

RISULTATI QUESTIONARI DI GRADIMENTO PROGETTO

“EDUCAZIONE AL BEN-ESSERE” – A.S. 2013-2014

Il progetto è al suo secondo anno di svolgimento, dopo la prima esperienza pilota effettuata nell'anno scolastico 2012-2013.

L'iniziativa nasce da una riflessione su quali possano essere gli ambiti e gli elementi che costituiscono la salute e in particolare la salute mentale, partendo dalla definizione di salute dell'OMS (“uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non la semplice assenza dello stato di malattia o di infermità” - OMS, 1948).

Il progetto è stato pensato in linea con i Piani Nazionali, Regionali e Locali di Prevenzione ed è stato sottoposto all'attenzione del Servizio Prevenzione dell'Asl CN1. Come affermato nel Piano di Prevenzione della Regione Piemonte “la salute mentale è una componente centrale del capitale umano, sociale ed economico delle nazioni e deve essere considerata quale parte essenziale delle politiche della salute. La promozione della salute mentale si riferisce all'aumento delle capacità degli individui, di famiglie e di gruppi di rinforzare la competenza emotiva, la capacità di coping e di raggiungere il benessere psichico”. Le componenti della salute mentale includono non solo i fattori correlati all'individuo (quali le competenze emotive, i comportamenti e gli stili di vita) ma anche fattori sociali e ambientali, come la scuola e la famiglia. L'azione combinata di programmi di prevenzione e promozione della salute mentale e la loro integrazione nelle strategie di salute pubblica producono effetti positivi sull'intera cittadinanza.

È stato perciò progettato un intervento mirato a una popolazione giovanile che deve essere sensibilizzata a stili di vita che favoriscano il mantenimento della salute mentale. Il progetto, che è stato presentato all'interno del Piano Collaborativo Asl-Scuola, ha avuto come elemento centrale una riflessione sui concetti di salute, salute mentale, fattori di rischio e protezione.

L'iniziativa è rimasta circoscritta all'area di competenza del Centro di Salute Mentale di Savigliano-Fossano, concentrando l'intervento sul territorio di Savigliano-Fossano-Racconigi nelle classi del triennio degli Istituti Superiori. La buona adesione da parte degli Istituti di Istruzione (4 scuole aderenti con 21 classi, per un totale di 432 studenti raggiunti) ci offre un primo riscontro sull'attenzione e sul bisogno dell'Istituzione scolastica di affrontare tematiche delicate e poco discusse.

Attraverso un incontro interattivo teorico-esperienziale, in cui è stato proposto un alto coinvolgimento degli studenti, si è offerta un'occasione di riflessione sugli stili di vita e si sono proposti strategie e suggerimenti per favorire e mantenere una buona salute mentale.

Tali attività si inseriscono nella cornice teorica delle “Life Skills” proposta dall’OMS, riferendosi alle linee guida che sottolineano l’importanza di offrire ai ragazzi abilità psico-sociali che permettano di affrontare le difficoltà della vita.

Le Life Skills sono, infatti, tutte quelle abilità, competenze (*skills*) che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana (*life*). L’acquisizione di tali competenze costituisce il presupposto indispensabile per promuovere il benessere personale e sociale, per stabilire relazioni efficaci e per prevenire comportamenti a rischio nel campo della salute.

Il nucleo fondamentale delle Life Skills identificato dall’OMS è costituito da 10 competenze:

- Decision making
- Problem solving
- Creatività
- Senso critico
- Comunicazione efficace
- Skills per le relazioni interpersonali
- Autocoscienza
- Empatia
- Gestione delle emozioni
- Gestione dello stress

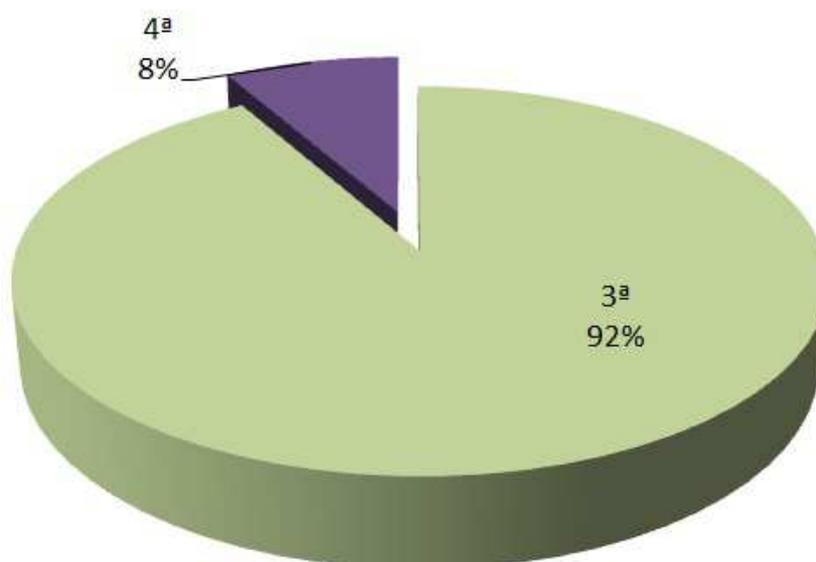
Il nostro progetto è partito dall’ipotesi che tali abilità si possano imparare attraverso la pratica (allenamento) e ha pertanto proposto ai ragazzi di sperimentarsi individualmente, in sottogruppo e nell’intero gruppo classe su alcune di queste life skills, scelte dagli studenti stessi.

Al termine di ogni incontro è stato somministrato ai partecipanti un questionario di gradimento anonimo per raccogliere le opinioni e le valutazioni sull’attività proposta.

Sono stati raccolti n. 375 questionari degli studenti (non è stato possibile somministrare i questionari in alcuni gruppi durante le giornate seminariali per questioni organizzative).

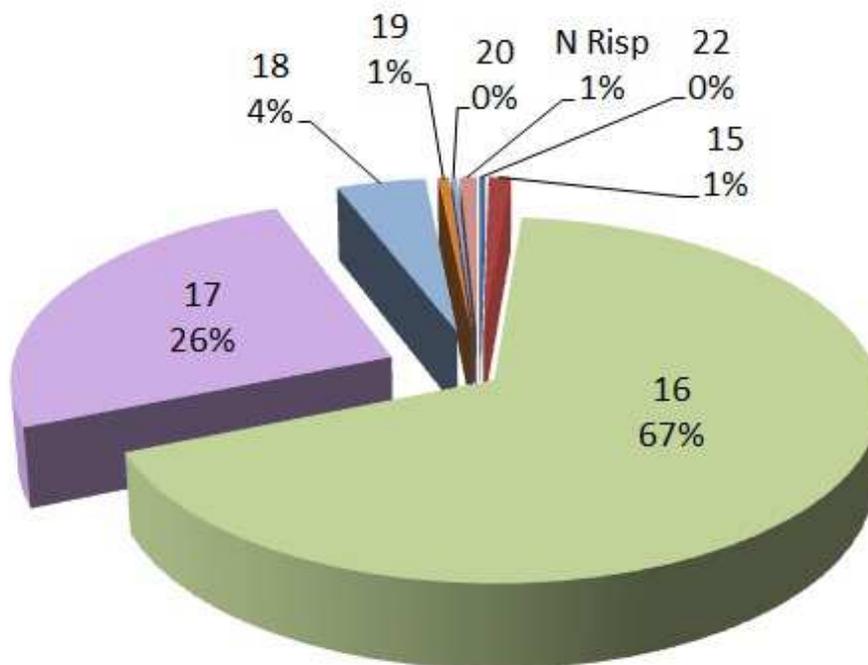
Di seguito riportiamo l'elaborazione dei dati, utili indicatori per cogliere le esigenze delle scuole e dei giovani incontrati e per riprogettare l'intervento per gli anni successivi, specificando che si tratta di un campione non statisticamente significativo.

Classe

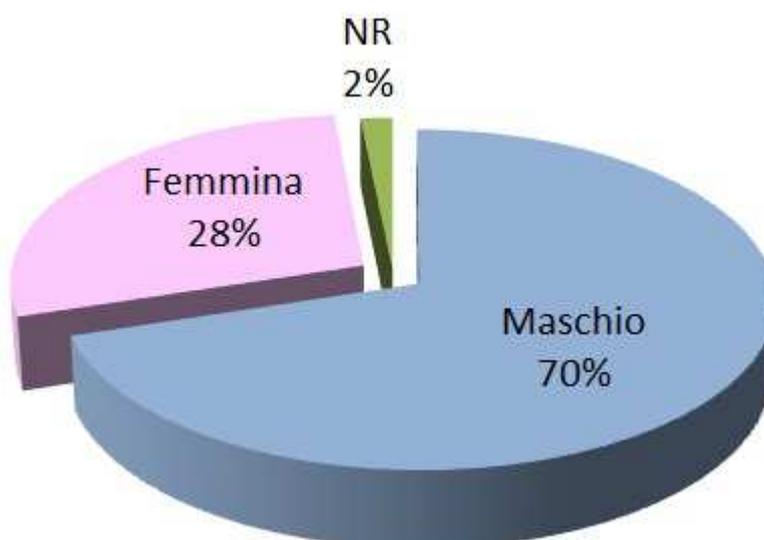


Sono state raggiunte 16 classi terze, 1 classe quarta superiore e 4 gruppi misti per età durante le Giornate Seminariali organizzate dall'Istituto di Istruzione Superiore Arimondi-Eula. Di conseguenza, l'età prevalente dei partecipanti è stata 16-17 anni.

Età



Genere



Sono stati incontrati prevalentemente studenti di sesso maschile per l'alta adesione al progetto da parte di un Istituto Tecnico frequentato maggiormente da ragazzi.

Quanto ti è piaciuto l'incontro su una scala da 1 a 10?

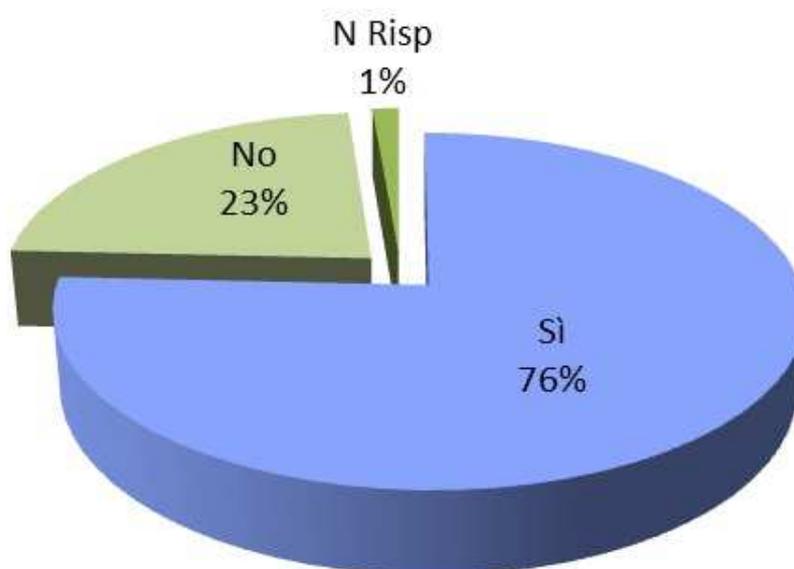
Media 7,94

Il gradimento degli incontri è stato alto ed è aumentato rispetto al primo anno di svolgimento del progetto (media nell'a.s. 2012-2013 di 7,1).

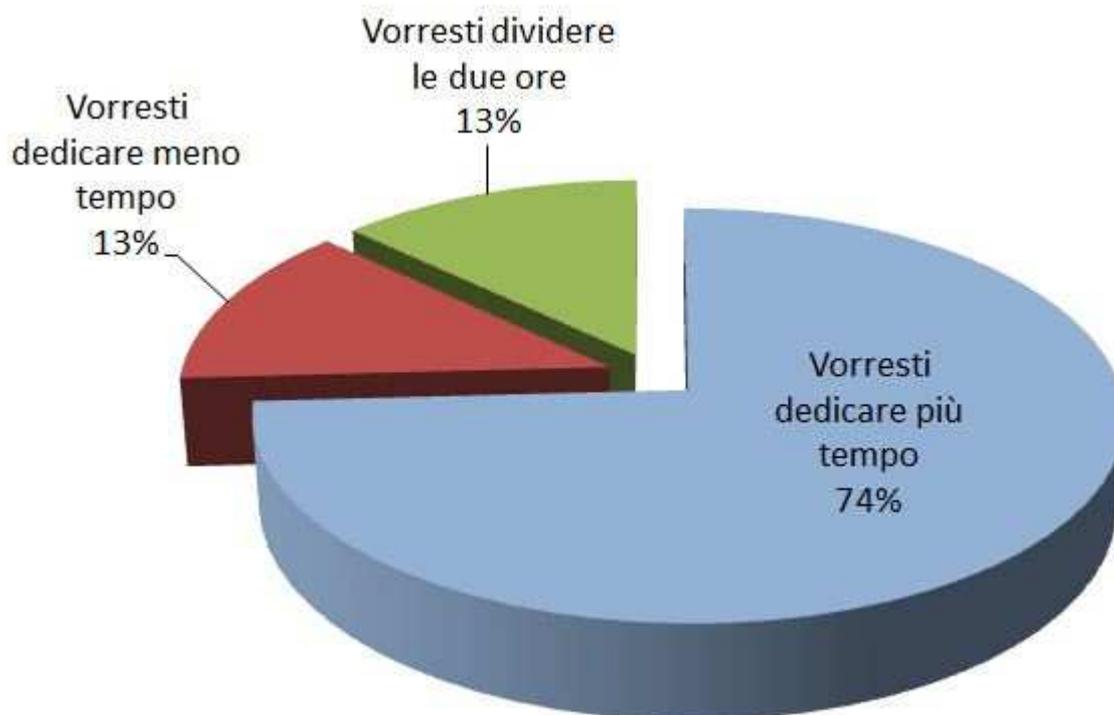
Da rilevare che l'iscrizione alle Giornate Seminari quest'anno è stata guidata dai professori, mentre nello scorso anno scolastico gli studenti accedevano autonomamente a tale attività scegliendola tra numerose proposte. Pur variando la modalità di adesione il gradimento è aumentato e questo dato è un indicatore positivo.

L'interesse è sempre variabile da alunno ad alunno in base a predisposizioni e interessi personali.

Il tempo dedicato all'incontro (2 ore) ti è sembrato adeguato?

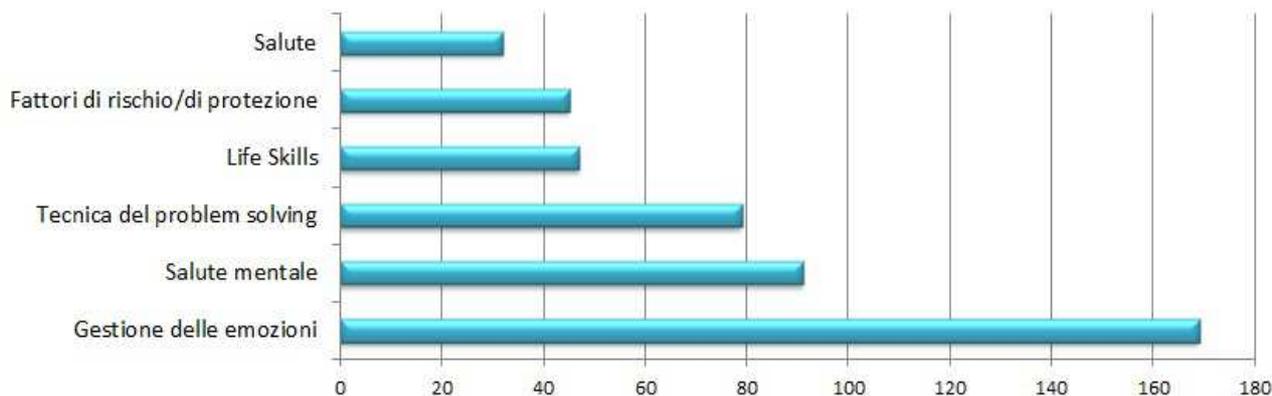


Se no, che tempi vorresti?

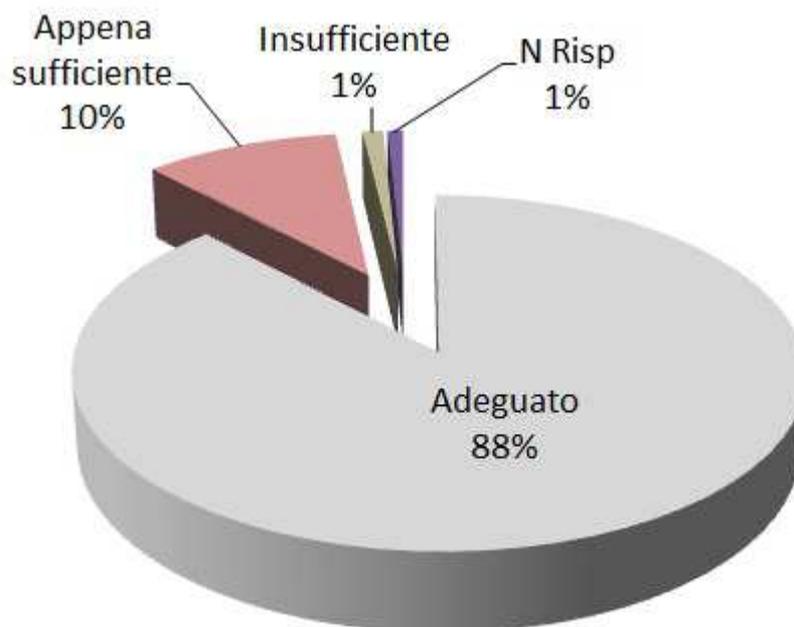


Si è verificata la richiesta da parte di alcuni studenti di tempi maggiori per poter approfondire tali tematiche e avere degli spazi di ascolto e di riflessione. Il desiderio sembra essere quello di acquisire degli strumenti concreti applicabili alla vita quotidiana e alle esperienze di vita attuali.

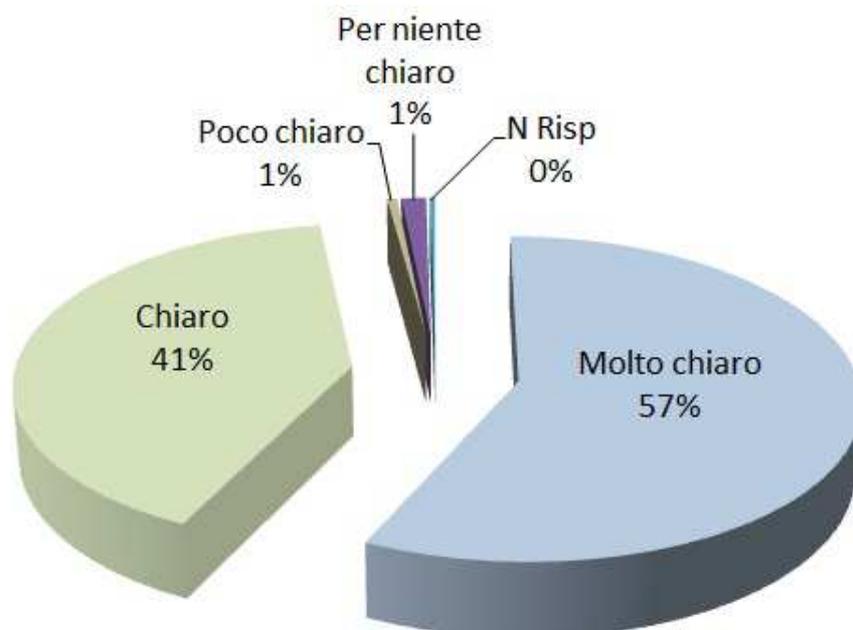
Tra quelli trattati, quali argomenti vorresti approfondire?



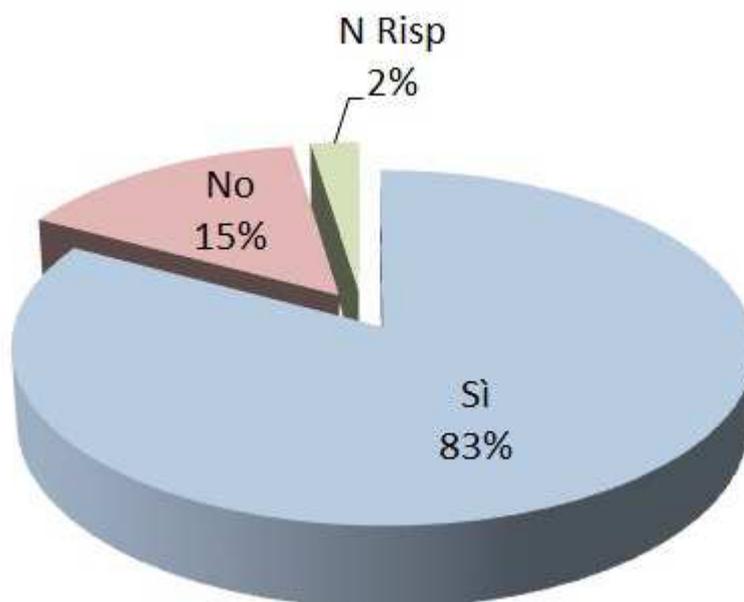
Il tempo dedicato all'espressione delle tue opinioni e interessi e per formulare domande è stato:



Il linguaggio utilizzato dagli operatori è stato:



Pensi che parlerai dell'incontro con qualcuno al di fuori della scuola (amici, famiglia, etc.)?



Su una scala da 1 a 10, quanto pensi che attività simili a questa siano utili per la tua crescita e maturazione?

Media 7,85

Anche per questo dato bisogna considerare la motivazione degli studenti a partecipare e a discutere gli argomenti proposti. Non essendoci stata una selezione degli studenti in base all'interesse per l'attività, valutiamo positivamente questo risultato. Il punteggio è aumentato rispetto all'anno precedente (nell'a.s. 2012-2013 la media era di 7,2).

In conclusione, dopo il secondo anno di attività, possiamo fare un bilancio positivo, basato sull'adesione degli Istituti e sul numero di ragazzi incontrati, al di sopra delle nostre aspettative, oltretutto sui rimandi da parte degli studenti e dei docenti, nel complesso anch'essi positivi. In tutte le classi abbiamo percepito un clima di accoglienza e apertura da parte degli studenti.

Ci pare di aver colto un bisogno implicito degli adolescenti e di aver provato a dare una risposta, seppure in misura minima dato il poco tempo a disposizione (2 ore per ogni classe).

Questo progetto ci ha dato la possibilità di attivare un buon contatto con l'Istituzione scolastica, che abbiamo rilevato collaborante e disponibile. Si sta attivando un lavoro di rete con i docenti per fornire dei riferimenti in caso di necessità e perché possano proseguire l'attività in classe.

Abbiamo, infine, riflettuto su alcune modifiche da apportare al progetto per gli anni a venire (modalità di approccio, tematiche proposte, linguaggio), soprattutto attraverso i rimandi raccolti tramite i questionari e i colloqui di verifica con i docenti, per meglio calibrarlo sulle specifiche realtà.

In particolare, si è avviata una collaborazione con il Servizio Ser.D. (Servizio Dipendenze) dell'Asl e l'Educativa di Strada di Savigliano e Racconigi per proporre su questo territorio, per il prossimo anno scolastico, un progetto congiunto.

In fede

La responsabile del progetto Dott.ssa Laila Melli

Le conduttrici del Progetto Dott.ssa Paola Isaia e E.P. Anna Rabbia