutti gli insegnanti coinvolti; al termine del progetto hanno compilato il questionario solo 10 insegnanti della scuola media «Dossi» e 3 insegnanti dell'Istituto «Capirola».

Il questionario permette di ottenere 5 dimensioni: «Risultati scolastici conseguiti»; «Relazione pedagogica»; «Relazione didattica»; «Autostima ed efficacia»; «Clima di classe». Nei grafici 25 e 26 sono riportati i risultati. Si può osservare che in entrambe le scuole, gli insegnanti mostrano un innalzamento dei punteggi in tutte le dimensioni, ad eccezione della dimensione «Clima di classe». Le differenze non raggiungono tuttavia la significatività statistica.

**Grafico 25.** Dimensioni questionario insegnanti scuola media «Dossi»



**Grafico 26.** Dimensioni questionario insegnanti istituto «Capirola»

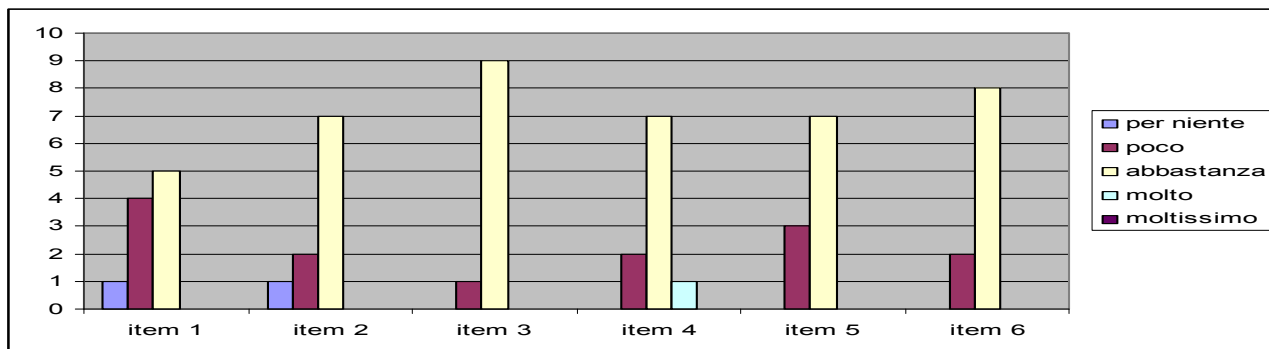


## Questionario gradimento insegnanti

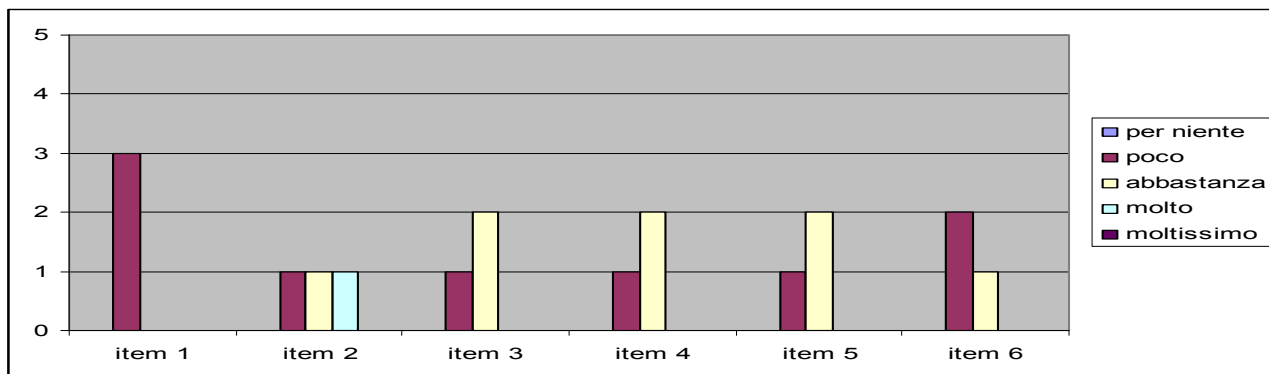
Per quanto riguarda il gradimento verso gli incontri di sensibilizzazione, 13 insegnanti hanno compilato il questionario: 10 della scuola media «Dossi» e 3 dell'Istituto «Capirola». I risultati sono riportati nei grafici 27 e 28.

Per quanto riguarda l'interesse a ripetere l'esperienza, solo 1 insegnante (scuola «Dossi») esprime un parere positivo, 6 esprimono un giudizio negativo e 6 riportano un giudizio incerto (non so).

**Grafico 27.** Questionario gradimento insegnanti scuola media «Dossi»



**Grafico 28.** Questionario gradimento insegnanti scuola media «Capirola»



### Legenda:

**Item 1.** Pensa che questi incontri l'abbiano aiutata a migliorare la relazione con i suoi alunni?

**Item 2.** Pensa che questi incontri l'abbiano aiutata a riflettere maggiormente sugli aspetti psicologici dell'apprendimento?

**Item 3.** Pensa che questi incontri l'abbiano aiutata a riflettere maggiormente sugli aspetti della comunicazione che promuovono lo stabilirsi e mantenersi din una relazione educativa e di strategie per affrontare i conflitti?

**Item 4.** Pensa che questi incontri l'abbiano aiutata a riflettere maggiormente sulle difficoltà/problematiche che i suoi alunni potrebbero incontrare nel corso dell'adolescenza?

**Item 5.** Complessivamente quanto è soddisfatto/a degli incontri a cui ha partecipato?

**Item 6.** Quanto è soddisfatto della modalità di svolgimento degli incontri?

### **RISULTATI CENTRO DI ASCOLTO**

Sono stati condotti 15 colloqui di counseling su 50 ore di sportello d'ascolto. Nella tabella 3 sono riportati in dettaglio i numeri e le tipologie di consulenze effettuate.

Inoltre, durante gli spazi vuoti del Centro di Ascolto, sono stati condotti 2 incontri informali e non programmati con la coordinatrice del CAG su alcuni ragazzi problematici da lei conosciuti.

Le principali problematiche riferite in colloquio sono state: difficoltà scolastiche, disturbo del comportamento alimentare, difficoltà nella gestione delle regole e del comportamento e demotivazione scolastica.

**Tabella 3.** Numero e tipologie di consulenze effettuate.

<b>Utenza</b>	<b>Totale Incontri</b>
Genitori 5 (1*)	9
Insegnanti 1	1
Ragazzi 2 (1*)	5

(1\*) Colloquio effettuato con famiglia e minore estranei al progetto (provenienti da altro istituto scolastico e comune).

## RIFLESSIONI CONCLUSIVE

Secondo quanto è stato possibile osservare direttamente nei diversi momenti del progetto, si può concludere che gli alunni hanno mostrato un buon grado di motivazione e coinvolgimento sulle tematiche proposte. Hanno atteso, mostrando interesse, gli incontri programmati e alcuni di loro si sono proposti quali soggetti attivi nello scambio di vissuti e di esperienze personali. La metodologia utilizzata, di carattere esperienziale, ha facilitato all'interno del gruppo il dialogo e la valorizzazione del benessere emozionale.

Tra le diverse emozioni evocate durante gli incontri è emersa spesso la presenza di rabbia, evidenziando la vulnerabilità alla frustrazione e alle delusioni. Gli argomenti affrontati negli incontri hanno suscitato curiosità, ma anche reazioni di tipo difensivo.

Gli alunni, con il procedere degli incontri, sono apparsi sempre più interessati alle attività svolte, hanno partecipato attivamente, coinvolgendosi in prima persona e divenendo più collaboranti fra loro nello svolgimento delle attività e nell'approfondimento delle riflessioni proposte.

Per quanto riguarda gli incontri svolti con il corpo docente, è stato possibile osservare che in generale gli insegnanti della scuola media «Dossi» hanno mostrato un atteggiamento interessato e partecipe, anche se discontinuo. Una maggiore partecipazione si è raccolta durante i primi due incontri, mentre all'ultimo appuntamento erano presenti solo 6 insegnanti più il dirigente scolastico. E' possibile che ciò sia stato determinato dal fatto che il terzo incontro ha avuto luogo dopo circa un mese e i docenti si siano dimenticati dell'impegno.

Per quanto riguarda gli insegnanti dell'Istituto «Capirola» si è raccolto uno scarso interesse verso il percorso formativo proposto. Alcuni docenti hanno dichiarato che esso esulava dal loro mandato didattico, mostrando una maggiore preoccupazione per i risultati scolastici e l'impegno degli alunni, valutati come inadeguati al corso di studi intrapreso. Come avvenuto per la scuola media, la presenza è stata più numerosa al primo incontro ed inferiore al secondo. In questo caso la causa sembra essere imputabile al fatto che il secondo incontro si è svolto *oborto collo* in concomitanza con i consigli di classe ed il ricevimento genitori.

Tra il corpo docente di entrambi gli istituti è emerso un senso di frustrazione, sia per gli impedimenti che non permettono loro di portare a termine con successo il lavoro intrapreso in classe, sia per l'incapacità degli allievi di tollerare le frustrazioni. A fronte di ciò, alcuni insegnanti sono sembrati realmente impegnati in una ricerca personale e motivati ad esprimere i propri interrogativi, a riflettere per cercare insieme delle risposte, a confrontare saperi ed esperienze, a scambiare risorse per apprendere nuove strategie educative.

Per quanto riguarda i genitori, si è rilevata una maggiore adesione al progetto da parte dei genitori degli alunni della scuola media «Dossi», i quali hanno risposto con entusiasmo agli incontri formativi. Essi hanno sollecitato, sia la necessità di creare uno spazio dentro il quale confrontarsi, sia la possibilità che iniziative di questo genere si realizzino con maggiore frequenza nella scuola.



Minore, al contrario, è stata la partecipazione dei genitori degli alunni dell'Istituto «Capirola», per i quali si è ritenuto opportuno ridurre l'esperienza ad un unico incontro. Tale scelta è stata compiuta anche dietro indicazione della stessa coordinatrice del corpo docente della scuola, che ha riportato la sempre maggiore difficoltà di coinvolgimento dei genitori in iniziative di tipo informativo/formativo.

Infine, per quanto riguarda il centro di ascolto, benché l'esperienza possa complessivamente considerarsi soddisfacente, si è riscontrata confusione nelle informazioni in possesso di genitori e adulti rispetto al servizio offerto. In particolare, è parso che non fosse sufficientemente chiaro chi potesse accedere al centro di ascolto e con quali finalità.

Si sono inoltre osservati atteggiamenti di resistenza da parte di insegnanti e adolescenti ad accedere al servizio. Per i docenti è stato difficile ottenere anche solo la disponibilità ad un appuntamento, nei ragazzi invece si è rilevato ancora forte il pregiudizio dello psicologo che cura «i matti». Per quanto riguarda i ragazzi è ipotizzabile che l'ambiente in cui si svolgeva il servizio (oratorio) non si sia rivelata una scelta ottimale. La stanza adibita a centro di ascolto, trovandosi collocata all'interno del contesto parrocchiale, è possibile che abbia risentito delle caratteristiche e delle attività proprie del luogo: mancanza di neutralità, setting poco accogliente e tranquillo.

Data di compilazione: .....

Sesso: ■ Maschio ■ Femmina

Classe: .....

Sigla: .....

### QUESTIONARIO ALUNNI

Per favore compila questa scheda e facci sapere come la penso.

Ci aiuterai a preparare un nuovo programma di educazione al benessere che presto ti vedrà protagonista!

#### Leggi attentamente, rifletti e rispondi mettendo una X sulla tua scelta

1. Come giudichi uno sportello di ascolto riservato ai ragazzi della tua età? (fare una sola scelta)	<ul style="list-style-type: none"><li>■ molto utile</li><li>■ abbastanza utile</li><li>■ poco utile</li><li>■ non serve</li></ul>
2. Per quali motivi si può decidere di rivolgersi allo sportello di ascolto per chiedere una consulenza psicologica? (è possibile fare più di una scelta)	<ul style="list-style-type: none"><li>■ problemi personali</li><li>■ problemi scolastici</li><li>■ problemi familiari</li><li>■ altro (specifica)</li></ul> <p>_____</p>
3. Come ti senti in questo periodo? (fare una sola scelta)	<ul style="list-style-type: none"><li>■ bene</li><li>■ abbastanza bene</li><li>■ con molti dubbi</li><li>■ non molto bene</li><li>■ a volte in crisi</li><li>■ ho molti problemi difficili da risolvere</li><li>■ ho bisogno di un aiuto psicologico</li></ul>
4. Quali aspetti ti preoccupano in questo ultimo periodo? (è possibile fare più di una scelta)	<ul style="list-style-type: none"><li>■ umore variabile</li><li>■ difficoltà di concentrazione e attenzione</li><li>■ preoccupazione per il futuro</li><li>■ senso di insicurezza</li><li>■ difficoltà ad accettare il mio corpo</li><li>■ timidezza</li><li>■ pensieri negativi</li><li>■ non ho preoccupazioni particolari</li></ul>
5. Cosa ti aiuta di più in questo periodo? (fare una sola scelta)	<ul style="list-style-type: none"><li>■ avere un amico/a con cui confidarmi</li><li>■ la serenità in famiglia</li></ul>

6. Se ti dovessi trovare ad affrontare uno degli aspetti di preoccupazione considerati nella domanda 4, pensi di rivolgerti a: (sono possibili 2 scelte)

- andare bene a scuola
- sapere che i familiari si fidano di me
- saper che posso trovare aiuto presso un servizio dedicato ai ragazzi della mia età
- non penso di avere bisogno di aiuto

- amico/a
  - un genitore
  - entrambi i genitori
  - parente (nonni, zii, cugini...)
  - un servizio di consulenza
  - (sportello di ascolto, servizio presso ASL, Ospedale...)
  - altro (specifica)
- 

**Grazie, sei stato proprio in gamba!**

**Allegato 2. Questionario genitori**

Assegna un punteggio utilizzando la seguente scala di valutazione:

0 no o per niente    1 un po'    2 abbastanza    3 molto

	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
1. Aiuto mio figlio a conoscere i propri talenti o potenzialità	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Aiuto mio figlio ad avere fiducia nelle proprie capacità	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Conosco alcune strategie per motivare efficacemente mio figlio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Conosco le difficoltà e le lacune di mio figlio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Conosco le risorse e i talenti di mio figlio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ho valorizzato le risorse di mio figlio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Mi prendo cura del mio contatto emotivo con mio figlio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Sono attento e sensibile verso i bisogni di mio figlio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Sono aperto e paziente verso mio figlio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. A mio figlio piace studiare	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Dedico attenzione al percorso scolastico di mio figlio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Mio figlio è responsabile verso lo studio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Spazio per eventuali commenti o suggerimenti:

.....

.....

.....

.....

**Grazie per la collaborazione!!**

**Allegato 3. Questionario insegnanti**  
*Tratto da Polito (2003)*

Assegna un punteggio utilizzando la seguente scala di valutazione:

0 no o per niente   1 un po'   2 abbastanza   3 molto

	0	1	2	3
1. Ai miei studenti piace studiare	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Aiuto i miei studenti a conoscere i propri talenti o potenzialità	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Aiuto i miei studenti ad avere fiducia nelle proprie capacità	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Conosco alcune strategie per motivare efficacemente gli studenti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Conosco le difficoltà e le lacune dei miei studenti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Conosco le risorse e i talenti dei miei studenti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Dedico attenzione a come ogni studente costruisce la propria conoscenza	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Gli studenti hanno migliorato il metodo di studio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Gli studenti hanno migliorato la loro autostima e auto-efficacia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Gli studenti sono responsabili verso lo studio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Ho dato ai miei studenti delle strategie di studio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Ho valorizzato le risorse cognitive dei ragazzi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. I miei studenti sono capaci di autodisciplina	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. I miei studenti sono capaci di reggere la fatica e l'impegno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Il profitto scolastico dei miei studenti è migliorato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Integro la lezione frontale con la discussione e il lavoro di gruppo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. In classe ho realizzato una buona sensazione di comunità	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Mi è facile motivare gli studenti nello studio della mia materia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Gli studenti sanno lavorare autonomamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. I miei studenti apprezzano il valore della scuola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Mi è facile riprendere e rimproverare con tatto chi sbaglia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Mi è facile stabilire un rapporto personale con gli studenti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. I miei studenti hanno imparato a stimarsi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. I miei studenti partecipano attivamente in classe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Mi prendo cura del mio contatto emotivo con gli studenti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Riesco a collaborare con i colleghi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Riesco a collaborare con i genitori	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Riesco a collegare l'insegnamento all'esperienza degli studenti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. I miei studenti sanno ascoltarsi con interesse e sensibilità	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

30. Riesco a migliorare le mie competenze professionali	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
31. So affrontare e superare le difficoltà dell'insegnamento	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
32. I miei studenti sanno discutere	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
33. I miei studenti sanno valorizzarsi reciprocamente	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
34. I miei studenti sono capaci di concentrarsi	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
35. So usare alcune strategie per motivare efficacemente gli studenti	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
36. Sono attento sensibile verso i bisogni degli studenti	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
37. I miei studenti sono capaci di aiutarsi reciprocamente	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
38. Sono aperto e paziente verso gli studenti difficili	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
39. Stimolo l'apprendimento come esperienza diretta, motivata ed attiva	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
40. Il clima della mia classe è allegro, sereno, piacevole, divertente	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>