



SOCIETÀ
ITALIANA di
PSICOLOGIA
POSITIVA



ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA
DIPARTIMENTO DI PSICOLOGIA

EBOOK OF ABSTRACTS

Giornate Nazionali di Psicologia Positiva IX Edizione

CULTURE DELLA POSITIVITÀ. ATTUALITÀ E PROSPETTIVE

Cesena, 9-11 giugno 2016

**Università degli Studi di Bologna – Campus di Cesena
Piazza Aldo Moro, 90**

Comitato Scientifico: Ottavia Albanese (Università di Milano-Bicocca), Marta Bassi (Università di Milano), Ingrid Brdar (University of Rijeka), Federico Colombo (Scuola Asipse di Milano), Beatrice Corsale (Scuola Asipse di Milano), Andrea Crocetti (Scuola Asipse di Milano), Antonella Delle Fave (Università di Milano), Andrea Fianco (Università di Milano), Paola Gremigni (Università di Bologna), Spiridione Masaraki (Scuola Asipse di Milano), Chiara Ruini (Università di Bologna), Marta Scignaro (Università di Milano-Bicocca), Marié Wissing (North-West University, Potchefstroom Campus).

Comitato Organizzatore (Dipartimento di Psicologia, Università di Bologna): Chiara Ruini, Francesca Vescovelli, Elisa Albieri, Giulia Cesetti (PsyPOLab, Laboratorio di Psicologia Positiva).

Segretaria Organizzativa SIPP: Francesca Dell'Amore.

Email: convegnopp2016@gmail.com

Sito del convegno: <http://convegno2015pp.wix.com/GNPP9>

ISBN 978-88-906588-9-1

Comunicazioni orali

Main lectures

THE DANCE OF LIGHT AND SHADOW IN MULTICULTURAL WELL-BEING

Marié P. Wissing (Africa Unit for Transdisciplinary Health Research, North-West University: Potchefstroom Campus, Repubblica Sudafricana)

This presentation will share some findings, challenges and thoughts on opportunities in multicultural well-being research in South Africa highlighting how the dance of shadow and sun, the negative and the positive, in our history and diverse contexts contributes to an understanding of the light. Reference will be made to the dappled light of South Africa's truth and reconciliation process in which strengths were shown amidst the pain and the opportunity for post-traumatic growth and creating harmony highlighted. In the multicultural South African context various webs of significant meanings exist manifesting in regions, historical time phases, socioeconomic diversities and relatively collectivist versus individualist orientations, casting shadows or intensifying the light on bio-psychosocial health and in relational processes as the core defining future in manifestation of well-being. The focus in this presentation will specifically be on relational well-being, its empirical manifestations, theoretical perspectives linked, challenges in measurement and evaluation, and challenges and opportunities for further research. Great lacunae exist in the measurement and understanding of cultural positivity and multicultural well-being.

THE SOCIAL CONTEXTUALIZATION OF LIFE GOALS AND ITS IMPLICATIONS FOR WELL-BEING

Igrid Brdar (University of Rijeka, Croatia)

When discussing ways towards happy and meaningful life, people usually talk about their life goals and wishes for the future. Life goals can be classified based on their content into intrinsic goals (such as personal growth and affiliation) and extrinsic goals (like wealth and fame). Placing more importance on intrinsic goals contributes to happiness, whereas striving for extrinsic goals is associated with lower well-being. Extrinsic goals are assumed to be strongly shaped by culture, while intrinsic goals are assumed to emerge from natural growth tendencies.

Life aspirations partly reflect the cultural and economic systems in which people live. According to Inglehart's theory of post-materialism, people pursue various goals in a hierarchical order: people strive for freedom and autonomy only after they meet survival needs. In scarce times, materialistic goals have priority over post-materialistic goals, focused on self-expression and quality of life.

Different kinds of threats prompt the shift from intrinsic towards extrinsic goals (mostly materialistic). There was a sharp decline in happiness in Eastern Europe during the first years of the transition to market-based economy. Economic changes not only increased unemployment, social inequalities and corruption, but also generated social and political changes. Research from Croatia and other, less rich countries has shown that extrinsic aspirations are positively related to well-being. Financial success in these countries is related with attaining security and independence, not only with achieving materialistic status. In poorer countries, financial success is closer to safety/health goals and farther from hedonism than in wealthier countries.

Simposi

IL RUOLO DELLA PSICOLOGIA POSITIVA NEI SUOI RAPPORTI CON IL BENESSERE BIOPSIKOFISICO

Chair: Saulo Sirigatti (Università Europea di Roma)

Discussant: Pio Enrico Ricci Bitti (Università di Bologna)

Il simposio invita a un viaggio che, muovendo dalle radici, attraversa i molteplici significati e manifestazioni della psicologia positiva, nei suoi rapporti con la promozione e il ripristino del benessere bio-psico-fisico. Un primo contributo scaturisce dalla ricognizione antropologico-culturale delle core virtues per giungere a proporre l'approccio tomistico nello studio e nella valutazione in chiave contemporanea di virtù spesso trascurate eppure strategiche. Il ruolo della Death Education – con il suo modello bio-psico-sociale integrato dalla dimensione spirituale – viene illustrato nelle sue varie implicazioni e nel suo valore propedeutico all'ars moriendi. L'approccio positivo trova pure applicazione nel mondo del lavoro, ove promuove coinvolgimento, partecipazione e autonomia, non senza suscitare riserve tra coloro che non ignorano il malessere sussistente negli ambienti lavorativi contemporanei. Infine, viene esaminato il ruolo che la virtù trascendentale dell'umorismo esercita – con i suoi aspetti adattivi e disadattivi – nella elaborazione di memorie positive e negative concernenti eventi di vita in adolescenti.

L'etica delle virtù nella fioritura umana: fondamenti teorici e prospettive

Claudia Navarini (Università Europea di Roma)

Le core virtues individuate da Peterson e Seligman e corroborate dalla ricognizione antropologico-culturale di Dahlsgaard e colleghi sono tutte rappresentate nella trattazione sulle virtù morali di Tommaso d'Aquino. Ciò suggerisce che: (a) rispetto alle trattazioni di altre tradizioni etico-religiose, questo testo ha in sé una maggiore aspirazione universalistica, successivamente esplicitata e integrata dalle teorie eudaimonistiche della virtù; (b) le pratiche virtuose che esso propone sono in grado di prefigurare teoreticamente una parte della psicologia morale e della psicologia positiva.

L'apporto tomista risulta interessante in senso non solo tassonomico, ma anche analitico e definitorio, come mostrano i costrutti logico-formali delle virtù considerati sia in forma singola che combinata. In particolare, i tratti dell'habitus, della medietas, della perfezione o spontaneità verso il bene (quasi connaturaliter) risultano rilevanti in quanto attraversano ogni virtù e si possono interpretare come meta-livelli attraverso cui valutare criticamente il determinismo neurofisiologico dell'azione. Alcuni sviluppi della virtue ethics concentrano, infatti, la loro attenzione sulla giustificazione razionale della scelta etica e sulla responsabilità dell'agente, rafforzando l'idea che l'approccio tomistico possa positivamente contribuire alla reinterpretazione e alla riabilitazione in chiave contemporanea di virtù spesso trascurate, eppure strategiche anche dal punto di vista educativo, fra cui l'umiltà e la compassione. Il contributo intende pertanto: (1) fornire un quadro sintetico della virtue ethics a partire dal nucleo tomista; (2) mostrare come l'acquisizione delle virtù corrisponda alla fioritura dell'umano; (3) rivendicare il ruolo della libertà e dell'educazione nella formazione delle virtù stesse.

Benessere psicologico: ruolo dello humor nel fronteggiare le memorie degli eventi di vita

Saulo Sirigatti¹, Cristina Stefanile² (Università Europea di Roma, ²Università di Firenze)

Nel quadro delle conoscenze già acquisite sulle relazioni tra stili di umorismo e benessere psicologico, un'attenzione particolare merita il ruolo dell'umorismo nello stress-coping. La classificazione VIA (Values in Action) delle risorse soggettive suggerisce che l'umorismo, quale virtù della trascendenza, favorisca il benessere soggettivo e la soddisfazione personale. Questo studio è teso a identificare il ruolo svolto dagli stili di umorismo nel fronteggiare l'impatto degli eventi di vita sul benessere psicologico. Hanno partecipato a questa indagine trasversale 469 adolescenti di genere femminile, frequentanti scuole medie superiori italiane. Sono stati applicati l'Humor Styles Questionnaire (HSQ), le Ryff's Psychological Well-Being Scales (PWB), una versione italiana della Life Events Form di Coddington. Con SPSS-22 sono state eseguite analisi uni- e multi-variate, mentre AMOS-22 è stato usato per esaminare diversi modelli. Vari indici di adeguatezza sono stati usati per saggiare la goodness-of-fit dei modelli. Il modello che prevedeva l'influenza sul benessere delle memorie positive e negative degli eventi diretta e mediata da stili di umorismo, adattivi e disadattivi, è risultato il più adeguato ($\chi^2/df=1.22$; RMSEA=.022; CFI=.997; GFI=.994). I dati raccolti hanno fornito nuove indicazioni riguardanti il ruolo che l'umorismo - con particolare riferimento ai suoi aspetti disadattivi e adattivi - può svolgere nell'elaborazione di memorie positive e negative concernenti eventi di vita. Per la popolazione di riferimento, sono ipotizzabili sia specifici training nell'uso degli stili dell'umorismo per la promozione del benessere sia linee guida per la conduzione di interventi di psicoterapia.

Death Education: riflettere sulla morte per restituire dignità al morire e valorizzare la vita

Ines Testoni (Università di Padova)

L'essere umano si differenzia da tutte le specie animali per la capacità di rappresentare se stesso come mortale. La Terror Management Theory considera questo fenomeno come l'originaria fonte dell'angoscia, ma anche come la leva su cui l'ingegnosità umana impernia la costruzione del mondo insieme ai modi di significarlo e di abitarlo. Fino alla prima metà del secolo scorso, gli script sociali univano individui e comunità intorno all'agonizzante e ai suoi familiari. In Occidente, dopo la seconda guerra mondiale, l'ospedalizzazione della malattia e della terminalità ha determinato l'occultamento, l'isolamento e la censura diffusa della morte e del morire. Tra gli anni Sessanta e Settanta, nei paesi anglofoni, hanno preso avvio studi e ricerche in direzione contraria: il Death Awareness Movement e l'Hospice Movement. Il loro obiettivo era quello di umanizzare la morte e su questa base si è sviluppata la Death Education (DeEd) che riattualizza il memento mori e l'ars moriendi in chiave psicologica. La DeEd lavora sui tre livelli di prevenzione: primaria (percorsi educativi istituzionali e informali differenziati nel ciclo di vita); secondaria (elaborazione del lutto anticipatorio); terziaria (elaborazione del lutto completo/complicato). Essa dispone anche di curricula per la formazione dei professionisti della salute. La DeEd riduce i livelli di death anxiety e migliora le capacità professionali, in quanto applica il modello biopsicosociale integrato dalla dimensione spirituale che permette di fare leva sulla resilienza, come assunto anche dalla psicologia positiva.

Psicologia positiva e qualità del lavoro: un rapporto problematico?

Luca Vecchio (Università di Milano-Bicocca)

La psicologia positiva si caratterizza per l'enfasi data alle risorse e alle potenzialità degli individui quale prospettiva analitica per lo studio dell'uomo e delle sue condotte. Sul versante applicativo tale approccio ha privilegiato interventi volti a promuovere quanto di positivo esiste nelle situazioni, più che ad intervenire sulle limitazioni e sull'eliminazione dei vincoli che le caratterizzano. Tale rovesciamento di prospettiva nello studio e nella pratica della psicologia è stato accolto con favore, dando avvio a un programma di ricerca ormai ventennale, ma ha anche suscitato reazioni polemiche, aventi per oggetto, tra le altre cose, l'eccessivo "ottimismo" e lo scarso realismo. Un interessante parallelismo con il cambio di prospettiva sopra sommariamente delineato caratterizza approcci recenti alla gestione delle risorse umane, laddove si enfatizzano le virtù "positive" del coinvolgimento, della partecipazione, dell'autonomia, quali condizioni per promuovere efficienza organizzativa e benessere lavorativo; ciò in contrasto con le pratiche orientate al controllo, alla separazione tra ideazione e esecuzione, alla prescrizione normativa. Anche qui, non senza posizioni polemiche che fanno leva sul riconoscimento di come nei contesti lavorativi contemporanei persistano ampie quote di malessere, in un quadro più generale caratterizzato da precarietà, insicurezza e incertezza per il futuro. Il presente contributo propone una riflessione critica sulla promozione del benessere organizzativo, al fine di delineare le condizioni per rendere davvero praticabile ed efficace un approccio "positivo" al tema, considerando le concrete trasformazioni del mondo del lavoro contemporaneo. Nello sviluppare l'argomento si farà riferimento ai risultati di alcune recenti ricerche condotte in diversi contesti organizzativi.

L'EQUILIBRIO BENESSERE-MALESSERE NELLE FASI SENSIBILI DELLA VITA: IMPLICAZIONI PER LA PSICOLOGIA POSITIVA, DELLA SALUTE E CLINICA

Chair: Chiara Ruini (Università di Bologna)
Discussant: Elisa Albieri (Università di Bologna)

Questo simposio ha l'obiettivo di illustrare l'importanza delle dimensioni di benessere all'interno dei contesti della salute, analizzando le sue relazioni con gli indicatori di disagio psicologico (sintomi ansiosi, depressivi e sindromi psicosomatiche) e valutando le modificazioni eventualmente indotte attraverso interventi clinici. Il primo contributo descrive la relazione tra benessere e malessere durante la gravidanza, analizzando le sue relazioni con la depressione post-partum e l'evoluzione temporale nel periodo perinatale. Il secondo contributo descrive il rapporto tra dimensioni di crescita personale e sintomi depressivi in pazienti con recente diagnosi di sieropositività HIV, attraverso la descrizione di casi clinici esemplificativi. Il terzo contributo descrive l'importanza di considerare il benessere come elemento essenziale nella definizione di guarigione e come indicatore di esito nei processi terapeutici, attraverso l'utilizzo di uno strumento psicometrico (il CORE-OM) che valuta contemporaneamente indicatori di disagio e di benessere psicologico. Il quarto contributo illustra l'utilizzo del CORE-OM in un campione di studenti universitari afferenti al Servizio di Aiuto Psicologico (SAP) dell'Università di Bologna. Nell'insieme, questi contributi sottolineano la necessità di integrare la valutazione del benessere e del funzionamento ottimale dell'individuo durante fasi di vita cruciali, quali il periodo perinatale, durante malattia cronica, durante il trattamento terapeutico e nella transizione verso l'età adulta, fornendo specifiche indicazioni cliniche e strumenti psicometrici atti allo scopo. Il simposio fornisce, pertanto, un valido esempio di integrazione tra psicologia positiva, psicologia clinica e psicologia della salute nell'arco di vita.

Benessere e maternità: uno studio longitudinale con donne primipare e multipare

Marta Bassi¹, Antonella Delle Fave¹, Irene Cetin¹, Erika Melchiorri², Melissa Pozzo¹, Francesca Vescovelli², Chiara Ruini² (¹Università di Milano, ²Università di Bologna)

Gli studi riguardanti la maternità si sono concentrati prevalentemente sull'analisi di indicatori di malessere, quali la depressione perinatale, trascurando indicatori di salute mentale positiva che possono altresì avere conseguenze rilevanti per il buon funzionamento familiare. Ai fini di una valutazione integrata del benessere durante la maternità, la presente ricerca ha esplorato l'impatto della nascita di un figlio sia sulla depressione perinatale che sul benessere psicologico delle donne, tenendone in considerazione la parità. Un campione di 81 partecipanti (39 primipare e 42 multipare) ha completato la Edinburgh Depression Scale e le Psychological Well-being Scales durante la gravidanza (22-32 settimane di gestazione) e il post-partum (3-6 mesi dal parto). I dati sono stati sottoposti ad ANCOVA e mixed ANOVA per esaminare l'effetto di tempo (gravidanza/post-partum) e parità (primiparità/multiparità) su depressione e benessere psicologico. Le analisi hanno mostrato che i livelli di depressione

sono analoghi tra primipare e multipare, e che essi si mantengono costanti tra il pre- e post-partum. Per contro, dopo la nascita del figlio, le partecipanti primipare hanno riportato livelli più elevati di padronanza ambientale ed auto-accettazione rispetto alle multipare. Inoltre, esclusivamente tra le primipare, si è registrato un aumento di auto-accettazione e crescita personale dalla gravidanza al post-partum. Lo studio mette in luce alcune dimensioni di funzionamento psicologico positivo che contribuiscono in maniera specifica al benessere delle donne nella transizione alla maternità, sottolineando altresì la necessità di adattare alla particolare condizione di parità l'intervento volto alla promozione della salute mentale completa delle madri.

HIV e depressione: dal trauma alla crescita passando per il sistema immunitario

Silvia Ferrari¹, Silvia Alboni¹, Simone Maffei², Maria Giulia Nanni³, Chiara Piemonte¹, Manuela Miselli¹, Valentina Moretti⁴, Laura Feltri¹, Lorenzo Marchetti¹, Marianna Menozzi¹, Marco Rigatelli¹ (¹Università di Modena e Reggio Emilia, ²Università di Parma, ³Università di Ferrara, ⁴AUSL Reggio Emilia)

I disturbi depressivi sono molto frequenti nei soggetti HIV-positivi, con notevoli ripercussioni sul funzionamento e la qualità della vita dei pazienti. È stato ipotizzato un complesso meccanismo di attivazione infiammatoria, mediata da sistemi di citochine già implicate nell'eziopatogenesi della depressione tout-court. Per tale motivo, è in corso di realizzazione un progetto di ricerca che mira a identificare specifici profili di biomarker infiammatori nei soggetti con recente diagnosi di sieropositività HIV in grado di predire attendibilmente lo sviluppo di depressione. Lo studio, controllato, prospettico, longitudinale, multicentrico, vede la collaborazione dei centri di Modena, Ferrara e Parma. Tutti i soggetti con diagnosi recente di sieropositività HIV vengono sottoposti a screening psichiatrico/neurocognitivo e, se positivi, avviati ad opportuna terapia. Vengono contestualmente studiati con riferimento ad un vasto set di biomarker infiammatori. Attraverso la descrizione di alcuni casi clinici esemplificativi, si approfondirà il tema della rilevanza della prospettiva temporale e narrativa, che consente di individuare il significato creativo e costruttivo del trauma, attivando risorse definibili come psico-neuro-endocrino-immunologiche (PNEI).

Il questionario CORE-OM e la valutazione del benessere soggettivo

Gaspere Palmieri (Ospedale Privato Villa Igea, Modena)

Il questionario Clinical Outcome for Routine Evaluation - Outcome Measure (CORE-OM) è uno strumento di valutazione a 34 items, che è stato tradotto in italiano e validato in un campione clinico italiano attraverso uno studio multicentrico. Il CORE-OM valuta gli effetti dei trattamenti psicologici ed è attualmente utilizzato come misura di outcome da diversi Servizi di Psicologia e Psicoterapia in tutta Italia. È uno strumento di facile utilizzo e interpretazione, adatto a somministrazioni ripetute. Si somministra solitamente all'inizio e alla fine della terapia per valutare il cambiamento clinico in modo obiettivo. Si compone di quattro domini: Benessere soggettivo, Sintomi, Funzionamento e Rischio. Verranno presentate le principali caratteristiche dello strumento, con particolare riferimento ai 4 items del Benessere soggettivo.

Il benessere come indicatore di recovery nelle psicoterapie: l'utilizzo del CORE-OM nel servizio di aiuto psicologico dell'Università di Bologna

Francesca Vescovelli, Paolo Melani, Chiara Ruini, Pio Enrico Ricci Bitti, Fiorella Monti (Università di Bologna)

Numerosi studi hanno messo in luce il ruolo protettivo del benessere per la salute psicologica e fisica di adolescenti e adulti. Lo studio si è proposto di indagare i cambiamenti in termini di malessere e benessere in seguito a psicoterapia erogata presso il servizio di aiuto psicologico dell'università di Bologna (SAP). 149 studenti (102 donne; Età media= 24.55, DS= 3.35), iscritti all'università di Bologna, hanno richiesto supporto al SAP. Dopo essere stati intervistati e valutati dai clinici del servizio, gli studenti sono stati indirizzati a percorsi di psicoterapia (ad orientamento psicodinamico o cognitivo-comportamentale) in base a specifici criteri. Gli studenti hanno compilato il Clinical Outcomes in Routine Evaluation (CORE-OM) prima e dopo la psicoterapia. Inoltre, psicoterapeuti (ciechi al trattamento) ne hanno valutato il funzionamento psico-sociale attribuendo un punteggio Global Assessment Scale (GAS). Dopo l'intervento, si è osservato un miglioramento statisticamente significativo sia dei sintomi sia del benessere, indipendentemente dal tipo di approccio psicoterapico. Tale risultato è emerso sia osservando i punteggi del CORE-OM sia quelli del GAS formulati dai clinici. In conclusione, lo studio ha messo in luce come la valutazione del benessere, in qualità di indicatore di outcome, sia imprescindibile anche nell'ambito delle psicoterapie per problematiche cliniche di studenti universitari. Infatti, il suo ruolo risulta essenziale anche nel favorire una transizione più positiva verso l'età adulta.

IL VALORE DELLE RISORSE NEI DIVERSI AMBITI DELL'APPLICAZIONE CLINICA

Chair: Enrico Zaccagnini (Istituto di Psicotraumatologia e Psicodinamica, Firenze)

Il simposio cerca di mostrare l'importanza delle risorse e della positività nei diversi ambiti dell'applicazione clinica. Il primo intervento si occupa del valore delle risorse nel trattamento dei soggetti autistici. Il secondo intervento si occupa del valore delle risorse nelle problematiche innescate dalle adozioni, sia per quanto riguarda i soggetti adottati sia per quanto riguarda i genitori adottivi. Il terzo intervento si occupa del valore delle risorse nella prevenzione e nel trattamento dei problemi all'interno della scuola, visti con l'ottica dello sportello psicologico. Il quarto intervento si occupa del valore delle risorse nella prevenzione e nel trattamento dei fenomeni del bullismo e del cyberbullismo, dal punto di vista del sostegno psicologico. Una breve introduzione del coordinatore cercherà di evidenziare come le ultime scoperte psiconeurologiche pongano l'accento sull'importanza di orientare e mantenere il cervello in stati psichici di positività.

Il problema ed il valore dell'attivazione delle risorse nel trattamento dei soggetti autistici

Patrizio Batistini (Associazione Sindromi Autistiche, Firenze)

L'autismo, da quando è stato codificato come sindrome a sé stante (circa 70 anni fa), presenta una sfida a livello di ricerca e di trattamento. Attualmente si parla di Spettro Autistico in riferimento ad un insieme di disturbi di tipo neuro evolutivo, caratterizzati da vari deficit (sembra a livello di neuroconnettività e zone cerebrali "malfunzionanti") e di risorse (aree più "integre" e iperspecializzate) che si esprimono in maniera peculiare da persona a persona. L'intervento qui proposto si focalizza su due ambiti: sul trattamento del bambino con autismo: di come costruendo attività di gioco e interazioni affettivamente positive, centrate sui suoi interessi, si possano attivare le risorse del bambino favorendo così la costruzione di nuovi apprendimenti più funzionali e adattivi; sul lavoro con le famiglie: come sappiamo dalla letteratura, l'elaborazione dell'autismo può determinare dei "rovesciamenti" famigliari i cui esiti non è scontato che siano solamente negativi. L'elaborazione dell'autismo in famiglia può favorire un nuovo assetto che, attraverso l'iniziale accettazione della condizione del figlio, può permettere nel nucleo familiare nuovi apprendimenti positivi. Alcune famiglie si riorganizzano e attivano le risorse personali necessarie per affrontare in modo costruttivo le sfide presenti e future; infine, accenna a quel movimento di opinione e di studio (formato da parenti, operatori, studiosi e persone autistiche) teso alla sottolineatura della neurodiversità, intesa come valorizzazione positiva delle identità, compresa quella "autistica", e di come tale valorizzazione possa aumentare il benessere del singolo, favorendo, ad esempio, attraverso opportuni adattamenti ambientali, inserimenti lavorativi, nella società, delle persone autistiche.

La famiglia adottiva: dai problemi alle risorse

Francesca Brogioni (Istituto di Psicotraumatologia e Psicodinamica, Firenze)

Le famiglie adottive nella maggior parte dei casi si costituiscono nell'incontro tra percorsi di vita spesso costellati di perdite, frustrazioni, rinunce forzate a cui si spera di riparare con il progetto adottivo, investito di grandi aspettative da ambedue le parti. Spesso, specialmente nel caso di adozione di bambini in età scolare, la fissazione sulla reciproca delusione (figlio ideale/figlio reale – genitori mancanti/genitori ideali/genitori reali) rischia di dar luogo a processi disfunzionali che rendono molto difficile l'instaurarsi di un rapporto costruttivo e soddisfacente sia di filiazione sia di genitorialità. Questa disfunzionalità può essere corretta identificando e potenziando le risorse sia dei figli adottati sia dei genitori; può mettersi così in moto un cammino positivo, lungo il quale è possibile creare uno spazio transazionale per l'elaborazione delle esperienze precedenti, per cambiare le reciproche attribuzioni originarie, riconoscersi e accettarsi. Il cambiamento risulta particolarmente evidente in quelle famiglie che partecipano ai gruppi post adozione (gruppi di auto-aiuto con psicologo ed educatori specializzati), nei quali il confronto e il sostegno reciproco incoraggiano l'esplorazione e la valorizzazione delle risorse di tutta la famiglia con riflessi positivi sia sulla vita sociale che nel rapporto con le istituzioni scolastiche. Al contrario, si osserva che quei nuclei familiari che rimangono isolati nelle proprie difficoltà, con l'attenzione continua a ciò che si presume mancante e alle aspettative non soddisfatte, finiscano spesso con l'incamminarsi dei loro componenti su strade divergenti che trovano il momento più drammatico di disgregazione al tempo dell'adolescenza dei figli.

Bullismo, cyberbullismo e cultura scolastica positiva

Isabella Gioiosi (Istituto di Psicotraumatologia e Psicodinamica, Firenze)

Negli ultimi anni i fenomeni del bullismo e del cyberbullismo stanno mettendo a dura prova l'istituzione scolastica. In particolare, la grande affluenza, in alcune scuole, di ragazzi provenienti da contesti sociali disagiati può generare problematiche complesse che richiedono un grande dispendio di energie. Tali energie servono appena a limitare le conseguenze dell'impatto delle dinamiche relazionali che fanno capo al bullismo. Infatti, gli interventi diretti alla singola classe, che coinvolgono prevalentemente i ragazzi, rischiano di ottenere risultati limitati e labili. La tematica sollecita, quindi, un generale ripensamento della cultura scolastica, affinché ogni intervento mirato al problema possa avere la giusta risonanza. Attraverso il sostegno psicologico di un gruppo di insegnanti motivati, si può favorire un processo di cambiamento che si estenda a tutto il personale scolastico, con l'obiettivo di costruire un ambiente di apprendimento nel quale il benessere diventa il filo conduttore. Si tratta, in sostanza, di favorire l'emergere delle risorse positive che ciascun insegnante ha nel proprio bagaglio personale e formativo, aiutandolo a sentirsi competente e protagonista nel cambiamento, con un'ottica di lavoro centrata più sulle soluzioni che sui problemi. In questo modo si può sollecitare la formazione di un gruppo nel quale creare ascolto, condivisione e valorizzazione delle risorse individuali. Un gruppo così organizzato ha la capacità di creare un contesto di apprendimento creativo, che può diffondersi a tutta la comunità scolastica attraverso relazioni volte alla crescita della persona e alla positività degli scambi comunicativi.

L'importanza delle risorse nella prevenzione e nel trattamento dei problemi osservabili all'interno della scuola visti con l'ottica dello sportello psicologico

Pierina Petrucci (Istituto di Psicotraumatologia e Psicodinamica, Firenze)

La scuola è il luogo privilegiato dove è possibile l'attivazione e la valorizzazione delle risorse dei minori. Tale valorizzazione non sempre avviene. Le problematiche di rendimento scolastico e di relazione tra gli studenti e tra gli studenti ed i docenti fanno passare in secondo ordine, o addirittura annullano, l'emergere delle risorse con spreco delle doti temperamentali che non solo restano inutilizzate, ma la loro frustrazione è un'ipoteca per futuri disturbi psicologici. Lo sportello psicologico offre la possibilità di ascoltare, osservare e accogliere contemporaneamente le difficoltà per elaborarle e le risorse per potenziarle e installarle. Come tale lo sportello è un ottimo strumento di prevenzione del malessere e di trattamento dei problemi osservabili dentro la scuola. Esso, infatti, interviene laddove, in seguito ad una disfunzione nella relazione circolare alunno - scuola - famiglia, le risorse del minore, non sono emerse. L'intervento vuole illustrare il percorso attraverso il quale è possibile valorizzare e attivare le risorse degli alunni in difficoltà. Si cercherà di evidenziare, in primo luogo, come sia possibile, nel caso di minori sfiduciati nelle loro capacità, scoprire che alcune caratteristiche alle quali nessuno, loro per primi, ha attribuito importanza, se valorizzate, sono punti di forza sui quali fare leva per ottenere risultati insperati. In secondo luogo, si cercherà di mostrare come sia possibile consolidare tali risorse inesprese lavorando sulla motivazione, sugli interessi e sulle attività stimolanti. Infine, si tenterà di sottolineare come alla fine del percorso gli studenti che, attraverso l'attivazione delle risorse, abbiano ritrovato fiducia in se stessi possono utilizzare tali risorse anche nelle attività scolastiche.

PROCESSI DI AFFETTIVITÀ POSITIVA IN CLINICA PSICOTERAPEUTICA: ESPERIENZE A CONFRONTO IN UNA PROSPETTIVA DI INTEGRAZIONE TEORICA

Chair: Ezio Menoni (Università di Siena)

*Discussant: Francesco Fressoia (Istituto di Psicoterapia Integrata, Firenze) e
Loris Pinzani (Associazione Italiana per l'Integrazione in Psicoterapia, Firenze)*

Propongo questo simposio come occasione di confronto e dialogo teorico e clinico fra psicologi clinici e psicoterapeuti sul tema delle relazioni fra affettività positiva, evolutività e complessità. La cultura scientifica della positività contribuisce ad un cambiamento epistemologico in clinica psicoterapeutica con l'emergere del ruolo fondamentale delle emozioni positive nei processi di evoluzione e di riparazione del sistema globale psiche-soma. I fattori comuni evidenziati dalla ricerca clinica sono tutti relativi a processi che "portano vita" sia alle persone in ruolo di pazienti (e anche a quelle in ruolo terapeutico). Essi risultano in grado di bilanciare il distress affettivo e promuovere la terapeuticità. La ricerca clinica consiliente fra neuroscienze e teorie dei sistemi adattivi complessi conferma il ruolo dell'affettività positiva nell'evolutività relazionale intra e interpersonale. I processi di autopoiesi e di autoriparazione sostengono la fenomenologia della *vivencia* attraverso lo spettro della dimensionalità clinica.

Processi di evolutività e di terapeuticità nei bambini con mutismo selettivo: il ruolo dell'affettività positiva nella clinica terapeutica

Eutizio Egiziano, Linda Pecchioli (Associazione Italiana per l'Integrazione in Psicoterapia, Firenze)

Il Mutismo Selettivo (MS) è una condizione caratterizzata da una persistente incapacità dei bambini di parlare in specifiche situazioni sociali, nonostante le loro capacità di produzione e comprensione del linguaggio risultino adeguate in altri contesti. I bambini con MS presentano un'elevata ansia sociale con comportamenti di ritiro dalle relazioni interpersonali e blocco dell'espressione del linguaggio, per cui "perdono la voce". Anche se "etichettato" come un disturbo d'ansia, l'esperienza clinica mostra come, nella maggioranza dei casi, esiste una stretta continuità dimensionale tra i processi "depressivi" (mancanza-perdita di conferme e di previsioni positive proattive), che sono all'origine di questo adattamento critico, e i conseguenti processi di "ansia", sia nei bambini sia nei loro genitori. Gli studi sulle emozioni positive hanno contribuito a delineare un paradigma nuovo rispetto a quello tradizionale della psicopatologia categoriale e difettuale che è alla base di molti modelli psicoterapeutici. I processi di terapeuticità si attivano a misura dello sviluppo di capacità di regolazione affettiva promosse da relazioni stabili ed affidabili all'interno di "ambienti che promuovono e sostengono la vita". A partire da processi non consci di neurocezione di sicurezza e di piacere, l'affettività positiva può emergere pienamente nel tempo del gioco nella dimensione relazionale della sua *vivencia*. I processi di protezione-attaccamento, di gioco e di cooperazione sono alla base delle (ri)costruzioni di reti di plasticità adattive proattive capaci di bilanciarne altre relative ad eventi anche molto stressanti. Essi costituiscono degli "attrattori" su cui il sistema può evolvere con funzioni emergenti che superano i blocchi funzionali caratteristici dell'adattività relazionale "depressiva".

Diagnosi e terapeuticità in età evolutiva: una prospettiva di integrazione teorica

Kiltergiata Iannelli, Maria Novella Rodi (Associazione Italiana per l'Integrazione in Psicoterapia, Firenze)

Studi transdisciplinari cominciano ad identificare le caratteristiche funzionali dei processi di plasticità evolutiva, di sviluppo e di riparazione in una serie di condizioni cliniche in età evolutiva (traumi, disturbi specifici dell'apprendimento, dell'attenzione e dell'iperattività), in particolare per quanto riguarda il ruolo dell'affettività positiva. Con riferimento ad un modello clinico terapeutico di integrazione teorica che coniuga conoscenze scientifiche con principi valoriali e a partire da un'esperienza di terapeuticità in età evolutiva, vengono presentati e discussi alcuni temi clinici connessi con il valore dei processi di positività affettiva, svolta con un campione di persone in età evolutiva. Il lavoro clinico non è guidato da una logica di tipo diagnostico difettuale e categoriale, ma da una costruzione delle condizioni proattive che attivano le risorse e rendono possibili i cambiamenti. I processi di diagnosi e di terapeuticità sono integrati e proseguono di pari passo a misura della validazione dei limiti e della (ri)costruzione di alternative. Essi seguono l'andamento dello "scorrere", nel bambino e nel terapeuta, di sistemi funzionali diversi, tra cui il sistema di integrazione tra affettività e simbolizzazione (Default). Non sono utilizzati compiti esecutivi e protocolli standardizzati. La terapeuticità è funzione dell'attivazione dei processi di care, di gioco, di cooperazione ad alta affettività positiva. La (ri)costruzione dei sistemi cognitivi/esecutivi "superiori" è funzione della crescita di complessità delle connessioni tra sistemi affettivi/relazionali di base e sistemi del sé. Il modello presentato è oggetto di una ricerca esplorativa per valutare il ruolo dell'esperienzialità positiva come fattore di terapeuticità.

Sistemi adattivi complessi, evolutività, affettività positiva: una proposta di integrazione teorica in psicoterapia

Ezio Menoni, Eutizio Egiziano (Associazione Italiana per l'Integrazione in Psicoterapia, Firenze)

Viene presentato un modello di integrazione teorica relativo ai processi di affettività positiva in ambito clinico-terapeutico. In una prospettiva transdisciplinare sono presentati studi e ricerche provenienti da diversi ambiti scientifici (es. teorie dei sistemi adattivi complessi, neurobiologia evolutiva, neuroscienze affettive, ecc.) con ricerche sui processi di evolutività e terapeuticità, i cui risultati contribuiscono alle basi epistemologiche di un paradigma clinico integrativo. La presenza di epistemologie proattive attraversa da molti anni la clinica psicoterapeutica e recentemente ha uno sviluppo molto significativo, contribuendo a delineare un paradigma nuovo rispetto a quelli tradizionali della psicopatologia categoriale e difettuale. Questa evoluzione epistemologica coinvolge anche i modelli psicoterapeutici. E' sempre più diffuso il riconoscimento su base scientifica che siano i processi adattivi con caratteri proattivi ed evolutivi, e non quelli inibitori volti esclusivamente al controllo dei sintomi, a risultare decisivi per un'evolutività terapeutica. Le conoscenze recenti delle neuroscienze cliniche, relative ai processi di free Energy e ai sistemi resting, consentono di sostenere l'ipotesi che l'affettività positiva sia funzione della connessività e della resilienza, cioè della costruzione di complessità, del sistema adattivo complesso psiche-soma. L'affettività positiva è una proprietà emergente delle configurazioni integrative di coscienza passato-presente-futuro. La psicoterapia può contribuire a costruire connessioni tra le "zone critiche" e le "zone di conforto" per nuove configurazioni evolutive e proattive di complessità

per la vita. A queste condizioni è possibile la consapevolezza esperienziale dell'accadere del range di affettività positive altrimenti inibite, bloccate o confuse.

Processi di relazionalità positiva e assistenza psicologica: una esperienza di clinica di gruppo con persone con sclerosi laterale amiotrofica e loro familiari

Jose Ramon, Pernia Morales (Istituto di Psicoterapia Integrata, Firenze; Associazione Italiana per l'Integrazione in Psicoterapia, Firenze)

La SLA/MMN è una malattia neuromuscolare che comporta, nelle persone colpite e nelle famiglie, una serie infinita di perdite rispetto all'autonomia per muoversi, per nutrirsi, per comunicare e per respirare e determina alti livelli di distress. Viene presentata un'esperienza di lavoro clinico di gruppo con persone che vivono con la SLA e loro familiari. Inoltre, vengono esposte alcune riflessioni cliniche circa un modello di integrazione teorica sul ruolo centrale di una relazionalità positiva a partire da tale esperienza clinica di gruppo. Una persona/famiglia può, quindi, affrontare le crisi di una grave malattia a condizione che possano vivere anche un'affettività positiva. La letteratura clinica, in effetti, ha identificato da anni che le crisi possono essere affrontate grazie a processi di conferma, di care, di cooperazione, di appartenenza, vale a dire non sentirsi soli. Il lavoro clinico che si svolge, pur non essendo psicoterapia, è basato sull'identificazione, sul riconoscimento, sull'accettazione, e condivisione dei flussi emozionali/motivazionali secondo i codici con i quali si manifestano in un contesto di sicurezza e assoluto rispetto di ognuno dei partecipanti. In questo contesto è possibile trovare conferma ad aspettative passate o presenti in quanto si crea un ambiente di scambi di esperienze, di emozioni, di ricerca di informazioni. Un ambiente dove le cose si possono dire e dove ogni partecipante è disposto ad ascoltare in modo attivo l'esperienza dell'altro.

Proattività e resilienza in una comunità per l'infanzia: un intervento clinico di gruppo secondo un modello integrativo

Denni Romoli (Istituto di Psicoterapia Integrata, Firenze)

Il presente contributo descrive un intervento clinico di gruppo fondato su un modello integrativo che ha come principi la promozione delle risorse adattive e delle potenzialità della persona secondo un'epistemologia complessa del sistema mente-cervello-corpo. Le linee teoriche proposte sono connesse con un'esperienza di supervisione clinica svolta con l'équipe educativa di una struttura residenziale per minori (0-6 anni). La supervisione si è centrata sulla promozione del benessere e della qualità della vita dei membri della comunità, attraverso la costruzione di routine affettivamente connotate in senso positivo (strutturazione di legami di attaccamento/accudimento e gioco). Questi processi risultano essenziali per l'evoluitività del singolo all'interno del gruppo sociale. Tali processi proattivi di validazione e sostegno si sono rivelati fondamentali per la promozione di un clima relazionale positivo per le educatrici e per i bambini. La costruzione di tale contesto relazionale, in un'ottica complessa e circolare, ha promosso il senso di efficacia e padronanza delle educatrici, le quali a loro volta hanno utilizzato attivamente il loro ruolo per favorire il benessere dei bambini. Il presente lavoro sostiene la centralità clinica di facilitare, attraverso

processi di validazione e sostegno, le possibilità adattive del singolo e del gruppo sociale, anche professionale. Tali processi facilitano l'emergere delle risorse e risultano antinomici a prospettive istituzionali fondate sulla difettualità. Una riflessione clinica e valutativa dell'esperienza conferma il ruolo proattivo svolto dall'assunzione di aspettative positive non correzionali, legate alla partnership tra trainer e partecipanti in una prospettiva di fiducia, supporto e condivisione.

Comunicazioni orali delle sessioni tematiche

Analisi con metodica LORETA delle tracce EEG di soggetti normali durante stimolazione effettuata dal dispositivo medico HE-PAT©, eseguita ad occhi aperti e chiusi, con l'obiettivo di verificare le aree limbiche di attivazione

Gioacchino Aiello (Sipp, Studio medico di neuropsicofisiologia clinica, Bernareggio)

L'utilizzo negli anni del neuromodulatore sonoro HE-PAT© ha consentito di verificare in molti soggetti sensazioni di benessere e ideazione positiva. In questo studio si vuole verificare se questo dato è coerente con l'attivazione delle aree limbiche durante la stimolazione, studiata con metodica LORETA. Sono stati arruolati 10 soggetti di età compresa tra 18 e 65 anni di entrambi i sessi, che in anamnesi non presentavano anomalie relative a patologie neurologiche e/o psichiatriche. Sono state acquisite le registrazioni con cuffia precablata e con derivazioni secondo il modello 10-20. La registrazione prevedeva 2 fasi: 1. occhi aperti; 2. occhi chiusi. La durata totale della registrazione è stata di 24 minuti divisa in 2 parti di 12 minuti ciascuna. Per ognuno dei 12 minuti sono stati selezionati 10 intervalli della durata di 30 sec. privi di artefatti da blink o di tipo muscolare. I dati EEG (trasformati in files ASCII) sono stati analizzati successivamente dal programma LORETA. I campioni di dati sono stati divisi in 2 gruppi: 1. fase ad occhi aperti; 2. fase ad occhi chiusi. Il programma LORETA ha ricostruito le tracce identificando le bande delta, teta, alfa, beta, gamma. Di ognuna si sono studiate le distribuzioni anatomiche utilizzando le mappe di Talairach e verificando le differenze statistiche. Le analisi preliminari hanno fatto emergere l'attivazione frontale e temporale mesiale di sinistra, indipendentemente dalla fase della registrazione. Tali dati potrebbero confermare che il dispositivo HEPAT© è in grado di attivare queste regioni, dando un razionale alle variazioni positive di umore descritte dai soggetti.

Creatività e stati della mente, studio degli stati della mente mettendo a confronto soggetti creativi DAP e soggetti normali con la metodica della dinamica non lineare

Gioacchino Aiello, Gregorio Aiello, Silvia Merati, Mariapia Toti, Peter Rossi, Iacopo Aiello (Studio medico di neuroscienze integrate, Bernareggio)

In questo studio sono stati arruolati 10 soggetti creativi (musicisti), 10 soggetti normali e 10 DAP e sono stati sottoposti alla registrazione dell'attività elettrodermica e delle variabili non lineari (dimensione di correlazione, attrattore, coefficienti di Lyapunov e attività elettrotermica). I dati ricavati confermano che la creatività è una fase funzionale della nostra mente, a cui si può accedere o meno. L'accesso a tale fase mentale può essere considerato un momento di benessere, mentre il non accesso può configurarsi come un momento di malessere.

Brain mapping della visione positiva della vita: dati neurofisiologici e neuroanatomici

Gioacchino Aiello, Silvia Merati, Mariapia Toti, Gregorio Aiello, Peter Rossi, Iacopo Aiello (Studio medico di neuroscienze integrate, Bernareggio)

In questo studio si vuole verificare la correlazione tra visione positiva della vita e frequenze EEG nelle regioni anteriori del cervello. Sono stati arruolati 20 soggetti affetti da depressione e 20 soggetti normali, sono state registrate le tracce EEG ed analizzate con l'algoritmo della FFT. Sono state analizzate le distribuzioni di frequenza nelle diverse derivazioni, con l'obiettivo di verificare la presenza di anomalie di frequenza nelle derivazioni frontali sinistre e destre dei soggetti esaminati. I risultati dello studio confermano che i soggetti con attività lenta anteriore sinistra presentano una tendenza all'euforia, mentre i soggetti con iperattività frontale destra tendenza alla visione pessimistica della vita.

Lo sviluppo e il potenziamento della resilienza individuale attraverso il processo espressivo

Ottavia Albanese¹, Barbara Ferrari², Manuela Peserico² (1Università di Milano-Bicocca, 2La Tela Onlus, Milano)

La psicologia del ciclo di vita ha profondamente modificato la visione dei processi di adattamento dell'essere umano durante l'arco dell'intera vita. Accanto a ciò, sappiamo come i processi di comunicazione (verbale, non verbale e paraverbale) siano uno strumento ed un tramite, sostanziale e sostanziente, della relazione che lega l'individuo all'ambiente circostante, in quanto sono uno dei pilastri fondanti degli scambi interpersonali ed intrapersonali umani. In questo processo di ridefinizione si inserisce la resilienza, una funzione psichica che si modifica nel tempo in rapporto all'esperienza maturata, al vissuto emotivo che le esperienze consentono e, soprattutto, al modificarsi dei processi mentali alla base dell'efficacia della resilienza stessa. Infatti, come sappiamo, la resilienza è la capacità di far fronte in maniera positiva a eventi traumatici, di riorganizzare efficacemente la propria vita dinanzi alle difficoltà, di ricostruirsi restando sensibili alle opportunità positive che la vita offre, senza alienare la propria identità. In questo intervento proporremo alla discussione alcune riflessioni sulle tecniche espressive come possibile "territorio di intersezione" tra creatività-comunicazione-resilienza nell'essere umano, nel ciclo di vita. Le riflessioni verranno completate da alcune vignette cliniche esemplificative.

La comprensione e regolazione delle emozioni per promuovere il benessere a Scuola

Ottavia Albanese¹, Piera Gabola² (1Università di Milano-Bicocca, 2Université de Neuchâtel)

La comprensione delle proprie emozioni e di quelle altrui si accompagna alla comprensione delle condizioni che favoriscono stati emotivi positivi o negativi ed alla capacità di gestire risposte a valenza emotiva. In un nostro precedente studio, che ha coinvolto 566 insegnanti italiani di ogni ordine e grado, è stata rilevata la competenza emotiva degli insegnanti nella

relazione educativa con gli allievi attraverso un Questionario sulla Competenza Emotiva – QCE. La consapevolezza dell'intensità delle emozioni provate e delle emozioni manifestate è risultata necessaria per la loro regolazione e per promuovere il proprio benessere emotivo, in grado di influenzare il benessere degli allievi. Le emozioni degli allievi sono state rilevate utilizzando il Test of Emotions Comprehension (TEC). Tenuto conto che l'intensità dell'esperienza emotiva non è in relazione ad una intrinseca caratteristica della situazione che si vive, quanto piuttosto alla modalità con cui si percepisce l'evento come ostacolo o risorsa, risulta necessaria una formazione riflessiva per sostenere gli insegnanti secondo un approccio metacognitivo e con un modello di supervisione che li accompagni nella regolazione delle proprie emozioni e ponga solide basi per la costruzione del benessere di tutti a scuola.

Scuola: sorgente di felicità?

Elena Arrivabene, Antonella Delle Fave, Andrea Fianco (Università di Milano)

Per promuovere l'integrazione scolastica e sociale delle persone con disabilità è necessario considerare tutte le dimensioni del funzionamento individuale e tutti gli attori in campo, secondo l'approccio bio-psico-sociale e multidisciplinare proposto dall'ICF. Il presente studio ha analizzato le dimensioni edoniche ed eudaimoniche del benessere riportate nei diversi ambiti del quotidiano da genitori di bambini con disabilità, inseriti nel percorso scolastico, e dai loro insegnanti. L'Eudaimonic and Hedonic Happiness Inventory (EHHI) e la Satisfaction With Life Scale (SWLS); sono stati somministrati a 76 genitori di bambini e adolescenti con disabilità (femmine, Età media 40.5) e a 74 insegnanti curricolari o di sostegno in classi in cui sono presenti alunni con disabilità (femmine, Età media=37.4). Il gruppo di controllo è stato estratto dalla popolazione generale: 100 donne non insegnanti (Età media=41.6). La comparazione dei dati ha evidenziato alcune differenze significative. Per quanto riguarda la definizione di felicità, i genitori hanno citato la famiglia più frequentemente del gruppo di controllo. Il livello di felicità (come pure di significatività) negli ambiti relazioni interpersonali e tempo libero è inferiore a quello degli altri due gruppi. Gli insegnanti hanno riportato livelli più alti di felicità nel lavoro. Anche il livello di significatività attribuito al lavoro è più elevato rispetto al gruppo di controllo. Ciò sembrerebbe confermare il valore della relazione di aiuto, sia essa in ambito personale (caregiver) che professionale (insegnanti), in termini di crescita personale e di felicità.

Hope at the movies: a preliminary investigation of hope. Il concetto di speranza al cinema: un'indagine preliminare

Maria Chiara Bradascio (University of Bolton, United Kingdom)

La speranza è un costrutto mentale che riguarda il raggiungimento dei risultati desiderati e si fonda su due dispositivi psicologici: l'agentività (agency), che si riferisce alle persone come responsabili e protagoniste, impegnate attivamente a raggiungere gli scopi desiderati; la pianificazione (pathways), che definisce uno o più percorsi di pensiero e di comportamento per individuare, analizzare le possibilità e i mezzi per conseguire i risultati voluti. Le componenti fondamentali nel processo di guarigione sono speranza, identità personale, un significato nella vita e la responsabilità personale. La speranza risveglia l'autodeterminazione

e conduce a risultati positivi e nel contesto educativo è elemento essenziale. Un'alta percezione di speranza garantisce risultati migliori in ambito sportivo e accademico; coloro che presentano un'alta dimensione di speranza sono in grado di mantenere una migliore salute fisica e psicologica e di instaurare relazioni interpersonali più profonde. Uno studio quantitativo presso l'Università di Bolton (UK), condotto con studenti di psicologia del primo e del terzo anno, ha dimostrato come la visione di determinati films possano ispirare speranza negli studenti. La Snyder Hope Scale è stata utilizzata per misurare il livello di speranza degli studenti prima e dopo l'intervento basato su video-clips di determinati films. L'utilizzo del t-test prima e dopo l'intervento ha evidenziato risultati significativi. I valori dell'agentività e pianificazione, successivamente all'intervento, si sono sensibilmente innalzati. Gli studenti hanno espresso una maggiore capacità di pianificazione e raggiungimento degli obiettivi predefiniti. Concludendo, si può affermare che anche attraverso l'utilizzo della cinematografia sia possibile innalzare la dimensione di speranza dell'individuo.

Ipnosi: alleata del benessere femminile

Adelina Brizio^{1,2}, Mauro Cavarra^{1,3}, Nicoletta Gava^{1,4,5} (1Natural Gravity, Torino; 2Università della Svizzera Italiana; 3Ospedale San Raffaele, Milano; 4Milton Erickson Institute, Torino; 5Università di Torino)

Si presenta una review della più recente letteratura scientifica (2005-2016) sull'efficacia dell'ipnosi in campo ostetrico/ginecologico. Ipnosi e ciclo mestruale: la dismenorrea è uno tra i disturbi ginecologici più comunemente lamentati. Saha et al. dimostrano che gli interventi che utilizzano l'ipnosi hanno la medesima efficacia dei trattamenti farmacologici. Ipnosi e piacere sessuale: non esistono studi randomizzati che dimostrino l'efficacia dell'ipnosi nei disturbi del piacere sessuale femminile. Il lavoro di Pourhosein e Ehsan (2011) riporta un case report in cui l'ipnosi si è dimostrata efficace nel trattare il vaginismo. Pullak et al. (2007) considerano gli interventi che utilizzano l'ipnosi promettenti nella cura della vestibolite vulvare. Ipnosi in campo ostetrico: gravidanza, travaglio, parto. L'applicazione dell'ipnosi e dell'autoipnosi in gravidanza e in preparazione al parto è forse l'ambito più studiato e documentato. Nell'arco di tempo considerato dalla nostra revisione della letteratura, sono state pubblicate due review sul tema (Brown e Hammond, 2007; Landolt e Milling, 2011): l'ipnosi può essere efficacemente utilizzata per tutto il corso della gravidanza, contribuendo al controllo delle nausee, della pressione e dell'ansia; accorcia la durata del travaglio, diminuisce la durata dell'ospedalizzazione e riduce l'incidenza della depressione post-partum. Ipnosi in menopausa: Le vampate di calore sono un sintomo comune in menopausa. Elkins et al. (2013) riportano una riduzione della frequenza e dell'intensità delle vampate di calore nel gruppo sperimentale trattato con ipnosi. L'analisi della letteratura indica che l'ipnosi può essere efficacemente utilizzata come strumento per il miglioramento della qualità della vita e di promozione del benessere femminile.

Nonostante l'emofilia: un modello di ricerca collaborativo, multidisciplinare e bottom-up

Andrea Buzzi¹, Claudio Castegnaro¹, Antonella Delle Fave² (¹Fondazione Paracelso, ²Università di Milano)

Gli studi scientifici in ambito clinico sono costruiti secondo un criterio top-down, in base al quale i partecipanti rivestono il ruolo di compilatori di questionari e scale. Il modello qui proposto è, invece, un esempio di co-progettazione tra un'associazione di pazienti, ricercatori e medici di diversi ospedali italiani. Le terapie attualmente disponibili permettono un migliore controllo delle manifestazioni cliniche dell'emofilia, rendendo la malattia quasi "invisibile". Ciò ha portato alla carenza di studi sulla qualità della vita di coloro che convivono con l'emofilia. La presente ricerca si è proposta di analizzare questi aspetti per fornire a persone, famiglie ed operatori sanitari informazioni utili alla gestione ottimale di questa condizione. Fondazione Paracelso, organizzazione italiana che opera nel campo dell'emofilia, ha interpellato un gruppo di ricerca universitario allo scopo di analizzare le risorse e potenzialità delle persone che convivono con le forme gravi di questa condizione, sottolineando la necessità di studiarne gli aspetti costruttivi e positivi anziché quelli di malessere abitualmente indagati. La Fondazione ha esplicitamente richiesto di utilizzare un approccio mixed method, affiancando un'intervista semi-strutturata a scale di valutazione delle dimensioni edoniche ed eudaimoniche del benessere. Il progetto ha evidenziato dimensioni psicosociali generalmente trascurate, ma fondamentali per la formazione dei medici, nonché utili per l'implementazione dei percorsi educativi e psicosociali proposti dalla Fondazione alle persone con emofilia e alle loro famiglie. Il riscontro positivo ottenuto tra i soci ed i professionisti della salute conferma l'utilità dell'approccio collaborativo utilizzato nella ricerca.

Benessere sociale e senso di appartenenza in un campione di studenti universitari cesenati: quale relazione con l'impegno civico?

Elvira Cicognani, Salvatore Zappalà, Davide Mazzoni, Iana Tzankova (Università di Bologna)

La letteratura si è da tempo occupata del rapporto esistente tra partecipazione sociale e civica e benessere nei giovani. Le evidenze disponibili indicano la presenza di una relazione fra la partecipazione nella comunità e fattori come il senso di appartenenza e il benessere psicosociale. Più recentemente le ricerche hanno cercato di chiarire quali aspetti della partecipazione (es. frequenza, qualità) e quali contesti (es. gruppi organizzati) producano maggiori benefici. L'obiettivo dello studio era esplorare le diverse forme e contesti di partecipazione in un campione di giovani universitari. In particolare, si voleva verificare le relazioni con il benessere sociale, l'empowerment e il senso di comunità. È stato inviato il link ad un questionario on-line agli studenti universitari di un campus dell'Università di Bologna. Il questionario è stato compilato da 353 studenti (F=225, M=128). Le analisi confermano che gli studenti che partecipano in modo più assiduo a livello civico nella loro comunità hanno punteggi più alti di senso di comunità, benessere sociale ed empowerment. La qualità della partecipazione varia a seconda dei contesti organizzati e delle forme con le quali essa si esprime (es. civica, politica). I risultati confermano che partecipare, di per sé, non produce inevitabilmente effetti positivi e che, per comprendere le qualità della partecipazione che

generano effetti positivi, occorre approfondire la natura delle attività e il loro potenziale nel generare sviluppo di competenze e processi di integrazione sociale.

Invecchiamento positivo: il ruolo della creatività

Carlo Cristini¹, Giovanni Cesa-Bianchi², Angela Solimeno Cipriano³, Marcello Cesa-Bianchi²
(¹Università di Brescia, ²Università di Milano, ³Università di Napoli Federico II)

Le ricerche condotte negli ultimi decenni in psicogerontologia e nelle neuroscienze hanno permesso di superare il preconcetto che caratterizzava l'invecchiamento unicamente in termini negativi. Invecchiare creativamente e positivamente è una prospettiva possibile per molti e lo testimonia un numero sempre maggiore di persone che raggiungono in buona salute fisica e mentale un'età particolarmente avanzata: gli ultracentenari non rappresentano più un evento eccezionale. L'invecchiare disegna un percorso differente per ciascuna persona in rapporto a vari fattori: biologici, psicologici, ambientali, culturali. Si procede negli anni anche in relazione alle condizioni di salute, alle capacità di adattamento e resilienza, all'espressione della creatività. Ogni individuo affronta in modo diverso la vita e il suo invecchiare. L'età senile può costituire un'occasione per approfondire curiosità e interessi, raggiungere obiettivi, ricercare nuove esperienze, realizzare pienamente se stessi. La dimensione creativa si può manifestare nelle varie situazioni che l'essere umano sperimenta, lungo l'intero arco esistenziale. Le capacità di inventare non si esauriscono alla soglia dell'età. In vecchiaia, la creatività può aiutare le persone a non smarrirsi nel vuoto esistenziale, a stimolare le capacità cognitive, in declino o meglio conservate; il processo creativo può favorire la ripresa di attività e funzioni, dare più senso ad una fase della vita spesso trascurata dal mondo moderno. L'essere creativi, come molti grandi artisti e scienziati ci hanno dimostrato, consente di consolidare o migliorare il sentimento di benessere, soprattutto quando si mantengono in esercizio le funzioni dell'organismo e della mente, si coltivano le relazioni affettive, si è motivati a vivere, conoscere e scoprire.

Benessere psicologico, personalità, ed intelligenza emotiva nei clown di corsia

Alberto Dionigi (Federazione Nazionale Clowndottori, Bagnile di Cesena)

I clown dottori operano in ambiente sanitario, attraverso l'arte del clown, per gestire le emozioni negative e promuovere emozioni positive in pazienti e familiari. In maniera simile ad altro personale sanitario, i clown testimoniano regolarmente il dolore e la sofferenza degli altri e lavorano in ambienti stressanti. Scopo dello studio è di valutare l'impatto delle caratteristiche di personalità, intelligenza emotiva e componenti cognitive dell'essere clown, nel mantenimento del benessere psicologico di questi operatori. Un totale di 189 clown dottori (F=131, M=58) di età compresa fra i 21 e 72 anni (Età media=38.56, DS=11.27) ha completato una batteria di test contenente un questionario socio-demografico, il BFI, TEIQU-SF, PWB. I risultati hanno mostrato come i diversi tratti di personalità influiscono diversamente sulle componenti del benessere psicologico: Estroversione, Coscienziosità, Apertura sono emersi essere positivamente correlati con Autonomia, Controllo Ambientale, Relazioni Positive ed Accettazione. Queste quattro dimensioni del benessere personale sono emerse essere negativamente correlate con il Nevroticismo. Amicalità è emersa essere correlata solo con Relazioni Positive ed Accettazione, mentre non sono emerse relazioni fra

Crescita Personale e le variabili prese in considerazione. L'intelligenza emotiva e la capacità di rimanere nel personaggio clown hanno un impatto positivo sul benessere psicologico. I risultati verranno discussi alla luce delle ricerche condotte in questo ambito e indicando direzioni future.

Autovalutazione dell'esperienza soggettiva in un progetto di cooperazione fra bambini della scuola primaria e adulti con disabilità intellettiva

Margherita Fossati¹, Mario G. Cocchi¹, Andrea Riva², Antonella Delle Fave² (1IRCCS Eugenio Medea – La Nostra Famiglia, 2Università di Milano)

Per concretizzare le politiche di “community care” sostenute dalla legislazione italiana e le indicazioni della Convenzione delle Nazioni Unite sui diritti delle persone con disabilità è essenziale implementare e dare piena evidenza ad iniziative che coinvolgono attivamente ed in ruoli inediti le persone con disabilità. Ciò richiede il superamento di una visione puramente assistenzialistica degli interventi a favore dei disabili e la promozione-diffusione della cultura dell'inclusione, specialmente nelle nuove generazioni. Lo studio si propone di analizzare le caratteristiche dell'esperienza di bambini in età scolare nel corso di un laboratorio artistico condotto da istruttori adulti con disabilità intellettiva, e di indagare le medesime dimensioni rispetto all'esperienza di insegnamento negli istruttori. 199 alunni di scuola primaria hanno compilato l'Intrinsic Motivation Inventory (IMI) ed il Learning Climate Questionnaire (LCQ), descrivendo le dimensioni motivazionali e relazionali dell'esperienza di apprendimento associata ad un laboratorio artistico di mosaico. I sette istruttori con disabilità intellettiva coinvolti nel progetto hanno compilato l'IMI relativamente all'esperienza di insegnamento. Gli alunni hanno descritto l'attività come interessante, coinvolgente e di valore; si sono percepiti inoltre molto competenti nello svolgerla. Gli istruttori con disabilità sono stati riconosciuti dai bambini come capaci di offrire loro adeguato supporto nel contesto di apprendimento. Gli istruttori hanno descritto l'esperienza di insegnamento come importante, intrinsecamente motivante, e si sono percepiti competenti in tale ruolo. I risultati evidenziano le potenzialità di esperienze formative condotte da adulti con disabilità sia in termini prettamente educativi che di integrazione sociale.

Opposte o indipendenti? La relazione fra le dimensioni positive e negative del benessere

Laura Giuntoli¹, Corrado Caudek² (1Università di Padova, 2Università di Firenze)

Il presente lavoro si propone di contribuire al dibattito sulla relazione tra dimensioni negative (misure di ansia e depressione) e positive (misure di benessere edonico e eudaimonico) del benessere. In particolare, ci si è chiesti se tali dimensioni debbano essere considerate l'una il negativo dell'altro, oppure se rappresentino costrutti (relativamente) indipendenti. Nel presente studio abbiamo somministrato la Flourishing Scale (FS), la Scale of Positive and Negative Experience (SPANE), il Beck Depression Inventory-II (BDI-II) e il Beck Anxiety Inventory (BAI) a tre campioni: studenti (N=190), lavoratori (N=219) e disoccupati (N=171). Considerando la disoccupazione come un evento ad alto impatto negativo sulla vita degli individui, è stato verificato se i punteggi medi dei disoccupati sulle singole scale aumentino o

diminuiscano in maniera proporzionale rispetto ai punteggi degli altri due gruppi. I nostri risultati mostrano che la grandezza dell'effetto che distingue il livello medio dei tre gruppi varia in funzione delle scale considerate. L'indice *d* di Cohen assume un valore grande nel confronto fra disoccupati e gli altri due gruppi per lo SPANE-P, lo SPANE-N e il BDI-II; un valore medio per la FS; un valore piccolo per il BAI. Questi dati indicano che un evento di vita stressante impatta in modo diverso sulle diverse dimensioni del benessere e va a sostegno dell'idea che le dimensioni positive e negative del benessere non debbano essere considerate come complementari, ma rappresentino piuttosto costrutti relativamente indipendenti tra loro.

L'effetto della mindfulness sul moral decision making

Rebecca Honorati (Università Europea di Roma)

L'obiettivo del presente studio è indagare se, a fronte di uno stato affettivo indotto come il disgusto, soggetti con elevati punteggi di mindful forniscano maggiori risposte morali utilitaristiche (l'agente sacrifica la vita di un individuo per salvare un gruppo di persone in pericolo) quando posti di fronte a situazioni dilemmatiche. I livelli di mindful sono stati valutati attraverso la Mindfulness Attention Awareness Scale (MAAS) e la Mindfulness Process Questionnaire (MPQ). Ci aspettiamo che la mindfulness abbia un effetto su uno stato emotivo come il disgusto, riuscendo a soprassedere alla risposta automatica indotta dal disgusto e poter guidare il soggetto verso una risposta utilitaristica. Al presente studio hanno partecipato 50 studenti universitari. L'esperimento prevede una fase di assessment (somministrazione di una batteria di test) e la fase del moral judgment task. I nostri risultati evidenziano come l'accettabilità morale di un'azione utilitaristica sia moderata dall'effetto del disgusto solo in presenza di alcuni determinati scenari morali. Rispetto all'obiettivo della mindfulness, non abbiamo individuato nel nostro campione un effetto sulla relazione disgusto/scelta morale. Risultato simile è relativo all'effetto del tempo di esposizione allo stimolo emotigeno. Un dato interessante riguarda il cambiamento dello stato affettivo durante la somministrazione del task computerizzato da cui è possibile affermare che il compito di scelta morale ha avuto incidenza sullo stato affettivo con una diminuzione rispetto allo stato iniziale. I risultati preliminari del presente lavoro rappresentano l'inizio di uno studio che vuole approfondire la relazione tra mindfulness emozione e ragionamento morale.

Promuovere benessere nella scuola inclusiva, tra didattica, emozioni e sviluppo delle competenze

Lilian M. Landriel (Formatrice e consulente pedagogica)

Le nuove disposizioni curriculari, europee e nazionali, delineano un modello di scuola in grado di promuovere la partecipazione democratica, rispondendo ai bisogni profondi della persona, quelli fondamentalmente relativi al saper vivere insieme agli altri, al sentirsi accettati, apprezzati e responsabilizzati, al fare ricerca costruendo le proprie conoscenze. Tale prospettiva esige un cambiamento della didattica a 360°. Si tratta di un modello di "scuola comunitaria", capace di sviluppare competenze individuali all'interno di un contesto che accolga le diversità. Tale contesto esige dagli insegnanti solide competenze per gestire classi

complesse. La difficoltà, in questo ambito, ricade negativamente sull'autopercezione del "Sé professionale" e induce spesso alla deresponsabilizzazione verso il compito e/o a situazioni di stress. Vediamo la scuola come uno spazio propizio per promuovere relazioni intersoggettive che favoriscano lo sviluppo equilibrato della persona. Il senso di autoefficacia, dell'autostima, dell'autorealizzazione, è alla base della percezione soggettiva di benessere e si ottiene solo se collegato al "senso di appartenenza". L'idea di una scuola inclusiva fa appello a un nuovo modello didattico, pensato in senso "comunitario", atto a sviluppare non solo competenze individuali, ma di gruppo. In quest'ottica, il presente lavoro propone alcuni interventi educativi operati all'interno di percorsi di supervisione scolastica, analizzati alla luce di parametri fondamentali della psicologia positiva. La valutazione finale delle esperienze rileva un cambiamento positivo nella percezione del Sé professionale degli insegnanti coinvolti, migliorando conseguentemente la capacità didattica/organizzativa della classe e l'attenzione verso i bisogni particolari degli alunni.

Giocando si impara: i giochi di Findhorn come strumento di crescita personale e professionale per gli insegnanti

Giovanna Malusà (Università di Trento)

La presenza di docenti motivati e competenti nella gestione della complessità e della differenza rappresenta uno dei fattori determinanti per la costruzione di contesti di apprendimento inclusivi. Una ricca normativa nazionale ed internazionale richiede sempre più agli insegnanti competenze interculturali, che necessitano di una specifica formazione anche esperienziale che permetta di impadronirsi di strumenti di mediazione e di leadership. Questo lo sfondo del presente contributo, che intende presentare alcune direzioni di senso emergenti da un'esperienza formativa che, dal 2013 al 2015, ha coinvolto complessivamente 98 docenti in servizio presso alcune scuole primarie e secondarie di diversi Istituti Comprensivi del Trentino. Con un approccio connesso all'Experiential Learning Model della Findhorn-Foundation, gli interventi hanno previsto - con un progressivo livello di coinvolgimento - giochi di apertura, esplorazione, fiducia, mediazione dei conflitti, sintonia del gruppo e attività cooperative, alternando a simulazioni osservazioni riflessive sui vissuti e una rielaborazione teorica dell'esperienza. In ciascun modulo (di 10-16 ore) sono stati proposti un questionario sui bisogni formativi, un questionario di valutazione e un incontro di debriefing, che hanno evidenziato il valore del percorso come crescita personale e professionale dei docenti, con una iniziale ricaduta operativa sulla loro prassi didattica. I risultati sottolineano come questo approccio favorisca un incremento motivazionale, lo sviluppo di competenze relazionali in un clima di fiducia reciproca e la creazione di un team collaborativo e suggeriscono l'importanza di promuovere percorsi formativi esperienziali sulla gestione della classe, convalidando l'ipotesi che la facilitazione di competenze sociali negli studenti presupponga la presenza di insegnanti socialmente competenti.

Migliorare il benessere soggettivo con il Subjective Well-Being Training: follow-up a un anno

Debora Manoni, Simona Fantini, Federico Colombo (Scuola Asipse, Milano)

Nell'ambito della psicologia positiva è stato dimostrato che l'utilizzo di strategie cognitivo-comportamentali è efficace sia al fine di aumentare il benessere personale che per ridurre i sintomi psicopatologici. Monitorare l'incremento del benessere soggettivo ottenuto mediante l'utilizzo di strategie cognitivo-comportamentali nella popolazione generale. Per raggiungere il nostro obiettivo ci si è avvalsi del "Subjective Well-Being Training" (SWBT). Esso si basa sugli studi di Fordyce negli USA e di Goldwurm in Italia, inerenti lo sviluppo del benessere soggettivo attraverso la messa in pratica dei "14 fondamentali della felicità". Il gruppo sperimentale, suddiviso in 4 sotto-gruppi, per un totale di 35 soggetti, ha partecipato a otto incontri di due ore (SWBT), mentre i soggetti del gruppo di controllo hanno seguito un corso yoga o attività sportive. I partecipanti di entrambi i gruppi sono stati selezionati tra la popolazione generale, 11 maschi e 52 femmine; il range di età è compreso tra i 20 e i 55 anni. Al fine di valutare l'efficacia del SWBT sono stati impiegati i seguenti questionari: Psychap Inventory, Happiness Measures, Scala di Soddisfazione della vita e Symptom Check List-90-R. La somministrazione è avvenuta in più momenti: all'inizio e alla fine del corso, e a un doppio follow up di circa sei mesi e di un anno. I risultati mostrano un incremento significativo del grado di benessere soggettivo nel gruppo sperimentale (SWBT). Il SWBT si conferma un valido strumento, di tipo cognitivo-comportamentale, in grado di aumentare il benessere soggettivo nella popolazione generale.

Genitori in sfida: profili di resilienza e benessere nell'allergia alimentare grave

Emanuela Marini¹, Marco Albarini², Luca Bernardo², Eleonora Mascolo¹, Maria Elena Magrin¹(¹Università di Milano-Bicocca, ²A.O. Fatebenefratelli e Oftalmico, Milano)

Le allergie alimentari gravi sono una malattia cronica la cui incidenza sta aumentando attestandosi intorno all'8% della popolazione pediatrica. La recente letteratura ha documentato l'impatto che questa patologia ha sulla vita dei genitori di bambini che ne sono affetti, ma si osserva una mancanza di studi relativi alle risorse psicologiche in grado di fornire sostegno per un adattamento efficace alla malattia. Attraverso la presente ricerca, svolta in collaborazione con l'A.O. Fatebenefratelli e Oftalmico di Milano, si è inteso verificare il ruolo che diversi profili di risorse di resilienza genitoriali svolgono nella riduzione del distress e nella promozione della qualità di vita e del benessere di genitori di bambini affetti da allergia alimentare grave e, in ottica sistemica, nella promozione della qualità di vita degli stessi pazienti. Per rispondere all'obiettivo proposto sono stati coinvolti 61 genitori e 45 bambini affetti da allergia alimentare grave e sono state svolte due analisi dei cluster, una per le risorse interne ed una per le risorse esterne. Nel primo caso si evidenzia la presenza di tre cluster (percentuale di varianze spiegata tra 32% e il 61%). Nel secondo caso si evidenzia la presenza di due cluster (percentuale di spiegata tra 48% e 51%). Solo i cluster di risorse interne "sotto attacco", "resistenza" e "all'attacco" spiegano significativamente le differenze nei livelli di distress ($\chi^2=6.19$, $gl=2$, $p<.05$), qualità di vita genitoriale ($F=10.87$, $p<.001$, $\eta^2=.27$), benessere ($F=18.80$, $p<.001$, $\eta^2=.40$) e anche qualità di vita del figlio ($F=9.33$, $p<.001$, $\eta^2=.22$).

Come il Cooperative Learning (CL) favorisce il benessere individuale: riflessioni su training di aggiornamento per insegnanti

Claudia Matini (Scintille s.r.l., Treviso)

La finalità della presentazione è di illustrare le potenzialità del Cooperative Learning come metodologia didattica in grado di favorire l'attivazione di processi relazionali positivamente correlati al benessere personale nell'apprendimento. In che modo l'Apprendimento Cooperativo può sostenere il benessere personale di chi lo utilizza? Secondo molte ricerche, lavorare in modalità cooperativa può facilitare il coinvolgimento nel lavoro, la persistenza sul compito, la partecipazione attiva, il senso di appartenenza al gruppo, l'instaurarsi di relazioni positive con i colleghi, oltre a risultati positivi nell'apprendimento. Per alcuni autori questi sono indicatori di benessere personale e collettivo. Con questo contributo verranno proposte alcune riflessioni sull'impatto nei partecipanti a training di 15-18 ore su Cooperative Learning e Metodologie attive svolti nel 2016 da Scintille.it s.r.l. I training implicano l'uso costante di strutture di apprendimento cooperativo per cui i partecipanti si trovano coinvolti attivamente nel proprio processo di apprendimento e interagiscono con frequenza con persone che non sempre conoscono per imparare contenuti nuovi. Si farà riferimento a dati rilevati mediante questionari di valutazione finale in 4-6 corsi di formazione che vedono circa 100-150 partecipanti. I questionari misurano con scala da 1 a 6, variabili relative ad aspetti organizzativi, qualità della presentazione dei contenuti dei formatori, efficacia dei lavori di gruppo, impatto sull'apprendimento e sulla motivazione all'uso delle metodologie. Verranno proposte alcune ipotesi esplicative degli alti livelli di gradimento del training, basate sulla teoria dell'autoregolazione di Deci e Ryan.

Disabilità e qualità della vita: costruire risorse e significati nella famiglia

Luca Negri¹, Raffaella Sartori^{1,2}, Mario Cocchi¹, Gianna Piazza¹, Antonella Delle Fave^{1,2} (1IRCCS Eugenio Medea – La Nostra Famiglia, 2Università di Milano)

Le ricerche sulla qualità di vita dei caregiver di persone con disabilità si concentrano principalmente sulla valutazione del carico associato ai compiti di assistenza. Numerosi contributi, tuttavia, suggeriscono che queste dimensioni descrivono solo parzialmente il vissuto dei caregiver. Per sopperire a tali limitazioni è stato recentemente sviluppato l'Adult Carer Quality of Life (AC-QoL), uno strumento costituito da otto dimensioni che approfondiscono sia le problematiche che i benefici associati al ruolo di caregiver. Questo studio ha indagato: 1) le proprietà psicometriche dell'adattamento italiano dell'AC-QoL; 2) la validità convergente-discriminante tra AC-QoL e strumenti che valutano la percezione di salute, carico assistenziale e benessere. Il campione è costituito da 591 caregiver (89.2% femmine; età 25-69; Età media=43.75, DS=6.2), genitori di bambini e adolescenti (34.2% femmine; età 6-18, Età media=11.13, DS=3.29) seguiti in regime ambulatoriale in 14 centri italiani dell'Istituto Medea-La Nostra Famiglia. Insieme all'AC-QoL, i partecipanti hanno compilato: lo Short Form Health Survey; la Satisfaction With Life Scale; il Caregiver Burden Inventory e la Resilience Scale for Adults. Tecniche di analisi fattoriale esplorativa e confermativa hanno permesso di valutare la replicabilità del modello a 8 fattori. I coefficienti α di Cronbach e ρ di Spearman hanno fornito informazioni sulla consistenza interna dello strumento e sul grado di validità convergente-discriminante con le restanti dimensioni. I

risultati evidenziano l'adeguatezza e l'affidabilità della soluzione a 8 fattori; lo strumento ha mostrato inoltre adeguati livelli di validità convergente-discriminante. Nel complesso, l'AC-QoL si è dimostrato uno strumento affidabile e valido per la valutazione della qualità di vita nel contesto italiano.

Fitness cognitivo-emotivo e pratica clinica

Ferdinando Pellegrino, Simona Novi (Centro Studi Psicossoma, Salerno)

Analizzando l'attività relativa all'ultimo triennio gli Autori riportano l'esperienza relativa alla valorizzazione delle dimensioni proattive (autostima, autoefficacia, response ability) nella pratica clinica. Sono stati valutati 150 soggetti, di età media di 25 anni, affetti da attacchi di panico, ansia generalizzata, disturbo ossessivo-compulsivo, disturbo dell'adattamento, disturbo da stress post-traumatico e depressione. Dopo una prima valutazione diagnostica, è stato predisposto un piano terapeutico (psicologico e/o farmacologico) in rapporto alle condizioni cliniche del paziente e somministrato il test di resilienza, volto a valutare, periodicamente, il rapporto tra le dimensioni disreattive e proattive del paziente. L'approccio prospettato fa riferimento al fitness cognitivo-emotivo che mira ad aiutare il paziente, dopo aver stabilizzato il quadro clinico, a valorizzare il proprio benessere grazie al potenziamento dei processi mentali, sia cognitivi che emotivi. È oggi ampiamente dimostrato, dal punto di vista scientifico, che le capacità cognitive ed emotive dell'individuo, se opportunamente sottoposte ad allenamento, garantiscono prestazioni più efficaci e maggiore vitalità. Le abilità cognitive possono essere rafforzate e migliorate attraverso la valorizzazione dell'esperienza di vita personale, favorendo un allenamento costante delle capacità di apprendimento, elaborazione, pianificazione e adattamento. L'attività intellettuale, la progettualità, la cura di se stessi, la propria autostima e la percezione del proprio ruolo sono fattori che favoriscono migliori performance cognitive. L'apprendimento delle abilità emotive – il fitness emotivo – necessita invece di una metodologia diversa in quanto presuppone un'adeguata conoscenza del proprio mondo emotivo e lo sviluppo di abilità relazionali. Gli Autori riportano l'esperienza ad oggi condotta nella pratica clinica.

Efficacia del Subjective Well-Being Training versione abbreviata: follow-up a due anni

Maria Beatrice Presciutti, Francesca Artana, Federico Colombo (Scuola Asipse, Milano)

Partendo dai "14 Fondamentali della felicità", elaborati da Fordyce negli anni '70 e spunto per la costruzione del Subjective Well-Being Training, abbiamo deciso di verificare se tale training in formato ridotto (SWBT Breve) potesse essere ugualmente efficace come il Subjective Well-Being Training in forma completa. Il gruppo sperimentale ha approfondito 6 dei "14 Fondamentali della felicità" di Fordyce in cinque incontri, mentre il gruppo di controllo ha praticato yoga continuativamente. Per valutare l'efficacia del SWBT Breve, sono stati somministrati ai due gruppi a inizio e termine del training i seguenti test che valutano il benessere soggettivo: Psychap Inventory (PHI), Happiness Measures (HM), Satisfaction with Life Scale (SWLS), Cognitive Behavioural Assessment – Valutazione Esito (CBA-VE). I risultati, sia al post test che al follow-up a 4 mesi, hanno confermato che il training migliora il

benessere soggettivo in modo significativo, diminuendo i valori di ansia, depressione e disagio, variabili misurate dal test CBA-VE, e aumentando quelli della “Felicità raggiunta” (PHI-ACH), “Personalità felice”(PHI-PER), “Stile di vita felice” (PHI-LIFE), “Felicità totale” (PHI-TOT), rilevabili nello Psychap Inventory e attraverso la “Percentuale di tempo felice” (HM-FEL%) del test Happiness Measures. A due anni dalla fine del training, abbiamo effettuato il follow-up, somministrando nuovamente a tutti i soggetti (gruppo sperimentale e gruppo di controllo) la batteria dei test. Dall’analisi dei risultati emerge che i miglioramenti osservati nel gruppo sperimentale al follow-up a 4 mesi siano stati sostanzialmente mantenuti, anche dopo due anni, dato osservabile nei punteggi di tutte le variabili del test HM e di quelle di “Depressione” e “Disagio” indagate nel CBA-VE.

Differenze e somiglianze di genere nei ricordi autobiografici di eventi eudaimonici

Igor Sotgiu, Enrico Briccoli, Deborah Cotich (Università di Bergamo)

Lo studio delle differenze di genere nella memoria autobiografica rappresenta un campo di indagine che si è sviluppato recentemente con l’obiettivo di comprendere in che modo i fattori biologici e socio-culturali influenzino la rappresentazione in memoria di esperienze significative del nostro passato. Scopo della presente ricerca è approfondire questo tema, indagando le differenze e le somiglianze di genere nei ricordi autobiografici di eventi eudaimonici. Hanno partecipato alla ricerca 186 adulti: 88 maschi (Età media = 28.1) e 98 femmine (Età media = 26.9). L’indagine è stata condotta mediante un questionario in cui si chiedeva ai partecipanti di raccontare un evento della propria vita che aveva rappresentato per loro un’esperienza felice e ricca di significato. Sono state poi somministrate alcune scale per valutare il benessere eudaimonico dei partecipanti (Questionnaire for Eudaimonic Well-Being), le caratteristiche fenomenologiche dei ricordi (Emotional Memory Survey) e il grado di centralità dell’evento per l’identità della persona (Centrality of Event Scale). I testi prodotti dai partecipanti sono stati sottoposti ad un’analisi del contenuto. Sono stati poi calcolati dei modelli di regressione lineare multipla, considerando come variabili dipendenti gli attributi dei ricordi e come variabili indipendenti il genere, il benessere eudaimonico, la centralità dell’evento e il tempo trascorso dal suo accadimento. I risultati hanno mostrato che le femmine tendevano a rievocare in misura più frequente dei maschi eventi collegati al tema della nascita. Tuttavia, il genere non aveva un impatto significativo sulle principali caratteristiche fenomenologiche dei ricordi. Nel corso della relazione verranno discusse le implicazioni teoriche ed empiriche della ricerca.

Neuromodulazione sonora con dispositivo medico HE-PAT© nell'ambito della psicoterapia

Danilo Urbani (Società Internazionale di Psico-Acustica Transizionale, Milano)

Il dispositivo medico HE-PAT© è un neuromodulatore sonoro che sembra essere in grado di rimodulare-cancellare patterns neurali disfunzionali del cervello. Sono stati trattati 20 pazienti, fra i 35 ed i 62 anni, (15F, 5M) di cui il 70% era compreso tra i 40 e i 50 anni. 14 soggetti sono stati selezionati per disturbi di ansia e difficoltà di concentrazione. Altri 6

soggetti per un generico disagio e per l'insoddisfazione espressa riguardo l'andamento di una psicoterapia in corso. Lo studio si è svolto applicando una seduta di PAT© settimanale della durata di circa 30 minuti, seguita dall'ascolto attivo delle sensazioni provate dal paziente ed una ulteriore conversazione (anche telefonica) dopo tre giorni dalla terapia. A tutti è stato dato il compito di tenere una traccia scritta degli eventi importanti accaduti nei giorni successivi alla seduta di PAT©. La maggior parte dei pazienti ha aderito con entusiasmo. Le difficoltà che hanno richiesto supporto verbale si sono evidenziate soprattutto alla seconda e terza seduta, spesso con destabilizzazione e riconsiderazione di schemi comportamentali acquisiti. Una percentuale superiore al 60% ha raggiunto, oltre la quarta seduta, una visione più distaccata e critica delle proprie problematiche. La conclusione tratta da questo studio preliminare è che tale trattamento riesce in ogni caso ad agire profondamente, sbloccando empasse di terapie convenzionali iniziate precedentemente, senza molte parole, e in tempi brevi. Sarebbe dunque plausibile affermare che il dispositivo HE-PAT sia uno strumento in grado di intervenire in modo molto diretto su meccanismi alla base di patterns neurali disfunzionali, correlati neurologici dei disturbi psichici.

Self-compassion, sé indipendente e sé interdipendente: associazioni con benessere ed empatia

Chiara A. Veneziani, Alberto Voci (Università di Padova)

La self-compassion è un costrutto caratterizzato da gentilezza verso il sé di fronte ai propri limiti e difficoltà (self-kindness), la percezione di essi come comuni tra gli esseri umani (common humanity), e una visione equilibrata delle proprie esperienze negative (mindfulness). La self-compassion presenta differenze culturali nel legame con il concetto di sé come indipendente o interdipendente. Numerose ricerche mostrano un'associazione tra la self-compassion e diversi indicatori di benessere. Meno chiara è la sua relazione con indicatori di orientamento prosociale, come le dimensioni di empatia (assunzione di prospettiva, preoccupazione empatica, disagio personale). Scopo dello studio è esplorare nel dettaglio le associazioni delle componenti di self-compassion con benessere ed empatia, considerando il ruolo concorrente del sé indipendente e interdipendente e controllando per la desiderabilità sociale e alcune caratteristiche socio-demografiche. Ai partecipanti (N=275) è stato somministrato un questionario con le misurazioni di self-compassion (Self-compassion Scale), sé indipendente/interdipendente (Singelis's Self-Construal Scale), desiderabilità sociale (Balanced Inventory of Desirable Responding), empatia (Interpersonal Reactivity Index), e benessere (Positive and Negative Affect Schedule; General Health Questionnaire-12 item). Le analisi di regressione lineare mostrano che, in aggiunta agli effetti del sé indipendente e interdipendente e controllando per desiderabilità sociale, genere, età e istruzione, self-kindness e mindfulness sono in grado di prevedere punteggi più elevati di benessere generale ($\beta=.24$, $p=.001$; $\beta=.34$, $p<.001$; rispettivamente) e affettività positiva ($\beta=.17$, $p=.023$; $\beta=.19$, $p=.023$; rispettivamente) e minori punteggi in affettività negativa ($\beta=-.25$, $p<.001$; $\beta=-.23$, $p=.007$; rispettivamente). Per quanto riguarda le dimensioni di empatia, common humanity prevede maggiori punteggi in assunzione di prospettiva ($\beta=.25$, $p=.004$) e preoccupazione empatica ($\beta=.18$, $p=.028$). Infine, mindfulness predice punteggi inferiori in disagio personale ($\beta=-.52$, $p<.001$). In sintesi, quindi, "self-kindness" e "mindfulness" sembrano legarsi a un maggior benessere individuale, mentre "common humanity" sembra associarsi a migliori capacità empatiche rivolte verso l'altro.

La mia vita con Marte

Nicole Vian¹, Claudia Ravaldi² (1Università di Milano-Bicocca, 2Ciao Lapo Onlus)

Questo progetto inserisce il tema del lutto perinatale all'interno della narrazione autobiografica, partendo dal presupposto che il lutto non possa essere eliminato, ma debba invece trovare spazio per venire elaborato e accettato. Le linee guida suggerite dal ricercatore sono quelle che accompagnano la narrazione autobiografica delle donne e madri che hanno vissuto il lutto perinatale come esperienza diretta, promuovendo gli aspetti bio-psico-sociali delle cognizioni, delle emozioni e delle esperienze positive, la ricerca di un benessere soggettivo, il ritrovare la propria autostima, creatività e spiritualità. All'interno del progetto "La mia vita con Marte", la narrazione autobiografica permette alle donne di rivivere l'esperienza dolorosa, di ripensarsi, di ricostruirsi e di impedire ed impedirsi di dimenticare.

"La scrittura consente la narrazione e ciò è notoriamente terapeutico perché contiene un senso, una spiegazione, un significato che permette di comprendere in maniera più compiuta un fenomeno che aveva prodotto disorientamento e mancanza di equilibrio" (Barthes).

L'obiettivo del progetto è delineare un senso comune, una condivisione delle proprie emozioni e un ritrovarsi in quella che poi diventerà una storia condivisa, muovendo dal presupposto della reciprocità tra componenti oggettive e soggettive, costruendo una rete di rapporti personali incentrata sulla ricerca di un benessere nuovo. "La mia vita con Marte" apre la scrittura autobiografica a donne che non hanno esperienza del lutto perinatale, e ad un papà invece colpito dal lutto in modo diretto: una voce maschile. L'intento è superare la solitudine, la distanza e la soggettività che porta in sé l'atto dell'autobiografia scritta e di superare il tabù sociale del lutto perinatale, celebrando il legame d'amore tra genitore e figlio.

Poster

Pratiche didattiche nella scuola dell'obbligo: uno studio sulle concezioni dei docenti in Canton Ticino

Loredana Addimando, Elena Casabianca (SUPSI, Lugano)

Affrontare la dimensione sociale della pratica professionale dei docenti partendo dalle prassi significa trarre spunto da modelli cognitivi e interpretativi autentici e coerenti con le dinamiche reali della quotidianità. Nel 2015, il Dipartimento dell'Educazione, della Cultura e dello Sport (DECS) ha avviato un'indagine sulle pratiche didattiche attualmente in uso nella scuola elementare e media del Canton Ticino. La qualità dell'esperienza lavorativa del docente e la sua relazione con la soddisfazione e la qualità di vita percepita sono elementi in grado di incidere sulla qualità dell'apprendimento degli studenti. Il progetto di ricerca coinvolge l'intera popolazione dei docenti (N=3000) e prevede la somministrazione di un questionario in grado di dar conto delle pratiche e delle concezioni dei docenti ticinesi. Le misure incluse nello strumento si riferiscono alle concezioni sull'intelligenza, alle concezioni sulla valutazione, allo stile di insegnamento del docente e ai costrutti di job satisfaction, engagement teacher autonomy risultati in grado di mediare le concezioni e le pratiche dei docenti. La metodologia di analisi si avvale di tecniche multivariate per individuare la relazione tra le variabili in esame. Lo studio è attualmente in corso, i risultati attesi fanno riferimento alla possibilità di mettere in relazione la pratica didattica con le rappresentazioni dei docenti circa la professione, verificando in quale misura i costrutti di job satisfaction e di engagement teacher autonomy siano in grado di mediare la rappresentazione dei docenti e le loro pratiche in classe.

Progettazione partecipata di nuovi strumenti di governance universitaria: un'esperienza empirica nel Canton Ticino

Loredana Addimando, Lorena Rocca (SUPSI, Lugano)

La governance nei sistemi formativi complessi fa riferimento all'insieme di relazioni che definiscono il rapporto tra coloro che sono chiamati ad assumere decisioni vincolanti (gli attori istituzionali) e i destinatari delle decisioni. La ricerca di pratiche di governo basate sull'interdipendenza e sulla co-decisione tra attori dà luogo ad un sistema decisionale pluralistico e negoziato che mette a valore saperi condivisi. Secondo quest'ottica si abbandona la logica gerarchica e regolamentatrice e si avviano processi inclusivi che mirano a coinvolgere in modo pro-attivo gli attori, detentori di risorse e conoscenze specifiche non codificate, ma presenti nel contesto in forma di sapere diffuso ed "esperienziale". Il caso di studio oggetto di questa ricerca pone al centro il disegno dei processi partecipativi aperti ad una pluralità di attori e la promozione di pratiche discorsive finalizzate alla ricerca di un'intesa fondata sulla condivisione di punti di vista ed immagini per il futuro. Al centro della progettazione di "scenari futuri" vi è il Collegio di Dipartimento, concepito come strumento facilitante la governance all'interno del neo costituito Dipartimento di Economia aziendale, Sanità e Sociale (DEASS) della Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana (SUPSI). Il caso di studio viene presentato nel suo farsi, dal processo di accompagnamento nella fusione di due realtà organizzative preesistenti, due distinti dipartimenti accorpatisi in una realtà organizzativa unica, alle pratiche partecipative messe in atto per giungere alla

definizione di un'organizzazione in grado di valorizzare i singoli (studenti, formatori, ricercatori, professori) che si riconfigurano attorno ad un ricostituito organo decisionale.

Disegnare sinergie tra formazione e ricerca: il caso del Dipartimento di Formazione e Apprendimento dell'Università della Svizzera Italiana (SUPSI)

Loredana Addimando, Lorena Rocca, Luca Cignetti, Michele Eglo, Michele Mainardi (SUPSI, Lugano)

Ricerca e insegnamento hanno missioni non direttamente sovrapponibili, la loro reciproca integrazione rappresenta una sfida costante soprattutto all'interno di istituzioni formative di livello accademico. Il Dipartimento di Formazione e Apprendimento (DFA) della Scuola Universitaria professionale della Svizzera Italiana (SUPSI) è deputato alla formazione dei docenti di ogni ordine e grado in Canton Ticino e rappresenta il caso di studio presentato in questa sede. Nel 2015 il DFA ha avviato un'indagine interna finalizzata a identificare le condizioni che permettono, coerentemente con gli obiettivi strategici dell'istituzione, una maggiore sinergia tra formazione e ricerca. Attraverso metodologie narrative e biografiche, seguendo un approccio fondato sui presupposti teorici della Grounded Theory, il progetto di ricerca prevede il coinvolgimento di testimoni qualificati e del personale del Dipartimento (N=70) in percorsi di indagine e riflessione e momenti di lavoro in gruppi omogenei (docenti, ricercatori, studenti e personale amministrativo) e misti. Il presente contributo presenta i risultati preliminari ottenuti dall'applicazione di pratiche riflessive e tecniche di lavoro di gruppo all'interno di istituzioni di formazione terziaria. L'obiettivo è di esplicitare il processo di riflessione adottato nella costruzione di una mappatura condivisa degli assi tangibili e intangibili che caratterizzano il settore della ricerca in rapporto alla formazione e viceversa. La diretta ricaduta del processo è la costruzione condivisa di priorità e linee di sviluppo per l'intera organizzazione che permettano di affrontare la dimensione sociale della pratica professionale di docenti e ricercatori partendo da modelli cognitivi e interpretativi autentici e connessi alle dinamiche reali della quotidianità.

Che relazione esiste tra la frequenza delle Esperienze Ottimali e i MUS (Medically Unexplained Symptoms)?

Massimo Agnoletti (Centro Benessere Psicologico, Favaro Veneto)

Diverse pubblicazioni scientifiche hanno cercato di capire la connessione tra la frequenza di Esperienze Ottimali e lo stato di benessere psicofisico generale delle persone e la loro qualità di vita. Questa presentazione vuole esplorare la possibile connessione tra la frequenza di Esperienze Ottimali e la quantità/qualità di MUS (Medically Unexplained Symptoms) rilevati in un campione di persone. Correlando la frequenza di Flow al numero e la tipologia di MUS (distinguendo i sintomi più somatici da quelli maggiormente psicologici e da quelli più "misti") sarebbe interessante vederne i risultati. Una prima ipotesi è quella di verificare se la frequenza di flow è inversamente proporzionale alla numerosità di MUS. La seconda ipotesi, nel caso la prima fosse confermata, vorrebbe comprendere la natura qualitativa della correlazione tra flow e MUS, capire cioè se esiste una tipologia preferenziale di MUS (somatica, mista o psicologica) correlata ad una specifica frequenza (bassa, media, alta) di

Esperienze Ottimali. Esistono importanti potenziali implicazioni cliniche (soprattutto delle persone che soffrono di ansia o depressione) finalizzate al miglioramento generale dello stato di benessere psicofisico delle persone.

Spiritualità e salute fisica: una review descrittiva

Giulia Basile, Elisa Albieri, Francesca Vescovelli, Chiara Ruini (Università di Bologna)

Recentemente molte ricerche hanno indagato il legame fra spiritualità e salute fisica. Tuttavia, tali studi si sono principalmente focalizzati sulle patologie neoplastiche, trascurando altre problematiche come quelle cardiovascolari, neurologiche e altre malattie croniche. Questa Preview descrittiva si è proposta di analizzare la letteratura relativa al rapporto fra spiritualità e malattia medica, escludendo le problematiche oncologiche. Sono stati analizzati gli studi condotti nel decennio 2004-2014 su persone adulte e anziane, selezionati da PsychINFO, PsychARTICLES, Pubmed, ProQuest e Scopus. Dall'analisi della letteratura, sono stati selezionati 61 studi. È emerso che la spiritualità sembrerebbe supportare i processi di attribuzione di significato e di conseguente accettazione della sofferenza. Incentivando l'impiego di strategie di coping adattive e promuovendo una migliore gestione della malattia, la spiritualità sembrerebbe associarsi a miglior compliance, ridotta morbilità per malattie psicologiche e fisiche e a minori tassi di mortalità. Tuttavia, un numero ridotto di studi ha evidenziato la presenza di un risvolto negativo della spiritualità: in particolare, l'uso di strategie di coping spirituali disfunzionali e l'esperienza di una crisi spirituale potrebbero condurre all'insorgenza e/o all'esacerbazione di malattie fisiche. Questi risultati enfatizzano l'importanza di valutare la spiritualità dei pazienti, prestando attenzione al loro background culturale e clinico, in modo da mettere a punto specifici interventi terapeutici. Le componenti spirituali potrebbero infatti promuovere percorsi di ricerca di nuovi significati e di crescita psicologica connessi a un miglioramento della condizione clinica associata a molteplici patologie.

La promozione del benessere in anziani residenti in case di riposo: un intervento narrativo controllato

Giulia Cesetti, Francesca Vescovelli, Chiara Ruini (Università di Bologna)

Il benessere ricopre un ruolo protettivo per la salute fisica e psicologica degli anziani. La ricerca si è proposta di: 1) confrontare i livelli di benessere e di malessere in due gruppi di anziani (residenti in case di riposo VS residenti presso il proprio domicilio); 2) testare l'efficacia di un protocollo di intervento basato su strategie narrative finalizzato alla promozione del benessere.

Hanno partecipato allo studio 50 persone (Età media=77.54, DS=5.44; M=17), 30 delle quali risiedevano in case di riposo (Età media=78.40, DS=6.11; M=9), 20 (Età media=76.25, DS=4.05; M=8) in famiglia.

I partecipanti hanno compilato: Satisfaction with Life Scale (SWLS), Psychological well-being scales (PWBS), Social well-being scale (SWB), Geriatric depression scale (GDS) e quattro item sulla qualità del sonno.

I 30 anziani residenti nelle case di riposo sono stati assegnati a un gruppo sperimentale (N=20) che ha ricevuto l'intervento con strategie narrative, mentre i restanti 10 hanno partecipato ad attività ricreative (pittura/musica). Tutti gli anziani sono stati ri-valutati al post-intervento con la medesima batteria.

Gli anziani residenti nelle case di riposo, rispetto a quelli residenti in famiglia, hanno riportato meno benessere e maggior malessere. Al post trattamento, il gruppo sperimentale che ha partecipato all'intervento narrativo ha mostrato un miglioramento significativo del benessere e della qualità del sonno rispetto al gruppo di controllo.

I risultati, sebbene preliminari, hanno evidenziato una maggiore vulnerabilità degli anziani residenti nelle case di riposo. L'intervento narrativo, seppur breve, è risultato efficace nel migliorare tale vulnerabilità e i livelli di benessere degli individui coinvolti.

UDIRE LE VOCI: problemi e opportunità

Mario G. Cocchi¹, Cristina Tantardini², Marcello Macario³, Margherita Fossati¹, Antonella Delle Fave² (1IRCCS Eugenio Medea – La Nostra Famiglia, 2Università di Milano, 3Associazione "Rete Italiana Noi e le Voci" - Dipartimento di Salute Mentale, ASL 2 Savona)

I gruppi di auto-mutuo-aiuto degli Uditori di Voci sono stati avviati in UK nel 1991 con l'obiettivo di sostenere percorsi di Recovery rivolti a persone che presentano allucinazioni uditive, non mirando alla scomparsa del sintomo ma ad una diversa lettura dello stesso che promuova la "guarigione sociale e personale". Lo studio analizza l'esperienza di percezione di voci riportata da un gruppo di uditori italiani e indaga la definizione di felicità e la percezione di obiettivi identificati nei vari ambiti della vita quotidiana. 18 Uditori di voci (età media 37 anni) frequentanti gruppi di mutuo-aiuto in Italia hanno compilato l'Eudaimonic and Hedonic Happiness Investigation (EHHI) e hanno risposto a domande aperte sulla propria storia di allucinazioni uditive. La percezione di voci è per tutti i partecipanti un fenomeno negativo che reca malessere e condiziona quotidianamente sia la vita privata che le relazioni sociali. Le risposte fornite all'EHHI hanno evidenziato come le definizioni di felicità facciano prevalentemente riferimento alle relazioni interpersonali per quanto riguarda le definizioni contestuali mentre per circa il 40% siano costituite da definizioni psicologiche (emozioni, esperienze); gli obiettivi più importanti riportati dai partecipanti ricadono nelle categorie del lavoro (56%), del benessere e salute mentale (44%) e della famiglia (39%). I risultati suggeriscono che riconoscere le proprie esperienze di felicità e riflettere sui propri obiettivi a breve e lungo termine rappresentano importanti punti di partenza per controbilanciare le esperienze traumatiche e dolorose delle allucinazioni, in linea con gli obiettivi del gruppo di auto-mutuo-aiuto.

Dati preliminari di un protocollo di ricerca relativo a pazienti con sindrome delle apnee notturne (OSAS) e terapia C-PAP

Elisa Covini¹, Antonia Pierobon¹, Giulia Avvenuti¹, Anna Giardini¹, Simona Callegari¹, Valeria Torlaschi¹, Roberto Maestri², Rita Maestroni³, Eugenia Taurino³ (¹Servizio di Psicologia, ²Servizio di Bioingegneria, ³Ambulatorio di Polisonnografia Fondazione Salvatore Maugeri, IRCCS, Istituto Scientifico di Montescano, Pavia)

Numerose ricerche negli ultimi anni hanno evidenziato come la valutazione psicologica del paziente con Obstructive Sleep Apnea Syndrome (OSAS) e in trattamento con Continuous Positive Airway Pressure (C-PAP) fornisca dati utili ad una comprensione più olistica del quadro clinico e ad una ottimizzazione della gestione a breve e a lungo termine di questi pazienti.

Questa ricerca si è proposta di valutare ansia, manifestazioni depressive, ottimismo, qualità di vita in termini funzionali e disfunzionali e studiarne l'associazione con le variabili cliniche in basale e in follow-up.

Il reclutamento è tuttora in corso e ad oggi il campione è composto da 52 pazienti (età 55±11) consecutivamente affluenti da settembre 2015 presso il laboratorio di polisonnografia della Fondazione Salvatore Maugeri, Istituto di Montescano (PV) con recente o pregressa diagnosi di OSAS, di cui 26 attualmente in terapia C-PAP. Dal confronto tra i pazienti in terapia C-PAP (Apnea-Hypopnea Index AHI: 42.87±24.33) e i pazienti non in terapia (AHI: 24.39±18.29), gruppi sostanzialmente omogenei rispetto alle variabili socio-anagrafiche, emergono rispettivamente le seguenti differenze significative: BMI (32.0±6.9 vs 27.6±4.4, p=.0092, t=2.71) e item SAT-P relativo all'efficienza mentale (83.0±21.4 vs 69.4±24.8, p=.04, t=2.11). I pazienti con OSAS in terapia C-PAP hanno un BMI elevato (42.3% obesità di I grado) e livelli di efficienza mentale esperiti maggiori rispetto ai pazienti con OSAS non in terapia C-PAP. Nel presentare i dati preliminari, l'attenzione verrà posta in particolare su aspetti soggettivi funzionali (ottimismo) e non solo disfunzionali.

Ageismo e benessere nei giovani anziani: la cultura positiva dell'invecchiamento tra realtà e percezione soggettiva

Rita D'Alfonso, Stefania La Rocca (Fondazione Casa Famiglia San Giuseppe Onlus, Vimercate)

Nel corso degli ultimi anni, anche a seguito delle rilevanti dinamiche demografiche, sembra essersi ampiamente modificata l'immagine dell'anziano nella società in relazione alle proposte di Invecchiamento Attivo, Ottimale, di Successo. Si può supporre, pertanto, che siano state superate forme di Ageismo, ovvero di stereotipi e pregiudizi legati all'età, o al contrario che sussistano ancora, almeno nella percezione soggettiva, anche tra gli stessi anziani?

La ricerca si propone di misurare la prevalenza di Ageismo percepito dai "Giovani Anziani" e la correlazione tra presenza di Ageismo e percezione di benessere individuale. È stata individuata la fascia di età degli "Young old" (65-75 anni) in quanto da diversi studi viene riconosciuta come rappresentativa di forme di Invecchiamento Attivo; risulta pertanto molto interessante riconoscere se e come l'Ageismo continui ad essere presente anche in questa popolazione. Il campione selezionato è stato individuato tra persone attive da un punto di vista sociale e culturale nel territorio Vimercatese.

Come strumento di ricerca sono stati impiegati il questionario self report "Rope: Relating to old people evaluation" (ROPE) di Palmore per la misura dell'ageismo e il Psychological Well-

Being Scales (PWBS) di Ryff per la misura del benessere. I medesimi questionari sono stati somministrati anche alla popolazione pre-young old (55-65 anni), ancora non appartenente alla fascia della popolazione anziana.

La ricerca, tuttora in corso, ha l'obiettivo di misurare la prevalenza di Ageismo percepito negli "young old" e l'eventuale sua correlazione con fattori di Positività e Benessere.

Il ruolo protettivo degli aspetti socio demografici nello stress genitoriale percepito in condizioni di nascita a rischio

Simona De Stasio¹, Maria Franca Coletti², Francesca Boldrini¹, Simonetta Gentile² (¹LUMSA, Roma, ²Ospedale Bambin Gesù, Roma)

La letteratura riporta come la prematurità e la diagnosi di cardiopatia congenita siano fra gli eventi più gravi che possano investire la famiglia e generare uno stress tale da compromettere l'esercizio delle funzioni genitoriali, in modo particolare quelle materne. Questo studio analizza il possibile ruolo protettivo di alcuni fattori socio-demografici rispetto allo stress genitoriale percepito in due gruppi di madri di bambini con condizioni di rischio alla nascita. In particolare, la ricerca si è proposta di: 1) esaminare le possibili differenze nello stress percepito dalle madri di bambini nati pretermine e dalle madri di bambini nati con una cardiopatia congenita rispetto ad un gruppo di madri con bambini con sviluppo tipico; 2) verificare le associazioni fra le variabili socio demografiche, alcuni dati anamnestici e lo stress percepito dalle madri dei due gruppi clinici presi in esame. Sono stati somministrati a 100 diadi di madri e bambini (età media dei bambini=12.5 mesi; DS=1.1, sviluppo cognitivo nella norma = >85) lo PSI short form e le scale Bayley-Bids III (2006) per le valutazioni di sviluppo dei bambini. I principali risultati evidenziano delle differenze statisticamente significative rispetto alla percezione di stress tra le madri coinvolte. In particolare sono stati riportati più alti punteggi di stress genitoriale dalle madri di bambini pretermine ($F(2,99)=3.66, p<0.01$) rispetto agli altri due gruppi. Si è evidenziato inoltre come un più elevato titolo di studio materno nel gruppo di madri di bambini cardiopatici sia inversamente correlato con le sottodimensioni PSI-SF "risposta difensiva" ($r=-0.36, p<0.01$) e "distress genitoriale" ($r=-0.34, p<0.01$), rappresentando un importante elemento di protezione nell'esercizio delle funzioni genitoriali materne.

La percezione del benessere degli adolescenti. Uno studio svizzero

Piera Gabola, Antonio Iannaccone (Université de Neuchâtel)

Il presente studio intende fornire un quadro descrittivo del benessere percepito dagli adolescenti in termini sia psicologici che sociali con particolare riferimento ai diversi "luoghi" che sembrano amplificare/opacizzare questa percezione. In termini generali questo contributo s'iscrive all'interno della prospettiva di studio della Psicologia Positiva. In maniera più specifica, si tenterà di investigare il ruolo che svolge la dimensione materiale dei contesti del benessere/malessere degli adolescenti così come essa è percepita. In questo senso, il contributo desidera articolare la prospettiva "positiva" con le dimensioni culturali del vissuto (qui intese come l'elaborazione di significati emozionali in relazione ad elementi e caratteristiche delle culture materiali che questi giovani vivono). Saranno presentati i risultati

relativi a 235 adolescenti svizzeri provenienti da quattro differenti quartieri di una città del cantone svizzero di Neuchâtel. Gli adolescenti hanno risposto a due questionari auto-valutativi: un questionario per stimare la soddisfazione in relazione alla scuola, alla famiglia, agli amici e al tempo libero (ideato dal nostro gruppo di ricerca) e un questionario, la Satisfaction with life scale (SWLS), per valutare più in generale la soddisfazione di vita. Inoltre, gli adolescenti presi in considerazione hanno risposto a due domande inerenti le situazioni concrete alle quali associano il loro benessere/malessere. I risultati evidenziano come la percezione del benessere degli adolescenti si elabori anche in relazione ai contesti che possono essere considerati alla stregua di veri e propri "spazi psicologici".

Gli intrecci tra personalità e creatività. Analisi dei tratti e dei significati in un gruppo di autori di audiovisivi fotografici

Gabriella Gandino¹, Antonella Bernaudo¹, Giulia Di Fini¹, Massimo Santinello² (Università di Torino, ²Università di Padova)

Quali caratteristiche di personalità si riscontrano nei soggetti creativi? La letteratura scientifica ha messo in luce come la creatività si espliciti in una serie di abilità operative della mente quali la flessibilità, la fluidità, l'originalità, la capacità di sintesi e analisi. I soggetti creativi sono aperti a nuove esperienze, innovativi, sicuri di sé, energici e ambiziosi. Queste caratteristiche si riflettono anche nel linguaggio e nei significati che il soggetto co-costruisce con i suoi interlocutori. La ricerca che presentiamo, di tipo esplorativo, si pone come obiettivo lo studio della personalità di un gruppo di autori di audiovisivi fotografici, le cui opere hanno partecipato a un concorso nazionale. A tale scopo, abbiamo esaminato attraverso procedure di analisi quantitativa i tratti di personalità prevalenti e la natura del linguaggio con cui i partecipanti si descrivono. Attraverso un'analisi di tipo qualitativo abbiamo inoltre esplorato i significati che emergono dalle loro auto-descrizioni. I risultati hanno evidenziato come i profili di personalità dei soggetti siano connotati da caratteristiche legate alla coscienziosità e all'estroversione: in maggioranza essi si sono mostrati energici, dinamici e molto ostinati nel perseguire i propri obiettivi. Le analisi semantiche condotte hanno inoltre evidenziato un marcato impiego di significati connessi al potere e al desiderio di successo, ed emozioni legate al vanto e all'efficacia personale. In sintesi, i dati hanno consentito di cogliere interessanti connessioni tra alcuni aspetti della personalità e la produzione di un particolare prodotto creativo, qual è l'audiovisivo fotografico.

Nascite mancate. Prendersi cura di genitori e operatori nel percorso del lutto perinatale

Gabriella Gandino, Ilaria Vanni, Antonella Bernaudo (Università di Torino)

La morte che incorre nel periodo gestazionale o nei giorni successivi al parto si presenta come un evento estremamente drammatico, che coinvolge tutti coloro che ne vengono toccati in diverse misure. Oltre a colpire gravemente il vissuto dei genitori in attesa, essa intacca pesantemente il benessere di tutto il personale coinvolto nella morte inaspettata. La perdita perinatale può essere definita come un evento paradossale, che colloca i protagonisti in una posizione di scacco. L'incontrarsi e il confondersi dei due poli opposti della vita, la nascita e la

morte, porta alla genesi di uno spazio e di un tempo deformato, in cui sembra esserci il vuoto per l'accaduto. Questa terra di mezzo che emerge dalla perdita perinatale deve essere riempita dall'accoglimento della sofferenza e del dolore, al fine di non trasformarla in una voragine in grado di trascinare giù chi ne fa esperienza. Istintivamente, colmare quel vuoto può sembrare la soluzione migliore per tutti, ma in una pratica clinica attenta e presente risulta dannoso: se non si dà parola e forma al dolore, questo diventa cancro. Il contributo che presentiamo si propone pertanto di riflettere su quella "buona cura" che, se rivolta agli operatori sanitari dei reparti di Ostetricia e Ginecologia prima ancora che ai mancati genitori, permette un migliore fluire del processo di elaborazione del lutto.

Fobia degli aghi: superarla con l'ipnosi. Presentazione di un caso

Nicoletta Gava^{1,2,3}, Adelina Brizio^{1,4}, Mauro Cavarra^{1,5} (1Natural Gravity, Torino, 2Milton Erickson Institute, Torino, 3Università di Torino, 4Università della Svizzera Italiana, Lugano, 5Ospedale San Raffaele, Milano)

Secondo le stime ufficiali, il 10% della popolazione mondiale soffre della fobia degli aghi. Si tratta di una condizione seria, che induce le persone a mettere in atto comportamenti di evitamento così radicali da creare conseguenze anche gravi per la salute. Secondo la letteratura scientifica, l'ipnosi rappresenta una metodologia efficace, veloce e priva di effetti collaterali per superare tale fobia. Tuttavia, scarsa attenzione è posta alle specificità di ciascun approccio all'ipnosi e, di conseguenza, ai processi che guidano il conduttore nell'impostare e nel condurre l'intervento ipnotico. In questo contributo presentiamo un caso di fobia degli aghi trattato con l'ipnosi ericksoniana. D. S. è stato selezionato per un'importante posizione lavorativa, ma la sua fobia degli aghi gli impedisce di sottoporsi alla visita prevista dalla medicina del lavoro. L'approccio ericksoniano si contraddistingue per l'attenzione alle specificità di ciascun cliente e richiede, per questo, un'accurata analisi del contesto, del problema e del vissuto del cliente. In questo contributo saranno illustrati gli elementi cruciali che possono guidare il conduttore nella definizione dell'obiettivo, nella scomposizione del problema in sotto-problemi e nella conduzione dell'intervento attraverso l'ipnosi postmoderna.

Coppa del Mondo FIFA 2006: metafora tra malattia e salute?

Carlo Gelo, Giancarlo Abete, Pietro Anastasi, Giuseppe Benagiano, Roberto Cecco, Vittorino Denna, Levino Flacco, Alangiò D. Gelo, Omar C. Gelo, Paolo M. Geraci, Elio Imbres, Antonella Masiero, Carmelina Mandracchia, Antonietta Marchi, Paolo Menghini, Gianni Morandi, Michele Pini, Alberto Schizzarotto, Davide Zarccone (Progetto Giovani 1981, Pavia)

Il 9 luglio del 2006 si disputò a Berlino la finalissima della WORLD CUP e l'Italia batté ai rigori dopo i tempi supplementari la nazionale francese, soffrendo e facendo soffrire milioni di tifosi, dopo una battaglia sportiva emozionante ed altalenante combattutasi aspramente sul rettangolo di gioco. La Federcalcio rispose alle tantissime richieste di fare "girare" la Coppa sul territorio nazionale ed anche all'estero e, dopo il primo viaggio a Gallarate nel 2007 presso il teatro Vittorio Gassman, le proposte del Progetto Giovani 1981 di portare tale simbolo di vittoria dentro le cittadelle della sofferenza, vennero accolte proprio per la specificità che venivano ad assumere metaforicamente i susseguenti viaggi a Pavia, a Cava Manara, ancora a

Pavia e a Vigevano ospiti delle relative sedi istituzionali, ma soprattutto del Policlinico S. Matteo, dell'Istituto Nazionale Neurologico Casimiro Mondino, della Fondazione Salvatore Maugeri Clinica del Lavoro e della Riabilitazione ed alcune RSA per anziani. Nei vari reparti di degenza, bambini, giovani ed adulti, con familiari e parenti ed unitamente a medici ed infermieri, coccolavano la Coppa "presi" da diverse emozioni, ed anche gli anziani faticavano a distaccarsene. Alla fase osservazionale è seguita una campionatura di brevi colloqui e la produzione di disegni a scelta sull'evento che hanno evidenziato l'importanza dello stile di pensiero positivo. Certo è che il modello bio-psico-sociale della salute e della malattia ha significativamente prodotto un cambiamento nell'approccio alle persone malate e sofferenti; inoltre, negli ultimi decenni si è assistito ad una valorizzazione di tale modello, con l'ulteriore evidenza nella correlazione tra salute e malattia da una parte e tra elementi di estrazione psicosociale e comportamentale dall'altra. A chiusura duole ricordare come nella Coppa del Mondo 2014 la nazionale italiana è uscita troppo prematuramente. Avevamo cullato anche noi il sogno di poter riportare nei medesimi luoghi di malattia la Coppa del Mondo 2014 per incontrare nuovi protagonisti e magari poterne rincontrare anche alcuni di "vecchi", per rivedere sorrisi, pianti di commozione e comportamenti assertivi con l'espressione di emozioni positive, per incontrare e rincontrare "famiglie". Il sogno è svanito con l'eliminazione dell'Italia. Tuttavia importante è continuare a sognare; benedetta resilienza!

Dallo student centred all'odontoiatria centrata sulla persona: un'esperienza di didattica universitaria

Carlo Gelo, Nimet Bajaraktari, Carolina Bellingeri, Federica Bertuzzi, Gianpaolo Bitonti, Andrea Boldrini, Giovanna Campagnoli, Erika Corna, Andrea Antonio Frijio, Jessica Landini, Giorgia Olivieri, Samantha Piatta Cusimano, Vittorio Ricaldone, Carlo Rosiello, Francesca Rovaris, Alessandra Nicole Sassi (Università degli Studi di Pavia)

Il passaggio concettuale dall'educazione sanitaria all'educazione alla salute è culturalmente basilare poiché viene a significare una peculiare evoluzione da una cultura della malattia ad una cultura della salute e tale espressione sta ad implicare un chiaro e trasparente atto educativo esplicitabile come processo di autoconsapevolezza e partecipazione sempre più crescente da parte della comunità finalizzata a promuovere la tutela del proprio ambiente e della propria salute. In ambito odontoiatrico, il benessere delle persone ha due componenti fondamentali nella salute orale e nella comunicazione odontoiatra-paziente. La garanzia di questo primario benessere, in specie verso gruppi socialmente svantaggiati e fragili, incontra ancora delle oggettive difficoltà culturali e relazionali da governare. L'odontoiatria è quella disciplina medica atta a mantenere o riabilitare le strutture afferenti al cavo orale e conseguentemente dei tessuti di competenza interessandosi così, nel significato più ampio e generale, di salute orale; parimenti nuove sfide dell'odontoiatria moderna si sono prospettate nell'ambito dell'educazione alla salute orale e, con questa esperienza didattica in un'aula universitaria, si vuole evidenziare un focus in cui lo studente viene stimolato ad essere al "centro" della didattica con modalità attive nei confronti dell'apprendimento, nei confronti del docente e dei colleghi di corso soprattutto prendendosi cura di sé quale processo formativo per potere ulteriormente essere accompagnato verso una tipologia di odontoiatria centrata sul paziente, "centrata sulla persona". L'odontoiatria centrata sulla persona rimanda agli individui ed alla propria capacità di controllo riguardo a quello che determina la salute orale nonché il soggetto bisognoso di cure, il quale deve risultare essere sempre al centro di qualsivoglia processo, sia per quanto riguarda le cure e sia per la promozione della salute

orale. Di certo, il poter permettere un'operatività di questo particolare elemento in quella che sarà la pratica odontoiatrica implica una sperimentazione nel proprio ambito formativo e di conseguenza a monte anche di una tipologia di didattica universitaria.

L'applicazione del software T-LAB in psicologia della salute e in psicologia positiva

Davide Mazzoni, Linda Marchetti, Cinzia Albanesi (Università di Bologna)

Negli ultimi decenni, la ricerca psicologica si è avvalsa sempre di più di strumenti informatici per la statistica testuale. T-LAB rappresenta un esempio di software modulare, costituito da un insieme di strumenti linguistici, statistici e grafici per l'analisi dei testi. Il software include un cospicuo numero di funzioni e negli ultimi anni è diventato più popolare in diverse discipline scientifiche. Tuttavia, ad oggi non esistono delle indicazioni stringenti e specifiche rispetto al suo possibile impiego in ambito psicologico, poiché esso dipende principalmente dalla domanda di ricerca, dal modello teorico di riferimento e dal tipo di materiale utilizzato. Obiettivo del presente studio era quello di indagare le prassi di applicazione del software nei campi della psicologia della salute e della psicologia positiva. Tramite una rassegna degli articoli pubblicati dal 2004 al 2015 in importanti riviste di questo settore (Psicologia della Salute, Journal of Reality Psychology, Psychology Health & Medicine, Health Psychology Open), sono stati individuati 14 articoli (full-text) che si sono avvalsi del software T-LAB. I risultati mostrano un numero crescente di contributi nel corso degli anni e un aumento di contributi nelle riviste internazionali. La tipologia di materiale testuale analizzato dai diversi contributi è molto varia. Molte delle ricerche in esame avevano un obiettivo di carattere esplorativo e si è avvalsa di un numero limitato di funzioni rispetto a quelli disponibili in T-LAB. La discussione di questi risultati fornisce utili indicazioni sul valore aggiunto derivante dall'utilizzo di strumenti per l'analisi automatica dei testi e suggerimenti per gli sviluppi futuri.

La scelta del volontariato come ricerca del benessere psicologico

Pierina Spannocchi, Marco Vieri Cenerini, Claudia Malfatti, Giulia Mercuriali, Serena Stanescu, Roberta Puri, Elisa Guidi (Associazione Phantàsia: psicologia e psicoterapia dell'emergenza, Firenze)

Questo lavoro vuole indagare quanto il volontariato sia una scelta rassicurante che la persona compie verso il proprio benessere e quali fattori la influenzino implicitamente.

L'elaborazione del tema è sostenuta da una ricerca svolta su 50 volontari di diverse associazioni di volontariato che operano nel comune di Firenze, ai quali sono stati somministrati questionari realizzati ad hoc.

La ricerca ha come obiettivo quello di indagare le motivazioni d'ingresso dei soggetti nel volontariato, le aspettative, gli impegni svolti con maggiore soddisfazione, i motivi di permanenza connessi al benessere personale e all'attaccamento alla vita.

La ricerca verrà completata confrontando i risultati con quelli ottenuti da un gruppo di controllo di soggetti non appartenenti al mondo del volontariato.

I risultati di questa ricerca potranno fornire conoscenze utili a sviluppare futuri interventi di promozione del benessere rivolti agli individui che operano nel mondo del volontariato.

Misurare il benessere in Israele, Cisgiordania e Gaza: le proprietà psicometriche del Subjective Well-being Assessment Scale (SWBAS)

Guido Veronese¹, Alessandro Pepe¹, Loredana Addimando², Jamal Dakduki³ (¹Università di Milano-Bicocca, ²SUPSI, Lugano, ³Galilee Society, Israele)

Il collegamento tra benessere soggettivo, sviluppo individuale e prosperità delle nazioni è oggi riconosciuto dalle più importanti istituzioni internazionali. Il presente studio si propone di sviluppare uno strumento di misurazione quantitativa del benessere individuale per la valutazione in contesti difficili e di guerra a bassa intensità. Seguendo le raccomandazioni dell'Organizzazione per la Cooperazione Economica e lo Sviluppo (OCSE), così come le tradizionali teorie socio-psicologiche, la misura è stata concepita per valutare tre domini tra loro collegati: la valutazione di vita (valutazione sulla soddisfazione di vita), gli affetti (sensazioni degli individui e stati emotivi) e l'eudemonia (attribuzioni di senso e funzionamento di vita). Il campione (N=423) è composto da palestinesi provenienti da Israele, dalla Cisgiordania e da Gaza (donne=68%, età=35.3±8.5). L'analisi del modello di misurazione ha previsto procedure di analisi esplorativa e confermativa e analisi di affidabilità. Infine, punteggi di sofferenza psicologica misurati attraverso il General Health Questionnaire (GHQ-12) e punteggi di affetti positivi e negativi misurati attraverso il Positive and Negative Affect Scale (PANAS-20) sono stati usati per testare la validità concorrente e divergente. I risultati dell'analisi fattoriale esplorativa e confermativa (RMSEA=.038; SRMR=.048; NNFI=.97; CFI=.97) supportano validità e robustezza psicometrica del modello di misurazione. Le misure generate sono affidabili ($\alpha_{MIN}-\alpha_{Max}=.71, -.79$) e i punteggi ricalcano distribuzioni statisticamente normali. In conclusione, il Subjective Well-Being Assessment Scale (SWBAS) può essere utilizzato in contesti di guerra a bassa intensità per la valutazione e il monitoraggio del benessere di popolazioni di lingua araba coinvolte in conflitti armati.

Il funzionamento psicologico positivo nella Malattia di Parkinson: un confronto fra pazienti e caregivers

Francesca Vescovelli¹, Daniele Sarti², Davide Mariotti², Giulia Cesetti¹, Chiara Ruini¹ (¹Università di Bologna, ²Centro di Riabilitazione Talassoterapico-Rimininterme, Rimini)

Molte ricerche hanno evidenziato come le patologie mediche croniche, nonostante comportino numerose conseguenze negative, possano talvolta attivare cambiamenti positivi come la crescita post-traumatica e la gratitudine. Tuttavia, solo pochi studi hanno indagato il ruolo di tali fattori nella Malattia di Parkinson. Questa ricerca si è proposta di indagare il ruolo del funzionamento psicologico positivo sia nei pazienti con questo tipo di malattia sia nei loro caregivers.

19 pazienti senza compromissioni cognitive e 19 caregivers hanno partecipato allo studio e hanno compilato il Post-traumatic Growth Inventory, le Psychological Well-Being Scales, il Positive Effects of Illness Scale e il Symptom Questionnaire. I punteggi riportati dai pazienti sono stati confrontati con quelli dei loro caregivers.

I pazienti hanno mostrato livelli significativamente maggiori di crescita post-traumatica, gratitudine e sintomi somatici e livelli significativamente inferiori di relazioni positive rispetto ai loro caregivers.

I risultati hanno messo in luce come, da un punto di vista psicologico, la Malattia di Parkinson possa essere più debilitante per i caregivers, che hanno riportato meno risorse psicologiche rispetto al familiare a cui forniscono quotidianamente assistenza. Dimensioni come la crescita post-traumatica e la gratitudine sembrano, infatti, particolarmente sviluppate in questo gruppo di pazienti, probabilmente perché sono i principali destinatari di cure e supporto terapeutico. Studi futuri dovrebbero chiarire meglio il ruolo protettivo esercitato dalle risorse psicologiche come la crescita e la gratitudine nell'adattamento alla Malattia di Parkinson. Questi risultati, infine, potrebbero contribuire a mettere a punto interventi finalizzati alla promozione della salute mentale sia dei pazienti sia dei caregivers.

Relazioni narrative: “tra favola e realtà”

Serena Zurma (SCUP SIS, Roma)

Vista la consolidata pratica psicologica sia in ambito clinico, scolastico che formativo, ritengo importante promuovere “nuovi sentieri narrativi” valorizzanti la costruzione della relazione fra genitori e figli. Seguendo un'impostazione strategico-integrata, ho iniziato a sistematizzare nuovi spazi di sostegno familiare per valorizzare la comunicazione inter-generazionale, attraverso il metodo della costruzione narrativa. La famiglia è l'unità di base della società e come entità psico-sociale di interazioni dove i ruoli definiscono le relazioni in tutte le diverse dimensioni, rappresenta un ponte fra la vita intrapsichica e la vita sociale. Sulla base dell'approccio narrativo di White, “Relazioni narrative: tra favola e realtà” si caratterizza come contesto relazionale di gruppo fra genitori e figli, che mette in circolo strumenti comunicativi per produrre cambiamento nella realtà fenomenica e fornire rinnovate prospettive. Il terapeuta strategico-integrato, conduce la dinamica ponendosi come facilitatore nel processo di costruzione della storia, che il genitore sarà orientato a scrivere insieme al proprio figlio, estrapolandola, come una pagina di un libro, dai loro ricordi personali. La narrazione diventa così, inter-soggettiva e il livello della forma e del contenuto si interrelato ciberneticamente. Il genitore insieme al proprio figlio, dà forma ad una ri-scrittura traslata della trama della loro vita. Gli obiettivi sono quelli di fornire uno spazio di condivisione relazionale. E di ri-scrivere la trama della vita in una direzione più flessibile rispetto all'originale pattern disfunzionale ricorsivo. Saranno coinvolti genitori e figli. Un terapeuta condurrà un percorso di gruppo di 8-10 incontri, di 2 ore ciascuno, suddiviso per fasi.

CLINICAL APPLICATIONS OF POSITIVE PSYCHOLOGY

(Studenti del Dipartimento di Psicologia, Università di Bologna)

Resilience and terrorism

Eleonora Bergami, Sonia Yamile Canè, Benedetta D'Autilia, Carolina Delvecchio, Marta Mommarelli

Linking positive psychology to art therapy

Giulia Bertozzi, Eleonora Desideri, Marta Fontana, Monia Marasca, Elena Musconi

Flow or optimal experience in rehabilitation: an analysis of flow and its clinical applications

Alessandro Carbocci, Daniele Gregorio, Nicola Bertellotti, Paride Lunghi

Breast cancer in women: post-traumatic growth and interventions

Giulia Detti, Ylenia Greco, Santina Claudia Miceli, Valeria Pentimalli

Hope and elderly people: strategies to increase hope

Mariangela Larovere, Annapaola Prete, Luciano Annibale, Laura Pini, Barbara Mazzarella

Workshop

Risorse lavorative, work engagement e stress: il ruolo del capitale psicologico

Rita Chiesa, Greta Mazzetti (Università di Bologna)

Nell'ambito degli interventi finalizzati alla prevenzione dello stress da lavoro correlato, il Modello delle Richieste e Risorse Lavorative (Job Demands-Resources [JD-R] Model) suggerisce un approccio che si focalizzi sia sull'effetto potenzialmente negativo delle domande presenti nel contesto lavorativo sul processo energetico che porta ad un esaurimento delle risorse fisiche e mentali, e conseguentemente ad una situazione di job burnout e ad esiti negativi per la persona e l'organizzazione, sia sull'effetto positivo delle risorse lavorative che agendo sul processo motivazionale possono aumentare il work engagement e quindi avere un impatto positivo sul benessere e su esiti comportamentali. Partendo da questi assunti teorici, il workshop svilupperà una discussione su come sia possibile intervenire per attivare un processo di auto-alimentazione attraverso il quale le risorse, specialmente quelle descritte dal capitale psicologico, possano svolgere le funzioni di: agevolare il raggiungimento degli obiettivi lavorativi, ridurre il carico delle job demands e dei costi individuali ad esse associati, incentivare la crescita, lo sviluppo e l'apprendimento individuale.

La misurazione del benessere

Federico Colombo (Scuola Asipse, Milano)

Questo workshop ha lo scopo di illustrare metodologie e strumenti per la valutazione del benessere soggettivo e psicologico in diversi contesti applicativi: scuola, clinica e lavoro. La considerazione delle risorse della persona permette di arricchire qualsiasi intervento, non solo di psicologia positiva. Inoltre, la valutazione degli aspetti positivi è essenziale per dimostrare l'efficacia di un intervento mirato al cambiamento personale. È prevista una breve introduzione teorica per poi approfondire l'uso degli strumenti con delle dimostrazioni pratiche. A questo proposito, a seconda dello strumento considerato, si impiegherà l'esperienza diretta tramite autosomministrazione e la condivisione di esperienze sul campo sotto forma di protocolli da revisionare insieme. L'obiettivo consiste nel permettere a ciascun partecipante di impadronirsi di strumenti efficaci da impiegare nella propria pratica professionale (a tale scopo verrà messo a disposizione anche il materiale necessario).

La psicologia positiva a scuola: strumenti per promuovere esperienze di crescita

Andrea Fianco (Università di Milano)

In risposta alle difficoltà che bambini e adolescenti incontrano nel proprio percorso scolastico sono stati sviluppati numerosi progetti orientati alla promozione della salute. Tuttavia essi sono spesso focalizzati sulla gestione emergenziale di problematiche specifiche (dispersione scolastica, bullismo, dipendenze, sessualità, ecc.). Sembrano invece mancare interventi più strutturali, centrati sulla promozione del benessere e di esperienze positive nel contesto scolastico attraverso lo sviluppo di risorse personali, familiari e sociali. Partendo da questi presupposti, nella fase introduttiva del workshop si presenteranno alcuni programmi educativi, formalizzati a livello nazionale e internazionale, il cui obiettivo è l'applicazione di alcuni principi e costrutti chiave della psicologia positiva in ambito scolastico. Si proseguirà con la descrizione dei risultati ottenuti da studi qualitativi e quantitativi inerenti la valutazione del benessere e della qualità dell'esperienza soggettiva percepita da bambini e adolescenti in ambito scolastico. L'ultima parte dell'incontro sarà interattiva e tesa ad integrare le esperienze dei partecipanti. Scopo precipuo di questa fase sarà la costituzione di un gruppo di lavoro dedicato alla strutturazione di linee guida per la promozione della salute e la prevenzione del disagio scolastico attraverso l'applicazione della psicologia positiva.

Pratiche autobiografiche nelle criticità del *life span*

Chiara Ruini¹, Marta Scrignarò² (1Università di Bologna, 2Università di Milano-Bicocca)

Questo workshop ha lo scopo di illustrare le potenzialità dell'approccio autobiografico inteso innanzitutto come strumento per la promozione del benessere psicologico a livello individuale e di gruppo, con particolare riferimento agli eventi di vita critici normativi. Nel corso del workshop verranno pertanto illustrati i diversi ambiti applicativi di questo approccio nei diversi periodi del ciclo di vita: infanzia, adolescenza, adultità emergente, adultità, senilità. Partendo da proprie esperienze autobiografiche, i partecipanti avranno la possibilità di ripensare e di riscrivere i propri vissuti relativi ad alcune fasi specifiche del proprio ciclo di vita. L'obiettivo consiste nel permettere a ciascun partecipante di ri-viversi e ri-narrarsi in una prospettiva simbolica che favorisce un'apertura e una rielaborazione degli eventi e delle emozioni. In questo modo le esperienze di scrittura proposte chiameranno in causa non solo la propria mente, ma anche la propria emotività e la ricerca di significato attribuita agli eventi, in un'ottica di promozione del benessere che riscopre le proprietà auto-curative presenti da sempre nelle pratiche autobiografiche.