

# PROGETTO:

**TITOLO:** Non è sempre esplicitamente richiesto ma è opportuno scriverlo.

**MODELLO TEORICO:** Lo psicologo da art. 5 cod. deontologico, deve operare secondo teorie scientifiche aggiornate, quindi anche se la traccia non lo richiede è bene inserirlo ugualmente. In generale si può fare riferimento a:

1. **teoria o modello specifico** (no approcci teorici): indicando teoria e autori come un mini tema. (Olweus e Bullismo)
2. **spiegazione psicologica di un fenomeno:** riflettendo in generale su aspetti psicologici del problema come emozioni, pensieri, motivazioni, comportamenti. (malattia alzheimer – invecchiamento in generale)
3. **osservazioni generali:** motivazioni per cui è importante svolgere quel progetto.

Lunghezza: Se danno un foglio protocollo anche una pagina, se dicono 2 facciate, anche mezza.

Errori: cadere nella retorica (la crisi della famiglia è lo specchio della crisi dei valori) e azzardare spiegazioni (il disagio giovanile porta ad assumere droga, meglio non metterlo o mettere il condizionale)

**DESTINATARI:** a chi è rivolto il progetto:

- **Diretti:** sono contenuti nella traccia ma devono essere indicati in modo preciso e indicarne il numero (genitori).
- **Indiretti:** chi beneficia dell'intervento indirettamente (figli).

**OBIETTIVO GENERALE:** "l'obiettivo generale è...prevenire, promuovere, sostenere, intervenire" aggiungendo se opportuno, specificazioni "individuando i pre-requisiti e predisponendo strumenti e programmi"

**OBIETTIVI SPECIFICI:** devono essere:

- SMART: Specifici Misurabili Raggiungibile Realistico pianificato.
- Formulati con verbi all'infinito (aumentare, diminuire, incrementare)
- Devono coincidere con le attività.
- Tra 2 e 5.

**METODOLOGIA:** corrispettivo pratico del modello teorico, deve comprendere un'attività introduttiva, le attività date dagli obiettivi specifici e una conclusiva.

**1.PSICOEDUCAZIONE:** programma di attività che utilizza semplici tecniche di modifica e miglioramento degli atteggiamenti e dei comportamenti per obiettivi non terapeutici ma di abilitazione, riabilitazione e promozione del benessere che lo psicologo può utilizzare come da legge 56/89.

**Prevede tre fasi:**

- attività di informazione (direttiva): Lo psicologo affiancato da un'altra figura, fornisce informazioni su una problematica, possibili cause, modalità di intervento, evoluzione nel tempo, informazioni scientifiche o mediche.

- Predisporre il gruppo (non direttiva): Psicologo facilita la discussione, il confronto, il cambiamento, attivando le risorse dei soggetti, condividere emozioni, trovare nuove modalità di affrontare il problema.
- Organizzare attività (semi-direttiva e pratica): prevede attività di apprendimento esperienziale, in cui lo psicologo (che può essere affiancato da un educatore), utilizza il suo sapere non in lezioni frontali ma in situazioni di apprendimento interattivo e collaborativo come simulazioni e role-playing, per sviluppare attività trasversali per gestire lo stress, emozioni e relazionarsi efficacemente:
  - comunicazione efficace
  - problem solving
  - decision making

#### **Vantaggi:**

- Si inseriscono attività di tre tipi: informativa, emotiva e pratica.
- Si differenzia il ruolo dello psicologo in tre tipi, direttiva, non direttiva e semi direttiva.
- Nelle fasi sono già indicati obiettivi specifici e attività:
  - **Informare** su cause, effetti, caratteristiche.
  - **Stimolare il cambiamento** di atteggiamenti e comportamenti inefficaci e disfunzionali, individuando modalità alternative. (meglio parlare di atteggiamenti e non pensieri disfunzionali perché fa troppo riferimento al Orientamento CC)
  - **Sviluppare abilità comunicative**: Training sociali, problem solving, decision making, gestione emozioni e stress.

**2. MODELLO DI PSICOLOGIA DI COMUNITÀ:** Tossicodipendenti, terremotati, ex-carcerati, pazienti psichiatrici, poiché sono problematiche che richiedono collaborazione in équipe e interventi sociali o territoriali. Le parole chiave sono:

- Empowerment: attivare risorse della persona, gruppo o comunità.
- Risorse: attenzione focalizzata su capacità e ciò che può essere utilizzato e valorizzato.
- Gruppo: valorizza le relazioni, interazione e cooperazione.
- Lavoro di rete: costruire rete di relazioni e servizi.
- Ricerca-azione: metodologia di Lewin, per rendere i destinatari attivi e non beneficiari passivi. La ricerca è separata dall'intervento ma sono circolari e alternati.

Obiettivi specifici:

- Mappare e valorizzare le risorse
- Empowerment: sviluppando abilità di problem solving ecc..
- Attivare reti formali e informali di sostegno

Le attività corrispondenti agli obiettivi specifici:

1. presentare il progetto
2. Delineare profilo di comunità per mappare e valorizzare le risorse del territorio. Due strumenti:
  - Analisi Organizzativa Multidimensionale (AOM) di Francescato, valutazione:
    - strategico-strutturale: organigramma, regolamenti, modalità amministrative, economiche e giuridiche.
    - funzionale: attività e obiettivi strategici.
    - Psicodinamica: cultura organizzativa, collusioni, relazioni potere, simbolizzazioni condivise.
    - Psico-ambientale: relazione tra membri
    - Dopo l'analisi di valutazione si integra con osservazioni, questionari ecc.. per rilevare punti forza e debolezza della comunità.

- Analisi di Comunità di Martini e Sequi, identificazione di 7 dimensioni o profili:
  - Territoriale: estensione, clima, conformazione, zone verdi, risorse naturali.
  - Demografico: numero abitanti, fasce età, scolarizzazione, flussi migratori.
  - Attività produttive: presenza e sviluppo di attività primarie, secondarie e terziarie.
  - Servizi: servizi socio-sanitari, educativi, sportivi, ricreativi-culturali, privati o pubblici.
  - Istituzioni: organizzazione politico-amministrativa, ideologiche.
  - Antropologico: storia della comunità e dei suoi valori, coesione sociale.
  - Psicologico: dinamiche psicologiche e affettive, appartenenza, apertura/chiusura, partecipazione collaborazione.
- 3. Empowerment: gruppi di discussione, metodi pratici per sviluppare abilità.
- 4. Attivazione reti: collegare istituzioni, associazioni, gruppi formali e informali (farsi affiancare da assistente sociale)
- 5. Conclusione.

**3. PEER-EDUCATION (AMBITO EVOLUTIVO):** metodo di apprendimento e insegnamento attivo di bambini e adolescenti, divisi in gruppi, all'interno dei quali si assume un ruolo e il compito di trasmettere contenuti. Favorisce responsabilità, cooperazione, comunicazione, capacità relazionali. Un tipo particolare è la **video e peer-education**, in cui si utilizzano strumenti multimediali per la trasmissione dei contenuti. La **cooperative-learning** poi è un apprendimento di gruppo diretto dall'insegnante che stabilisce cosa studiare, compiti e verifiche.

Obiettivi specifici:

- Formare i bambini al ruolo di peer-educator
- Svolgere attività di peer-education rispetto a una tematica
- Organizzare un gruppo di elaborazione e condivisione dell'esperienza di peer e delle emozioni legate al ruolo di peer.

Attività:

- Presentazione progetto
- Formazione dei bambini al ruolo peer
- Predisposizione attività di gruppo in cui i bambini assumono il ruolo.
- Organizzazione di un gruppo di discussione, per condividere e elaborare il percorso e ruoli.

**4. EDUCAZIONE SOCIO-AFFETTIVA (AMBITO EVOLUTIVO):** Approfondita da Francescato, Tomai e Ghirelli (2002) efficace per rinforzare l'autoefficacia individuale e di gruppo, gestire emozioni, sviluppare abilità interpersonali, quindi prevenire il disagio e promuovere il benessere (per gli adulti si usa la psico-educazione con gruppi denominati "di discussione o sostegno"). Utilizza tecniche come il circle time, che consiste nel disporsi a cerchio con la consegna di esprimere a turno la propria opinione o emozione relativa a un problema senza giudicare quello che dicono gli altri. Favorisce empatia, tolleranza, accettazione, rispetto, cooperazione e mediazione, rendendo la comunicazione in classe più efficace. Il primo passo è un esercizio rompighiaccio per sciogliere ansia e tensioni, in cui il facilitatore fa domande su come si comportano o si sentono in una certa situazione e poi si impostano giochi di simulazione o attività su cosa è emerso. Il facilitatore invita poi ad applicare le skil nel contesto abituale, annotando in un diario per il monitoraggio le impressioni.

**5. FORMAZIONE PSICOSOCIALE:** è una psicoeducazione per contesti lavorativi e per le organizzazioni.

**6. MODELLO GENERALE:** da usare in caso di difficoltà, si può dire di utilizzare un modello attivo e partecipativo, che prevede fasi di informazione, sviluppo di abilità, attivazione di risorse di rete informali e formali.

### **ATTIVITÀ, FASI E TEMPI:**

**La prima fase di presentazione:** presentazione del progetto e somministrazione di questionario per valutare aspettative e bisogni dei partecipanti, per rendere il progetto flessibile. Si possono somministrare anche test specifici sulla problematica del progetto ma MAI somministrare test a scuola, è vietato, solo questionari e strumenti non clinici.

- Tempi: incontro di 2 ore tenuto dallo psicologo. Più inserimento e scoring dati attraverso griglie o spss, formulazione grafici (3+3). Totale 8 ore.
- Strumenti: computer portatile, videoproiettore, slide PowerPoint di Office in Windows. Brochure da distribuire ai partecipanti con la sintesi delle fasi del progetto e descrizione test o questionari.

**Seconda, terza e quarta fase di attività:** Per ogni attività ripresa dagli obiettivi specifici indicare professionisti coinvolti, strumenti utilizzati e tempi (numero incontri, durata, periodo di svolgimento e ore totali)

**Quinta fase di conclusione:** presentazione dei risultati, risomministrazione questionario.

- Strumenti: gli stessi della presentazione.
- Tempi: incontro di 2 ore. Più ore di inserimento, scoring e stesura relazione. Più un'ora di presentazione finale al committente del progetto.

**Tempo totale del progetto:** indicare quanti mesi.

**RISORSE:** Materiali e umane necessarie al progetto.

**Materiali:** indicare i locali, materiale cartaceo e d'ufficio, test o questionari specifici.

**Umane:** differenziare figure e ruoli, meglio prevedere un'equipe di almeno 3 persone una spesso è l'educatore.

**BUDGET:** è preferibile costruire una tabella, le tariffe medie sono: 70 per psichiatri e medici, 70 per psicoterapeuta, 50 psicologo, 45 assistente sociale, 25 educatore.

Risorse umane e materiali	Tariffa oraria media (orientativa) x ore di lavoro	Totale
Psicologo	50x6	300 euro
Psichiatra	70x32	2240 euro
Nutrizionista	30x16	480 euro
Materiale cartaceo		200 euro
		3220 euro

### **RISCHI o Criticità:**

- atteggiamento non collaborativo da parte dei soggetti
- stereotipi e pregiudizi nei confronti dello psicologo
- dropout
- ricadute
- aggravio condizioni di salute soggetti

## VALUTAZIONE o metodi di verifica:

Utile dare una definizione di efficacia (capacità di raggiungere gli obiettivi prefissati) ed efficienza (raggiungimento degli obiettivi prefissati ottimizzando le risorse in termini di tempo e spesa).

Le fasi di valutazione sono:

- **Iniziale:** somministrazione di un questionario appositamente elaborato per esplorare bisogni, aspettative, conoscenze, che sarà risomministrato alla fine. Test specifico su problema.
- **In itinere:** diari di bordo per annotare osservazioni, valutazioni, ostacoli, andamento del progetto.
- **Finale:** questionario appositamente elaborato per valutare il progetto, risomministrazione del test specifico per valutare miglioramento.
- **Follow-up:** a distanza di 6 mesi lo psicologo incontrerà nuovamente i destinatari per valutare se i miglioramenti sono stati mantenuti o se invece vi siano problemi e ci sia bisogno di un nuovo intervento.

## RICHIESTE AGGIUNTIVE SPECIFICHE DELLA TRACCIA DA TENERE CONTO NEL PROGETTO:

### ANALISI DEL CONTESTO: centro diurno, centro residenziale, città ecc..

E' bene analizzare il contesto che la traccia richiede, con una descrizione di un'ipotetica struttura, numero di pazienti, tipo di operatore ecc.

### ANALISI DELLA DOMANDA:

1. Renzo Carli: metodo di intervento psicologico denominato "analisi della domanda"
2. Definizione Generale: approfondimento preliminare di un intervento per capire il problema, analizzare aspettative e bisogni.

Per includere entrambe le prospettive nel progetto: *"La struttura che richiede l'intervento è una realtà psico-sociale complessa e il progetto dello psicologo dovrà tenere conto delle variabili oggettive ma anche soggettive del contesto. L'analisi del contesto deve prevedere un'analisi dettagliata della richiesta, che secondo Carli deriva da un "fallimento di collusione", qualcuno o qualcosa devia dalle aspettative e si richiede un intervento riparatore. Tale analisi deve quindi analizzare le problematiche implicite della richiesta e non solamente esplicite per non colludere con le aspettative del committente. Lo psicologo dunque ha il ruolo di facilitatore del cambiamento e del miglioramento, attraverso l'attivazione delle risorse insite nei destinatari, considerati attori attivi, tramite lo sviluppo di potenzialità e abilità interpersonali e psicosociali."*

### DEFINIZIONE DEL PROBLEMA E DELL'OGGETTO D'INTERVENTO: brevissima si differenza dal modello teorico.

- **Definizione della problematica:** definizione di stress.
- **Indicazione di intervento:** breve definizione dell'intervento "Lo psicologo inserito in un'équipe di professionisti, interverrà sui fattori che contribuiscono allo stress, sugli effetti e sul contesto, per migliorare il benessere ecc.."

### IPOTESI:

- **Ipotesi generale:** "in base alla letteratura si può ipotizzare che il problema, essendo complesso, non possa essere ricondotto a una sola causa ma piuttosto a un insieme di

fattori, biologico, psicologici e sociali interconnessi, per questo è opportuno un intervento multidisciplinare. In particolare secondo la teoria XXX le cause principali sono XXX quindi l'intervento sarà mirato anche a questi fattori per ridurre disagio attuale e ricadute.

- **Ipotesi d'intervento:** "S'ipotizza che con una metodologia psicoeducativa, si possa intervenire efficacemente promuovendo cambiamento e benessere"

### **ANALISI STATISTICHE:**

Potranno essere analizzate attraverso SPSS che permette l'elaborazione di dati psicometrici e la realizzazione di grafici, attraverso cui analizzare e presentare indicatori di tendenza generale (moda, media, mediana) di posizione (percentili) e di dispersione (varianza, deviazione standard).

### **STRUMENTI:**

Includono sia gli strumenti specifici come questionari e test, ma anche materiale didattico (dispense, computer con software word e SPSS, documenti, griglie osservazione, diario di bordo, video proiettore).

### **RICERCA INTERVENTO:**

Particolare metodologia ideata da Lewin (Psicologia di Comunità), si procede parallelamente tra organizzazione e intervento. E' simile alla psicoeducazione, si interviene su un gruppo informando (direttiva) e in un altro, creando un gruppo di discussione (non direttiva).

**OBIETTIVO:** è comprendere la problematica e contemporaneamente intervenire confrontando l'efficacia dei due metodi.

**OBIETTIVI SPECIFICI:** sono due, valutare efficacia di un intervento direttivo e di un intervento non direttivo

**ATTIVITÀ, FASI E STRUMENTI:**

1. presentazione del progetto: presentazione con la specificazione che verranno creati due gruppi, uno per la ricerca teorica e l'altro per un intervento pratico.
2. intervento basato sull'accrescimento di conoscenza: attività direttiva di informazione e approfondimento teorico (4 incontri per 3 mesi totale 12 ore) nell'ultimo incontro si effettuerà la valutazione e dopo un mese, il follow up.
3. Intervento basato sull'elaborazione di emozioni e strategie: attività non direttiva di gruppo, con il ruolo di psicologo come facilitatore del confronto. (4 incontri per 3 mesi totale 12 ore) nell'ultimo incontro lo psicologo raccoglierà info sul cambiamento di strategie e emozioni, e dopo un mese, il follow up.
4. Ricerca, comparazione e verifica: Fase di ricerca vera e propria di confronto fra i dati raccolti da entrambi i gruppi, analizzati tramite SPSS (6 ore per analisi e stesura relazione).
5. Conclusione: presentazione dei risultati.

### **PROGETTO RICERCA:**

Progetto che presenta la richiesta esplicita di condurre una ricerca o esperimento per studiare il problema.