



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI GUGLIELMO MARCONI

FACOLTÀ DI SCIENZE DELLA FORMAZIONE

CORSO DI LAUREA MAGISTRALE IN PSICOLOGIA

« PRENDERSI CURA DELLE RELAZIONI A SCUOLA PER LA  
PROMOZIONE DEL BENESSERE E LA PREVENZIONE DEL  
DISAGIO »

Candidato:

**ISABELLA VIVARELLI**

Matr. N°: SFO03087/LM51

Relatore:

Chiar.ma Prof.ssa

**MARIA LAURA VITTORI**

ANNO ACCADEMICO  
2015/2016

# Sommario

INTRODUZIONE.....	5
I. IL CONTESTO: LA CORNICE PER COMPRENDERE.....	6
1. Nozione e definizioni.....	6
2. Assunti teorici.....	8
2.1 Dall'analisi della mente all'analisi delle relazioni.....	9
2.2 I teorici delle relazioni primarie.....	11
2.2.1 Melanie Klein.....	11
2.2.2 Margaret Mahler.....	12
2.2.3 John Bowlby.....	13
2.3 L'analisi delle relazioni attraverso la comunicazione.....	18
2.4 La psicologia incontra la neurobiologia.....	21
2.5 La prospettiva ecologica.....	24
2.6 L'approccio sistemico.....	28
3. Il contesto relazionale scolastico.....	32
II. LA PREVENZIONE DEL DISAGIO E LA.....	34
PROMOZIONE DEL BENESSERE.....	34
1. La prevenzione del disagio.....	34
1.1 Fattori di rischio e fattori protettivi.....	34
1.2 Modelli di prevenzione.....	42
2. La promozione della salute e del benessere: un cambiamento di paradigma.....	46
2.1 La concezione di salute secondo il modello bio-psico-sociale.....	48
2.2 Pre-requisiti e fattori determinanti della salute e del benessere.....	50
2.3 Strategie e modelli di promozione della salute.....	52
2.4 I livelli di intervento.....	54
III. STRATEGIE DI INTERVENTO NEL CONTESTO RELAZIONALE SCOLASTICO.....	55
1. Il disagio giovanile.....	57
1.1. Il concetto di disagio.....	58
1.2. Disagio della normalità, disagio della modernità.....	58
2. Self empowerment.....	62
3. Group empowerment: l'educazione socio-affettiva.....	65
3. 1. Origini teoriche.....	65

3.2. Obiettivi e destinatari.....	67
3.3. Il metodo integrato.....	69
3.3.1 Il metodo Gordon.....	69
Ascolto attivo.....	70
Messaggio-Io.....	73
Problem solving.....	74
3.3.2 Il circle time.....	75
3.3.3 Gli esercizi psicomotori.....	76
4. Group empowerment: la peer education.....	77
5. L'analisi sociometrica.....	79
5.1. La sociometria.....	79
5.2. Il test sociometrico.....	80
5.3. Il sociogramma.....	83
6. Il Counseling.....	86
CONCLUSIONI.....	89
BIBLIOGRAFIA.....	90

---

# Abstract

---

## **Prendersi cura delle relazioni a scuola per la promozione del benessere e la prevenzione del disagio**

Intenzione di questa tesi è mostrare le modalità attraverso le quali anche nel contesto scolastico sia possibile prendersi cura del nutrimento quotidiano della nostra mente: le relazioni.

Per poter vivere abbiamo bisogno di nutrire non solo il nostro corpo, ma anche la nostra mente.

Il nutrimento della mente sono le relazioni, le quali ne consentono lo sviluppo e rivestono un ruolo fondamentale nel determinare la direzione dello stesso.

Relazioni che non avvengono nel vuoto, ma all'interno di una cornice contestuale che ne rivela e ne determina il significato.

È nei diversi contesti relazionali che lo psicologo può agire al fine di migliorare lo stato di salute della persona, qualora il nutrimento sia stato carente o inadeguato.

La salute è una realtà complessa che implica dimensioni biologiche, psicologiche e sociali.

Gli psicologi hanno la responsabilità di guardare agli aspetti psicologici, mantenendo sempre, tuttavia, un orientamento di tipo interdisciplinare, un'apertura alle altre dimensioni.

Bisognerebbe prestare attenzione alla salute come dimensione positiva, come stato di benessere, che si contrappone alla grande mole di ricerche che sono state fatte per capire lo stato del malessere.

La promozione della salute e del benessere è un processo che mette in grado le persone di aumentare il controllo sulla propria salute, intesa come benessere complessivo della persona nel suo contesto socio-ecologico.

Nell'applicare i modelli di prevenzione e di promozione della salute, è necessario ragionare secondo un doppio livello, chiedendosi sia "cosa favorisce lo stato di salute", sia "cosa può causare o meno la malattia".

Significa ragionare in maniera complessa, coinvolgendo tutti gli attori del sistema, affinché si attivino e diventino padroni e responsabili del proprio comportamento e della propria salute.

Si rende pertanto indispensabile per lo psicologo intervenire in maniera sistemica, integrando gli interventi a vari livelli: individuale, familiare, sociale.

Nel contesto relazionale scolastico sono svariati gli interventi che possono essere attuati ai fini della prevenzione del disagio e della promozione della salute e del benessere.

Molti disturbi psichici emergono durante l'adolescenza, ma sono in realtà già in germe fin dall'infanzia, nelle relazioni che non nutrono, ma avvelenano, e trovano spesso terreno fertile per maturare nell'ambiente scolastico.

Più si va avanti nelle scuole medie e superiori e più il problema da comportamentale diventa di apprendimento.

Ne consegue che bisognerebbe rendere visibile prima questo disagio, ascoltarne i primi segnali in modo da fare prevenzione, prima che esso sfoci durante l'adolescenza e che si aggravi, raggiungendo forme estreme.

## BIBLIOGRAFIA

- ATTILI G., *Attaccamento e costruzione evoluzionistica della mente*, in AA.VV. Congresso Nazionale Ainp, Bellaria, 21-22 Novembre 2009.
- BAC, *Information Sheet* 10, 1990.
- BATESON G., *Mente e natura. Un'unità necessaria*, Milano, Adelphi, 1984.
- BATESON G. *Verso un'ecologia della mente*, Milano, Adelphi, 1976.
- BATESON G., BATESON M.C., *Dove gli angeli esitano*, Milano, Adelphi, 1989.
- BATESON G., RUESCH J., *La matrice sociale della psichiatria*, Bologna, Il Mulino, 1976.
- BECCARIA G. L. (diretto da), *Dizionario di linguistica*, Torino, Einaudi, 1996.
- BERTALANFFY L. V., *General System Theory. Development, Applications*, New York, George Braziller, 1968, (trad. it. *Teoria Generale dei Sistemi*, Oscar Saggi Mondadori, 2004).
- BERTINI M., *Da Panacea a Igea: verso il delinearsi di un cambiamento di paradigma nel panorama della salute umana*, in *L'arco di Giano* 30 (2001).
- BERTINI M., *Intervista*, (a cura di) PORCIELLO P., in *Il fatto quotidiano.it/scienza*, 10 aprile 2013.
- BERTINI M., *Psicologia della salute*, Milano, Cortina Raffaello, 2012.

- BIANCHI D., *L'ascolto del bambino: tra rappresentazione sociale e indirizzi di azione*, in BIANCHI D. (a cura di), *Ascoltare il minore. Interventi a protezione e tutela di bambini e adolescenti*, Roma, Istituto degli Innocenti, Carocci, 2011.
- BINETTI P., BRUNI R., *Il Counseling in una prospettiva multimodale*, Roma, Ed. Magi, 2003.
- BOWLBY J., *Attaccamento e perdita*, Torino, Bollati Boringhieri, 1999 (vol.1), 2000 (vol.2), 2001 (vol.3).
- BRONFENBRENNER U., *Ecologia dello sviluppo umano*, Bologna, Il Mulino, 1986.
- CANCRINI M.G., ZAVATTINI G.C., *Individuo e contesto nella prospettiva relazionale*, Roma, Bulzoni, 1977.
- CAPLAN G., *Principles of preventive psychiatry*, New York, Basic Books, 1964.
- CARLI R., *Il rapporto individuo-contesto*, in *Psicologia Clinica* 2 (1995).
- CICCHETTI D., D.J. COHEN, *Perspectives on developmental psychopathology*, in CICCHETTI D., COHEN D.J. (Eds), *Developmental psychopathology*, (Vol. 1, Theory and Methods), New York, Wiley, (1995).
- CICCHETTI D., M. LINCH, *Toward an ecological/transactional model of community violence and child maltreatment: consequences for children's*, in *Development Psychiatry* 56 (1993).
- CICCHETTI D., RIZLEY R. *Developmental perspectives on the etiology, intergenerational transmission, and sequelae of*

*child maltreatment*, in *New Direction for Child Development* 11(1981).

COHEN S., GOTTLIEB B., UNDERWOOD L., *Social relationships and health*, in COHEN S., GOTTLIEB B. UNDERWOOD L., (Eds.), *Measuring and intervening in social support*, New York, Oxford University Press, 2000.

COIE J.D. et al., *The science of prevention: A conceptual framework and some directions for a national research program*, in *American Psychologist* 48 (1993).

ELKAIM M., *Se mi ami, non amarmi*, Torino, Bollati Boringhieri, 1992.

FABIANI R., PASSANTINO C., *Risolvere i conflitti in classe*, Gardolo (TN), Erickson, 2007.

FEDI A., *Partecipare il lavoro sociale. Esperienze metodi, percorsi*, Milano, Franco Angeli, 2005.

FRANCESCATO D., PUTTON A., *Stare meglio insieme. Dalla solitudine all'incontro*, Milano, Mondadori, 1995.

FRANCESCATO D., PUTTON A., CUDINI S., *Star bene insieme a scuola. Strategie per un'educazione socio-affettiva dalla materna alla media inferiore*, Roma, Carocci editore, 1986 - 2016.

FRANCESCATO D., TOMAI M., MEBANE M. E., *Psicologia di Comunità per la scuola, l'orientamento e la Formazione. Esperienze faccia a faccia e on line*, Bologna, Il Mulino, 2004.

FULIGNI C., ROMITO P., *Il counselling per adolescenti. Prevenzione, intervento e valutazione*, Milano, McGraw-Hill, 2002.



- GIANNI A., *Dizionario italiano ragionato*, Firenze, G. D'Anna, 1989.
- GIUSTI E., SPALLETTA E., *Psicoterapia e Counseling. Comunanze e differenze*, Roma, Sovera, 2012.
- GORDON R. S., *An operational classification of disease prevention*, in STERNBERT J. A., SILVERMAN M. M. (Eds.), *Preventing mental disorders: A research perspective* (DHHS Publication No. ADM 87-1492, pp. 20-26), Washington, DC: U.S. Government Printing Office, 1987.
- GORDON T., *Teacher Effectiveness Training*, New York, Peter Weiden, 1974.
- GRAZIANI V., *Il cambiamento nel sistema scolastico*, introduzione a GORDON T., *Insegnanti efficaci*, Firenze, 1991.
- GREEN L.W., KREUTER M.W., *Health Promotion Planning: An Educational and Environmental Approach* (2nd ed.), Mountain View, CA, Mayfield, 1991.
- HINSHELWOOD R.D., *Dizionario di psicoanalisi Kleiniana*, Milano, Raffaello Cortina, 1990.
- HOUGH M., *Abilità di Counseling*, Gardolo (TN), Erickson, 1999.
- INSTITUTE OF MEDICINE, *Reducing risks for mental disorders: Frontiers for preventive intervention research*, Washington, DC, National Academy Press, 1994.
- KAZDIN A.E., KRAEMER H.C., KESSLER R.C., KUPFER D.J., OFFORD D.R., *Contributions of risk factor research to developmental psychopathology*, in *Clinical Psychological Review* 17 (4) (1997).

- KERLINGER F. N., *Foundations of behavioral research*, New York, Holt, Rinehart and Winston, 1964.
- KLEIN M., *Il mondo interno del bambino*, Torino, Boringhieri, 2012.
- LANG P., *Report on Affective Education in Europe*, Warwick University, Warwick Mass, 1994, May 20-22 th.
- MAHLER M., PINE F., BERGMAN A., *La nascita psicologica del bambino*, Torino, Bollati Boringhieri, 1978.
- MALAGOLI TOGLIATTI M., TELFENER U., *Dall'individuo al sistema*, Torino, Bollati Boringhieri, 1991.
- MARMOCCHI P., DALL'AGLIO C., TANNINI M., *Educare le life skills. Come promuovere le abilità psico-sociali e affettive secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità*, Gardolo (TN), Erickson, 2004.
- MASLOW A.H., *Motivazione e personalità*, Roma, A. Armando, 1973, (trad. di *Motivation and Personality*, New York, Harper & Row, 1954).
- MORENO J. L., *Who shall survive?Principi di sociometria, psicoterapia di gruppo e sociogramma*, Roma, Di Renzo Editore, 1953-2007.
- MURRELL S., *Psicologia di comunità e sistemi sociali*, 1973.
- OMS, *life skills education in schools*, 1993.
- PELLAI A., RINALDIN V., TAMBORINI B., *Educazione tra pari. Manuale teorico-pratico di empowered peer education*, Gardolo (TN), Erickson, 2003.
- PINE D.S., COHEN J.A., *Trauma in children and adolescents: risk and treatment of psychiatric sequelae*, in *Biological Psychiatry* 51 (2002).

- PONSI M., FILIPPINI S., *Sull'uso del concetto di interazione*, in *Rivista di Psicoanalisi* 4 (1996).
- PUTTON A., *Empowerment e Scuola. Metodologie di Formazione nell'organizzazione educativa*, Carocci editore, Roma, 1999.
- ROGERS C. R., *A Way of Being*, Houghton Mifflin, 1980.
- ROGERS C. R., *Libertà nell'apprendimento*, Firenze, Giunti-Barbera, 1973, (trad. di *Freedom to learn*, Ohio, Merrill, 1969).
- ROGERS C. R., *Terapia Centrata sul Cliente*, Molfetta (BA), edizioni La Meridiana, 2007, (trad. di *Client Centered Therapy*, Houghton Mifflin, 1989).
- RUTTER M., *Psychosocial resilience and protective mechanisms*, in ROLF J., MASTEN A. S., CICCHETTI D., NÜCHTERLEIN K.H., WEINTRAUB S. (Eds), *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology*, Cambridge University Press, 1990.
- SALZER M.S., BICKMAN L., *The short and long term psychological impact of disasters: implication for mental health interventions and policy*, in GIST R., LUBIN B. (Eds), *Response to disaster: psychosocial, community and ecological approaches*, Philadelphia, Brunner-Mazel, 1999.
- SAMEROFF A., *Democratic and republican models of development: paradigms and perspectives*, in *Developmental Psychology Newsletter* (1996).
- SANTINELLO, M., CENEDESE C. *L'efficacia della prevenzione e la prevenzione dell'inefficacia. Alcune riflessioni sui programmi preventivi per i minori*, in *Psicologia Clinica*

*dello Sviluppo*, 1, 2002.

SIEGEL D.J., *La mente relazionale*, Milano, Raffaello Cortina, 2013.

SLUZKI C., RANSOM D.C., *Il Doppio Legame*, Roma, Astrolabio, 1979.

SPALLETTA E., QUARANTA C., *Counselling scolastico integrato*, Roma, Sovera editore, 2002.

STOLOROW R.D., ATWOOD G.E., *I contesti dell'essere*, Torino, Boringhieri, 1995.

STOLOROW R.D. et al., *La prospettiva intersoggettiva*, Borla, Roma, 1996.

TELFENER U., CASADIO L., *Sistemica. Voci e percorsi nella complessità*, Torino, Bollati Boringhieri, 2003.

TONEGUZZI D., *Introduzione al Counselling. Una pratica e una professione orientate al benessere*, Pordenone, Edigestalt, 2007.

VITTORI M.L., *Guida al paradigma relazionale. La teoria, la clinica, l'intrinseca bellezza*, Milano, Franco Angeli, 2014.

VIVARELLI I., *Il disagio giovanile*, in *Integrazione nelle Psicoterapie e nel Counseling*, Roma, Edizioni Scientifiche A.S.P.I.C., (maggio-giugno 2011; luglio-agosto 2012).

WATZLAWICK P., BEAVIN J.H., JACKSON DON J., *Pragmatica della comunicazione umana*, Roma, Astrolabio, 1971.