

Titolo del progetto: ***Il benessere psichico in età adolescenziale***

Promotori: ***Netforpp Europa ETS*** (Network europeo per la psichiatria psicodinamica), Roma

Il progetto si inserisce nell'ambito della prevenzione primaria del disagio psichico che rappresenta uno degli obiettivi principali della psichiatria moderna. Il tipo di prevenzione primaria da noi adottato mira ad approfondire le conoscenze e la tutela dei fattori *protettivi* del benessere psichico, con l'obiettivo di promuovere nei docenti e negli alunni una riflessione sulla possibilità di individuare nella propria vita e nei propri rapporti personali quelle dimensioni psichiche che, anche in tempi difficili come quelli attuali, sono fonte di benessere e crescita.

Descrizione del progetto

Il progetto prevede incontri con gli alunni nel gruppo classe in forma di discussione guidata e libera. Si prevedono tre incontri di due ore in ognuna delle classi coinvolte, nel periodo gennaio-aprile 2023 e a cadenza indicativamente mensile. In tali incontri i collaboratori del progetto – psichiatri e psicologi individuati da Netforpp Europa – proporranno al gruppo classe riflessioni sulle tematiche centrali per la tutela e la promozione del benessere psichico. Gli esperti, con l'aiuto dei docenti di riferimento, moduleranno l'approccio e le modalità di interazione con i ragazzi in conformità alla loro giovane età. Trattate in un modo adeguato all'età dei ragazzi, le tematiche chiave sono:

Autostima - Caratteristiche dei rapporti interumani validi - Resistenza-resilienza di fronte a situazioni difficili - Necessità delle dimensioni irrazionali (sogni, fantasia, creatività) per il benessere psichico.

Alla fine dei tre incontri, agli alunni di ogni classe verrà proposto di approfondire autonomamente un tema da loro selezionato. Dal novero di fattori protettivi del benessere psichico (ricerca di rapporti interumani validi, resilienza, irrazionalità “bella”, rapporto fra bisogni materiali ed esigenze psichiche profonde) la classe, insieme al docente di riferimento e ai collaboratori Netforpp, individuerà il tema/i temi che è interessata ad affrontare realizzando un elaborato creativo sotto forma di testo scritto o recitato, una poesia, una canzone, dei video disegni etc.

A conclusione di ogni anno scolastico gli elaborati saranno presentati dagli studenti stessi nel corso di un evento conclusivo al quale i genitori saranno invitati. È auspicabile che alla fine del progetto pluriennale, questi elaborati creativi vengano raccolti e resi fruibili sotto forma di mostra o libro.

Strumenti di valutazione e monitoraggio

Alcuni elementi costitutivi del benessere mentale sono misurabili attraverso questionari convalidati che verranno somministrati, in un numero contenuto e previo consenso informato, in due periodi di valutazione, nel dicembre 2022 e al termine dell'anno scolastico. La somministrazione dei questionari ha lo scopo di monitorare se vi sono cambiamenti in seguito alla realizzazione del progetto. Per seguire un metodo scientificamente corretto, sarà necessario somministrare i questionari ad alcune classi che non partecipano al progetto, classi cosiddette “di controllo” che saranno invitate all'evento conclusivo.

I questionari previsti sono: Questionario Warwick (WEMWBS), strumento molto diffuso per monitorare il well-being psichico dei ragazzi, rivisto per le medie (12 item) e il Questionario MADRE dell'Università di Mannheim sull'attività onirica (4 item), per una durata di somministrazione di 20 minuti.

I questionari saranno anonimi nel senso che a ogni studente verrà fornito un “nome d'arte” (ad esempio il nome di un colore, di un animale o di una città) con cui firmare i test compilati per tutti gli anni del progetto. Solo il docente di riferimento ha accesso all'elenco che correla il “nome d'arte” al nome anagrafico.

Per raggiungere al meglio gli obiettivi e permettere una migliore verifica scientifica dei risultati, il corso è concepito come triennale. Negli anni scolastici successivi al primo, la struttura del progetto rimane invariata e saranno approfonditi temi già incontrati nell'anno scolastico precedente.

Roma, 3 ottobre 2022

Dr. Annelore Homberg (Presidente Netforpp Europa)

Coordinamento generale del progetto: Dr. Ana Guerrero Gomez

Segreteria organizzativa: Dr. Giuseppina Pica, Dr. Francesca Bernardini

Consulenza scientifica: Dr. Cecilia Iannaco, Prof. Alberto Forte, Prof. Emiliano Di Giorgio

Team leader “Via delle Carine”: Dr. Cecilia Di Agostino (psichiatra) – Dr. Ketty Di Porto (psicologa) - Dr. Ana Guerrero Gomez (psicologia)