

BOOK OF ABSTRACTS

Giornate Nazionali di Psicologia Positiva

XIV Edizione

POSITIVITÀ DI GENERE:
PROMUOVERE BENESSERE NELLE DIVERSITÀ

Napoli online, 10-11 giugno 2022

Università degli Studi di Napoli Federico II online

Comitato Scientifico: Francesca Marone (Università di Napoli Federico II), Federico Colombo (Scuola Asipse di Milano), Laura Cancellara (Mind Force Society- Institute for Complexity Studies), Andrea Crocetti (Scuola Asipse di Milano), Rita D'Alfonso (RSA San Giuseppe), Caterina Arcidiacono (Università di Napoli Federico II), Antonella Delle Fave (Università Degli Studi di Milano), Andrea Fianco (Università Degli Studi di Milano), Piera Gabola (Haute École Pédagogique du Canton de Vaud), Spiridione Masaraki (Scuola Asipse di Milano), Chiara Ruini (Università Degli Studi di Bologna), Eleonora Saladino (Università Cattolica di Milano).

Comitato Organizzatore (Università Federico II): Laura Cancellara, Francesca Marone

Segreteria Organizzativa: Claudia Redaelli, Otmen Esseroukh, Riccardo Sancin

Email: info@psicologiapositiva.it

SitoInternet: www.psicologiapositiva.it

Con il patrocinio di



Presentazioni orali

Main lecture

Well-being of Rural Women: A Socio-cultural Perspective

Kamlesh Singh, PhD

Department of Humanities and Social Sciences

IIT Delhi

Gender is an important social determinant of well-being throughout the life course. Further, intersecting identities are also relevant. For instance, the factors influencing the well-being of ‘rural’ women may be different from that of ‘urban’ women. Set in the backdrop of these aspects, the present talk will highlight different facets of well-being of rural women from Haryana – a Northern Indian state, where women are exposed to a host of socio-cultural stressors and expectations that are linked to living in a patriarchal society.

A study, using Cantril Ladder of Life with open-ended questions, was attempted to understand the levels of happiness and satisfaction, and the perceived well-being factors of 226 older rural women. It was found that 41% were slightly happy and satisfied, 41% moderately happy and satisfied, and 18% highly satisfied and happy. R/S practices and family well-being/ill-being were their sources of happiness and satisfaction. Another study explored the role of participation in the indigenous practice of Satsang (singing folk songs in a group) among older rural women. They reported feeling empowered and ‘stress-free’, as well as healthier interpersonal relations, expansion of social support network, and strengthening of family ties on account of participation in Satsang.

Apart from discussing the implications of these studies, this talk will also bring to light some directions for future research, including the importance of psycho-spiritual interventions, given the entwinement of R/S factors with well-being in the Indian context, particularly in rural areas.

Núria Sara Miras Boronat

Universitat de Barcelona, Spagna

**How Gender and Diversity Can Improve Higher-Education Environments.
Reflections from Philosophical Theory and Practice**

Most universities in our context have expressed their commitment to the Sustainable Development Goals (SDGs). Among those, SDG 4 (Quality Education), 5 (Gender Equality), and 16 (Peace, Justice and Strong Institutions) concern directly higher-education organization bodies. This means that universities have to do both: promote internal organizational changes to adjust to the ends expressed in the agenda 2030 and have an active role in informing society of the many social advantages that may result from the adoption of the agenda. However, the reception of gender mainstreaming as a hegemonic institutional strategy to implement gender equality has been split between enthusiasm and skepticism. The talk will focus on the advantages of devising and applying EDI-policies for our work environments in particular and our lives in general.

Simposi

I FATTORI PROTETTIVI DALLA PSICOPATOLOGIA: PERDONO, COMPASSIONE E MINDFULNESS. I FATTORI DI RISCHIO: VENDETTA E AUTO-CRITICA.

Proponenti: Barbara Barcaccia (Sapienza Università di Roma, Associazione di Psicologia Cognitiva APC e Scuola di Psicoterapia Cognitiva srl SPC)

Mindfulness, compassione verso se stessi e attaccamento: una network analysis dei sintomi di psicopatologia in adolescenza.

Pallini, S., Cervin, M., Pozza, A., Medvedev, O.N., Baiocco, R., Saliari, A.M., & Barcaccia, B.

La mindfulness, la compassione verso se stessi e l'attaccamento sicuro si sono dimostrati dimensioni importanti, in grado di proteggere gli adolescenti dalla psicopatologia. Non è chiaro però come questi fattori siano associati tra di loro e quali siano quelli più fortemente correlati a sintomatologia psicopatologica.

Un ampio campione di adolescenti (n=1660; range di età 14-18) ha completato una batteria di questionari di mindfulness, compassione di sé, attaccamento, depressione, ansia e rabbia. Abbiamo utilizzato la network analysis per approfondire le associazioni tra queste variabili.

La mindfulness è risultata significativamente associata a bassi livelli di depressione e ansia e l'auto-rassicurazione a bassi livelli di ansia. L'odio di sé è invece associato alla depressione, mentre l'auto-rassicurazione e l'odio di sé sono correlati a diverse sfaccettature dell'attaccamento, in particolare alla fiducia nei confronti dei genitori.

La mindfulness e la compassione verso se stessi, insieme a interventi basati sulla teoria dell'attaccamento, potrebbero essere inclusi in studi sperimentali futuri per evidenziarne l'eventuale impatto positivo sulla salute mentale degli adolescenti.

Gentilezza verso se stessi, perdono e vendetta negli adolescenti

Barcaccia, B., Bellucci, M., Pozza, A., Saliari, A.M., Pallini, S.

Il perdono interpersonale è un processo che comporta una riduzione delle emozioni negative nei confronti dell'offensore e un incremento di quelle positive. La letteratura scientifica sul ruolo del perdono in età evolutiva evidenzia l'associazione tra perdono e misure di benessere psicologico.

Rabbia e vendicatività risultano invece associate a misure di maladjustment. Nello stesso modo, anche la capacità di essere gentili, compassionevoli e perdonanti verso se stessi è correlata al benessere psicologico.

Il presente lavoro ha l'obiettivo di esplorare le associazioni tra perdono interpersonale, rabbia di tratto e gentilezza verso se stessi, e di individuare differenze nella gentilezza verso di sé e nella rabbia in adolescenti con, rispettivamente, alta e bassa motivazione a vendicarsi per i torti subiti.

I partecipanti sono 579 adolescenti (217 M e 362 F; range di età: 13-20) che hanno compilato TRIM-18 Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory, STAXI-2 C/A State-Trait Anger Expression Inventory-2 Child and Adolescent, FSCRS The Forms of Self-Criticising/Attacking & Self-Reassuring Scale .

I risultati mostrano che la gentilezza verso se stessi è positivamente correlato con il perdono interpersonale. Per quanto riguarda la variabile vendicatività, gli adolescenti con alta motivazione alla vendetta sono meno gentili verso se stessi mentre provano più rabbia, si sentono più inadeguati e si odiano di più rispetto a quelli con bassa vendicatività. I risultati evidenziano anche significative differenze di genere: i maschi emergono come più vendicativi rispetto alle femmine, e con maggiori sentimenti di odio verso se stessi.

In conclusione, il presente studio evidenzia in un campione ampio di adolescenti italiani il ruolo centrale del perdono interpersonale e della gentilezza verso di sé per il benessere psicologico.

I predittori della psicopatologia negli adolescenti: perdono, evitamento e vendetta. Validazione del Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-18).

Pozza, A., Vecchio, G.M., Ioverno, S., Salvati, M., Medvedev, O.N., Pallini, S., & Barcaccia, B.

Il perdono interpersonale è stato identificato come fattore protettivo per la psicopatologia, ma non ci sono a oggi misure validate di stato per la popolazione degli adolescenti italiani. Il Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-18) è una misura di perdono interpersonale utilizzata ampiamente nel contesto internazionale.

Il presente studio ha esplorato le proprietà psicometriche di questa scala in un ampio campione di adolescenti italiani. Nello studio 1 e nello studio 2 abbiamo esaminato la validità interna della scala tramite l'analisi fattoriale esplorativa (EFA) in un campione di 724 studenti (femmine = 67.8%; età media= 16.26, DS = 5.21), e l'analisi fattoriale confermativa (CFA) in un campione indipendente di 802 studenti (femmine= 51.1%; età media = 15.95, DS = 1.49). Nello studio 3 abbiamo esaminato validità convergente, discriminante e di costruito in un campione di 274 studenti (femmine= 59.1%; età media = 14.32, DS = 2.73) con misure di perdono, di emozioni positive e negative e di sintomatologia psicopatologica.

L'EFA ha confermato i tre fattori della scala originale: Benevolenza, Evitamento e Vendetta. La CFA ha supportato la struttura a tre fattori. Le correlazioni tra la TRIM-18 e altre misure di perdono hanno

confermato la validità convergente (Trait Forgivingness Scale; TFS; Barcaccia et al., 2018; Berry et al., 2005; The Forgivingness Questionnaire, FQ; Chiaramello et al., 2008; Mullet et al., 2003). Le correlazioni con le misure di psicopatologia hanno confermato la validità di costrutto e discriminante (State Trait Anger Expression Inventory-2, STAXI-2; Spielberger, 1999). The Positive and Negative Affect Scale, PANAS; Watson et al., 1988; The Children's Depression Inventory, CDI; Kovacs, 1992).

L'adattamento italiano della TRIM-18 ha dimostrato buone proprietà psicometriche: si tratta di uno strumento valido e attendibile per misurare perdono, evitamento e vendetta, tre dimensioni diversamente associate alla psicopatologia negli adolescenti. È emerso, inoltre, lo specifico ruolo della vendetta quale predittore di sintomatologia rabbiosa e depressiva.

Mindfulness e compassione come fattori di protezione per depressione e ansia, e autocritica e comportamento vendicativo come fattori di rischio nei giovani.

Barcaccia, B., Pallini, S., Hartstone, J.M., Petrocchi, N., Saliani, A.M., & Medvedev, O.N.

La conoscenza dei fattori di rischio e dei fattori protettivi per ansia e depressione può fornire informazioni importanti su possibili interventi terapeutici in ambito clinico, così come su interventi preventivi. Il presente studio ha lo scopo di esplorare alcuni fattori protettivi e di rischio modificabili associati con la sintomatologia ansiosa e depressiva.

Abbiamo applicato analisi di regressione lineare multipla stepwise ai dati provenienti da 424 giovani di età compresa tra i 13 e i 22 anni che avevano completato misure di depressione, ansia, sicurezza nel contesto sociale, mindfulness, rabbia, emozioni positive e negative, compassione verso sé stessi, inadeguatezza di sé e odio verso se stessi, vendetta.

I fattori protettivi più forti e rilevanti sono risultati la mindfulness, la sicurezza nel contesto sociale e la compassione verso sé stessi. I fattori di rischio sono risultati l'auto-critica (in particolare inadeguatezza di sé), la vendetta e le emozioni negative.

I nostri risultati evidenziano quali fattori protettivi debbano essere incrementati nei giovani e su quali fattori di rischio sia importante intervenire per prevenire l'insorgenza di sintomatologia ansiosa e depressiva, ma anche per intervenire clinicamente su condizioni di depressione e ansia già presenti nei giovani.

DIVERSITY MANAGEMENT E RELAZIONI DI CURA

Proponente: Francesca Marone (Laboratorio Interdisciplinare di Studi e Ricerche Donne Genere e Formazione DGF, Dipartimento di Studi umanistici dell'Università degli Studi di Napoli Federico II)

Prevenzione e riconoscimento del disagio infantile a scuola: quale formazione per il personale educativo?

Spina Annamaria, Navarra Maria (Università degli Studi di Napoli Federico II)

Il contributo esplora le caratteristiche della formazione del personale educativo dei servizi per l'infanzia 0-6, tra competenze attese ed effettive.

Sebbene la legge 107/15 abbia promosso la formazione continua del personale, una criticità spesso segnalata dalle maestre e dalle educatrici è quella di non avere conoscenze pedagogiche adeguate rispetto ai bisogni educativi speciali e psicologiche rispetto alla gestione dell'aggressività e/o a comportamenti che fanno loro pensare di essere di fronte ad un disturbo dello sviluppo.

È soprattutto nella fascia di età 0-3 anni, infatti, che è difficile capire ciò di cui soffre un bambino, se si tratta di una crisi evolutiva oppure dell'origine di un disturbo più strutturato. Diviene fondamentale, all'interno del contesto scolastico, riuscire a identificare i segnali di un potenziale disagio e modulare un idoneo intervento, soprattutto comunicativo-relazionale, con i bambini e le famiglie. Quali risorse attivare per sostenere il personale educativo ad accogliere, integrare ed includere ogni bambino?

Studenti stranieri e classi multietniche

Ballirano Angela, Di Francesco Annalisa (Università degli Studi di Napoli Federico II)

Molti migranti, di prima e seconda generazione, con la speranza di costruirsi opportunità lavorative future, per una vita più adagiata, hanno deciso di intraprendere un percorso formativo-scolastico.

In Italia, lo *ius sanguinis* non riconosce agli immigrati lo statuto di parità con gli autoctoni. Le istituzioni, come quella scolastica, i vari servizi socioeducativi e formativi, si occupano di accogliere i figli dei migranti integrandoli nella società.

In seguito, l'approfondimento di vari studi e ricerche sul campo si può notare che famiglie e giovani stranieri tendono ad affermarsi, attraverso l'istruzione e la formazione, per diverse ragioni. La scuola dovrà assumere la funzione di "grande equalizzatore" sociale, in quanto il rendimento scolastico, sia di immigrati che nativi, non è dipeso principalmente dal luogo d'origine, ma dallo status sociale di ogni singolo, dal loro livello di benessere e anche dall'età e dal genere.

Il contributo intende analizzare i fattori che creano disequilibri e disuguaglianza formativa per i giovani migranti, ostacolando il percorso scolastico, l'apprendimento di conoscenze e ogni possibilità di successo futuro. Si propongono nuove soluzioni di intervento, volte alla correzione e al miglioramento preventivo.

Gender diversity nelle università italiane

De Simone Alessandra, Evangelista Maria, Raio Gennaro (Università degli Studi di Napoli Federico II)

Il contributo vuole analizzare la questione della differenza di genere e della sua percezione all'interno di alcune delle maggiori università italiane, sia per quanto riguarda gli studenti, sia rispetto professori, ricercatori e RTDb. Il lavoro è articolato come una metanalisi degli studi già effettuati nell'arco degli ultimi dieci anni di ricerca. Una volta individuate le problematiche (equilibrio vita-lavoro, linguaggio rispettoso delle differenze, supporto alla maternità nell'ambito lavorativo, abusi di potere, possibili molestie, differenze di genere nella scelta delle aree di studio) sono stati individuati alcuni piani di intervento. Il primo dei possibili consiste nella riforma del linguaggio in tutte le comunicazioni istituzionali; il secondo potrebbe essere promuovere i processi che tengano in considerazione il genere nella selezione dei ricercatori e delle ricercatrici; infine, il terzo ambito di intervento potrebbe essere quello di promuovere un equilibrio tra la vita e il lavoro, che tenga conto delle necessità familiari e l'istituzione di uno sportello d'ascolto per le vittime di violenza, in tutte le sue forme.

Per una società aperta a tutti. Alcuni percorsi a partire dalle organizzazioni del terzo settore

Del Giudice Francesca, Tufano Noemi, Vaccaro Giulia Natalia (Università degli Studi di Napoli Federico II)

In che modo viene percepita dalla società la questione dell'inclusione? Essa è realmente e per tutti perseguibile? Tutti parlano di inclusione, ma quanto effettivamente si è disposti a fare per ottenerla è uno dei punti nevralgici della questione. Obiettivo del paper è quello di approfondire la tematica negli enti del terzo settore che si impegnano nel promuovere i diritti delle persone in condizioni di disabilità.

Dopo una prima disamina dell'argomento attraverso la letteratura di riferimento, si andranno ad analizzare la partecipazione attiva dei/delle soci/e all'interno di alcune delle organizzazioni prese in esame e il riscontro nella società, partendo dalla condivisione di attività quotidiane attraverso questionari e osservazioni dirette.

A tal proposito verranno proposte alcune iniziative di importanti realtà che mettono in campo dei veri e propri progetti volti a creare una società più inclusiva in grado di accogliere i bisogni di tutti attraverso la valorizzazione di risorse e capacità di ognuno.

TRAINING CBT PER IL BENESSERE IN DIVERSI PROBLEMI PSICOLOGICI

Proponente: Carlo Ratti Socio AIAMC (Associazione Italiana di Analisi e Modificazione del Comportamento e terapia comportamentale e cognitiva)

Disturbi specifici dell'apprendimento: training di potenziamento e ricaduta positiva su autostima e autoefficacia.

Barbara Di Branco. (AIAMC)

L'autostima è il risultato dei successi realmente ottenuti in corrispondenza delle aspettative e degli obiettivi che il soggetto si pone (W. James); l'ampiezza della discrepanza tra come l'individuo vede sé stesso (sé percepito o reale) e come vorrebbe essere (sé ideale) è un segno importante del grado in cui è soddisfatto di sé.

L'autoefficacia è definita, invece, come l'insieme di credenze che l'individuo possiede nei confronti delle proprie capacità di poter aumentare i propri livelli di motivazione, attivare risorse cognitive ed eseguire le azioni necessarie per esercitare controllo sulle richieste di un compito (Bandura, 1996).

La letteratura conferma che i bambini con diagnosi di disturbo specifico dell'apprendimento (DSA), riportano con maggior frequenza un concetto di sé più negativo, scarsa autostima e scarsa abilità di persistenza in un compito, poiché sperimentano difficoltà a scuola, sia in termini di performance scolastica, che in termini di accettazione da parte dei compagni (Tabassam e Grainger, 2002; Bouffard, Couture, 2003; Marcal, 1992; Martinez & Semrud-Clikeman, 2004).

Come avviene per l'animale, che se non può fuggire o evitare uno stimolo avverso manifesta quella che è stata definita impotenza appresa (Seligman e Maier, 1967), anche il bambino con DSA se esposto a continui fallimenti, eventi stressanti e apparentemente incontrollabili, convinzioni negative circa la propria impossibilità di "farcela", disinveste nel compito con conseguenti ricadute negative sull'immagine che ha di sé e della propria efficacia.

OBIETTIVO: Il presente lavoro intende illustrare, a titolo esemplificativo, i risultati di uno studio pilota condotto su un ristretto campione di bambini di età compresa tra i 9 e i 12 anni sottoposti (dopo iter valutativo che ha condotto a certificare la presenza di un DSA) ad un training di potenziamento neuropsicologico.

METODO: analisi della letteratura e presentazione dei dati raccolti. Al migliorare delle prestazioni apprendimento-correlate, migliorano l'immagine di sé e la percezione di autoefficacia dei bambini oggetto di indagine.

Residenzialità psichiatrica: favorire la remissione dei sintomi e il benessere dell'individuo attraverso strategie comportamentali e interventi di psicoeducazione.

Laura Di Chio (COOPERATIVA PROMETEO, AIAMC)

L'intervento di psicoeducazione integrato all'uso di strategie comportamentali è stato proposto in una Comunità Protetta Psichiatrica Residenziale. All'interno della struttura opera un'equipe multidisciplinare formata da psichiatri, psicologi, educatori professionali, oss, infermieri. La struttura propone molte attività terapeutico- riabilitative.

L'intervento è proposto ad un gruppo omogeneo di pazienti dai 28 ai 33 anni (totale di 5 soggetti) con Diagnosi di Schizofrenia, sintomi positivi, uso di sostanze, bassa compliance ai farmaci, assenza di deficit cognitivi. Gli obiettivi posti sono: educare sul disturbo e sulla sua gestione, minimizzare l'interpretazione dei sintomi, aumentare la consapevolezza di malattia, migliorare le capacità di coping, migliorare l'aderenza alle terapie farmacologiche, contrastare l'uso di sostanze psicoattive, migliorare le capacità di comunicazione, migliorare le capacità di Problem Solving.

Per valutare l'efficacia dell'intervento vengono effettuati l'analisi e il confronto dei dati raccolti dall'equipe attraverso il monitoraggio di alcuni comportamenti registrati su apposita modulistica (Sistema di Qualità, ISO 9001:2015) per rilevare eventuali e auspicati cambiamenti a seguito dell'intervento.

Risulta difficile misurare l'impatto dell'intervento e isolarlo rispetto alle altre variabili che interagiscono in un contesto di cura come la comunità. La residenzialità permette ai pazienti psicotici di poter beneficiare di una realtà "semplificata" all'interno della quale fare esperienza e incrementare le proprie competenze in maniera graduale, con costanza e regolarità, beneficiando di un'equipe multidisciplinare a disposizione quotidianamente. Tuttavia è stato possibile osservare, attraverso i dati raccolti, una nuova consapevolezza della malattia e una presenza più attiva nel processo di cura. I momenti di malessere sono stati più facilmente identificati e condivisi, sia con gli altri ospiti sia con gli operatori, al fine di individuare delle strategie più funzionali per fronteggiarli.

Il benessere psicosociale nella popolazione migrante. Un training per il recupero dell'equilibrio psicologico

Carlo Ratti (AIAMC; Scuola ASIPSE); Anna Meneghelli (AIAMC; AIPP)

La maggioranza della popolazione di richiedenti asilo e rifugiati a causa del loro sofferto percorso migratorio è frequentemente portatrice di disturbi di natura psicologica come PTSD, Ansia, Depressione. Essere inseriti in Centri di Accoglienza Straordinari dove i migranti per lungo tempo

sono impossibilitati a creare una propria vita genera fattori di stress che agiscono sulla slatentizzazione e sullo sviluppo di disagio mentale.

Un gruppo di 20 richiedenti asilo di varia nazionalità e omogeneo per età, residenti da diverso tempo sul territorio della città di Milano è stato inserito in un training sul benessere articolato su tre fasi, con lo scopo di verificare l'impatto del benessere soggettivo sulla salute mentale dei richiedenti asilo. Nella prima fase si è proceduto alla creazione di una base comune di comportamenti culturali appresi utilizzando l'approccio CBT nella ricostruzione delle varie esperienze di vita. Nelle seconde fasi si è proceduto all'impiego di tecniche di riabilitazione comportamentale, anche con applicazioni di creatività e di esercizio fisico.

A tutti i partecipanti è stato somministrato il questionario Refugee Health Screener (RHS15) e Psychological General Well-Being Index (PGWBI) prima dell'inizio del training e successivamente alla fine del training.

Si ipotizza alla fine del percorso un beneficio in termini della percezione di un benessere psicofisico accompagnato da un miglioramento in generale della salute mentale.

La digitalizzazione di strumenti CBT per il benessere dell'adolescente e del giovane adulto ad alto rischio psicotico

Anna Arvati, Jessica Montana (*Scuola Asipse: AIAMC*)

L'adolescenza e la giovane età adulta costituiscono le fasi di vita cruciali nell'insorgenza di malattie croniche non trasmissibili (NCDs), inclusi i disturbi psichiatrici. In una popolazione digital native come i giovani di oggi, l'utilizzo degli strumenti digitali potrebbe rivelarsi vincente perché permetterebbe una comunicazione più aperta tra paziente e terapeuta e un monitoraggio sia di sintomi sia del grado di adesione ad uno stile di vita sano. La tecnologia veicolerebbe nuovi ed innovativi obiettivi nel campo della salute mentale, in linea con il goal n. 3 "Salute e Benessere" dell'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile. La psichiatria, quindi, rappresenta un ambito prioritario per l'implementazione di modelli di telemedicina capaci di integrare soluzioni di auto-gestione e monitoraggio da remoto in grado di restituire importanti benefici alla persona assistita. Il presente lavoro propone l'uso di una piattaforma tecnologica ideata con l'obiettivo di guidare il paziente FEP / UHR ad uno stile di vita sano, con focus specifico sull'alimentazione, per ridurre il rischio e l'aggravarsi di problemi metabolici. La piattaforma è pensata con due interfacce: una applicazione mobile per i pazienti e un portale per il lato équipe sanitaria. La progettazione segue le linee guida internazionali per la cura delle psicosi, integrando strumenti CBT quali la psicoeducazione, l'analisi funzionale, le strategie comportamentali e la prevenzione delle ricadute. In questo quadro, una grande attenzione viene data ai sistemi di monitoraggio continuo di variabili oggettive, attraverso le quali si

auspica sia possibile implementare un sistema capace di rispondere in modo personalizzato alle esigenze della persona.

Presentazioni orali delle sessioni tematiche

ACTinDOC: un protocollo esplorativo basato su Acceptance and Commitment Therapy per i famigliari di pazienti con disturbo di coscienza

Chiara Valota¹, Giovambattista Presti², Angela Comanducci³, Guya Devalle³, Giulia Maria Tallarita³, Marina Rossi³, Alessandra Redolfi³, Marta Bassi¹ (1Università degli Studi di Milano, 2Università degli Studi di Enna “Kore”, 3IRCCS Fondazione Don Carlo Gnocchi, Milano)

Il disturbo di coscienza (DoC) è una condizione neurologica in cui il paziente, a causa di una grave lesione cerebrale, presenta una severa alterazione dello stato di coscienza che limita la capacità d'interazione con l'esterno ed impedisce l'autonomia funzionale in modo cronico. In questa complessa situazione, i famigliari riportano elevati livelli di stress che ne influenzano negativamente il benessere psicofisico. Ciononostante, in letteratura non vi sono linee guida in merito a specifici interventi psicologici a sostegno di questa tipologia di famigliari. Il presente lavoro mira pertanto a implementare un protocollo psicoterapeutico basato sull'integrazione dei principi di psicologia positiva e Acceptance and Commitment Therapy (ACT), volto a ridurre il disagio emotivo e incrementare il benessere dei famigliari. Il protocollo è composto da 8 sessioni, che verranno condotte con tre gruppi di 4 partecipanti ciascuno. Vengono proposti metafore ed esercizi connessi ai sei processi ACT che costituiscono il costrutto della flessibilità psicologica (accettazione, mindfulness, azione impegnata, sé come contesto, valori, defusione) e pratiche di self-compassion. L'efficacia del protocollo verrà misurata attraverso questionari autovalutativi atti a rilevare, prima, durante e dopo l'intervento, i processi ACT, la self-compassion, la qualità di vita, il benessere psicologico e il disagio emotivo dei partecipanti. Verranno inoltre condotti colloqui individuali post-intervento per raccogliere suggerimenti e valutare il grado di soddisfazione. Dall'indagine, tuttora in corso, ci si attende di ottimizzare un protocollo specificatamente rivolto ai famigliari di pazienti con DoC che possa aprire la strada a futuri trial clinici e alla presa in carico dei bisogni di questa utenza.

Adolescenti e social media. Riflessioni su corpi, immagini e identità online

Gioia Francesca, Boursier Valentina (Dipartimento di Studi Umanistici dell'Università degli Studi di Napoli Federico II)

Abstract: Negli ultimi anni l'utilizzo dei social media si è focalizzato sulla condivisione di contenuti digitali fotografici, soprattutto tra gli adolescenti, e attività come editare, postare, condividere e commentare sono diventate sempre più frequenti. La ricerca scientifica ha quindi indagato i possibili rischi e le opportunità connesse all'uso dei social media. Infatti, se alcuni studi hanno descritto la centralità dell'immagine corporea degli adolescenti nell'utilizzo dei social media come possibilità di autopresentazione legata all'esplorazione identitaria e alla creazione di legami tra pari, altri hanno

evidenziato quanto questa centralità possa connettersi a insoddisfazione e controllo della propria immagine corporea (anche attraverso il ricorso alla manipolazione delle foto) e, soprattutto, ad esperienze reiterate di oggettivazione corporea. Questo contributo propone una riflessione a partire da materiali risultanti da recenti ricerche sul corpo degli adolescenti oggi, riguardanti la relazione tra immagine corporea e uso dei social media, management dell'immagine/identità corporea online, self-disclosure, vergogna ed oggettivazione corporea con ricadute che evidenziano aree di vulnerabilità e potenziale problematicità. In generale, la presentazione del corpo degli adolescenti online assume un'importanza sempre maggiore, che ci convoca ad una riflessione sulla prevenzione e promozione del benessere degli adolescenti in relazione all'immagine reale e virtuale, oltre che all'uso degli strumenti digitali.

NoiBene: stato dell'arte e prospettive future

Di Consiglio Micaela, Satta Chiara, Couyoumdjian Alessandro (Dipartimento di Psicologia, Facoltà di Medicina e Psicologia, Sapienza Università di Roma, Italia)

Abstract: Le università ricoprono un ruolo fondamentale nel favorire e supportare il benessere psicologico dei propri studenti. Infatti, sempre di più sono coinvolte nella realizzazione di servizi di supporto, promozione e prevenzione, considerando anche l'elevato numero di studenti che sperimentano disagio e sofferenza psicologica. In tale contesto nasce NoiBene, il programma Sapienza di promozione del benessere e di prevenzione del disagio psicologico per gli studenti universitari. NoiBene promuove la capacità di riconoscere, esprimere e regolare le emozioni, favorisce il soddisfacimento dei bisogni e la capacità di comunicare in maniera empatica e non-violenta. Inoltre, attraverso l'elaborazione di emozioni positive e l'individuazione dei propri punti di forza, promuove l'impegno verso i propri valori. Infine, attraverso la riduzione dei principali meccanismi transdiagnostici (i.e., pensiero ripetitivo, perfezionismo, evitamento esperienziale) favorisce lo sviluppo di modalità di risposta funzionali a eventi critici. NoiBene è stato sviluppato integrando tecniche di intervento derivanti dai modelli Cognitivo-Comportamentali di terza generazione con il modello della Psicologia Positiva. Il programma prevede due modalità di svolgimento: un percorso individuale o un percorso di gruppo. A novembre 2019 si è tenuta la prima giornata ufficiale di presentazione del programma NoiBene e, da allora, circa 900 studenti hanno richiesto di partecipare. Il presente lavoro ha l'obiettivo di condividere i protocolli di intervento e di mostrare l'andamento del programma: richieste di accesso, tassi di drop-out, utilità percepita ed efficacia. Ad oggi, NoiBene risulta utile per promuovere il benessere, ridurre i principali fattori di rischio e favorire la richiesta di aiuto e la presa in carico.

Salute mentale e qualità dell'esperienza quotidiana di persone con disturbo depressivo maggiore in fase di remissione: risultati preliminari

Pirola Veronica, Cassina Niccolò, Viganò Caterina, Bosi Monica, Colombo Anna, Varinelli Alberto, Delle Fave Antonella, Bassi Marta (Dipartimento di Fisiopatologia e Trapianti, Università degli Studi di Milano, Milano: Pirola Veronica, Delle Fave Antonella, Dipartimento di Scienze Biomediche e Cliniche L. Sacco, Università degli Studi di Milano, Milano: Cassina Niccolò, Viganò Caterina, Bassi Marta, U.O.C. Psichiatria 2 - ASST Fatebenefratelli Sacco, P.O. Sacco, Milano: Bosi Monica, Colombo Anna, Varinelli Alberto)

Abstract: La depressione maggiore (DDM) è un disturbo dell'umore invalidante che tende a recidivare nel tempo, nonostante i trattamenti farmacologici. Durante la pandemia inoltre si è registrato un peggioramento dei sintomi, con ripercussioni sul funzionamento psicosociale quotidiano. Con questo studio ci si propone di analizzare i fattori connessi al perdurare del malessere, tramite un approccio integrato volto ad indagare la salute mentale, oltre alla patologia, e il monitoraggio dell'esperienza quotidiana nel suo fluire dinamico. La ricerca ha coinvolto 8 pazienti con DDM in remissione che, prima e durante la pandemia, hanno compilato il questionario MHC-SF per la diagnosi di salute mentale e, per una settimana, Experience Sampling Method (ESM), fornendo informazioni ripetute ed in tempo reale sui contesti quotidiani e sull'esperienza ad essi associata. Dallo studio, tuttora in corso, sono stati selezionati tre partecipanti con diagnosi di salute mentale rispettivamente flourishing, moderata e languishing. Le analisi descrittive dei dati ESM raccolti prima della pandemia evidenziano profili esperienziali unici per ciascun partecipante, rispetto a frequenza ed intensità quotidiana delle dimensioni cognitive, motivazionali ed affettive. Durante lo svolgimento delle attività quotidiane, tra i partecipanti con salute mentale moderata e languishing sono più frequenti le esperienze di noia, mentre il partecipante flourishing riporta prevalentemente esperienze di arousal. Complessivamente, i risultati suggeriscono l'utilità di un approccio integrato alla salute mentale, che ne valuti le dimensioni sia negative che positive e che la contestualizzi nel fluire della vita quotidiana, al fine di consentire una migliore personalizzazione della diagnosi e del trattamento.

Stress relato al COVID-19 e depressione post-partum: il ruolo della ruminazione e della Positivity

Singh Solorzano Claudio (1), Spinoni Marta (1), Violani Cristiano (1), Grano Caterina (1) (Dipartimento di Psicologia, Università di Roma 'Sapienza')

Abstract: La gravidanza si configura come una fase cruciale nella vita di una donna, durante la quale vengono fronteggiati considerevoli cambiamenti biologici e psicosociali che possono incidere sul benessere della donna. La pandemia da COVID-19 ha portato ad un aumento dello stress in gravidanza e a maggiori sintomi depressivi nel post-partum. Una variabile spesso associata alla

depressione è la ruminazione, mentre la Positivity si configura come un fattore protettivo per il benessere. Il presente studio longitudinale intende indagare l'associazione tra stress in gravidanza e depressione post-partum e il ruolo mediatore della ruminazione e moderatore della Positivity. Sono state coinvolte 162 donne che hanno compilato un questionario self-report durante il secondo e il terzo trimestre di gravidanza (T1) e un mese dopo il parto (T2). Sono stati utilizzati la Perceived Stress Scale, la Ruminative Response Scale, la Positivity Scale e l'Edinburgh Postnatal Depression Scale. Dalle analisi di mediazione moderata è emerso che lo stress ha un effetto indiretto sulla depressione mediante la ruminazione e che questa relazione è moderata dalla Positivity. Maggiore è lo stress percepito in gravidanza, maggiore è la tendenza alla ruminazione e maggiore è la probabilità che si sviluppino sintomi depressivi nel post-partum; questo effetto non si evidenzia se sono presenti alti livelli di Positivity. In conclusione, dovrebbe essere data maggiore attenzione al costrutto di positivity in interventi di promozione del benessere in gravidanza, in quanto questa può costituire un fattore protettivo per lo sviluppo di sintomi depressivi.

[Altruismo e salute mentale in un gruppo di adulti italiani: una prospettiva di genere](#)

Ninfa Aurora (1); Delle Fave Antonella (1) (Dipartimento di Fisiopatologia Medico-Chirurgica e dei Trapianti, Università degli Studi di Milano)

Abstract: L'altruismo è prevalentemente definito in termini di comportamento prosociale e valutato tramite strumenti quantitativi. Una recente linea di ricerca basata su una metodologia mista ha portato ad ampliare la visione dell'altruismo, definendolo un atteggiamento mentale che, da un lato, porta a promuovere il benessere altrui anche implicando sacrifici personali, dall'altro contribuisce al benessere dell'agente. Partendo da queste evidenze, tramite uno studio osservazionale trasversale l'altruismo è stato indagato qualitativamente e quantitativamente in prospettiva comparata di genere e ne sono state analizzate le associazioni con la salute mentale. I partecipanti, 130 adulti (65.4% uomini) di 20-72 anni ($M=36.7$; $ds=12.7$) hanno compilato (a) Altruism Questionnaire (AQ), con domande aperte su definizione, motivazioni, costi e benefici dell'altruismo, e due scale Likert per valutare il proprio livello di altruismo e la frequenza di incontri con persone altruiste; (b) Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF), per valutare il livello di salute mentale. In base alla tipologia di variabili, le differenze di genere sono state indagate tramite chi quadrato et-test; le associazioni tra altruismo e benessere sono state valutate tramite indice di correlazione di Pearson. Non è emersa alcuna differenza significativa di genere. Deboli correlazioni positive sono state identificate tra la frequenza di incontri con persone altruiste e la salute mentale globale ($r=0.34$; $p<0.01$), il benessere sociale ($r=0.31$; $p<0.01$) e psicologico ($r=0.32$; $p<0.01$). Dai risultati emerge pertanto una visione dell'altruismo condivisa tra i generi e una relazione positiva tra percezione di altruismo altrui e livelli di benessere eudaimonico.

Burnout scolastico e benessere: differenze di genere in studenti di scuola secondaria di I grado

Angelini Giacomo*, Marchetti Vanessa*, Romano Luciano**, Fiorilli Caterina* (*Dipartimento di Scienze Umane, Libera Università Maria SS. Assunta, 00193, Roma, Italia
**Dipartimento di Scienze Umane, Università Europea di Roma, 00163, Roma, Italia)

Abstract: Il burnout scolastico è associato a diversi esiti avversi, come comportamenti disadattivi a scuola, alto rischio di fallimento scolastico e disturbi psicologici, che possono fortemente minare il benessere soggettivo degli studenti. Recentemente è stato validato il Burnout Assessment Tool (BAT-C), che grazie alle sue dimensioni (esaurimento, distanza mentale, deterioramento cognitivo e compromissione emotiva) può darci maggiori informazioni sul burnout degli studenti. Gli obiettivi del presente studio erano quelli di indagare (1) in che modo le dimensioni del burnout siano associate al benessere, (2) quali dimensioni predicano il benessere e (3) se esista una differenza di genere in rapporto alle dimensioni del burnout. Lo studio ha coinvolto 593 studenti di scuola secondaria di I grado di età compresa tra gli 11 e i 14 anni (F,47.4%; M, 12.37; DS, 0.72). Sono stati somministrati il World Health Organisation-Five Well-Being Index(WHO-5) e il Burnout Assessment Tool adattato agli studenti (BAT-C). Allo scopo di verificare le ipotesi di ricerca, è stata condotta una regressione gerarchica a due blocchi: 1) genere ed età, 2) esaurimento, distanza mentale, deterioramento cognitivo e compromissione emotiva. Il modello spiega il 22.8% delle dimensioni del burnout ($R^2=0.228$, $F_{4,586}=36.553$, $p<0.001$). Le analisi mostrano l'effetto negativo delle dimensioni esaurimento ($\beta=-0,306$; $p<0.001$) e compromissione emotiva ($\beta=-0,112$; $p<0.05$) sul benessere degli studenti. Inoltre, i risultati dell'ANOVA mostrano livelli medi più alti nelle femmine rispetto ai maschi per le dimensioni di esaurimento ($p<0.001$) e compromissione emotiva ($p<0.001$). Saranno discussi i risvolti applicativi.

Coltivare resilienza, autostima e soddisfazione di vita coltivando l'amicizia: l'effetto del supporto strumentale dei pari e dell'intimità dell'amicizia su ragazze e ragazzi

Stevanovic Tanja, Pettignano Marina, Benini Sara, Marcionetti Jenny (Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana (SUPSI))

Studi suggeriscono che amicizia e supporto dei pari influenzino il benessere psicologico ma diversamente secondo il genere. Le adolescenti sembrerebbero percepire maggiore supporto dei pari e instaurare amicizie più intime, e di sostegno. Esse presenterebbero minore autostima rispetto ai ragazzi, mentre tra i due generi non emergerebbero differenze sui livelli di resilienza. La qualità dell'amicizia avrebbe un effetto positivo su resilienza, autostima (maggiormente nelle ragazze) e soddisfazione di vita. La resilienza impatterebbe inoltre positivamente sulla soddisfazione di vita, sia in modo diretto che mediato dall'autostima. Lo studio, svolto in Svizzera attraverso un questionario

multiscala, vuole investigare eventuali differenze di genere sulla percezione di supporto strumentale dei pari (SPASSQ), sull'intimità dell'amicizia (MDI), e su resilienza (Design My Future), autostima (RSES) e soddisfazione di vita (SWLS), inoltre, testare l'eventuale effetto moderatore del genere nelle relazioni tra queste variabili in un campione di 712 adolescenti (338 maschi e 374 femmine, $M=12.98$, $DS=0.48$). I t-test effettuati indicano che le ragazze percepiscono maggiore supporto strumentale dei pari e maggiore intimità dell'amicizia, e hanno livelli minori di autostima, resilienza e soddisfazione di vita. I modelli di equazione strutturale testati mostrano che l'intimità dell'amicizia e il supporto strumentale dei pari hanno un effetto positivo diretto sulla resilienza ma non sull'autostima; inoltre, la resilienza ha un effetto positivo sull'autostima, e intimità dell'amicizia, resilienza e autostima hanno un effetto positivo diretto sulla soddisfazione di vita. I risultati confermano differenze di genere sui livelli di tutte le variabili ma non nelle loro relazioni.

Dalla resilienza alle strategie di coping: analisi delle differenze di genere negli adolescenti siciliani

Indiana Maria Luisa, Commodari Elena, Sagone Elisabetta (Dipartimento di Scienze della Formazione, Università degli Studi di Catania)

Abstract: L'obiettivo del seguente progetto di ricerca verte sull'analisi delle differenze di genere riguardanti l'autoefficacia percepita nelle life skills, il benessere psicologico, le strategie di coping e la resilienza disposizionale in 566 adolescenti siciliani tra i 14 e i 19 anni (338 maschi e 228 femmine). È stato impiegato un questionario self-report e anonimo contenente le seguenti misure: 1) la scala di Auto-efficacia nelle LifeSkills per le capacità di problem-solving, di comunicazione interpersonale e sociale e di gestione e di espressione delle emozioni; 2) la scala sul Benessere psicologico; 3) il Coping Orientation to the Problems Experienced-NVI; 4) la scala sulla Resilienza Disposizionale. Risultati: è emerso che i maschi ottengono punteggi medi più elevati, rispetto alle femmine, sia in merito all'autoefficacia nelle life skills, percependo di essere maggiormente efficaci nella gestione delle emozioni negative ($t=6.495$, $p<.001$), sia rispetto al benessere psicologico, esprimendo un maggiore controllo ambientale ($t=6.202$, $p<.001$), una migliore auto-accettazione ($t=5.048$, $p<.001$) e una buona capacità nell'instaurare relazioni positive con gli altri ($t=2.097$, $p=.036$). In merito al coping, emerge nei maschi il maggiore uso di strategie volte all'orientamento al problema ($t=2.161$, $p=.031$). Infine, rispetto alle dimensioni della resilienza, i maschi mostrano atteggiamenti più positivi ($t=3.610$, $p<.001$) e una maggiore rigidità ($t=3.927$; $p<.001$), mentre le femmine mostrano un maggior senso di impotenza ($t=-3.915$, $p<.001$). Ricerche future verteranno sulla promozione di interventi utili a migliorare i profili psicologici degli adolescenti esaminati, con particolare attenzione al potenziamento degli aspetti psicologici deficitari caratterizzanti, soprattutto, gli adolescenti di genere femminile.

GENDER POSITIVITY: differenze di genere nelle dimensioni della psicologia positiva

Indiana Maria Luisa, Commodari Elena, Sagone Elisabetta (Dipartimento di Scienze della Formazione, Università degli Studi di Catania)

Abstract: Lo scopo del presente progetto di ricerca è centrato sull'analisi delle differenze di genere rispetto al benessere psicologico, all'auto-efficacia nelle life skills, alla resilienza e alle strategie di coping in 550preadolescenti siciliani tra gli 11 e i 14 anni (264 maschi e 286 femmine). Il questionario self-report è anonimo è composto da: 1) Comprehensive Inventory of Thriving per l'analisi del benessere psicologico; 2)Scale di Auto-efficacia nelle LifeSkills per le capacità di problem-solving, di comunicazione interpersonale esociale e di gestione ed espressione delle emozioni; 3) Resilience Scale; 4) Children's Coping StrategiesChecklist. Dai risultati emergono differenze tra maschi e femmine in tutte le dimensioni analizzate, ad eccezione della resilienza: i maschi riportano livelli più elevati di benessere psicologico rispetto alle femmine, esprimendo un maggiore senso di appartenenza ($t=2.620$, $p=.009$) e di ottimismo ($t=2.761$, $p=.006$) e mostrandosi più soddisfatti della loro vita ($t=2.340$, $p=.020$); le femmine, invece, esprimono maggiormente le proprie emozioni negative ($t=-4.081$, $p<.001$) e mostrano un elevato senso di solitudine ($t=-3.108$, $p=.002$). In merito all'autoefficacia nelle life skills, i maschi si percepiscono maggiormente efficaci nella gestione delle emozioni negative ($t=3.766$, $p<.001$), mentre le femmine più competenti nella comunicazione interpersonale e sociale ($t=-3.208$, $p=.001$). Infine, rispetto alle strategie di coping, i maschi evitano la situazione problematica cercando di reprimerla ($t=3.716$, $p<.001$), mentre le femmine si affidano al pensiero che le cose prima o poi vadano meglio ($t=-2.369$, $p=.018$). Ricerche future approfondiranno le relazioni tra i costrutti esaminati in adolescenti di scuola superiore e in gruppi di adulti

"Mi fido di te": quando insegnanti in formazione sperimentano giochi cooperativi

Malusà Giovanna (Libera Università di Bolzano)

Abstract: Costruire contesti di benessere rimane una sfida per la scuola e ancor di più in tempi di pandemia e guerra, in cui sarebbe urgente coltivare un senso di connessione con l'altro e di speranza per poter superare emozioni negative contrastanti. Numerose ricerche documentano l'efficacia dei giochi cooperativi per facilitare un clima relazionale positivo, ma quali sono i vissuti percepiti dopo una o più sessioni di giochi?

Lo studio presenta gli esiti di un'indagine condotta su 73 studenti ($F=94,5\%$; età media=23,10; $DS=4,56$) della sezione italiana e ladina, iscritti nell'a.a. 2021-22 al secondo anno di Scienze della Formazione primaria nell'Università di Bolzano, che hanno partecipato ad un workshop obbligatorio di 10 ore sui giochi cooperativi. Ciascun laboratorio di 13-19 studenti comprendeva la sperimentazione diretta di giochi (di conoscenza, esplorazione; fiducia) a cui seguivano fasi di riflessione in piccolo gruppo, rielaborazione teorica e trasferibilità dell'esperienza nella scuola.

L'analisi dei dati raccolti attraverso un questionario somministrato a fine percorso (11 items su scala Likert e 2 domande aperte) e momenti di debriefing (con post-it e word-cloud di sintesi sui vissuti esperiti) rivela un alto livello di soddisfazione e interesse verso la proposta formativa, con l'intenzione di riproporre a scuola i giochi sperimentati; ed evidenzia la costruzione di un senso di benessere negli studenti con sentimenti di fiducia, empatia e libertà in un'atmosfera relazionale senza giudizio e di gioioso divertimento.

L'importanza di promuovere a livello universitario percorsi esperienziali volti alla facilitazione nei futuri docenti di una competenza emozionale verrà discussa alla luce dell'emergenza (pedagogica) in corso.

Promozione della visione positiva del futuro nella costruzione di carriera degli adolescenti: il progetto NEFELE

Anna Parola, Rosa M. Baños, Jenny Marcionetti, Marta Miragall, Marina Pettignano, Marian Serrano-Mendizábal, Luigia Simona Sica, Raffaele Di Fuccio (Anna Parola, Università di Napoli Federico II , Rosa M. Baños, Universitat de València , Jenny Marcionetti, Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana , Marta Miragall, Universitat de València , Marina Pettignano, Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana , Marian Serrano-Mendizábal, Universitat de València , Luigia Simona Sica, Università di Napoli Federico II , Raffaele Di Fuccio, Università di Foggia)

Abstract: Considerando la costruzione di carriera come un processo trasversale nell'arco della vita, la letteratura psicologica sta andando sempre di più verso l'identificazione delle relazioni tra lo sviluppo della carriera (career construction theories; CCT) e lo sviluppo positivo dei giovani (positive youth development; PYD) sostenendo come traiettorie positive nello sviluppo degli adolescenti portino outcomes positivi in età adulta. In questo processo, i docenti hanno un ruolo chiave favorendo lo sviluppo di competenze adattive legate alle transizioni di carriera e alla pianificazione del futuro. Nell'interplay tra i framework teorici della CTT e PYD nasce il progetto Erasmus+ KA2 NEFELE (Neet prevention in Education systems through positive Future vision Enhancing Learning and teacher Education) che ha l'obiettivo di integrare le metodologie di insegnamento per i docenti attraverso lo sviluppo e l'erogazione di strumenti didattici innovativi che possano essere utili nel sostenere la costruzione di carriera degli adolescenti e la promozione di una visione positiva del futuro caratterizzata da speranza e ottimismo. Il progetto della durata di 30 mesi vede coinvolti 6 Partner di 5 paesi: Italia, Grecia, Spagna, Svizzera e Olanda, quattro università (UNINA, SUPSI, UVEG, HOU), un'azienda del settore tecnologico (Smarted) e una rete di 200 università di 25 differenti paesi (EADTU). Il progetto propone 3 strumenti: un MOOC per insegnanti, la NEFELE BOX basata sulle interfacce tangibili per potenziare lo storytelling di carriere inclusive e sostenibili, e la NEFELE

Platform per adolescenti, docenti, e orientatori volta a sensibilizzare gli attori coinvolti nel processo di costruzione di carriera di adolescenti e giovani

Un programma di educazione finanziaria per studenti universitari: un'opportunità per ridurre il gender gap?

Rinaldi Emanuela Emilia, Robba Matteo Paolo, Iannello Paola, Lanz Margherita, Sorgente Angela (Rinaldi Emanuela Emilia: Università degli Studi di Milano-Bicocca
Robba Matteo Paolo, Iannello Paola, Lanz Margherita, Sorgente Angela: Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano)

Il benessere dell'individuo è strettamente connesso al benessere finanziario. Tale legame ha contribuito alla diffusione di programmi di educazione finanziaria per incrementare l'alfabetizzazione finanziaria (financial literacy) dei cittadini, con focus sui gruppi considerati svantaggiati in termini di competenze finanziarie, tra cui le donne. Le evidenze empiriche relative all'efficacia di tali programmi sono al momento non concordi. Il presente contributo intende: 1) Verificare l'efficacia di un intervento di educazione finanziaria svoltosi da febbraio a marzo 2022 online (5 incontri di 2 ore l'uno) nell'aumentare la financial literacy dei partecipanti. 2) Verificare l'efficacia dell'intervento nel ridurre il gender gap relativo alla financial literacy. I partecipanti-212 studenti (63% donne) tra i 19 e 61 anni hanno compilato un questionario all'inizio e alla fine del percorso volto a misurare principalmente il livello di financial literacy oggettiva e soggettiva (percepita) e l'atteggiamento verso il denaro. I dati relativi al pre-test indicano un minore livello di financial literacy nelle donne, sia oggettiva [$t(180,013) = -7,108; p < .001$] che soggettiva [$t(117,505) = -4,287; p < .001$]. Emergono inoltre differenze di genere relative all'atteggiamento verso il denaro, con gli uomini più inclini ad attribuire al denaro un valore in quanto mezzo di protezione [$t(191,553) = -4,122; p < .001$] e potere [$t(208) = -2,704; p = .007$]. I dati del post-test sono in fase di raccolta e verranno utilizzati per verificare l'eventuale riduzione del gender gap.

Ambienti di lavoro compassionevoli e il loro ruolo nella soddisfazione della vita degli insegnanti. Il contributo della performance scolastica collettiva percepita e del burnout

Pansini Martina (1), Buonomo Ilaria (1), Benevene Paula (1) (Dipartimento di Scienze Umane, Università LUMSA, Roma)

La compassione ha effetti positivi sui livelli di benessere individuale e lavorativo di chi la riceve, contribuendo anche a ridurre segni di stress e burnout, come credenze ed emozioni negative. Tali effetti sono particolarmente significativi per la professione docente, caratterizzata da relazioni intense con gli studenti e le loro famiglie, ma anche con colleghi, dirigente scolastico e altri membri della

scuola. Lo studio ha l'obiettivo di esplorare il ruolo della performance scolastica percepita e del burnout nella relazione tra compassione esperita sul lavoro e soddisfazione di vita, in un campione di 136 insegnanti italiani (donne=85.4%, età media=48.46 DS=9.46), con un'esperienza media di 11.73 anni (range =0-36, DS=9.46) di insegnamento in scuole primarie, secondarie di primo e secondo grado. Sono stati somministrati strumenti relativi a compassione ricevuta sul lavoro (Experienced compassion at work; Lilius et al., 2008), performance scolastica collettiva percepita (Perceived organization-level performance; Salminen et al., 2017), burnout (COPSOQ; Kristensen et al., 2005) e soddisfazione della vita (SWLS; Diener et al., 1985). Mediante un modello di equazioni strutturali, è stato rilevato che la compassione è correlata positivamente alla performance collettiva percepita e negativamente al burnout; la performance collettiva e il burnout sono positivamente correlate alla soddisfazione per la vita. Infine, è stata confermata una relazione diretta tra compassione e soddisfazione della vita degli insegnanti, ma solo la performance ha mediato parzialmente la relazione. Saranno affrontate le implicazioni teoriche e di gestione delle organizzazioni educative.

Donne e tecnologie digitali: dal work life balance alla work life integration

Rosina Bentivenga* ,Sara Stabile* ,Edvige Sorrentino* ,Emma Pietrafesa* (Istituto nazionale per l'assicurazione contro gli infortuni sul lavoro)

L'Agenda 2030 ha tra gli obiettivi la promozione delle pari opportunità di genere nello sviluppo economico, garantendo uguali livelli di partecipazione. In tale contesto il digitale rappresenta un driver essenziale per la partecipazione alla vita economica e sociale, promuovendo l'empowerment e l'emancipazione femminile. Le donne devono avere pari accesso alle tecnologie e alla formazione di competenze digitali ed essere incoraggiate a partecipare alla creazione di nuove soluzioni digitali. Tuttavia, il Women in Digital Scoreboard 2021 evidenzia ancora un significativo divario di genere per le competenze digitali di base e intermedie. Nell'ambito di un progetto Bric Inail-2019, in collaborazione con Sapienza Università di Roma, è stata realizzata un'indagine nazionale online per valutare la percezione dei lavoratori rispetto alla tutela della salute e sicurezza sul lavoro nei processi di trasformazione digitale. All'indagine hanno partecipato 300 soggetti (63% donne e 37% uomini), equamente distribuiti tra settore pubblico e privato. Dall'analisi dei dati emerge che le donne ritengono l'introduzione delle tecnologie vantaggiosa per l'organizzazione, perché migliora i processi lavorativi (donne 89,4% vs 87,4% uomini) e aumenta la produttività (donne 75,1% vs 82% uomini), di contro aumenta anche il carico di lavoro (donne 75,1% vs 69,4% uomini). Il 74,1% delle donne, rispetto al 68,5% degli uomini, afferma che grazie alla tecnologia possono conciliare meglio le richieste della famiglia con quelle del lavoro. Le donne sono consapevoli dell'uso positivo della tecnologia in ambito lavorativo per migliorare i flussi lavorativi e la work life integration, è dunque fondamentale garantire loro l'accesso alle competenze digitali e all'aggiornamento

La flessibilità psicologica e l'adattabilità di carriera come risorse per promuovere benessere soggettivo

Russo Angela, Zammitti Andrea, Zarbo Rita, Magnano Paola, Santisi Giuseppe (Russo Angela, Università di Catania Zammitti Andrea, Università di Catania
Zarbo Rita, Università Kore di Enna
Magnano Paola, Università Kore di Enna
Santisi Giuseppe, Università di Catania)

Abstract: Nell'ambito della Psicologia Positiva, promuovere il benessere delle persone che si interfacciano con i cambiamenti del mondo del lavoro rappresenta uno degli obiettivi cardine del nostro tempo. Per tale ragione, il presente studio si è focalizzato su risorse positive quali la flessibilità psicologica, (abilità di contattare emozioni e pensieri del momento presente e agire in direzione dei propri valori) e la career adaptability (capacità di adattarsi ai cambiamenti del mondo del lavoro) che possono costituire, soprattutto in virtù delle sfide imprevedute che caratterizzano l'odierno mercato del lavoro, validi predittori del benessere degli individui. Lo studio ha coinvolto 498 partecipanti, di età compresa tra i 18 e i 60 anni ($M = 26$, $DS = 7$) ai quali sono stati somministrati i seguenti strumenti: Acceptance and Action Questionnaire-II, Career Adapt-Abilities Scale, Satisfaction With Life Scale e Flourishing Scale. I risultati hanno confermato l'ipotesi di partenza, mostrando che l'adattabilità di carriera media tra la flessibilità psicologica come antecedente e la soddisfazione e il flourishing come outcomes. Indagare come tali risorse positive interagiscono e agiscono negli individui, può avere risvolti importanti non soltanto sul piano teorico ma anche su quello pratico, in quanto possibile veicolo in grado di agevolare la comprensione di un contesto complesso e di promuovere scelte di carriera soddisfacenti. Agli interventi per il potenziamento delle risorse individuali, i professionisti potrebbero, infatti, integrare training volti allo sviluppo della flessibilità psicologica al fine di facilitare la costruzione attiva della propria carriera e l'esperienza di benessere

Significato del lavoro e flessibilità psicologica: il ruolo di mediazione del work engagement nel promuovere benessere

Russo Angela, Zarbo Rita, Zammitti Andrea, Magnano Paola, Santisi Giuseppe (Università Kore di Enna
Università di Catania)

È noto che la flessibilità psicologica—pietra angolare del benessere psicologico—possa essere una risorsa essenziale nei contesti lavorativi, favorendo le persone nell'intraprendere azioni dirette a raggiungere obiettivi significativi. Allo stesso modo, la percezione di avere un lavoro significativo—

che dà un contributo positivo alla propria vita e al mondo—è un fattore motivazionale connesso al coinvolgimento lavorativo e dal benessere. Date tali premesse, si ipotizza che la significatività del lavoro e la flessibilità psicologica influenzino il work engagement—lo stato di appagamento affettivo-motivazionale legato al lavoro—e che quest’ultimo, a sua volta, contribuisca ad incrementare il benessere. Il nostro studio ha coinvolto 206 partecipanti, di età compresa tra i 19 e i 65 anni ($M = 37$, $DS = 13$) a cui sono stati somministrati gli strumenti: Work and Meaning Inventory, Work-Acceptance and Action Questionnaire, Utrecht Work Engagement Scale, Satisfaction With Life Scale e Flourishing Scale. I risultati delle analisi di regressione multipla hanno mostrato la significatività del lavoro, la flessibilità psicologica e il work engagement hanno relazioni significative con la soddisfazione ed il flourishing. Nella costruzione di percorsi di carriera che siano caratterizzati da benessere, è utile tener conto dell’importanza di avere un sistema di credenze positive sul proprio impiego—lavoro significativo, di avere la capacità di agire guidati dai propri valori e obiettivi—flessibilità psicologica, e di essere motivati ad impegnarsi nel proprio lavoro—work engagement: la presenza combinata di queste tre dimensioni può attivare maggiore benessere soggettivo.

[Alla ricerca \(giornaliera\) del significato nella vita: uno studio intensivo sui giovani adulti](#)

Zambelli Michela, Tagliabue Semira (Università Cattolica del Sacro Cuore (Milano) Università Cattolica del Sacro Cuore (Brescia))

La percezione di una vita dotata di significato è considerata dalla psicologia positiva un fattore di promozione del benessere, soprattutto per i giovani in transizione (e.g. Steger et al., 2009). Tuttavia, ad oggi le dinamiche giornaliere sottese al processo di meaning-making sono state poco studiate. Questo lavoro intende portare un contributo in tal senso, indagando in che modo i giovani costruiscono il significato nella loro vita giorno dopo giorno. 318 giovani adulti italiani (Età: $M = 25.45$, $DS = 4.04$; 72.5% donna) hanno partecipato in uno studio longitudinale intensivo di 14 giorni, compilando ogni sera un questionario online tramite cui è stata raccolta la percezione di presenza e ricerca di significato nella vita (SMILE; Zambelli & Tagliabue, 2022). I dati sono stati analizzati con i Multilevel Dynamic Structural Equation Models (mlVAR; Hamaker et al., 2018) che permettono di descrivere l’evoluzione nel tempo dei processi psicologici controllando per i livelli medi di tratto. In questo studio abbiamo esaminato le fluttuazioni medie giornaliere del campione rispetto al livello medio di presenza e ricerca di significato nei 14 giorni. I risultati mostrano un effetto auto regressivo per presenza ($\phi_{PP} = .449$; $CI [.369, .525]$) e ricerca di significato ($\phi_{RR} = .338$; $CI [.235, .438]$) ad indicare stabilità nel livello medio giornaliero. A livello quotidiano presenza e ricerca di significato sono legate da una associazione positiva ($r = .548$; $CI [.482, .621]$). Inoltre, è stato identificato un effetto cross-lagged per cui un aumento nella presenza di significato nella vita produce un aumento della ricerca di significato il giorno seguente ($\phi_{RP} = .158$; $CI [.078, .240]$). Questi risultati

forniscono la base teorica per l'implementazione di interventi volti a promuovere un'attivazione funzionale del processo di attribuzione di significato alla vita.

Proprietà psicometriche della versione italiana della Brief Resilience Scale (BRS)

Federico Colombo (Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale ASIPSE – Istituto Milanese di Psicoterapia Cognitivo Comportamentale IMIPSI)

Il concetto di resilienza generalmente viene riferito all'adattamento positivo nonostante l'esposizione ad eventi potenzialmente traumatizzanti o significativamente avversi. Molte misure disponibili in letteratura valutano le risorse che possono promuovere la resilienza mentre la Brief Resilience Scale (BRS) di Smith et al. (2008) è una valutazione affidabile e valida della capacità auto-percepita di riprendersi rapidamente dallo stress, aspetto più vicino al significato originale di resilienza.

Obiettivo. Questo studio mira ad analizzare le proprietà psicometriche dell'adattamento italiano della BRS.

Metodo. Un primo campione di partecipanti bilingui (N=19) ha compilato la BRS sia nella versione originale sia nella versione italiana per verificarne la bontà della traduzione e dell'adattamento in italiano. Un secondo campione di 365 operatori sanitari (40,3% infermieri, 26,6% medici, 16,4% psicologi, 16,7% altri operatori) scelti in quanto esposti a condizioni stressanti differenziate nell'ambito del proprio lavoro ha compilato, oltre alla BRS, i seguenti questionari self-report: Resilience Scale for Adult (RSA), Positive and Negative Affect Schedule (PANAS), Termometro del Distress (TD) per una prima verifica della validità convergente e discriminante.

Risultati. La BRS è una misura affidabile della resilienza intesa come costrutto unitario (come confermato dall'analisi fattoriale). I punteggi medi non hanno evidenziato differenze statisticamente significative riguardo al genere. Come previsto le correlazioni maggiori riguardano i fattori disposizionali della RSA quali la Percezione di Sé e la Pianificazione del Futuro. La BRS correla negativamente con il livello di stress percepito e l'affettività negativa.

Conclusione: LABRS nella versione italiana è un mezzo affidabile per valutare la resilienza come capacità di riprendersi dallo stress ed è ora disponibile per ricercatori e clinici

Validazione e proprietà psicometriche della Temporal Satisfaction With Life Scale (TSWLS) nel contesto italiano: una scala per la valutazione della soddisfazione di vita nel passato, presente e futuro.

Andrea Zammiti (1), Angela Russo (1), Giuseppe Santisi (1), Paola Magnano (2) ((1) Università di Catania

(2) Università Kore di Enna)

Nel campo della Psicologia Positiva, la ricerca ha mostrato un crescente interesse per la soddisfazione di vita, concettualizzata come una componente cognitiva del benessere soggettivo e una valutazione globale della propria qualità di vita. L'importanza di una valida valutazione della soddisfazione di vita è ampiamente nota. La soddisfazione di vita può essere valutata in modo più completo suddividendone la disamina in tre dimensioni temporali: passato, presente e futuro. Questo sarebbe vantaggioso a causa della natura mutevole del costrutto; assumere una prospettiva legata al passato, presente e futuro, può aiutare a concentrarsi su uno specifico arco temporale e quindi ridurre il potenziale errore di misurazione. Lo scopo di questo studio era di esaminare le proprietà psicometriche nel contesto italiano della Temporal Satisfaction With Life Scale nove item, originariamente proposta da Pavot, Diener e Suh. Sono stati condotti quattro studi. Nello studio 1, abbiamo utilizzato un'analisi fattoriale esplorativa. La struttura fattoriale a tre fattori—soddisfazione di vita passata, presente e futura—è stata confermata. Nello Studio 2 abbiamo testato la struttura della scala, sulla base dell'analisi fattoriale confermativa. La struttura a tre fattori con un fattore sovraordinato è quella che ha spiegato meglio il modello. Nello Studio 3 abbiamo testato la validità concorrente dello strumento. La scala era significativamente e positivamente correlata con la soddisfazione di vita, il flourishing e gli affetti positivi e negativamente correlata con gli affetti negativi e le emozioni negative. Le prime due dimensioni sono state valutate con gli strumenti proposti da Diener e colleghi (Satisfaction with Life Scale e Flourishing Scale), mentre le emozioni positive e negative con la scala proposta da Watson, Clark e Tellegen (Positive Affect and Negative Affect Scales). Nello Studio 4 abbiamo mostrato la stabilità temporale della Temporal Satisfaction With Life Scale usando il metodo test-retest a distanza di tre settimane.

[Differenze di genere nel benessere e nei comportamenti di salute degli adolescenti lombardi](#)

Sanzò Silvia, Delle Fave Antonella, Gruppo Regionale HBSC Lombardia 2018 (Università degli Studi di Milano; Università degli Studi di Milano; Regione Lombardia, DG Welfare, 20124 Milano)

Gli studi su comportamenti di salute e benessere percepito in adolescenza evidenziano risultati contrastanti per quanto riguarda le differenze di genere. Un'analisi approfondita di tali differenze è necessaria per programmare interventi di promozione della salute basati sull'equità. Muovendo da queste premesse, sono state indagate le differenze di genere nel benessere e nei comportamenti di salute riportati dagli adolescenti lombardi nella rilevazione 2018 della sorveglianza internazionale Health Behavior in School-Aged Children (HBSC). Un campione rappresentativo di 3418 studenti di 11, 13 e 15 anni ha compilato item relativi ai comportamenti di salute (uso di sostanze, alimentazione, attività fisica, social media) e alle risorse individuali e contestuali (famiglia, scuola, amici). Le differenze di genere sono state analizzate con t-test e chi-quadrato, valutandone gli effect size. Si è

evidenziato che le ragazze apprezzano significativamente di più la scuola ($D = .355$), percepiscono maggior supporto amicale ($D = .349$), provano più empatia ($D = .631$) e controllano maggiormente il peso attraverso varie strategie. I ragazzi riportano livelli significativamente maggiori di benessere ($D = .334$) e praticano più attività fisica ($D = .317$), ma riportano anche con maggiore frequenza le risse ($V = .314$), il gioco d'azzardo ($V = .371$) e l'uso di videogiochi ($V = .334$). Per le altre 123 dimensioni indagate non sono emerse differenze di genere statisticamente rilevanti. Questi risultati suggeriscono la necessità di fondare i programmi di promozione della salute non su stereotipi di genere definiti a priori, bensì su dati empirici direttamente raccolti tra gli adolescenti.

[Il ruolo protettivo della resilienza nella gestione del distress: un'indagine esplorativa tra i lavoratori di strutture geriatriche durante la pandemia da COVID-19.](#)

Mangialavori Sonia (1), Riva Fabiana (2), Frolidi Marco (2,3), Carabelli Simona (2), Caimi Barbara (2), Rossi Pierluigi (2), Delle Fave Antonella (1), Calicchio Giuseppe (2) ((1) Dipartimento di Fisiopatologia Medico-Chirurgica e dei Trapianti, Università degli Studi di Milano (2) Istituto Geriatrico Pio Albergo Trivulzio di Milano (3) Dipartimento di Scienze Cliniche e di Comunità, Università degli Studi di Milano)

La pandemia da COVID-19 ha esposto gli operatori sanitari ad un elevato carico di lavoro e distress psicologico. In particolare, nelle RSA e nelle strutture geriatriche, il personale ha dovuto fronteggiare, soprattutto nelle prime fasi della pandemia, sia un elevato tasso di decessi connesso all'età e alla fragilità degli ospiti, che le conseguenti difficoltà relazionali con le famiglie, oltre al timore di diventare vittime o veicoli di contagio per i pazienti e per i propri congiunti.

In questo studio osservazionale sono stati indagati i livelli di distress psicologico di operatori sanitari di RSA e servizi geriatrici del Nord Italia e si è esplorato il ruolo della resilienza come risorsa protettiva. Sono stati coinvolti 708 medici, infermieri, operatori della riabilitazione e assistenti sanitari, che hanno compilato il General Health Questionnaire-12, la Connor-Davidson Resilience Scale e un questionario sociodemografico. I livelli di distress e di resilienza sono stati confrontati tra i professionisti tramite ANOVA; il contributo di genere, età, ruolo professionale e resilienza al distress psicologico è stato esplorato tramite analisi di regressione. Nonostante i medici abbiano riportato livelli di distress significativamente superiori rispetto ai professionisti della riabilitazione e agli assistenti sanitari, sono risultati essere anche i più resilienti. Le donne, gli operatori di età superiore ai 45 anni, i medici e i partecipanti con bassi livelli di resilienza erano a maggior rischio di sperimentare elevato distress. I risultati suggeriscono l'importanza di promuovere la resilienza negli operatori sanitari, come strumento preventivo per controbilanciare le difficoltà connesse ad eventi emergenziali, quali le pandemie.

[L'esperienza di Flow e il suo possibile ruolo nella vita quotidiana di persone con diagnosi di autismo](#)
Claudia Carissoli , Luca Negri ,Marta Bassi ,Gianluigi Reni ,Antonella Delle Fave (IRCCS Eugenio Medea Università degli Studi di Milano)

Abstract: L'esperienza di flow o esperienza ottimale è caratterizzata dalla percezione di sfide elevate e competenze ad esse adeguate, concentrazione profonda, stato affettivo positivo, obiettivi chiari, controllo e motivazione intrinseca. Le ricerche ne hanno dimostrato il ruolo nel promuovere benessere e crescita personale in persone di diversa età, cultura e stato di salute. In virtù della positività dell'esperienza ottimale, le attività ad essa associate vengono preferenzialmente coltivate dagli individui nel tempo, diventando oggetto di elevato investimento di energie e risorse nell'ambito del processo di sviluppo definito selezione psicologica. La ricerca ha evidenziato come disturbi affettivi e patologie psichiatriche siano del tutto compatibili con il verificarsi di esperienze di flow. Gli studi volti ad indagare la qualità dell'esperienza quotidiana in partecipanti con disturbi dello spettro autistico sono invece molto limitati e trattano l'argomento solo indirettamente, benchè sia noto che molte persone con questo tipo di diagnosi manifestano spiccato interesse per attività potenzialmente facilitanti l'insorgenza di esperienze di flow. In questa presentazione ci si propone di descrivere queste pur limitate evidenze scientifiche, a partire da una revisione della letteratura sulle principali banche dati online (Scopus, WebofScience e Psycinfo). Saranno inoltre presentati i risultati di un caso di studio condotto tramite la procedura Experience Sampling Method (ESM), in cui un giovane adulto con diagnosi di autismo ad alto funzionamento ha fornito per una settimana descrizioni in tempo reale della propria esperienza quotidiana. [Questo progetto ha ricevuto un finanziamento dal programma di ricerca e innovazione Horizon 2020 dell'UE sotto la convenzione di sovvenzione n. 847926]

[Promuovere il benessere nei giovani adulti in pandemia attraverso un protocollo di savoring online: uno studio di fattibilità](#)

Pancini Elisa, Pesce Francesca, Scuzzarella Lucia, Villani Daniela (Dipartimento di Psicologia, Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano, Italia)

Background: Il savoring è definito come l'abilità di intensificare e prolungare volontariamente le emozioni positive. Numerose ricerche hanno dimostrato l'efficacia degli interventi di savoring sul benessere soggettivo nei giovani adulti (18-30 anni).

Obiettivo: Si intende indagare gli effetti preliminari di un intervento self-help di e-savoring nell'incrementare le abilità percepite di savoring e il benessere soggettivo in partecipanti giovani adulti e investigare l'esperienza dell'utente.

Metodi: Sono stati coinvolti 49 partecipanti: il gruppo sperimentale (N=23) ha seguito l'intervento online svolgendo due esercizi a settimana per tre settimane, il gruppo di controllo (N=26) non ha eseguito attività. Entrambi hanno completato i questionari (SBI, SWLS, SPANE, UEQ) nel medesimo

arco temporale. Per indagare i loro vissuti è stato proposto un questionario qualitativo al termine di ogni esercizio.

Risultati: Dall'analisi a misure ripetute è emerso un effetto interazione significativo a favore del gruppo sperimentale rispetto al gruppo di controllo relativamente alle credenze di savoring ($F_{1,47}=16.84, p=.012$) orientate al futuro ($F_{1,47}=8.26, p=.006$) e al presente ($F_{1,47}=4.59, p=.037$) e un aumento delle emozioni positive ($F_{1,47}=6.40, p=.015$). L'apprendibilità e l'efficienza della piattaforma online sono state ritenute eccellenti e la maggior parte dei partecipanti ha considerato utile il percorso.

Conclusioni: I risultati dello studio preliminare sono promettenti e suggeriscono che l'intervento possiede il potenziale per promuovere savoring e benessere soggettivo nella popolazione giovane adulta. Ricerche future potrebbero valutarne gli effetti a lungo termine e verificarne i risultati con altre fasce d'età.

[Sinapsi academic self-management training nella promozione di funzionalità positive con studenti universitari](#)

Martino Maria Luisa (1); Passeggia Raffaella(1); Di Natale Maria Rosaria(2); Freda Maria Francesca(1) (1) Dipartimento di Studi Umanistici, Università degli Studi di Napoli Federico II 2) Centro di Ateneo SINAPSI, Università degli Studi di Napoli Federico II)

Self Management (SM) è un concetto che nasce nell'ambito della gestione dei pazienti affetti da malattie croniche. Ad oggi, il SM non è stato ancora studiato e implementato all'interno dei contesti universitari. Entro una prospettiva di psicologia positiva e di salute, gli autori ritengono che SM rappresenti una competenza strategica-chiave utile a supportare le risorse personali per gestire in modo efficiente il rapporto con l'università e la carriera. All'interno del Centro Sinapsi dell'Università Federico II di Napoli, gli autori hanno sviluppato un innovativo percorso formativo di gruppo, il Sinapsi Academic Self Management Training (SAM), basato sull'acquisizione e la promozione delle strategie che sottendono la competenza chiave di SM: gestione del tempo, motivazione alla scelta universitaria, raggiungimento degli obiettivi, problem-solving. SAM è un percorso composto da 6 incontri settimanali tenuti sulla Piattaforma MTeams e aperto agli studenti di tutti gli anni di studio e di tutti i settori disciplinari. Lo scopo di questo studio è valutare l'efficacia di 6 percorsi di gruppo di SAM condotti con 92 studenti, circa 15 studenti per gruppo. Pertanto, la scala di autoefficacia generale (Pierro, 1997), la scala di motivazione accademica (Alivernini & Lucidi, 2008) e la scala di engagement accademico SInAPSi (Freda, De Luca Picione, Esposito, Ragozini & Testa, 2021) sono state somministrate prima e dopo il percorso di Gruppo. I dati sono stati analizzati attraverso un test T per campioni appaiati. I risultati hanno mostrato che il SAM si è dimostrato efficace nel migliorare significativamente l'autoefficacia generale degli studenti ($p = .000$) e nel promuovere un'integrazione più adattativa tra la vita universitaria e il dominio privato ($p = .028$). Crediamo che l'acquisizione

della competenza SM supporterà tutti i tipi di studenti non solo durante le carriere accademiche ma anche durante il passaggio e l'ingresso nel mercato del lavoro.

[Da Forster a Ryan Murphy. Arte, letteratura e serialità televisiva queer per la costruzione di una comunità.](#)

Pozzuoli Cesare (Università degli Studi di Napoli Federico II)

Abstract: Come osservato da recenti studi in ambito pedagogico e storico-artistico-culturale, la comunità queer, termine ampio inteso in questa sede a coprire tutte le ricche sfumature dello spettro culturale dell'universo LGBTQ+, ha da sempre cercato dei modelli culturali e comportamentali e formativi nei quali riconoscersi e tramite i quali costruire il senso di appartenenza ad una comunità e con cui contestualmente superare il disagio e lo spaesamento dovuto all'esclusione e allo stigma sociale, perdurato per decenni e spesso ancora in essere, operato dalla società etero-normata. Su tali basi il contributo intende analizzare come l'arte, la fiction e la serialità televisiva, in alleanza con il discorso educativo, a partire dagli anni '70 del '900 fino ai giorni nostri abbiano costituito e continuano a costituire un importante dispositivo di educazione non formale che ha permesso a generazioni di soggetti LGBTQ+ di riconoscersi in modelli culturali e comportamentali e di acquisirne di nuovi, con ricadute educative nell'ottica della costruzione del senso di appartenenza ad una comunità e del superamento del disagio, psicologico e sociale, esperito da tali soggetti in seno a contesti ancora fortemente etero-normati. In particolare, in chiave diacronica, ci serviremo come case study del celebre romanzo di formazione a tematica gay Maurice (1971) di E.M. Forster e della premiata serie "Pose" di Ryan Murphy sulle comunità gay/transgender nella New York tra anni '80 e '90. Da un punto di vista metodologico ci serviremo di una cornice teorica interdisciplinare utilizzando la pedagogia della differenza, e della pedagogia e della psicologia dell'arte e della letteratura, nonché di un'analisi storico-artistico-culturologica, estrapolando tramite un lavoro di close reading costrutti formativi dai prodotti analizzati. Tramite la base teorica della psicologia positiva dimostreremo come tali prodotti culturali possano favorire in soggetti LGBTQ+ capacità di autonomia, padronanza ambientale, relazioni positive e dunque un maggior benessere psicologico creando un gruppo in cui riconoscersi.

[Il benessere dei pazienti al tempo del COVID-19: il ruolo delle percezioni di autoefficacia comunicativa](#)

Giovanni Schettino (Università degli Studi di Napoli Federico II)

Abstract: La pandemia da COVID-19 ha avuto un impatto dirompente in ogni settore della società. Gli attori delle organizzazioni sanitarie hanno costituito la fascia della popolazione che ha certamente pagato il prezzo più alto di un'emergenza sanitaria senza precedenti nella storia recente. Infatti, gli

operatori sanitari si sono trovati a dover rispondere a nuove ed aumentate richieste dei pazienti, spesso senza le adeguate risorse. Al contempo, i pazienti hanno dovuto gestire la propria malattia in un contesto che ha mostrato una scarsa attenzione ai loro bisogni. Alla luce di tali premesse, obiettivo del presente studio è stato quello di indagare la relazione tra la percezione dei pazienti di essere efficace nel comunicare con il medico e il loro benessere mentale considerando sia la dimensione emozionale che quella sociale e psicologica. Pertanto, è stato somministrato, alla fine della terza ondata del Coronavirus, un questionario self-report a 127 pazienti ambulatoriali con un'età compresa tra i 21 e gli 89 anni. I risultati dello studio hanno evidenziato associazioni positive e significative tra le variabili considerate contribuendo così a rafforzare la letteratura, che ha dimostrato gli outcome positivi legati ad una relazione medico-paziente fondata su una comunicazione efficace, con la fotografia di un periodo storico connotato da radicali cambiamenti nelle organizzazioni sanitarie. In particolare, i risultati suggeriscono la necessità che tali cambiamenti si caratterizzino per l'implementazione di strategie in grado di supportare l'aspetto comunicativo nella relazione medico-paziente.

[Cultural heritage, benessere e cura: verso un nuovo welfare urbano](#)

Francesca Marone (Università degli Studi di Napoli Federico II)

Legittimata dalle evidenze scientifiche, l'alleanza tra cultura, arte e benessere fa sì che il concetto di patrimonio risulti al centro di numerose intersezioni e finalità che sollecitano la ricerca psicopedagogica sulle dinamiche di fruizione dei beni artistici e architettonici a riflettere in un'ottica biopsicosociale circa le opportunità di promuovere un welfare urbano di comunità capace di intercettare attenzione alle identità individuali, alle dinamiche di apprendimento, agli obiettivi formativi, alle risposte a bisogni di fragilità e di cura, favorendo inclusione e coesione sociale. La proposta di un modello integrato di promozione del benessere di comunità mediante il patrimonio culturale ha lo scopo di contrastare il disagio, la marginalità e la povertà educativa. Pertanto, il contributo si focalizza sul progetto Anna_Lab che, nel quartiere Forcella di Napoli, intende attivare risonanze tra siti culturali e destinatari dell'azione psico-socio-educativa tramite la fruizione partecipata e con alcune azioni pubbliche, artistiche e creative, e di networking bottom up, secondo la metodologia della Ricerca Azione Partecipativa.

Poster

NON SEI SOLA. Verso un nucleo operativo strategico sulla violenza di genere

ZURMA SERENA (Consultorio Familiare di Frosinone-ASL di Frosinone)

Self Management (SM) è un concetto che nasce nell'ambito della gestione dei pazienti affetti da malattie croniche. Ad oggi, il SM non è stato ancora studiato e implementato all'interno dei contesti universitari. Entro una prospettiva di psicologia positiva e di salute, gli autori ritengono che SM rappresenti una competenza strategica-chiave utile a supportare le risorse personali per gestire in modo efficiente il rapporto con l'università e la carriera. All'interno del Centro Sinapsi dell'Università Federico II di Napoli, gli autori hanno sviluppato un innovativo percorso formativo di gruppo, il Sinapsi Academic Self Management Training (SAM), basato sull'acquisizione e la promozione delle strategie che sottendono la competenza chiave di SM: gestione del tempo, motivazione alla scelta universitaria, raggiungimento degli obiettivi, problem-solving. SAM è un percorso composto da 6 incontri settimanali tenuti sulla Piattaforma MTeams e aperto agli studenti di tutti gli anni di studio e di tutti i settori disciplinari. Lo scopo di questo studio è valutare l'efficacia di 6 percorsi di gruppo di SAM condotti con 92 studenti, circa 15 studenti per gruppo. Pertanto, la scala di autoefficacia generale (Pierro, 1997), la scala di motivazione accademica (Alivernini & Lucidi, 2008) e la scala di engagement accademico SInAPSi (Freda, De Luca Picione, Esposito, Ragozini & Testa, 2021) sono state somministrate prima e dopo il percorso di Gruppo. I dati sono stati analizzati attraverso un test T per campioni appaiati. I risultati hanno mostrato che il SAM si è dimostrato efficace nel migliorare significativamente l'autoefficacia generale degli studenti ($p = .000$) e nel promuovere un'integrazione più adattativa tra la vita universitaria e il dominio privato ($p = .028$). Crediamo che l'acquisizione della competenza SM supporterà tutti i tipi di studenti non solo durante le carriere accademiche ma anche durante il passaggio e l'ingresso nel mercato del lavoro.

Sostenere il benessere psicologico, la capacità di mentalizzazione l'engagement accademico degli studenti universitari in ritardo con gli studi durante la pandemia da Covid-19: uno studio sull'efficacia di un modello di counselling di gruppo online

Raffaella Passeggia (1)Giovanna Esposito (1)Giuliana Pepicelli (2)Anna Cannata (3)Maria Rosaria Di Natale (3)Federica Parlato (3)Maria Francesca Freda (1) ((1) Dipartimento di Studi Umanistici, Università degli Studi di Napoli Federico II, Italia(2) Dipartimento di Scienze Politiche, Università degli Studi di Napoli Federico II, Italia(3) Centro di Ateneo SInAPSi, Università degli Studi di Napoli Federico II, Italia)

Abstract: Gli studenti universitari sono spesso chiamati a fronteggiare difficoltà connesse ai compiti di sviluppo e riportano in molti casi livelli di distress psicologico più alti della popolazione generale (Mboya et al., 2020). Le misure attuate per il contenimento della diffusione del Covid-19 hanno contribuito ad aumentare i livelli di distress degli studenti (Mari & Scarpaci, 2020; Pan et al., 2020;

Zhai & Du, 2020), impattando sulla loro capacità di affrontare le sfide universitarie e sull'engagement accademico. In questa prospettiva, è diventato necessario proporre servizi online di counselling per sostenere le risorse e attualizzare le potenzialità degli studenti universitari in tempi pandemici. Questo studio analizza l'efficacia di 13 percorsi di counselling online di gruppo offerti dal Centro di Ateneo SInAPSi dell'Università degli Studi di Napoli Federico II e rivolti a 66 studenti (F=27; M=39) in ritardo negli studi. Il counselling di gruppo, basato sulla metodologia del Narrative Mediation Path (NMP; Freda, González-Montegudo & Esposito, 2016), mira a promuovere capacità di mentalizzazione, engagement accademico e benessere psicologico con l'obiettivo ultimo di migliorare la performance accademica degli studenti. In fase pre e post-test, sono stati somministrati i seguenti questionari: a) Reflective Functioning Questionnaire, b) Psychological General Well-Being Index Short Form, c) Academic Performance Inventory, d) University Student Engagement Inventory, e) Group Climate Questionnaire. I risultati hanno evidenziato un miglioramento significativo in tutte le variabili analizzate, mostrando l'efficacia del counselling di gruppo online nel sostenere le competenze e le risorse degli studenti nel fronteggiare momenti di difficoltà in epoca pandemica.

"Spazio Giovani di Gruppo"

ZURMA SERENA (Consultorio Familiare ASL Frosinone)

Abstract: ORIENTAMENTO AL LAVORO

Visto il significativo interesse da parte dei giovani di età compresa fra i 14 e i 24 anni, che si sono rivolti al Consultorio Familiare di Frosinone per un percorso di supporto psicologico individuale, si intende promuovere in continuità terapeutica uno Spazio Giovani di Gruppo.

La meta prospettiva è che al termine del percorso psicologico di gruppo, in un'ottica di peer tutoring in cross level, il giovane possa rappresentare una risorsa per promuovere un ascolto attivo e preventivo con altri giovani. Più specificatamente, acquisendo un rafforzamento affettivo-relazionale, potrebbe potenziare quanto esperito continuando a partecipare in forma spontanea e volontaria nello spazio giovani.

MACRO OBIETTIVI

- Predisporre sentieri di rete preventiva per il giovane in evoluzione;
- Contrastare gli effetti del periodo pandemico nello sviluppo dell'adolescente;
- Promuovere il gruppo come risorsa di comunità;
- Valorizzare il peer tutoring in cross level in ambito preventivo;
- Predisporre buone pratiche d'integrazione metodologica per uno sviluppo armonico del giovane.

ITER METODOLOGICO

Nell'approccio della psicologia positiva, si evita di "riparare" ciò che non funziona, mentre si cerca di individuare, amplificare e consolidare i punti di forza, al fine di superare le debolezze individuali. Seguendo la definizione di felicità che riguarda le componenti del piacere, impegno e significato, l'idea è di fornire al giovane la possibilità di coltivare i propri talenti.

Attraverso incontri periodici a cadenza quindicinale, condotti da uno psicologo-psicoterapeuta, il giovane si misura in un setting terapeutico di gruppo, capace di valorizzare le qualità già esistenti, "punti di forza".

[Il benessere soggettivo di alunni e alunne adolescenti di una scuola secondaria di I grado della Svizzera romanda: uno studio esplorativo](#)

Alicia Hugi, Piera Gabola, Ente: Haute école pédagogique du Canton de Vaud, Lausanne

Abstract: Con la prospettiva della psicologia positiva, molte ricerche internazionali condotte in particolare su adolescenti di scuole medie, si sono concentrate su costrutti come i punti di forza, la gratitudine, la resilienza. Nel contesto della Svizzera romanda gli studi continuano a focalizzarsi sui fattori di rischio associati all'adolescenza (es. burnout scolastico). Obiettivo generale di questa ricerca esplorativa è stato analizzare il benessere soggettivo, indagato attraverso l'analisi dei costrutti di gratitudine e di soddisfazione di vita, di 40 alunni (20 f, 20 m, età $M=14.6$ $DS=0.74$) di una scuola secondaria di primo grado del cantone Vaud (raggruppati in percorso generale -VG- e percorso pre-ginnasiale -VP). Nello specifico si è (a) analizzata la relazione tra gratitudine e soddisfazione di vita (b) verificato l'effetto del genere e (c) dell'appartenenza degli alunni al gruppo VG oppure al gruppo VP, rispetto ai punteggi di gratitudine e di soddisfazione di vita. Sono stati somministrati: il questionario sull'orientamento alla riconoscenza - gratitudine (GQ-6; McCullough et al., 2002; versione francese di Shankland e Vallet, 2010) e la scala di soddisfazione di vita (SWLS; Diener et al., 1985; versione francese di Vallerand, 1989). I risultati mostrano che la gratitudine è significativamente e positivamente correlata alla soddisfazione di vita. Le femmine riportano punteggi medi (non significativi) più alti rispetto ai maschi per entrambi i costrutti considerati, gli alunni indirizzati nel percorso VG riportano punteggi medi (non significativi) più bassi rispetto ai compagni del gruppo VP. Questo ultimo dato ha dato luogo alla valutazione dell'uso di esercizi/pratiche di psicologia positiva come un modo per aumentare il benessere soggettivo per questo gruppo di adolescenti (VG). Saranno confrontati e discussi i punteggi pre e post intervento.

[La felicità in famiglia: un'analisi qualitativa dei momenti felici tra genitori e figli](#)

1) Izzo Flavia 2) Saija Edoardo 3) Pallini Susanna 4) Pistella Jessica 5) Baiocco Roberto
Ente: 1) Sapienza Università di Roma 2) Sapienza Università di Roma 3) Università di Roma Tre 4) Sapienza Università di Roma 5) Sapienza Università di Roma

Abstract: Introduzione: La psicologia positiva ha sottolineato che il grado di felicità è uno tra gli indicatori di soddisfazione personale e benessere soggettivo. Mentre gran parte degli studi sulla felicità si è concentrata sugli adulti e sugli adolescenti, nel presente studio s'intende esplorare la felicità nei bambini e nei preadolescenti.

Metodo: Sono state condotte interviste semi-strutturate costruite ad hoc in un campione di convenienza di 151 bambini (6-13 anni, $M=8.71$, $SD=2.01$; 42% maschi) e i loro genitori (Mamma, $M=42.23$, $SD=5.10$; Papà, $M=45.47$, $SD=5.48$). È stato chiesto sia ai bambini che ai loro genitori di raccontare un momento passato insieme considerato felice dai figli. I dati sono stati analizzati utilizzando la Thematic Analysis.

Risultati: I momenti di felicità con i genitori riguardano le uscite insieme, le espressioni di affetto, il gioco, le attività condivise, i regali e le feste.

Nelle interazioni con la madre rispetto al padre i momenti di felicità differiscono in modo significativo ($\chi^2(6) = 40.93$, $p < .001$). I momenti più felici riportati con la madre sono quelli degli scambi affettivi (21,8%), mentre quelli con il padre sono le attività di gioco (28,5%), soprattutto sportive. I momenti di felicità differiscono nelle narrazioni del bambino e dei genitori: la concordanza tra mamma e figli è il 34% e la concordanza tra padre e figli è il 28%.

Discussione: In linea con la letteratura, la madre sembra curare più la parte affettiva della relazione, mentre il padre è maggiormente impegnato nelle attività ludiche.

Progetto DeSS “Development of Social Skills”

Maria Assunta Zanetti Elena Carelli Alice Lizzori Marinella Leone Michela Carlana (MariaAssunta Zanetti, Dipartimento di Scienze del Sistema Nervoso e del Comportamento dell'Università degli Studi di Pavia Elena Carelli, Dipartimento di Scienze del Sistema Nervoso e del Comportamento dell'Università degli Studi di Pavia Alice Lizzori, Dipartimento di Scienze del Sistema Nervoso e del Comportamento dell'Università degli Studi di Pavia Marinella Leone, Dipartimento di Economia e Management dell'Università degli Studi di Pavia Michela Carlana, Harvard Kennedy School)

Abstract: Il progetto DeSS “Development of Social Skills” intende promuovere il benessere emotivo, lo sviluppo delle competenze sociali e di resilienza nei bambini della scuola primaria attraverso la formazione dei docenti e la successiva implementazione di attività volte a sostenere il benessere scolastico, la coesione del gruppo classe e la promozione di strategie e metodologie didattiche inclusive, favorendo lo sviluppo di abilità e soft skills fondamentali nei diversi contesti emotivi e relazionali. Tali competenze relazionali, emotive e sociali consentono di adattarsi e assumere atteggiamenti positivi nell'affrontare le sfide del quotidiano e della vita in generale. Le attività, da svolgere in classe, si integrano ottimamente all'interno del curriculum scolastico sia per le materie umanistiche che scientifiche poiché consistono principalmente nella lettura e comprensione di storie seguite da molteplici attività pratiche di apprendimento attivo, sia nei momenti di Educazione alla

Cittadinanza perché contribuiscono a formare cittadini responsabili e attivi, ma anche promuovere partecipazione piena e consapevole alla vita civica, culturale e sociale delle comunità, nel rispetto di regole, diritti e doveri, alimentando e rafforzando il rispetto nei confronti delle persone, degli animali e della natura. Il Progetto ha visto la partecipazione di 170 docenti nelle 25 ore di formazione e il coinvolgimento di circa 3400 studenti appartenenti a 56 scuole italiane, ai quali è stata proposta una batteria di questionari pre-test (post-test previsto alla fine dell'anno scolastico) per valutare il livello di benessere scolastico, il senso di appartenenza e la salute mentale con una particolare attenzione alle differenze socioculturali e di genere.

Ricerca informazioni e costruire opinioni: un'analisi sulle modalità di ricerca dei giovani in rete.

Loredana Addimando¹, Chiara Beretta¹, Luca Botturi¹, Martin Hermida², Azza Bouleimen^{3,4}, Silvia Giordano³, Marzia Galloni¹, Luca Luceri³, Felipe Cardoso³ (1 Dipartimento Formazione e Apprendimento, Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana (SUPSI)²The Schwyz University of Teacher Education³ Dipartimento Tecnologie Innovative, Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana⁴Department of Informatics, University of Zurich)

Cercare informazioni e valutarne l'attendibilità è una delle abilità cruciali del ventunesimo secolo. L'alfabetizzazione informativa (Information Literacy) è considerata essenziale per un efficace apprendimento permanente nell'arco di vita (Lifelong learning) e una partecipazione attiva alla cittadinanza. Lo scopo dello studio è comprendere come i giovani cercano informazioni in rete e come costruiscono le loro opinioni circa temi di attualità. I partecipanti (N= 152, M=79, F=73) sono studenti tra i 16 e i 20 anni, selezionati su base volontaria, coinvolti in quattro diversi compiti di ricerca online. Per ciascun compito è stato chiesto ai soggetti di argomentare le risposte date, rispetto alla validità del processo di ricerca effettuato e all'attendibilità delle fonti consultate. Le 442 risposte ottenute dai partecipanti all'indagine costituiscono un corpus lessicale, sufficientemente ricco (Type/Token Ratio= 17.59%) per essere sottoposto ad analisi di contenuto multidimensionale. In particolare attraverso analisi delle co-occorrenze e analisi dei cluster, è stato possibile individuare alcune dimensioni argomentative di senso che rispondo alla domanda "Come cercano i giovani in rete?" I risultati preliminari mostrano che l'accuratezza della ricerca dipende in gran parte dalla formulazione della richiesta nel compito di ricerca. Inoltre sembra emergere come la fiducia nelle proprie abilità di ricerca porti gli utenti a fare ricerche più velocemente e attraverso un numero inferiore di risorse. Infine i risultati sembrano indicare che i partecipanti, nel formarsi un'opinione su un argomento, preferiscono affidarsi ad un numero ridotto di siti web appartenenti ad enti accreditati e considerati autorevoli, piuttosto che esplorare il web consultando risorse differenti.

La felicità a lavoro: uno studio tra differenze di genere

Alice Garofalo*, Massimiliano Barattucci, Andrea De Giorgio, Manuel Teresi, Giovanni Rauli, Chiara Ballone, Stefano Pagliaro e Tiziana Ramaci (Alice Garofalo e Tiziana Ramaci: Università degli Studi di Enna Kore Massimiliano Barattucci: Università degli studi di Bergamo Andrea De Giorgio: Università Telematica eCampus Manuel Teresi, Giovanni Rauli, Chiara Ballone e Stefano Pagliaro: Università degli Studi di Chieti-Pescara)

Abstract: La felicità è un'emozione positiva universale ed un'esperienza umana cruciale; eppure, solo recentemente è oggetto di studio nel campo della psicologia. L'importanza della felicità appare fondamentale in tutti i contesti di vita, ed in particolare a lavoro, dove sempre più aziende iniziano a sviluppare pratiche e servizi per i propri lavoratori, in quanto sempre più studi dimostrano che i lavoratori e le lavoratrici felici sono più produttivi, creativi e coinvolti.

Obiettivo del presente lavoro è stato quello di esplorare le differenze di genere per quanto concerne la relazione tra antecedenti del benessere organizzativo (identificazione organizzativa), soddisfazione, turnover e felicità e stress.

Complessivamente, lo studio correlazionale ha coinvolto 305 lavoratori, di cui il 41.3% donne, di età media pari a 38.47 (SD = 10.5), che hanno partecipato compilando un questionario.

I risultati hanno confermato che l'identificazione organizzativa correla positivamente con la soddisfazione lavorativa ($p < .001$) e negativamente con il turnover ($p < .001$); gli outcomes lavorativi correlano, inoltre, a loro volta, con la felicità ($p < .001$).

Differenze di genere, in controtendenza con la letteratura, sono state evidenziate per i livelli di soddisfazione, felicità e turnover: le donne sono più soddisfatte ($t = -2.78$), più felici ($t = -2.45$), e con minori livelli di turnover ($t = 3.20$). Questi risultati sembrano indicare differenze di genere sia nelle determinanti del benessere organizzativo che in quello personale, sottolineando la necessità di ulteriori indagini e l'opportunità di implementare e prevedere interventi organizzativi finalizzati a promuovere il benessere che tengano conto delle differenze di genere.

Risorse personali e benessere lavorativo durante la crisi pandemica: il ruolo della self-compassion edelle differenze di genere

Grandi Annalisa, Zito Margherita, Sist Luisa, Martoni Monica, Russo Vincenzo e Colombo Lara (Grandi Annalisa 1, Zito Margherita 2, Sist Luisa 3, Martoni Monica 4, Russo Vincenzo 2 e ColomboLara 11 Dipartimento di Psicologia, Università degli Studi di Torino, 10124, Torino2 Dipartimento di Business, Diritto, Economia e Consumi "Carlo A. Ricciardi", Università IULM, 20143, Milano3 Dipartimento di Scienze Biomediche e Neuromotorie, 40138, Bologna4 Dipartimento di Medicina Specialistica, Diagnostica e Sperimentale, Università di Bologna, 40138, Bologna)

Abstract: Il periodo pandemico ha portato molti cambiamenti nel mondo del lavoro e questa situazione ha reso ancor più importante il ruolo delle risorse personali nell'affrontare le nuove sfide e criticità. Lo scopo del seguente studio è stato comprendere attraverso un modello SEM, il ruolo della self-compassion – ossia un'attitudine di gentilezza verso se stessi di fronte a momenti difficili – nella relazione tra risorse personali (umorismo e ottimismo) ed esaurimento lavorativo. Inoltre, sono state approfondite le differenze di genere rispetto alle variabili del modello (analisi della varianza, correlazioni, regressioni). Dalle analisi su un campione eterogeneo di lavoratori (N= 422) è emerso che ottimismo e umorismo sono associate positivamente con la self-compassion e negativamente con l'esaurimento lavorativo e che la self-compassion ha un ruolo di mediatore tra le risorse personali e l'esaurimento. Rispetto al genere è stato rilevato un livello maggiore di self-compassion negli uomini, rispetto alle donne. Dalle analisi sul campione diviso per genere è emerso, per entrambi i sottocampioni (uomini, donne) che ottimismo e umorismo sono significativi predittori della self-compassion. Questi risultati confermano l'importanza delle risorse personali durante un periodo critico come quello pandemico per il mantenimento del benessere dei lavoratori. Inoltre, contribuiscono a sviluppare alcune riflessioni sulle differenze di genere rispetto alla self-compassion, costruito relativamente nuovo in ambito lavorativo, e sui modi diversi di gestire le proprie risorse personali.

[Donne e “campane di vetro”: affetti, bisogni e rappresentazioni materne in donne in gravidanza durante la pandemia](#)

Caffieri Alessia (Dipartimento di Studi Umanistici, Università degli Studi di Napoli, Federico II, Napoli, Italia)

Studi in ambito psicologico clinico e della salute mostrano come la pandemia abbia avuto un maggiore impatto sulle donne rispetto agli uomini, acuendo le disparità di genere su diversi fronti, economico, sociale e sanitario, con un'intuibile ricaduta sul benessere psicologico. In particolare, nelle donne in gravidanza si è registrato un aumento di distress, in funzione dell'impatto che il COVID-19 e le restrizioni anti-contagio hanno avuto sulla riorganizzazione delle visite prenatali, sulle relazioni sociali e sul piano degli affetti.

Come parte di un progetto più ampio, si presenta in questa sede uno studio qualitativo volto all'esplorazione in profondità dell'esperienza di gravidanza vissuta dalle donne italiane durante il secondo lockdown (Marzo-Aprile 2021).

Per tale scopo, 14 donne incinte (8 primo trimestre; 6 secondo trimestre) sono state coinvolte attraverso un'intervista semi-strutturata costruita ed analizzata utilizzando la metodologia dell'Interpretative Phenomenological Analysis (IPA).

Attraverso l'approccio IPA, sono stati individuati i seguenti temi sovraordinati: La pandemia e l'amplificazione degli affetti tipici della gravidanza; "Una categoria a rischio": rappresentazioni materne in pandemia; I bisogni: aree di connessione e contatto.

I risultati evidenziano la percezione di una maggiore vulnerabilità e accentuato rischio di isolamento legato all'essere incinte durante la pandemia nelle donne intervistate. Contemporaneamente, esse hanno anche riconosciuto quanto gli affetti provati rientravano nell'esperienza fisiologica della gravidanza resa più esplicita ed intensa a causa dell'evento pandemia.

Tali risultati concorrono al dibattito inerente la costruzione di interventi di promozione del benessere psicologico delle donne in gravidanza a favore della valorizzazione dell'esperienza soggettiva e il riconoscimento di bisogni specifici.