



PROMEHS aiuta a migliorare le competenze sociali ed emotive di insegnanti e studenti

Lunedì, 20 Giugno 2022

Attraverso attività mirate che coinvolgono docenti e studenti è possibile **incrementare le loro competenze sociali ed emotive**. Lo dimostrano i dati raccolti al termine della fase di sperimentazione di [PROMEHS - Promoting Mental Health at Schools](#). Il progetto di ricerca finanziato dall'**Unione Europea** all'interno dei Bandi Erasmus+ è stato condotto in sei Paesi (Croazia, Grecia, Italia, Lettonia, Portogallo, Romania) ed ha interessato **diecimila studenti e i loro insegnanti**. In Italia sono stati coinvolti 1.400 studenti, dalla Scuola dell'Infanzia alla Secondaria di II grado, e 500 insegnanti della Lombardia e del Piemonte. A realizzare lo studio è stata una rete internazionale di autorità pubbliche, network scientifici e associazioni di cui l'**Università di Milano-Bicocca** è capofila.

I partecipanti sono stati divisi in **due gruppi**: quello sperimentale, che ha preso parte alle attività di PROMEHS nell'anno scolastico 2020-21, e quello di controllo a cui, invece, la formazione è stata somministrata solo dopo aver raccolto i dati necessari per il raffronto. Le attività finalizzate alla **promozione della salute mentale** andavano dal disegno alla costruzione di storie, alla drammatizzazione. Nel percorso sono state **coinvolte anche le famiglie dei ragazzi**.

Dai risultati delle prove effettuate prima e dopo la fase sperimentale è emerso che il tipo di intervento proposto è **efficace anche in realtà socioculturali tra loro differenti** come quelle dei sei Paesi coinvolti. I riscontri più marcati si sono avuti tra i docenti, in particolare per quanto riguarda l'**auto-efficacia nella gestione della classe**, ma anche tra gli studenti sono risultati evidenti effetti positivi nella capacità di comprendere le proprie e le altrui emozioni, con conseguente **miglioramento delle relazioni interpersonali e della capacità di prendere decisioni**.

Per quanto riguarda i dati registrati in Italia, tra gli insegnanti coinvolti nella sperimentazione è stata osservata una **forte crescita della resilienza** rispetto al gruppo di controllo. Tra gli studenti, i miglioramenti più marcati sono stati rilevati tra i bambini di Scuola Primaria e i ragazzi della Secondaria di I grado, che hanno mostrato un incremento significativo soprattutto nella **capacità di riconoscere le proprie emozioni**. La presenza di comportamenti sociali positivi è aumentata in tutti gli studenti, in particolare quelli della Secondaria di I grado. È stata appurata, inoltre, **una riduzione dei problemi di comportamento**.

I manuali messi a punto rappresentano un patrimonio: un vero e proprio **curriculum evidence-based** che potrebbe diventare uno **strumento di supporto per gli insegnanti** qualora - come auspicato dagli esperti coinvolti nel progetto - si dovesse decidere di inserire nei percorsi formativi la promozione della salute mentale. «I promettenti risultati della sperimentazione PROMEHS mostrano come sia possibile attuare un programma di intervento efficace che metta al centro **la scuola come contesto privilegiato per promuovere la salute mentale**», spiega **Ilaria Grazzani**, docente di Psicologia dello Sviluppo e dell'Educazione di Milano-Bicocca e coordinatrice del progetto internazionale. Il team italiano, che si è avvalso della collaborazione del MIUR, dell'Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia, della Regione Lombardia e dell'Associazione Italiana di Psicologia, è composto anche da **Veronica Ornaghi, Valeria Cavioni, Elisabetta Conte, Francesca Micol Rossi, Alessia Agliati e Sabina Gandellini**.