

RELAZIONE ATTIVITA' DI PROMOZIONE alla SALUTE ed EDUCAZIONE SANITARIA dell'ASL VC per l'A.S. 2022/23

Titolo Progetto: Parliamo di emozioni

Relazione sintetica sulle attività programmate e svolte nel corso dell'A.S. 2022/23:

L'intervento ha visto l'adesione di 4 istituti: Avogadro (sedi di Vercelli e Santhià), ITIS Faccio di Vercelli, IPSIA Lombardi di Vercelli e IPSIA Lancia di Borgosesia. Le classi candidate all'intervento hanno seguito un programma di 3 ore gestite da uno psicologo volto a identificare gli aspetti emotivi correlati a una maggiore sensibilità all'ansia, alla depressione e allo stress e ad aumentare la capacità di gestione delle emozioni negative

Tempistica: nel periodo settembre – dicembre 2022 si è svolta una presentazione on line del progetto ai referenti delle scuole coinvolte mentre nel periodo gennaio- giugno 2023 è stata svolta un'indagine preliminare nelle scuole coinvolte, a cui sono seguiti gli interventi in classe. A maggio è stata realizzata un'indagine di follow up volta a misurare gli effetti dell'intervento

- **Destinatari:** (circa 120 studenti appartenenti a 8 classi di 5 istituti).
- **Numero di ore singolo intervento:** 3 ore.
- **Numero di edizioni:** 7 edizioni (in una scuola l'intervento è stato rivolto a 2 classi contemporaneamente).
- **Carichi di lavoro:** indicare le ore impiegate da ogni singolo operatore comprendendo sia quelle dedicate agli interventi che quelle dedicate alla loro preparazione

Professione: psicologo

N. ore 21

N. di professionisti coinvolti 1

- **Breve valutazione dei risultati di processo e di impatto per la salute:** Sono state candidate all'intervento 18 classi. Tra queste sono state selezionate tramite un'indagine on line 8 classi che presentavano i livelli più alti relativi ai livelli di depressione, ansia e stress. È emerso un trend positivo nelle classi che hanno partecipato al progetto come gruppo "Intervento", in queste classi nel post intervento gli studenti hanno riportato dei livelli più bassi di ansia, la quale è passata da moderata a leggera (il cambiamento tuttavia non è statisticamente significativo), mentre per lo stress, pur rimanendo sempre nel range del livello leggero, tra pre e post intervento si è verificata una riduzione statisticamente significativa. Infine per quanto riguarda la depressione non è stato riscontrato nessun cambiamento tra pre e post intervento. Nel gruppo di controllo ansia e depressione presentano dei peggioramenti non significativi che rimangono nel range normale, mentre lo stress, anch'esso rimane nel range normale ma presenta un peggioramento statisticamente significativo.

- **Punti di forza:**

Programma di prevenzione selettiva dedicato alle classi più problematiche.
Possibilità di valutare gli esiti del trattamento

- **Criticità:**

Il programma risulta meno efficace nella riduzione degli stati depressivi
il programma, dato il livello di intensità di realizzazione, non è indicato per essere proposto a tutte le classi

- **Risorse e alleanze interne e/o esterne:**

Alleanza con il Dipartimento di Medicina Traslazionale dell'Università del Piemonte Orientale per il supporto all'analisi dei dati