



---

Relazione finale Incarico Libero Professionale  
Progetto “Pensare Pensieri Difficili”

Periodo: 02/12/2024 – 01/12/2025

Libero Professionista: Dott.ssa Selena Villone

Responsabile del progetto: Dott.ssa Raffaella Scaccioni – S.C. Psicologia ASL VC

Ente: ASL VC – S.C. Psicologia - Direttore Dott.ssa Patrizia Colombari

Associazione finanziatrice: Associazione Alberto Dalmaso ETS

La presente relazione riporta le attività svolte nell’ambito dell’incarico libero professionale conferitomi dall’ASL VC per il progetto “Pensare Pensieri Difficili”, finanziato dall’Associazione Alberto Dalmaso ETS (euro 4.000) e finalizzato a promuovere il benessere mentale e sostenere il percorso di sviluppo dell’adolescente, negli Istituti Secondari di 2° grado di Vercelli.

Il progetto “Pensare Pensieri Difficili” nasce dalla rilevazione dell’aumento del disagio adolescenziale e giovanile, anche attraverso l’indagine che l’ASL VC ha realizzato nella primavera del 2022 su circa 3000 studenti dagli 11 ai 18 anni che ha evidenziato come segnali di disagio quali ansia, depressione e disregolazione emotiva sono presenti, anche in modo intenso, nel 25 – 30% di preadolescenti e adolescenti; disagio che può portare alla formazione di patologie come i Disturbi della Condotta Alimentare, comportamenti autolesionistici e autodistruttivi, comportamenti a rischio come l’uso di sostanze psicoattive. Inoltre, l’utilizzo dei mezzi digitali per comunicare e relazionarsi tra pari, aumenta le difficoltà della relazione in presenza e il rischio di isolamento sociale.

In questo contesto, l’intervento psicologico in ambito scolastico si configura come uno spazio di riflessione e confronto con un adulto competente rivolto ad individui o a gruppi che possono accedervi autonomamente facendone richiesta all’insegnante di riferimento dell’attività. Essendo la scuola un luogo di incontro ancor prima che di apprendimento, lo sportello di ascolto offre ai ragazzi la possibilità di esprimere i segnali della loro nascente sofferenza e di contrastarne l’eventuale ingravescenza.

Nello specifico, il progetto ha coinvolto gli studenti e gli insegnanti delle scuole ITI "G.C. Faccio", IIS "F. Lombardi", IIS, "A. Avogadro", IIS "L. Lagrangia" focalizzando l'intervento sui seguenti obiettivi:

- Sostenere lo sviluppo della capacità di riflessione e di ascolto dei propri stati emotivi interni per la prevenzione di malattie mentali e potenziamento delle capacità introspettive;
- Sostenere la crescita e lo sviluppo delle life skills emotive e sociali per migliorare il benessere psicologico e relazionale;
- Prevenire sintomatologie mentali più gravi e promuovere la salute mentale;
- Orientare studenti e genitori verso i Servizi Sanitari competenti a seconda della problematica emersa.
- Sostenere gli insegnanti nella gestione di situazioni individuali o di gruppo connotate da disagio psicologico o relazionale.

La metodologia dell'intervento si è basata principalmente su colloqui psicologici di supporto individuale orientati all'ascolto empatico e non giudicante, incontri con insegnanti e genitori nei casi in cui sia stata rilevata una sintomatologia strutturata tale da necessitare un intervento di cura presso la S.C. Psicologia e, infine, interventi di gruppo e nelle classi in situazioni specifiche. È stato fondamentale mantenere attivo il confronto con gli insegnanti referenti dell'attività del progetto per coordinare ed efficientare le attività proposte.

I colloqui individuali (totale n. 35) hanno coinvolto 11 adolescenti, affrontando difficoltà relazionali e familiari, problematiche di integrazione nel gruppo dei pari e di chiusura sociale, paura del cambiamento e incertezza del futuro, vissuti ansiosi e di insicurezza, difficoltà nella regolazione emotiva. Si è ritenuto necessario svolgere n.3 incontri con i genitori per orientare l'adolescente e la famiglia verso un percorso psicologico strutturato e continuativo presso la S.C. Psicologia.

Gli interventi gruppalmente hanno riguardato tematiche specifiche corrispondenti ai bisogni emersi, rilevati dagli insegnanti e dagli studenti stessi, proponendo un approccio interattivo e dialogico volto alla co-creazione di una "mente gruppalmente" potenzialmente trasformativa. In particolare, sono stati svolti:

- n.1 intervento in classe, presso l' ITI "G.C. Faccio", sull'elaborazione del lutto, post-vention, con l'obiettivo di aiutare gli studenti a gestire e superare i vissuti

potenzialmente traumatici legati all'evento drammatico (es. suicidio, atto anticonservativo, grave incidente) che ha coinvolto la classe;

- n.1 intervento in classe, IIS "L. Lagrangia", sulla gestione del conflitto interpersonale con l'obiettivo di aiutare gli studenti a sviluppare l'autoregolazione emotiva e la capacità di riparazione delle rotture relazionali attraverso un ascolto attivo e una comunicazione assertiva, per favorire un clima di classe positivo e un senso di responsabilità condiviso;
- n.4 incontri di gruppo tra studenti delle classi dell'IIS "L. Lagrangia", sulle aspettative e stereotipi di genere e la violenza di genere nelle relazioni affettive con l'obiettivo di condividere pensieri ed esperienze soggettive e sollevare interrogativi che possano favorire una riflessione e una presa di consapevolezza condivise, un'autocoscienza collettiva a sostegno della creazione di una cultura del rispetto e dell'accrescimento della competenza affettiva e relazionale nell'adolescente.

In conclusione, offrendo supporto e risposte alle difficoltà emotive e relazionali emergenti nel contesto scolastico, l'attività ha riscontrato una buona collaborazione e soddisfazione da parte degli Istituti Scolastici, i quali hanno rinnovato la richiesta per l'attuale Anno Scolastico.

Vercelli, 1.12.2025

Dott.ssa Selena Villone  
Psicologa e Psicoterapeuta