

# PSICOLOGIA DI COMUNITÀ

a.a. 2023-2024

Mariachiara Feresin, PhD  
[mariachiara.feresin@units.it](mailto:mariachiara.feresin@units.it)

# GLI STRUMENTI D'AZIONE IN PSICOLOGIA DI COMUNITÀ

16 OTTOBRE 2023

# INTRODUZIONE

- Psicologia di comunità: finalità pratiche
- RICERCA AZIONE: strumento principale
- FOCUS GROUP:
  - Il focus group è un'intervista di gruppo in cui l'intervistatore, detto anche moderatore, conduce l'intervista su un gruppo composto da un numero limitato di soggetti (da un minimo di 6 ad un massimo di 12). E' un metodo particolarmente utile per esplorare in modo approfondito le opinioni, gli atteggiamenti o i comportamenti di una certa collettività e per approfondire gli atteggiamenti sottostanti al pensiero ed al comportamento umano (Trincherò, 2009, p.101).

# INTRODUZIONE

- Altri strumenti importanti:
  - TRAINING
  - PEER EDUCATION
  - MENTORING
  - GRUPPI DI AUTO-AIUTO
  - LAVORO DI RETE

# INTRODUZIONE

- Lo psicologo di comunità, nella scelta delle azioni da svolgere, dovrebbe identificare:
  1. qual è la comunità su cui vuole lavorare, analizzandone le caratteristiche peculiari e gli specifici bisogni;
  2. quale cambiamento vuole perseguire, individuando gli obiettivi dell'azione, il livello a cui si vuole agire, il target o i target a cui si vuole rivolgere;
  3. come perseguire il cambiamento, ossia quali modelli di lavoro, quali buone prassi utilizzare che si siano già dimostrate efficaci.

# IL CAMBIAMENTO INDIVIDUALE

- La psicologia di comunità cerca di:
  - Potenziare competenze e aspetti individuali in grado di incrementare il benessere dei singoli (per esempio, comportamenti legati alla salute, autostima, autoefficacia)
  - rafforzare le relazioni con gli altri e con i propri contesti di vita (per esempio, abilità sociali)
  - modificare abilità, conoscenze e atteggiamenti

# CAMBIAMENTO INDIVIDUALE

- Percorsi formativi volti a modificare alcuni aspetti del singolo
  - Si focalizzano soprattutto su:
    - Aumentare le conoscenze
    - Promuovere abilità
    - Modificare atteggiamenti
- Modificazione del comportamento

# TRAINING

- Lo psicologo di comunità può decidere di fare un training:
  - direttamente con il target di suo interesse (modalità diretta);
  - con non professionisti che poi si troveranno a dover mettere in atto alcune azioni per modificare il comportamento di, per esempio, insegnanti, volontari, allenatori ecc. (modalità indiretta);
  - con operatori che metteranno in atto attività di formazione o che gestiscono interventi nel sociale (training for trainers).

# TRAINING

- Limiti possibili:
  - l'inadeguata preparazione dello psicologo nel gestire le tecniche formative
  - la mancata coincidenza tra bisogni del gruppo con cui si fa formazione e bisogni accolti dal training stesso
  - l'incapacità di «creare gruppo» e di saldare con i partecipanti un adeguato contratto formativo

→ lavorare sulle capacità di generalizzazione

- Vantaggi:
  - Tecnica molto flessibile
  - Efficace per far passare messaggi e apprendimenti a popolazioni target diverse

# MENTORING

- Relazione uno-a-uno (mentee-mentor; junior-senior), che nel tempo (almeno 1 anno) prevede l'affiancamento di un soggetto adulto esperto (il mentor) con un soggetto in possibile difficoltà (il mentee).
  - Si basa sulla teoria dell'apprendimento di Bandura [1997] → essenziale il ruolo di modelli positivi nello sviluppo dell'individuo.
- affiancamento con un modello positivo, che possa facilitare la riflessione e il controllo di persone in difficoltà.
- La relazione di mentoring è asimmetrica ma tendente all'orizzontalità → inutile se non ha il riconoscimento e il contributo di entrambi.

# MENTORING

- Difficoltà di gestione dei progetti di mentoring
  - Reclutare volontari che vogliono dedicare qualche ora alla settimana a un'altra persona  
→ Molto spesso i progetti di mentoring si arenano proprio nella fase di reclutamento: importante conoscere il territorio in cui si andrà a lavorare e le sue risorse (es. gruppi di volontariato), per individuare partner adeguati e persone già predisposte ad attività di questo tipo.
  - Essendo un progetto che solitamente coinvolge diversi attori (mentee, mentor, formatori, insegnanti, famiglie, personale scolastico) e che si protrae per lungo tempo, è molto facile che lo psicologo di comunità si trovi a dover affrontare cambiamenti da lui non previsti e condizionati da problemi esterni

# MENTORING

- Difficoltà di gestione dei progetti di mentoring
  - Avvio del progetto: risulta difficile gestire gli incontri tra le coppie del mentoring e coinvolgere anche insegnanti e genitori in questi primi momenti, per fare in modo che non si sentano esclusi e che collaborino alla creazione della relazione.
  - Formazione dei mentors, che deve essere sufficiente ma non eccessiva e, nel contempo, fornire strumenti pratici per la gestione della relazione.

# MENTORING

- Le **fasi** dei progetti di mentoring:
  - **Ideazione del progetto e attivazione:** attenta analisi del contesto e delle esperienze precedenti, individuazione delle attività più adeguate a raggiungere gli obiettivi che ci si prefigge; successivamente creazione del gruppo di lavoro e al contatto ad es. con le scuole;
  - **Progettazione:** individuazione degli obiettivi specifici del progetto, delle attività e dei tempi della formazione dei mentors;
  - **Realizzazione:** diverse fasi, dalla promozione del programma e della ricerca dei mentors all'individuazione dei ragazzi con difficoltà, dalla selezione e formazione dei mentors all'affiancamento vero e proprio, inclusa la supervisione;
  - **Valutazione:** monitoraggio continuo, valutazione di processo, e valutazione di efficacia.

# PEER EDUCATION

- «Il condividere informazioni, atteggiamenti o comportamenti attraverso ragazzi che non hanno qualifiche professionali di educatori ma il cui obiettivo è educare» Finn [1981] .
  - Rapporto di educazione-influenza reciproca che, a livello formale e/o informale, instaurano tra loro persone afferenti a un medesimo gruppo di riferimento [Pellai, Rinaldin e Tamburini 2002].
- rapporto di simmetria tra utente ed esperto
- metodologia che implica l'uso di membri di un determinato gruppo per agire il cambiamento sugli altri membri dello stesso gruppo.

# PEER EDUCATION

- Viene utilizzata molto spesso nelle scuole per trattare argomenti come, per esempio, la sessualità o l'uso di droghe [Marino et al. 2016].
- L'esperto è un coetaneo, adeguatamente preparato attraverso uno specifico training, che dovrebbe veicolare i messaggi preventivi e promuovere il dialogo su alcuni argomenti, forniti da professionisti oppure scelti dai ragazzi stessi.
- I vantaggi del coinvolgimento di coetanei riguardano la possibilità di usare un gergo comune e modalità espressive tipiche della popolazione target e il fatto che un pari non intimidisce quanto un adulto, soprattutto nella trattazione di tematiche delicate.
- Sfrutta un canale comunicativo naturale, quello tra pari.

# PEER EDUCATION

- **Teorie:**

1. **La teoria dell'apprendimento sociale** [Bandura 1977a]: sottolinea l'importante ruolo dei pari come modello comportamentale → Se il modello proposto risulta positivo è più facile che questo diventi il modello seguito;
2. **La teoria dell'azione ragionata** [Fishbein e Ajzen 1975]: per influenzare il comportamento è necessario agire sulle norme sociali, intese come ciò che le persone rilevanti, cioè i pari, pensano o credono di un dato comportamento;
3. **La teoria della diffusione delle innovazioni** [Rogers 1969]: processi attraverso cui i pari possono fungere da opinion leaders e, diffondendo le proprie idee, possono diventare agenti di cambiamento;
4. **La teoria della «participatory education»** [Freire 1972]: utilizza un'ottica di empowerment e partecipazione nell'educazione da parte del target stesso e rende quest'ultima più efficace nel raggiungere obiettivi anche complessi.

# PEER EDUCATION

- **Fasi:**

- 1. Reclutamento dei «peers»:** questi devono essere fortemente accettati dal gruppo target (solitamente si parla di leader), adatti alla formazione (interessati al tema, motivati all'apprendimento, con abilità comunicative elevate), non coinvolti attivamente nel comportamento negativo da prevenire.
- 2. Formazione:** essa prevede una partecipazione attiva fin dalle prime fasi, in modo da facilitare sia la conoscenza dell'argomento, sia le abilità comunicative necessarie per passare il messaggio ai propri compagni. La formazione deve, inoltre, affrontare temi legati all'immagine personale e questioni relative, per esempio, ai valori, alle credenze, agli stereotipi o alle preoccupazioni.
- 3. Azione dei «peers»:** può avvenire sia in contesti e situazioni naturali (per esempio, discussioni nei luoghi di divertimento e aggregazione giovanile), sia in contesti di formazione specifici (come attività in aula).

# PEER EDUCATION

- **Fasi:**

- 4. Sostegno e monitoraggio ai «peers»:** consiste principalmente in azioni di supervisione, sostegno tecnico, sociale e personale ai peer educators e agli altri attori coinvolti nel programma. È particolarmente importante nelle prime fasi di azioni dei peer educators con i coetanei, per esempio durante i primi interventi in aula, in cui i peer educators possono esperire senso di insicurezza e inadeguatezza, che può tuttavia essere superato grazie all'appoggio e ai feedback dei supervisori.
- 5. Valutazione:** può riguardare la valutazione di efficacia finale sul target degli studenti a cui il programma è diretto (al fine di verificare se gli obiettivi specifici del programma sono stati raggiunti: riduzione di comportamenti sessuali a rischio, più frequente utilizzo di metodi di protezione nei rapporti sessuali nel caso di programmi di prevenzione dell'HIV ecc.), oppure sui peer educators. Anche per i peer educators si evidenziano risultati positivi in termini di promozione di abilità sociali, di life skills, di autostima, di autoefficacia ecc.

# GRUPPI DI AUTO-AIUTO

- Azione non professionale per promuovere, mantenere o recuperare la salute.
- I componenti del gruppo non vengono né formati né seguiti: il cambiamento avviene spontaneamente sfruttando le dinamiche naturali del gruppo e la motivazione dei partecipanti stessi.
- Piccolo gruppo volontario, composto da persone con un problema comune e il desiderio di superare efficacemente il momento di difficoltà → tutti i membri detengono lo stesso valore e possono fornire sostegno agli altri componenti del gruppo.

# GRUPPI DI AUTO-AIUTO

- Aspetti principali [Levy 1978]:

1. **Scopo:** fornire aiuto, migliorare la propria e altrui situazione attraverso il confronto e il sostegno da parte di persone che possono capire.

2. **Origine:** dal gruppo stesso, non dipende (quasi mai) da esterni. I gruppi si sviluppano solitamente perché le persone sentono la necessità di un aiuto che i servizi ufficiali non sono pronti a dare.

3. **Fonte d'aiuto:** sono i membri stessi, raramente consulenti esterni, che possono intervenire per affrontare temi specifici.

4. **Composizione:** membri con un problema, una difficoltà comune, senza distinzione di ruolo.

5. **Controllo:** attività sotto il controllo dei membri, raramente è presente un consulente/supervisore che può aiutare a gestire alcuni aspetti.

# GRUPPI DI AUTO-AIUTO

- **Obiettivi e tipologie:**
  - **controllo del comportamento e riorganizzazione della condotta:** obiettivo: fare in modo che attraverso il sostegno degli altri si trovi la forza per modificare un comportamento inadeguato. Questa tipologia può essere ricollocata negli interventi di tipo indicato, poiché sono coinvolti soggetti con problematiche già presenti, per es. alcolisti;
  - **sostegno e difesa dallo stress:** i componenti stanno affrontando un particolare momento o situazione di crisi, che può essere negativa (per esempio un divorzio, una malattia grave in famiglia, un handicap) o positiva, ma comunque destabilizzante (per esempio, la nascita di un figlio). L'idea alla base è che il confrontarsi con altre persone che stanno affrontando o hanno affrontato la stessa situazione possa diventare una risorsa rilevante di informazione e un modello comportamentale per risolvere i problemi. Questa tipologia può essere ricondotta a interventi prevalentemente selettivi, dove la situazione stessa può aumentare il rischio di difficoltà, o indicati, quando il disturbo è già conclamato;

# GRUPPI DI AUTO-AIUTO

- **Obiettivi e tipologie:**
  - **crescita personale e autorealizzazione:** alcuni gruppi nascono con l'intento di divenire uno spazio per la crescita e l'empowerment individuale dei soggetti che li compongono. Spesso sono guidati da una persona più esperta che, attraverso l'incoraggiamento e degli stimoli specifici, cerca di rafforzare le competenze di ognuno. Questo genere di gruppi è di tipo universale;
  - **azione sociale:** il problema comune è, in questo caso, collettivo. Il gruppo si struttura per trovare risorse e lottare insieme per l'affermazione dei propri diritti. L'azione non è rivolta all'interno, come nei casi precedenti, ma all'esterno, per portare dei cambiamenti generali alla comunità in cui si vive. Anche in questo caso, potremmo ricollocare tali gruppi di auto-aiuto prevalentemente tra gli interventi di tipo universale.

# GRUPPI DI AUTO-AIUTO

- Lo psicologo di comunità può:
  - fungere da consulente esperto, per affrontare particolari tematiche o aiutare il gruppo a modificare il proprio assetto (da interno a esterno);
  - creare o proporre lo sviluppo di nuovi gruppi, attraverso l'identificazione di soggetti a rischio, la definizione dei bisogni della comunità e del singolo, la conoscenza che possiede del territorio e dei suoi servizi, oppure evidenziare aree prioritarie e coinvolgere membri e operatori;
  - aiutare i gruppi a integrarsi con il sistema formale di cura, sostenendoli nel tentativo di riconoscimento, credibilità e di espansione, facendo in modo che lo stesso diventi risorsa importante per la comunità;
  - mappare i gruppi esistenti e analizzarne le caratteristiche, creando una sorta di valutazione dell'efficacia degli stessi.

# LAVORO DI RETE

- La rete può essere definita – strutturalmente – come l'insieme degli attori (gruppi, enti, associazioni, servizi di un contesto) coinvolti/interessati a un problema e – funzionalmente – come una modalità particolare di collaborazione e scambio tra i diversi attori.
- Il lavoro di rete come sforzo per agire in modo efficace e per raggiungere obiettivi condivisi.
- Promuovere il lavoro di rete significa passare dall'individualismo istituzionale, in cui ogni ente affronta alcuni aspetti specifici della comunità, a un'ottica collaborativa, in cui ogni gruppo può portare le sue idee e risorse per affrontare i problemi esistenti.

# LAVORO DI RETE

## GRADI DI COLLABORAZIONE IN UNA RETE

