

BENVENUTI!

Il webinar comincerà alle ore 18:00

UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI MILANO
BICOCCA



Lab-PSE

PROMEHS
Promoting
Mental
Health
at Schools



Cofinanziato dal
programma Erasmus+
dell'Unione europea



Promuovere la salute mentale a casa

Ciclo di incontri online gratuiti per i genitori delle scuole che aderiscono al progetto europeo *PROMEHS Promoting Mental Health at Schools*

1

Venerdì 26 Febbraio 2021

18:00 - 18:20 **Il progetto PROMEHS – Valeria Cavioni**

18:00 - 18:45 **Apprendimento socio-emotivo in famiglia – Elisabetta Conte**

18:45 – 19:00 **Discussione e conclusione**

Moderatrice: Mara Lupica Spagnolo

2

24 Marzo 2021 18:00-19:00
Promuovere la resilienza

3

28 Aprile 2021 18:00-19:00
Prevenire i problemi di comportamento



**Valeria
Cavioni**

**Psicologa, Psicoterapeuta, Dottore
di Ricerca**
Referente PROMEHS Lodi e Pavia



**Elisabetta
Conte**

Psicologa, Dottore di Ricerca
Referente PROMEHS Novara



**Mara
Lupica Spagnolo**

Psicologa, Psicoterapeuta
Referente PROMEHS Lodi e Pavia

IL PROGETTO PROMEHS



VALERIA CAVIONI

VALERIA.CAVIONI@UNIMIB.IT

LABORATORIO DI PSICOLOGIA DELLO
SVILUPPO E DELL'EDUCAZIONE
LAB-PSE

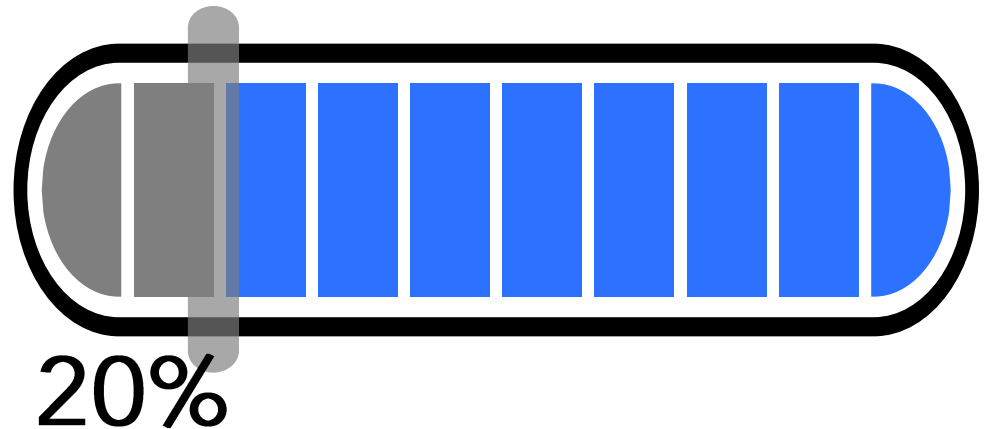
DIPARTIMENTO DI SCIENZE UMANE PER LA
FORMAZIONE «R. MASSA» UNIVERSITÀ DEGLI
STUDI DI MILANO-BICOCCA

Salute mentale



*«Stato di benessere emotivo e psicologico nel quale l'individuo è in grado di sfruttare le sue capacità cognitive e emozionali, esercitare la propria funzione all'interno della società, rispondere alle esigenze quotidiane della vita di ogni giorno, stabilire relazioni soddisfacenti e mature con gli altri, partecipare costruttivamente ai mutamenti dell'ambiente, adattarsi alle condizioni esterne e ai conflitti interni»
(OMS, 2014).*

**Bambini e adolescenti
con disagio psicologico
e i disturbi mentali**



PROMEHS Promoting Mental Health at Schools



Erasmus + Azione Chiave 3 co-finanziato dalla Commissione Europea (2019-2022) che ha lo scopo di creare, implementare e valutare un curriculum scolastico per promuovere la salute mentale



Metodologia *training study*
Pre & post-test
Gruppo Sperimentale Vs Controllo
Questionari

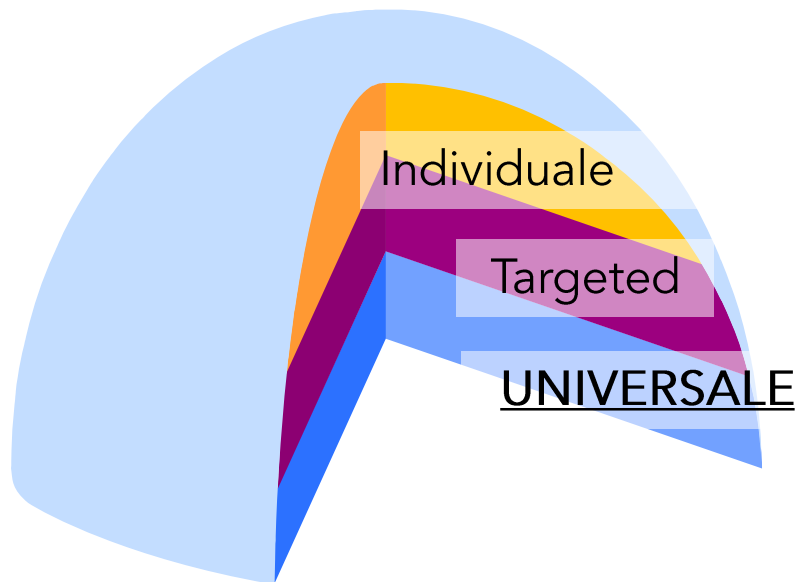


Collaborazione tra Università, Ministeri dell'Istruzione e associazioni scientifiche



Innovazione e impatto sulle politiche educative a livello locale, regionale, nazionale e internazionale

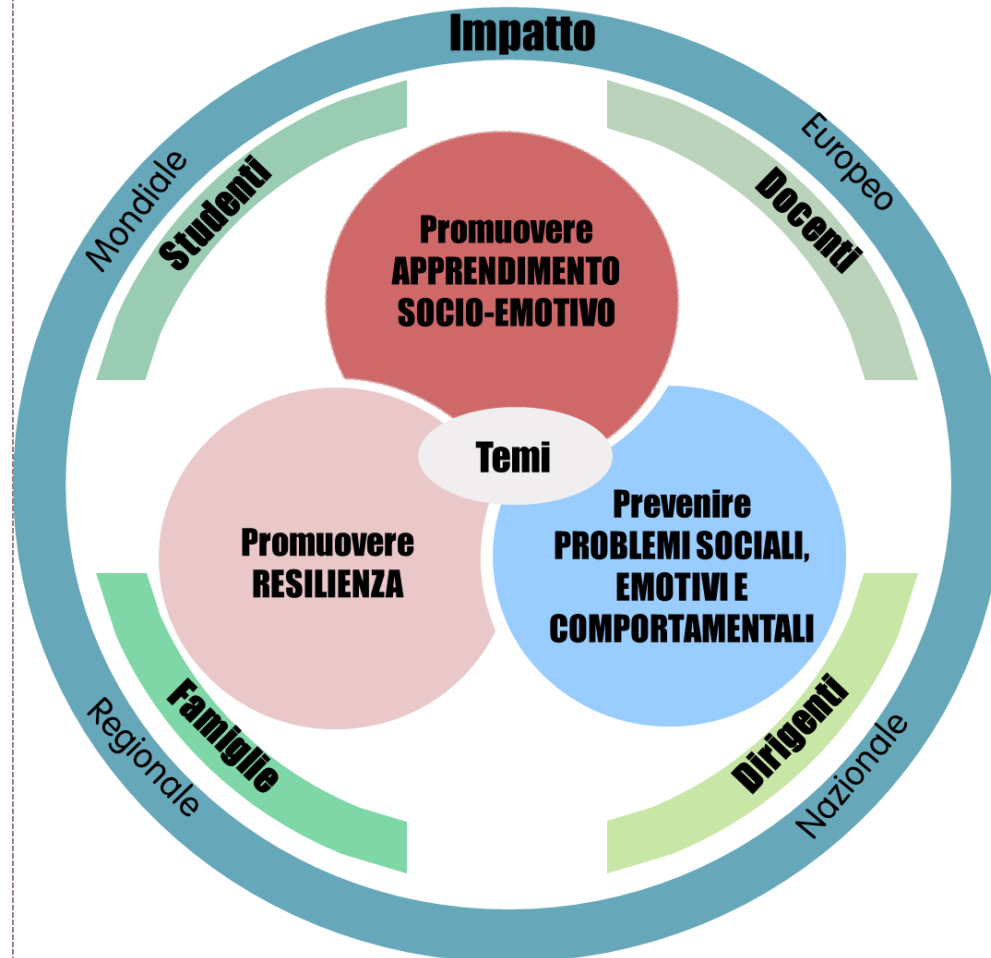
I principi



Letteratura
scientifica



Modello teorico



Il curriculum



Corso di formazione
e supervisione per
docenti



Manuali di attività per
docenti e studenti



Incontri genitori e
per dirigenti



Partecipanti



3 — — — 18 anni

- Sperimentazione in 6 Stati (Italia, Croazia, Grecia, Lettonia, Portogallo, Romania). Malta è valutatore.
- Manuali in 7 lingue
- Questionari:
 - Genitori: 6255
 - Docenti: 958
 - Studenti: 7758

- In Italia la formazione sta coinvolgendo circa 500 docenti in Lombardia e in Piemonte.
- Al termine della sperimentazione avremo coinvolto più di 10 mila studenti in Europa.



Per docenti



Attività 2: Le emozioni complesse



Obiettivo d'apprendimento Al termine dell'attività, gli studenti sapranno identificare, esprimere e nominare emozioni complesse.



Destinatari Studenti dai 6 ai 10 anni



Livello Avanzato



Materiali Carte che rappresentano emozioni complesse, dado colorato, fogli



Fasi dell'attività

- L'insegnante chiede agli studenti di ascoltare la seguente storia:

Storia



Liza e la sua amica Ana stanno giocando sulla spiaggia e insieme costruiscono un castello di sabbia. Lo decorano con sassi e conchiglie. È molto bello. Continuano poi a costruirlo sempre più alto. "Che castello alto che abbiamo costruito", dicono. Improvvisamente, un'onda grossa arriva sulla spiaggia e distrugge il loro castello. Che disastro! Decidono allora di costruirne uno nuovo un po' più distante dall'acqua. "Che bel castello", dicono, "questo è ancora più bello di quello di prima!". Costruiscono persino un fossato per collegarlo al mare. Guardano poi il loro castello e si sentono molto orgogliose per averlo fatto così bene.



13



Salute mentale docenti e studenti



Stress, burnout e resilienza



Effetti emergenza COVID



Condivisione esperienze e riflessioni

- Al termine della storia, l'insegnante chiede ai suoi studenti:
 1. Cosa pensi che abbiano provato Liza e Ana mentre costruivano il loro castello?
 2. Cosa pensi che abbiano provato Liza e Ana dopo che l'onda aveva distrutto il loro castello?
 3. Cosa avresti fatto nella loro stessa situazione?
 4. Cosa hanno provato Liza e Ana dopo aver ricostruito il castello? Perché?

Team Laboratorio di Psicologia dello Sviluppo e dell'educazione



Alessia Agliati



Ilaria Grazzani
(Coordinatrice)



Veronica Ornaghi



Mara Lupica Spagnolo



Valeria Cavioni



Sabina Gandellini



Francesca Micol Rossi



Elisabetta Conte

Lab-PSE

www.labpse.it
www.facebook.com/LabPse



PROMEHS

promeshs.italy@gmail.com

www.promeshs.org

www.facebook.com/promeshs

www.linkedin.com/company/promeshs-promoting-mental-health-at-schools/



PROMEHS
Promoting
Mental
Health
at Schools



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI MILANO
BICOCCA

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Lab-PSE

Lab for Developmental
and Educational Studies
in Psychology

APPRENDIMENTO SOCIO- EMOTIVO IN FAMIGLIA

Dott.ssa Elisabetta Conte

elisabetta.conte@unimib.it

Dipartimento di Scienze Umane per la Formazione "R. Massa"

Università degli Studi di Milano - Bicocca

APPRENDIMENTO SOCIO-EMOTIVO



Processo attraverso cui il bambino e l'adulto comprendono e gestiscono le emozioni, identificano e raggiungono obiettivi, provano e manifestano empatia verso altri, creano e mantengono rapporti sociali positivi, e prendono decisioni responsabili.

Domitrovich et al., 2015

APPRENDIMENTO SOCIO-EMOTIVO



PRESUPPOSTI

APPRENDIMENTO
SOCIO-EMOTIVO
GENITORE

APPRENDIMENTO
SOCIO-EMOTIVO
FIGLIO

Weare, 2011

PRESUPPOSTI

APPRENDIMENTO
SOCIO-EMOTIVO
GENITORE

APPRENDIMENTO
SOCIO-EMOTIVO
FIGLIO

Riflettere sulle proprie abilità

Weare, 2011

PRESUPPOSTI

APPRENDIMENTO
SOCIO-EMOTIVO
GENITORE

APPRENDIMENTO
SOCIO-EMOTIVO
FIGLIO

Supportare le abilità dei figli

Weare, 2011

ESEMPIO NELLA QUOTIDIANITA'

Carla si sente tesa, irritabile e impaziente, è nervosa ma non capisce esattamente perché. Forse è solo esausta oppure qualcosa l'ha fatta irritare ma non si ricorda esattamente che cosa.

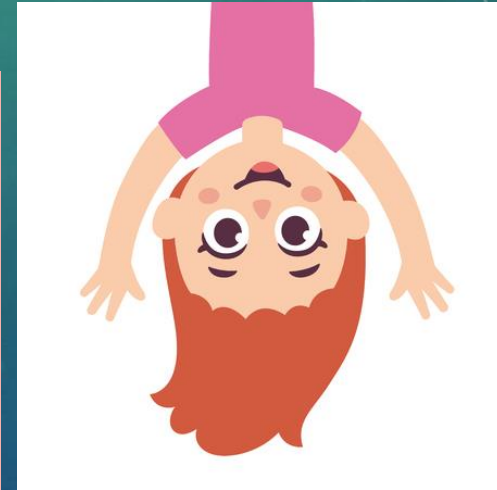
Carla passa davanti alla camera di suo figlio e nota che regna il disordine, nonostante gli abbia detto più volte di sistemarla.

1. AUTOCONSAPEVOLEZZA

Carla si sente tesa, irritabile e impaziente, è nervosa ma non capisce esattamente perché. Forse è solo esausta oppure qualcosa l'ha fatta irritare ma non si ricorda esattamente che cosa.

Carla passa davanti alla camera di suo figlio e nota che regna il disordine, nonostante gli abbia detto più volte di sistemarla.

2. AUTOREGOLAZIONE



3. PRENDERE DECISIONI RESPONSABILI

1. Identificare il problema
2. Analizzare la situazione e le possibili strategie di risoluzione
3. Valutare le conseguenze delle proprie azioni
4. Scegliere una strategia e affrontare il problema
5. Valutare l'efficacia della strategia scelta

4. CONSAPEVOLEZZA SOCIALE



- Osservare (espressioni facciali, postura, tono della voce, ecc.)
- Ascoltare e sintonizzarsi
- Essere aperti a tutte le emozioni, i pensieri, le credenze
- Riconoscere i propri pregiudizi

5. RELAZIONI SOCIALI POSITIVE

- Com'è la relazione?
- Sono presente? Ascolto? Ne rispetto le emozioni, i pensieri, i bisogni e gli interessi?
- Che cosa penso di lui/lei?
- Litighiamo o discutiamo? Lo facciamo in modo costruttivo? Facciamo pace?
- Mi chiede aiuto? Offro il mio aiuto?

PERCHE' SUPPORTARE L'APPRENDIMENTO SOCIO-EMOTIVO?

- Autostima, senso di auto-efficacia
- Relazioni positive, popolarità
- Soddisfazione lavorativa, successo scolastico
- Salute fisica
- Salute mentale

Durlak et al., 2011; Taylor et al., 2017

SOCIALIZZAZIONE

Processo di trasmissione intergenerazionale di significati e conoscenze, in linea con i modelli culturali validi in una determinata società e realtà culturale.

Schaffer, 1996

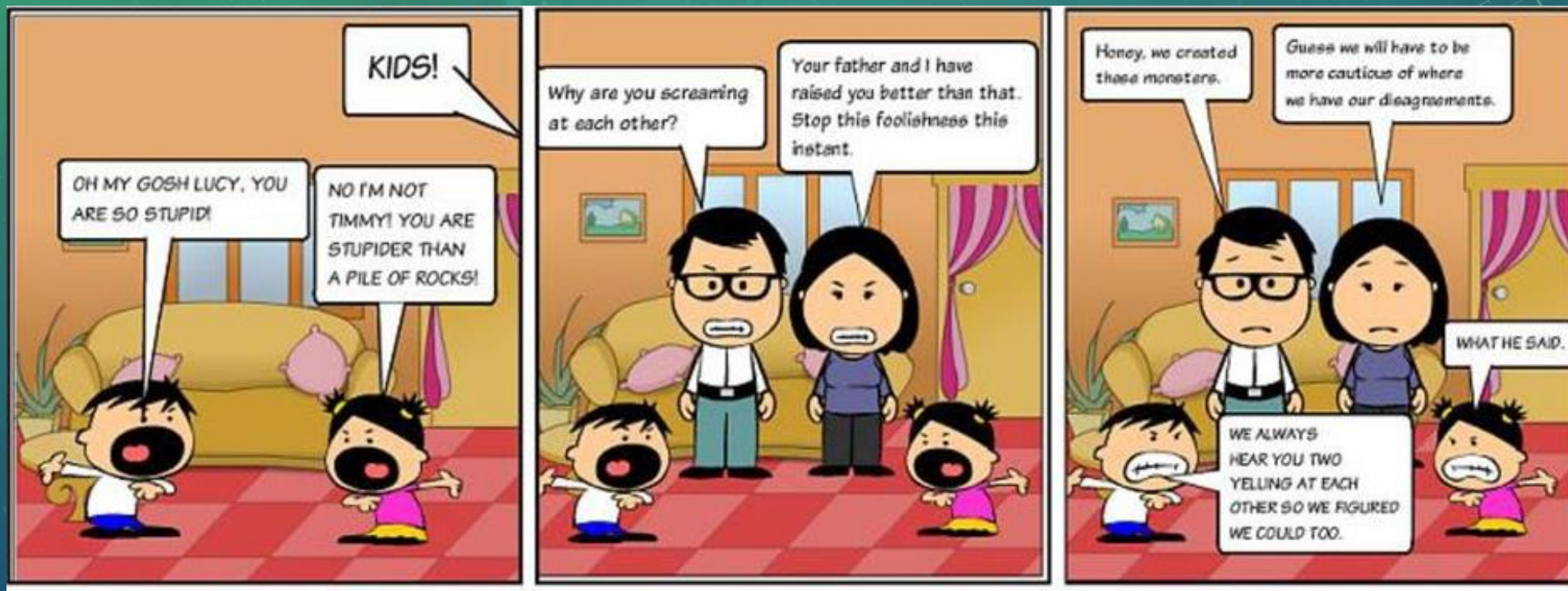
- **Bidirezionale:** sia l'adulto che il bambino/ragazzo sono parte attiva
- **Connotato culturalmente:** i contenuti dipendono dal contesto socio-culturale di appartenenza
- **Intenzionalità variabile:** continuum di intenzionalità, da forme indirette a dirette

SOCIALIZZAZIONE EMOTIVA

- Modellamento
- Apprendimento contingente
- Insegnamento intenzionale

Agliati et al., 2015; Denham, 1998; Saarni, 1989

MODELLAMENTO



APPRENDIMENTO CONTINGENTE



APPRENDIMENTO CONTINGENTE



INSEGNAMENTO INTENZIONALE



INTERVENTI CONVERSAZIONALI NEI CONTESTI EDUCATIVI



Sviluppare abilità socio-emotive a scuola: una ricerca-intervento sulla competenza emotiva

Difficoltà di apprendimento
Vol. 18, n. 3, febbraio 2013 (pp. 369-382)

ELISA CHERUBIN
ILARIA GRAZZANI
VERONICA ORNAGHI
FRANCESCA PIRALLI
*Dipartimento di Scienze Umane per la Formazione «R. Massa»,
Università degli Studi di Milano Bicocca*

Potenziare la competenza socio-emotiva: una ricerca-intervento con bambini di 7 anni

Veronica Ornaghi, Francesca Piralli e Elisa Cherubin – Dipartimento di Scienze Umane per la Formazione «R. Massa», Università degli Studi di Milano Bicocca

Psicologia dell'educazione

Vol. 7, n. 3, dicembre 2013 (pp. 371-384)

CONCLUSIONE

Tre elementi chiave per lo sviluppo dell'apprendimento socio-emotivo:

- Essere modelli positivi
- Amare e supportare
- Supervisionare, porre limiti e regole