

Аo6
132

*Progetto psico-socio-pedagogico
promosso da Forma&Azione
cofinanziato da:*

COMUNE DI ROMA



PROVINCIA DI ROMA



REGIONE LAZIO



EDUCAZIONE ALLA SALUTE

PROGETTO PER UNA NUOVA
PEDAGOGIA SOCIALE

a cura di
Oretta Di Carlo



Copyright © MMX
ARACNE editrice S.r.l.

www.aracneeditrice.it
info@aracneeditrice.it

via Raffaele Garofalo, 133/A-B
00173 Roma
(06) 93781065

ISBN 978-88-548-3161-2

*I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica,
di riproduzione e di adattamento anche parziale,
con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.*

*Non sono assolutamente consentite le fotocopie
senza il permesso scritto dell'Editore.*

I edizione: aprile 2010

*A tutti i bambini
del mondo
che sono la speranza
del nostro futuro*

Indice

11 *Presentazione*

13 *Gli autori*

15 *Introduzione*

23 **Capitolo I**
Il criterio di salute

ORETTA DI CARLO

1.1. Introduzione al concetto di salute e malattia – 1.2. Verso una concezione energetica olistica – 1.3. Percezione e conoscenza – 1.4. L'importanza di conoscere il proprio progetto di natura – 1.5. L'autoctisi esistenziale – 1.5.1. *Problem solving e decision making* – 1.6. Il criterio ontico-esistenziale

41 **Capitolo II**
*Dal criterio organismico il criterio di salute:
il cervello viscerale*

ADRIANA RONCELLA

2.1. Introduzione – 2.2. La rivoluzione nell'ambito della medicina – 2.3. La rivoluzione nell'ambito della psicologia – 2.4. Esperienza pratica in campo cardiologico. Cardiopatia ischemica: ruolo dei fattori di rischio psicosociali – 2.4.1. La nostra ricerca – 2.4.2. Caso clinico – 2.5. Conclusione

63 **Capitolo III***Alcuni coefficienti di salute o malattia*

3.1. Formazione e struttura della personalità (CRISTINA MAGGIO) – 3.1.1. Introduzione – 3.1.2. La struttura della personalità: teorie psicologiche a confronto – 3.1.3. Il processo evolutivo – 3.1.4. Sviluppo, personalità, educazione alla salute – 3.2. L'intelligenza emotiva (SIMONA SCARDELLA) – 3.3. Le immagini (SIMONA SCARDELLA) – 3.3.1. Le immagini dei media – 3.4. La musica (ORETTA DI CARLO, ANTONELLA FERRARO, MARIA RITA SEBASTIANELLI) – 3.4.1. L'origine della musica – 3.4.2. Influenza della musica sulle strutture biologiche – 3.4.3. La percezione musicale – 3.4.4. Musica omogenea nella percezione endoviscerale umana – 3.5. Il rapporto con il cibo – 3.5.1. Cibo e salute (CLARISSE SCHILLER) – 3.5.1.1. Introduzione – 3.5.1.2. Gli elementi – 3.5.1.3. Il metabolismo vitale – 3.5.1.4. La manipolazione alimentare – 3.5.1.5. Prevenire è meglio che curare – 3.5.1.6. Alla radice del problema – 3.5.2. Disturbi del comportamento alimentare (MARIA RITA SEBASTIANELLI) – 3.5.2.1. Qualche dato – 3.5.2.2. Classificazione dei DCA – 3.5.2.3. Il concetto di anoressia e la sua evoluzione nel tempo – 3.5.2.4. Immagine del corpo e ruolo dei mass media – 3.5.2.5. Eziologia dei disturbi alimentari – 3.6. Le dipendenze – 3.6.1. Le sostanze stupefacenti e l'alcol (SIMONA SCARDELLA) – 3.6.2. Internet, videogiochi (CRISTINA MAGGIO) – 3.7. La gestione dello stress nel lavoro educativo (ANTONELLA FERRARO) – 3.7.1. Uno sguardo al *burn-out* – 3.7.2. Come anticipare ed eliminare le fonti di stress attraverso la formazione continua

171 **Capitolo IV***Alcuni strumenti innovativi applicati nei percorsi di "Educazione alla salute"*

4.1. La melolistica – 4.1.1. La musica e il ritmo come strumenti di conoscenza corporea ed espressione emozionale (MARIA RITA SEBASTIANELLI) – 4.1.2. Melolistica: strumento psicocorporeo di benessere globale (ANTONELLA FERRARO) – 4.1.2.1. Il percorso

dalla musicoterapia alla melolistica – 4.1.2.2. I livelli e il processo dinamico – 4.2. La cinelogia (SIMONA SCARDELLA) – 4.3. Lo psicoteatro (SIMONA SCARDELLA) – 4.4. Il laboratorio dei sogni (ORETTA DI CARLO) – 4.4.1. Il linguaggio onirico – 4.4.2. Il sogno è reale – 4.4.3. Il “laboratorio” dei sogni – 4.4.4. I sogni dei bambini fanno paura

199 Capitolo V

Le esperienze progettuali con i ragazzi ed i percorsi formativi e di sensibilizzazione con gli adulti

ORETTA DI CARLO, SIMONA SCARDELLA

5.1. I progetti – 5.2. Il seminario “L’uso e l’abuso di psicofarmaci in età evolutiva” – 5.3. Alcuni risultati delle esperienze con i ragazzi – 5.3.1. Le attività progettuali – 5.3.1.1. I tests proiettivi – 5.3.1.2. La musica – 5.3.1.3. Le immagini – 5.3.1.4. La cinelogia – 5.3.1.5. I sogni – 5.3.1.6. Commenti e proposte – 5.4. Percorsi formativi e di sensibilizzazione con gli adulti: valutazione dei risultati – 5.4.1. Percorso formativo con gli insegnanti – 5.4.2. Percorso di sensibilizzazione con i genitori

253 Conclusioni

257 Bibliografia essenziale

261 Appendice

CRISTINA MAGGIO, SIMONA SCARDELLA

Statistiche sulla condizione dell’infanzia e dell’adolescenza:
i numeri del disagio e le risposte della società

Presentazione

Le ricerche nazionali ed internazionali sullo stato di salute della nostra società mostrano che le patologie psichiche (depressione maggiore, disturbi d'ansia, disturbi alimentari) sono prevalenti e in crescita all'interno della popolazione generale e significativamente più rilevanti per i giovani (in particolare per le adolescenti e le donne). Oltre alla mancanza di studi epidemiologici l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha denunciato anche la mancanza di servizi capaci di rispondere alle esigenze dei bambini e degli adolescenti e la mancanza di specifici programmi di intervento per la salute mentale dei giovani.

Anche se la comunità scientifica non è ancora pronta per rispondere a queste nuove emergenze, proprio i disagi emotivi e comportamentali dei bambini sono il problema più grande a livello sociale con cui l'intero mondo si sta confrontando: la loro incidenza e la loro prevalenza sono cresciute in questi ultimi anni e si ritiene che in futuro cresceranno ancor più velocemente.

Per quel che riguarda in particolare la popolazione infantile, l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha lanciato l'allarme per il drammatico aumento di bambini in sovrappeso ed ha definito l'obesità come una "epidemia globale", che causa enormi conseguenze sulla salute pubblica e che vede l'Italia al primo posto in Europa seguita dalla Spagna, dal Portogallo e dalla Grecia.

Ulteriore e ben nota patologia legata alla difficile stagione dell'adolescenza è l'ampio spettro delle "dipendenze" (alcol, droghe), in costante e preoccupante aumento, soprattutto per l'ordinarietà che vanno assumendo negli stili di vita dei ragazzi.

Ancor più preoccupante della patologia manifestata dal corpo psichico e dal corpo fisico di questa umanità sofferente, è la risposta data dalla società, che rinuncia sempre più spesso ad indagare le cause, l'eziologia di cui il sintomo è inequivocabile parola, per fermarsi a soccorrere, a "lottare" contro gli effetti. Una "lotta" dispendiosa quanto inefficace.

Proprio dalla consapevolezza di questa profonda distanza tra l'educazione corrente e le leggi profonde della natura, alle quali il nostro corpo e la nostra psiche sono comunque sottoposti, nasce il nostro impegno di sensibilizzazione, formazione e orientamento verso stili di vita più sani ed eco-compatibili, soprattutto delle nuove generazioni.

Nell'ottica di una pedagogia attenta al riconoscimento e all'evoluzione del progetto-base connaturato in ciascun vivente, la tematica "Educazione alla salute", intesa come completo benessere psico-fisico e sociale dell'individuo è centrale nella teoria e nella prassi educativa di Forma&Azione. Per questo proponiamo una pedagogia alternativa, che colloca al primo posto il progetto umano in conformità al criterio di salute che lo fonda. Il fine che orienta i nostri interventi è dunque *un'azione di tipo trasversale sulle cause alla base dell'assunzione di comportamenti devianti rispetto alla propria salute e benessere psico-fisico*.

Tutto lo scopo della nostra pedagogia si può ridurre nell'acquisizione del criterio organismico in prassi costante nella propria vita individuale e sociale. Fatto ciò, è risolto l'individuo, che trova e realizza se stesso, ed il sociale, che diviene punto di mediazione necessaria dei diversi individui in azione esistenziale.

Questo libro vuole essere uno strumento pratico per aiutare i diversi attori del processo educativo (docenti, genitori, medici, psicologi, istituzioni scolastiche, istituti impegnati nella formazione degli insegnanti e degli educatori, decisori politici, giornalisti), in quanto la loro sinergia è indispensabile al fine di realizzare azioni efficaci per il superamento delle condizioni motivanti il disagio e la patologia.

Gli autori

ORETTA DI CARLO, educatore di comunità, pedagogista, psicologa, psicoterapeuta, specializzazione in Psicologia creativa e leaderistica, consulente di istituzioni nazionali ed internazionali in campo educativo e formativo, presidente dell'Associazione Forma&Azione. E-mail: orettadicarlo@formaeazione.it.

ANTONELLA FERRARO, psicologa del lavoro e delle organizzazioni, filosofa, specializzazione in Marketing, C.T.U., consulente e formatrice in ambito psico-pedagogico e imprenditoriale, psicoterapeuta, musicoterapeuta, amministratore GiadaCosm. E-mail: antonella.ferraro@libero.it.

CRISTINA MAGGIO, educatrice d'infanzia, psicologa, Equipe Forma&Azione. E-mail: cristina.maggio@gmail.com.

ADRIANA RONCELLA, medico chirurgo, specialista in cardiologia, psicoterapeuta, cardiopsicologa – U.O. di Emodinamica – Dipartimento di Malattie Cardiovascolari – A.C.O. “San Filippo Neri” Roma. E-mail: adrianaroncella@hotmail.it.

SIMONA SCARDELLA, psicologa, esperta gestione risorse umane, Equipe Forma&Azione. E-mail s.scardella@fastwebnet.it.

CLARISSE SCHILLER, psicologa, esperta nel comportamento alimentare, formatore, presidente dell'Associazione “Cultura Viva International”. E-mail: clarisseschiller@gmail.com.

MARIA RITA SEBASTIANELLI, insegnante, psicologa dello sviluppo e dell'educazione, presidente dell'Associazione “Spazio Ludico”. E-mail: mariarita09@libero.it.

1. Perché “Educare alla salute”

Gli operatori dell’Associazione “Forma&Azione”, nel corso della realizzazione di progetti psico–socio–pedagogici presso diverse scuole dell’infanzia, primarie e secondarie del Comune e della Provincia di Roma (VIII Municipio e Castelli Romani), hanno avuto modo di verificare la presenza di molte situazioni di disagio ed in taluni casi di vere e proprie patologie, rispetto alla maturazione socio–affettiva ed al rapporto con il proprio corpo e con la propria salute o benessere da parte dei bambini, dei pre–adolescenti e degli adolescenti.

In particolare, i comportamenti ‘devianti’ osservati riguardano disturbi d’ansia, disturbi alimentari, problematiche inerenti la percezione di sé e lo sviluppo dell’identità, problemi di socializzazione nel gruppo di pari, problemi di comunicazione con gli adulti (genitori, insegnanti, operatori socio–sanitari).

In questo contesto nasce l’idea di promuovere alcuni percorsi di “Educazione alla Salute”, rivolti ai bambini, ai pre–adolescenti e agli adolescenti ed ai loro genitori, nonché al personale educativo delle scuole e istituzioni con le quali “Forma&Azione” ha collaborato e/o sta collaborando: Scuola Materna ed Elementare “P.M. Kolbe” (VIII Municipio del Comune di Roma), Istituto Comprensivo “G. Falcone” di Grottaferrata, Istituto Tecnico Commerciale “Sandro Pertini”, Liceo Scientifico “Edoardo Amaldi” (VIII Municipio del Comune di Roma), Istituto Comprensivo di Monte Compatri, Scuola Media Statale “Dario Pagano” (VIII Municipio del Comune di Roma), Associazioni di genitori e di insegnanti, Servizi sociali e Uffici scolastici del

Comune e della Provincia di Roma, del Ministero dell'Istruzione e della Regione Lazio.

1.1. I progetti

La prima edizione del progetto "Educazione alla Salute" si svolge nel 2004/2005 e viene co-finanziata con un bando della Provincia di Roma (Gabinetto del Presidente); negli anni successivi le fanno seguito una serie di edizioni, promosse da diverse istituzioni scolastiche e co-finanziate, di volta in volta, da diverse istituzioni territoriali: dai Servizi Sociali del Municipio Roma delle Torri (Progetto "Incubatore Sociale"), dalla Regione Lazio, dal Comune di Roma (Consiglio comunale). Nel 2008 si è conclusa un'ulteriore iniziativa, denominata "Progetto Benessere", cofinanziata dall'Assessorato alla Scuola della Provincia di Roma.

Di fatto, a partire dal 2005, la "Educazione alla salute" diviene il tema principe degli interventi F&A, sotto forma di percorsi di sensibilizzazione rivolti ai ragazzi, corsi di formazione rivolti agli educatori, agli insegnanti ed agli operatori sociali attivi in campo psicopedagogico, percorsi di sensibilizzazione rivolti ai genitori, sportello di ascolto rivolto ai ragazzi, alle loro famiglie ed agli operatori del mondo della scuola (docenti, dirigenti scolastici, assistenti, educatori), seminari di sensibilizzazione su specifiche tematiche (Uso e abuso di psicofarmaci in età evolutiva, marzo 2007).

2. Il contesto di riferimento

2.1. I numeri del disagio

Le ricerche¹ nazionali ed internazionali sullo stato di salute della nostra società mostrano che le patologie psichiche (depressione

1. Per un quadro statistico completo, si veda l'Appendice contenente una sintesi della ricerca "Statistiche sulla condizione dell'infanzia e dell'adolescenza: i numeri del disagio e le risposte della società", elaborata in occasione del Seminario "L'uso e l'abuso di

Alcuni coefficienti di salute o malattia

ORETTA DI CARLO, ANTONELLA FERRARO, CRISTINA MAGGIO,
SIMONA SCARDELLA, CLARISSE SCHILLER, MARIA RITA SEBASTIANELLI*

3.1. Formazione e struttura della personalità

3.1.1. Introduzione

Perché parlare di personalità, relazioni familiari, rapporto diadico madre–bambino, in un libro dedicato all’educazione alla salute? Perché sono le relazioni significative che il bambino instaura nel corso dei suoi primi anni di vita che determinano lo sviluppo della sua personalità e che hanno un peso fondamentale nella sua crescita. Così come chiarito da Freud, ormai un secolo fa, sono le esperienze infantili che si pongono all’origine della salute o della malattia in età adulta. È dunque fondamentale lavorare con i bambini e con i loro genitori al fine di promuovere una reale educazione alla salute.

Gli interventi psico–pedagogici realizzati da Forma&Azione nascono con l’intenzione di aiutare il bambino a sviluppare una per-

* Cristina Maggio è autrice dei paragrafi 3.1. *Formazione e struttura della personalità* e 3.6.2. *Internet, videogiochi*; Simona Scardella è autrice dei paragrafi 3.2. *L’intelligenza emotiva*, 3.3. *Le immagini* e 3.6.1. *Le sostanze stupefacenti e l’alcool*; Oretta Di Carlo, Antonella Ferraro, Maria Rita Sebastianelli sono autrici del paragrafo: 3.4. *La musica*; Clarisse Schiller è autrice del paragrafo 3.5.1. *Cibo e salute*; Maria Rita Sebastianelli è autrice del paragrafo 3.5.2. *Disturbi del comportamento alimentare*; Antonella Ferraro è autrice del paragrafo 3.7. *La gestione dello stress nel lavoro educativo*.

sonalità sana, fondata sul proprio progetto di natura. Dunque è con questo intento che, con diversi gradi di complessità a seconda che ci si rapporti a bambini, adolescenti, genitori o insegnanti, cerchiamo di fornire i concetti base legati alla formazione ed alla struttura della personalità. La personalità si costruisce nei primi anni di vita e resta fondamentalmente la stessa per tutta la vita del soggetto, a meno che questo non inizi a “guardarsi dentro” con spirito critico, pronto a demolire e ricostruire parti della ‘costruzione’ che non ritiene funzionali, e che hanno appunto il limite di essere state poste dall’esterno.

Il termine personalità ha origine dal latino *perseitas* (essere per sé) e dal greco *ων, οντοζ* (essere) ed in italiano indica un “modo esclusivo di essere per sé”.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (1992) definisce la personalità come una «modalità strutturata di pensiero, sentimento e comportamento che caratterizza il tipo di adattamento e lo stile di vita di un soggetto e che risulta da fattori temperamentali, dello sviluppo e dell'esperienza sociale».

È importante distinguere il termine personalità da altri due concetti ad esso strettamente legati: quello di temperamento e quello di carattere. Con la parola *temperamento* si intende il repertorio dei tratti con cui si nasce; in altri termini tale concetto sottende l'ipotesi di un'influenza biologica ereditaria sulla personalità, che si esprime tramite impulsi, necessità e modi della sensibilità; il *carattere*, invece, è la combinazione delle caratteristiche individuali del soggetto influenzate dall'ambiente. Il termine personalità, oltre ad unire gli aspetti ereditari ed innati del temperamento e quelli acquisiti del carattere, influenzati dall'ambiente, crea anche valori e modelli di comportamento. *La personalità di ogni essere umano è, quindi, l'insieme delle caratteristiche biologiche, psicologiche e sociali che lo distinguono dagli altri.*

È di fondamentale importanza comprendere che il corredo biologico e le influenze della cultura hanno lo stesso peso nel determinare la personalità: certamente esiste un patrimonio genetico di disposizioni e attitudini, ma questo viene influenzato dall'esperienza. Per cui si possono considerare superate le teorie estremiste sulla