



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

Tra il dire e il fare...

Fabio Lucidi

*Dipartimento di Psicologia dei Processi di
Sviluppo e Socializzazione*

**Cominciamo con un esempio:
prevenire l'*Obesità* è un obiettivo
strategico di molte istituzioni e paesi
dal momento che:**



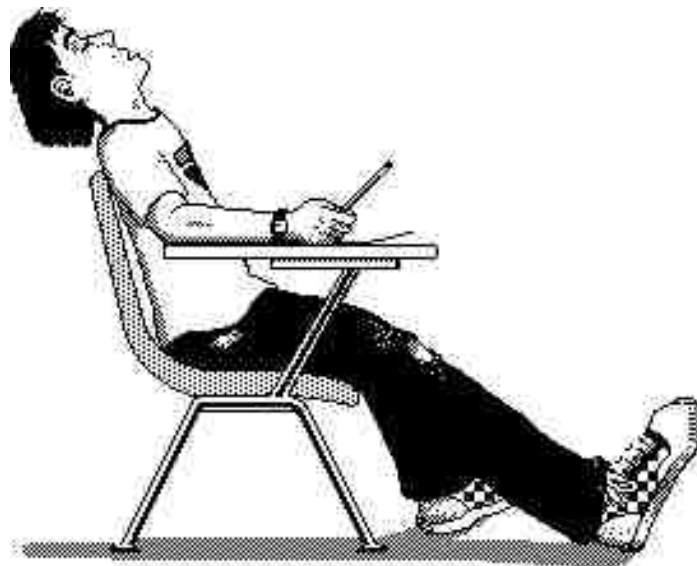
- È un fenomeno a sempre maggiore diffusione nei paesi occidentali industrializzati
- I rischi per la salute sono molto alti

Se anche diamo ai bambini tanti
buoni consigli



Mi raccomando, mangiate
molta frutta e molta verdura e
fate almeno mezz'ora al
giorno di attività motoria

Non necessariamente grandi e
piccini si precipiteranno a seguire i
nostri consigli.



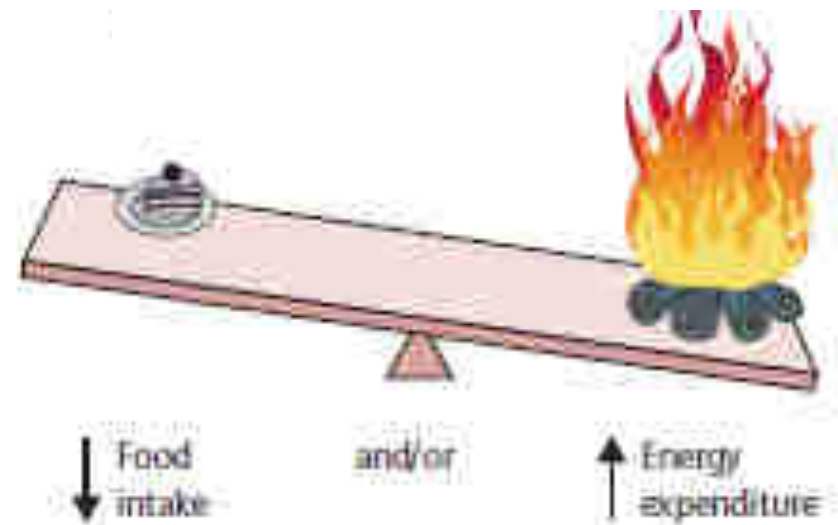
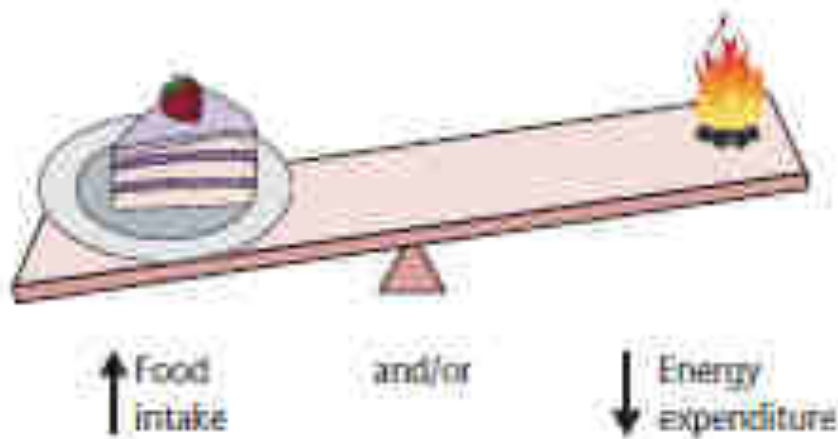
Ne è detto che
otterremo i
risultati
desiderati



Ma gli altri no: Strategie preventive tipicamente seguite:



- Il classico approccio preventivo cerca di stimolare i bambini, attraverso l'informazione a migliorare gli stili di vita e, in particolare a ridurre l'introito energetico e/o ad accrescere il dispendio calorico.



Tuttavia:

- Molti interventi basati su un classico paradigma di formazione si sono rivelati inefficaci
- E' stato dimostrato che molti interventi che poggiano sulla riduzione del danno producono stigma
- Le ricerche empiriche capaci di identificare il “programma ideale” di prevenzione dell'obesità infantile sono poche, e spesso poco considerate
- Molti interventi sono stati criticati perché non si basano su una solida cornice teorica che spieghi come avvengono i cambiamenti comportamentali
- Molti interventi sono stati criticati perché ritenuti poco applicabili alla realtà.

Han J.C., Lawlor D.A., Kimm S.Y.S., Lancet 2010; 375: 1737–48

La “filosofia” delle iniziative efficaci

- A) Si concentrano sullo sviluppo personale di in un individuo inserito in un contesto;
- B) sono azioni sociali che poggiano sull’ idea che gli stili di vita sani siano un diritto talvolta negato;
- C) Ricercano prevalentemente di agire su meccanismi di autoregolazione e agentività dell’ individuo, inserito in un contesto sociale (familiare, scolastico, lavorativo ecc) e ambientale;
- D) Dispongono di una teoria che ne guida l’ azione;
- E) Dispongono di una valutazione di esito.

La “filosofia” delle iniziative efficaci

- A) Si concentrano sullo sviluppo personale di in un individuo inserito in un contesto;
- ***B) sono azioni sociali che poggiano sull'idea che la salute sia un diritto talvolta negato.***
- C) Ricercano prevalentemente di agire su meccanismi di autoregolazione e agentività del bambino, inserito in un contesto sociale (familiare, scolastico, ecc) e ambientale.
- D) Dispongono di una teoria che ne guida l'azione
- E) Dispongono di una valutazione di esito

E' una questione socio-economica?

- Uno dei principali predittori della salute in qualsiasi fascia d'età è lo status socio-economico.



Anche i ricchi piangono, ma i poveri piangono più spesso

- Povertà materiale e povertà di reti di aiuto, disoccupazione, lavoro poco qualificato, basso titolo di studio sono tutti fattori, spesso correlati tra loro, che minacciano la salute degli individui. In tutta Europa i cittadini in condizioni di svantaggio sociale tendono ad ammalarsi di più, a guarire di meno, a perdere autosufficienza, ad essere meno soddisfatti della propria salute e a morire prima. Mano a mano che si risale lungo la scala sociale questi stessi indicatori di salute migliorano secondo quello che viene chiamata la legge del gradiente sociale.

Quindi scordatevi di fare..



E' solo una questione di soldi?

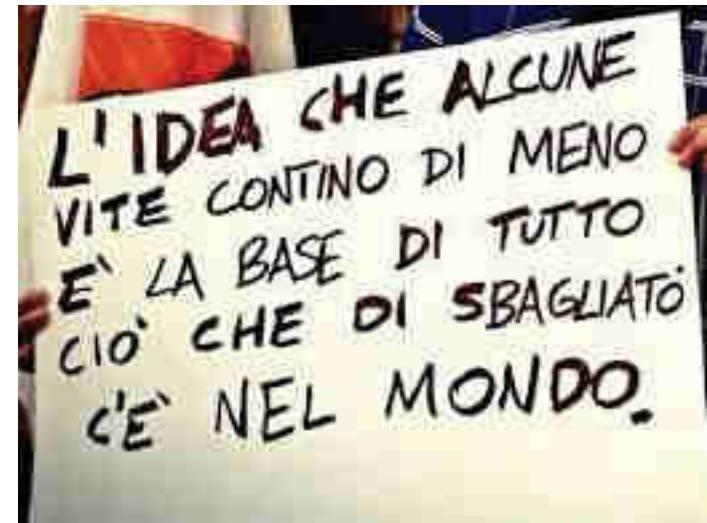


THIS IMAGE HAS NOT BEEN MODIFIED. IT'S TIME TO CHANGE THAT.
SEEK THE DIFFERENCE AT WWW.COMMITMENTMANAGER.COM



Il peso della cultura

- Il rischio di morire cresce con l'abbassarsi del titolo di studio. Chi ha un diploma ha un rischio di morire maggiore del 16% rispetto ad una laureato, chi la licenza media del 46%, chi quella elementare del 78%. Questo fenomeno si ripete anche tra le donne e riguarda tutti gli indicatori di salute: ammalarsi, restare a lungo con la malattia e con le sue conseguenze, finire male a causa della malattia.



L' accesso alle cure

- il Servizio Sanitario Nazionale è un grande presidio universalistico, capace di trasferire i benefici della medicina in tutto il paese e in tutti gli strati sociali senza (troppe) distinzioni di diritto nell' accesso; dunque il SSN è un presidio dislocato sul territorio che tende a realizzare pari opportunità nell' accesso alle cure o alla possibile prevenzione delle malattie.

L'accesso alla cure è il pane...



Chi svolge il ruolo di presidio per garantire pari opportunità di mettere in atto comportamenti di promozione della salute?



Nutro la convinzione che siate qui
per prepararvi a ricoprire a quel
ruolo



Lo status socio-economico non
vincola solo l'accesso a
opportunità fisiche.

Con lo status socio economico:

Cambiano le conoscenze e le convinzioni;

Cambiano gli atteggiamenti;

Cambiano gli obiettivi personali;

Cambiano le motivazioni e le intenzioni;

Cambiano i comportamenti.

Attraverso una prescrizione...

Non cambiano le conoscenze e le convinzioni;

Non cambiano gli atteggiamenti;

Non cambiano gli obiettivi personali;

Non cambiano le motivazioni e le intenzioni;

Cambiano i comportamenti?

Se non basta prescrivere potrei
informare-...



Informazione educazione

**Centrato sulla modifica del comportamento
mediante cambiamento di cognizioni**

**L' Assunto di base:
si tratta di una sequenza lineare**

La sequenza prevede che: **Fornire informazioni determina**

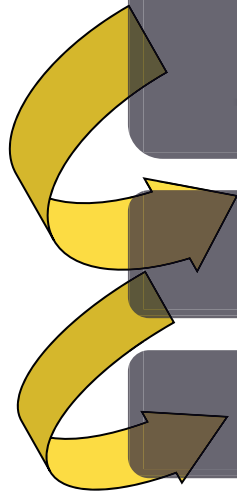
Aumento/miglioramento delle conoscenze



Mediante cambiamento di cognizioni

Modifica del comportamento

Miglioramento della salute



E' proprio in questa sequenza e
in ogni sua possibile interruzione
che sta la distanza ..



La “filosofia” delle iniziative efficaci

- *A) Si concentrano sullo sviluppo personale di in un individuo inserito in un contesto;*
- B) sono azioni sociali che poggiano sull’ idea che gli stili di vita sani siano un diritto talvolta negato;
- C) Ricercano prevalentemente di agire su meccanismi di autoregolazione e agentività dell’ individuo, inserito in un contesto sociale (familiare, scolastico, lavorativo ecc) e ambientale;
- D) Dispongono di una teoria che ne guida l’ azione;
- E) Dispongono di una valutazione di esito.

Modelli di promozione della salute

✓ **1. Self empowerment**

✓ **2. Group empowerment**

✓ **3. Azione collettiva**

La “filosofia” delle iniziative efficaci

- A) Si concentrano sullo sviluppo personale di in un individuo inserito in un contesto;
- B) sono azioni sociali che poggiano sull’ idea che gli stili di vita sani siano un diritto talvolta negato;
- ***C) Ricercano prevalentemente di agire su meccanismi di autoregolazione e agentività dell’ individuo, inserito in un contesto sociale (familiare, scolastico, lavorativo ecc) e ambientale;***
- D) Dispongono di una teoria che ne guida l’ azione;
- E) Dispongono di una valutazione di esito.

L' approccio del **Self empowerment**

CENTRATO SU SVILUPPO PERSONALE

- MEDIANTE TECNICHE DI APPRENDIMENTO PARTECIPANTE (MODELLING, ROLE PLAYING)
- RILASSAMENTO
- TRAINING SULL' ASSERTIVITA'
- MIGLIORAMENTO DI ABILITA' SOCIALI (*LIFE SKILLS*)
- SELF MANAGEMENT

Le Life Skills

- **“Le Life Skills sono abilità che consentono di trattare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana, sono dunque abilità di vita fondamentali in ogni processo di adattamento umano” (OMS).**
- **Sono abilità cognitive, emotive e relazionali di base, che consentono alle persone di operare con competenza sia sul piano individuale che sociale.**

Le Life Skills sono

1. **Problem solving:** Capacità di affrontare e risolvere in modo costruttivo i problemi quotidiani
2. **Pensiero creativo :** Capacità di esplorare le alternative possibili e originali, di rispondere in maniera adattiva e flessibile alle situazioni della vita quotidiana.
3. **Decision Making:** Capacità di prendere decisioni per affrontare in modo costruttivo le difficoltà.
4. **Pensiero critico :** Capacità di analizzare le informazioni e le esperienze in maniera obiettiva.
5. **Comunicazione efficace:** Capacità di sapersi esprimere sia verbalmente che non, in maniera appropriata rispetto alla cultura e alle situazioni.

E inoltre

6. **Capacità di relazioni interpersonali:** Capacità di mettersi in relazione e interagire con gli altri in maniera positiva
7. **Empatia:** Capacità di riconoscere, discriminare e condividere le emozioni degli altri.
8. **Autoconsapevolezza:** Capacità di conoscere se stessi, il proprio carattere, le forze e debolezze, desideri e insofferenze
9. **Gestione delle emozioni :** Capacità di riconoscimento delle emozioni in noi stessi e negli altri; consapevolezza di quanto le emozioni influenzino i comportamenti e la capacità di rispondere in maniera appropriata
10. **Gestione dello stress:** capacità di riconoscere e controllare le fonti di tensione nella vita quotidiana, sia tramite cambiamenti nell'ambiente o nello stile di vita, sia mediante la capacità di rilassarsi

L' APPROCCIO DEL **Group empowerment**

→ E' rivolto a **piccoli gruppi**

→ Si basa sui processi di: **influenza sociale, confronto e sostegno sociale**

→ Tecniche usate:
peer education,
educazione socio-affettiva

L' APPROCCIO DELL' Azione collettiva

- **Focus
sullo sviluppo della comunità**
- **Coinvolgimento delle persone
nella progettazione
e realizzazione**
- **Interventi nei contesti ambientali
(scuola, luogo di lavoro, servizi)**

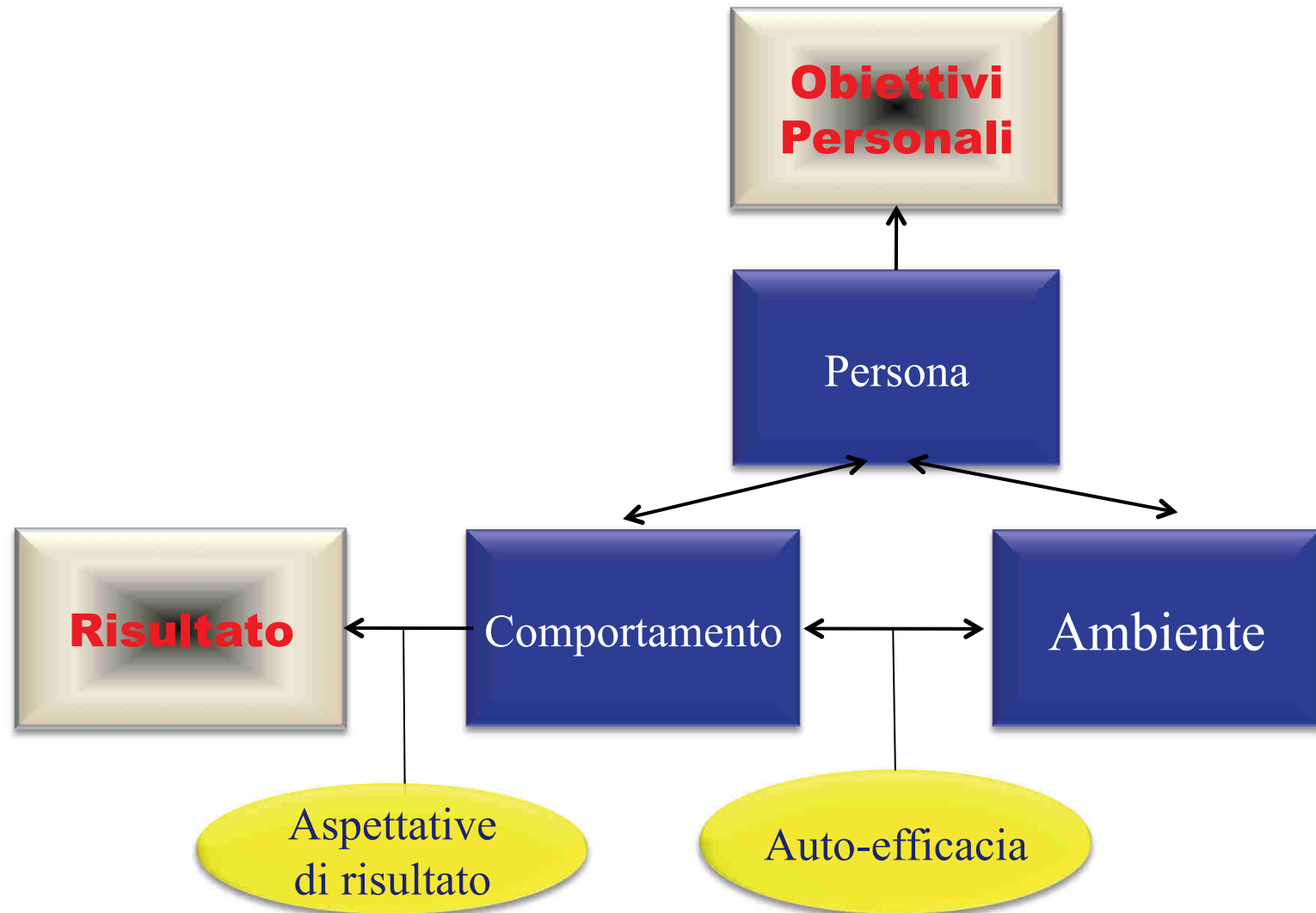
Tecniche. Per agire su cosa?



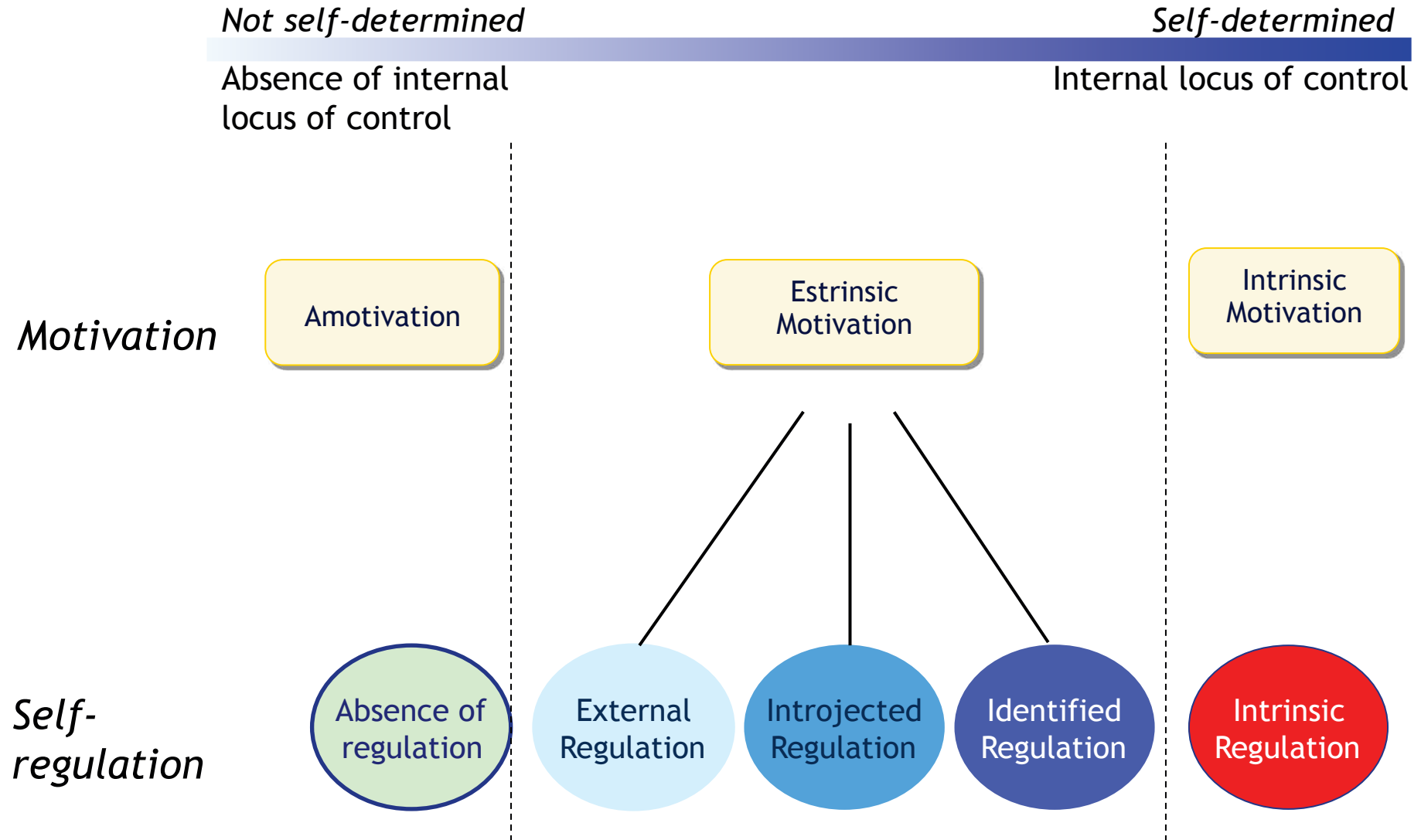
La “filosofia” delle iniziative efficaci

- A) Si concentrano sullo sviluppo personale di in un individuo inserito in un contesto;
- B) sono azioni sociali che poggiano sull' idea che gli stili di vita sani siano un diritto talvolta negato;
- C) Ricercano prevalentemente di agire su meccanismi di autoregolazione e agentività dell' individuo, inserito in un contesto sociale (familiare, scolastico, lavorativo ecc) e ambientale;
- **D) Dispongono di una teoria che ne guida l' azione;**
- E) Dispongono di una valutazione di esito.

Basi teoriche: 1



Base Teorica: 2

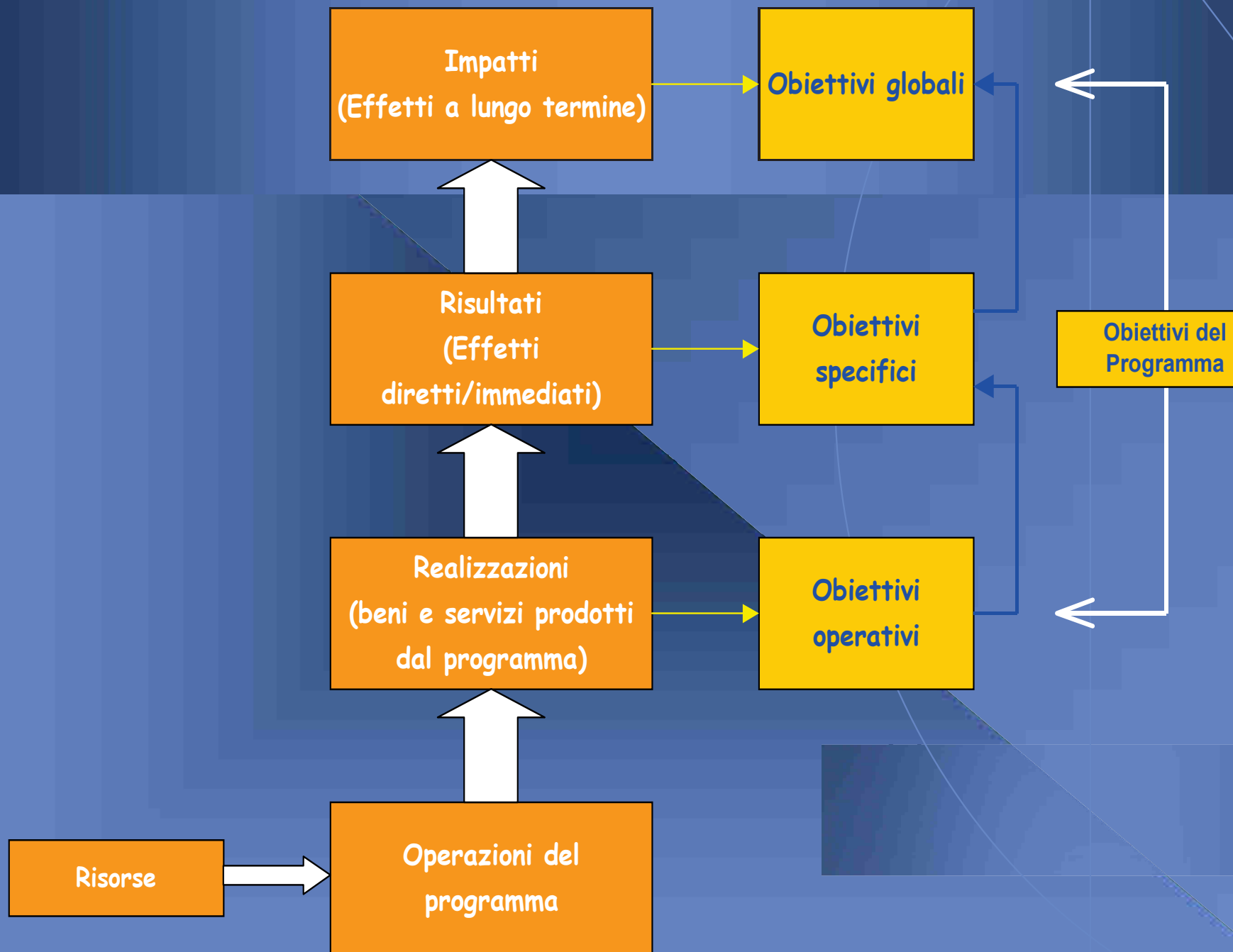


5 nuotatori diversi

- *Pierino non nuota quasi mai, non sa più perché si è iscritto e alla fine dell'anno abbandonerà il nuoto.*
- *Valentino nuota 3 ore a settimana, finirà il corso di nuoto perché altrimenti suo padre lo sgriderebbe.*
- *Maria nuota 3 ore a settimana, finirà il corso di nuoto e farà le gare per dimostrare al padre che ce la poteva fare, che lei valeva qualcosa.*
- *Emanuela nuota 3 ore a settimana per mantenersi in forma e in salute.*
- *Leonardo nuota 3 ore a settimana, perché gli piace. Quello che vorrebbe di più è poter seguire le sue sensazioni in acqua.*

La “filosofia” delle iniziative efficaci

- A) Si concentrano sullo sviluppo personale di in un individuo inserito in un contesto;
- B) sono azioni sociali che poggiano sull’ idea che gli stili di vita sani siano un diritto talvolta negato;
- C) Ricercano prevalentemente di agire su meccanismi di autoregolazione e agentività dell’ individuo, inserito in un contesto sociale (familiare, scolastico, lavorativo ecc) e ambientale;
- D) Dispongono di una teoria che ne guida l’ azione;
- **E) Dispongono di una valutazione di esito.**



Fasi del ciclo di programmazione, tipo di valutazione e tecniche utilizzate

Fasi del ciclo del programma

Tipo di valutazione

Tecniche utilizzate

Programmazione

Valutazione ex-ante

Stima indicatori

Analisi impatto sociale

Analisi costi -benefici

Attuazione

Valutazione in itinere

Multicriteria

Analisi indicatori

Controllo

Valutazione ex-post

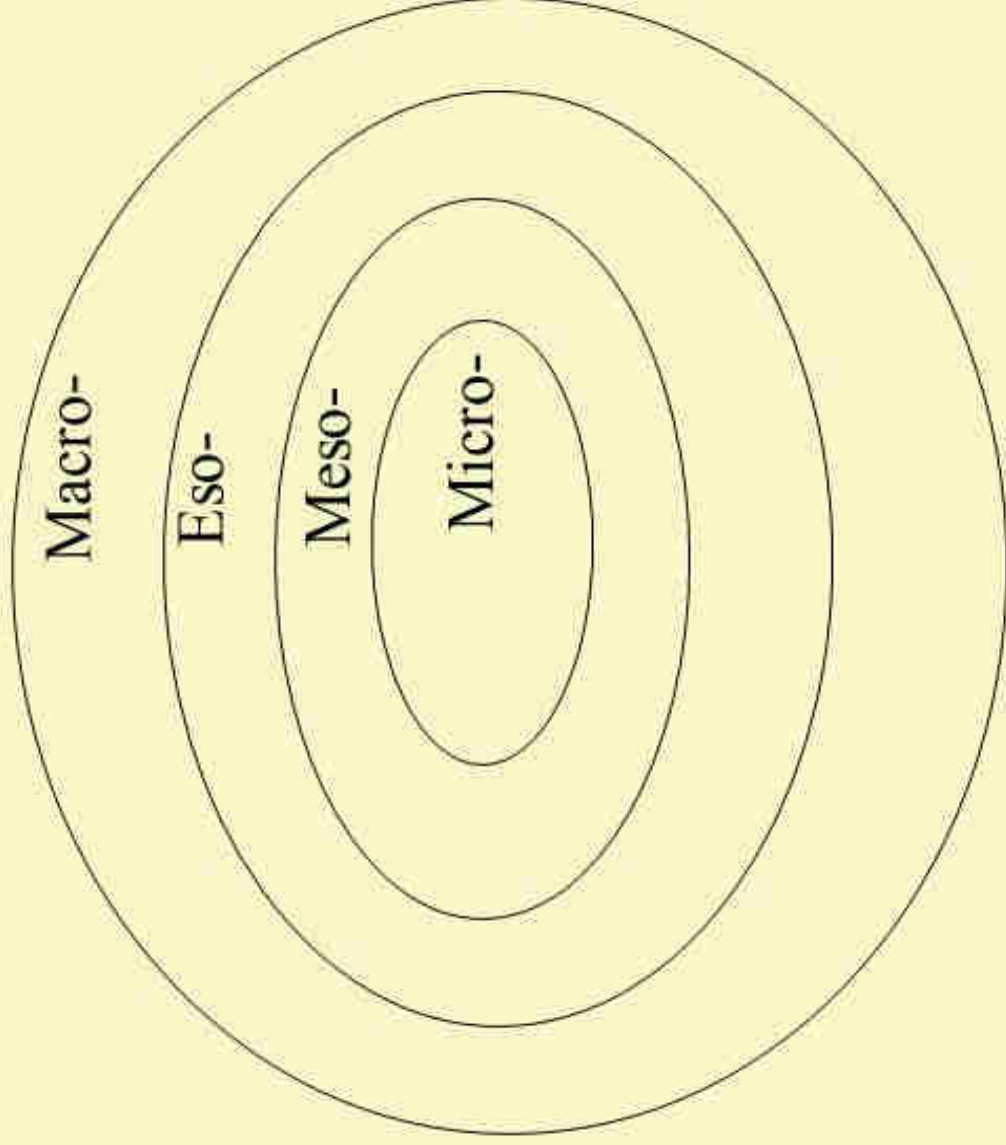
A. efficienza- efficacia

Analisi di impatto

- programma
- asse/misura

I sistemi di Urie Bronfenbrenner (1979)

Microsistema:
relazioni prossimali



Mesosistema: gruppi
primari

Esoistema:
situazioni ambientali
complesse

Macrosistema:
cultura, ideologie,
normative

Sui quali agire in modo coerente
e strutturato



*Un bambino che non gioca
non è un bambino, un adulto
che non gioca è destinato a
perdere il bambino che è in
lui.*



*Una salita, vista dall'alto,
assomiglia moltissimo a una
discesa*

