Progetto Erasmus+ MindnArt

La Direzione Didattica Secondo Circolo Comparozzi, è partner del progetto Erasmus+ KA220 SCH 000155569 "MindnArt: Empowering teachers to manage students stress through emotional intelligence and creative art interventions".
La finalità di tale progetto è quella di sviluppare un Curriculum per la scuola primaria basato sulla psicologia positiva con l'obiettivo di prevenire e gestire lo stress e l'ansia degli alunni attraverso percorsi artistico-creativi e l'uso della mindfulness.
Il progetto vede coinvolti partner europei quali scuole primarie, università, enti di formazione ed associazioni professionali provenienti da Italia, Spagna, Slovenia, Bulgaria e Cipro.

Stress Resilience - Research and Curriculum
La prima fase progettuale ha previsto un'attività di ricerca che aveva come obiettivo la valutazione dei livelli di stress degli studenti con differenti difficoltà dai 9 agli 11 anni. A tal proposito nelle scuole primarie partner del progetto (Italia, Spagna, Bulgaria e Slovenia) è stato condotto uno studio quantitativo e qualitativo basato sull'approccio metodologico della psicologia positiva che ha permesso di valutare gli stati d'animo degli alunni e la consapevolezza che ne hanno i docenti. Nel nostro istituto hanno partecipato 40 alunni delle classi quarte e quinte e due docenti di classe quarta.

Valutazione dello stress negli alunni della scuola primaria

Lo studio, condotto dall'Università di Saragozza, si è avvalso dell'uso del questionario PANAS-C (Watson et al., 1988-Positive and Negative Affect Schedule for Children), grazie al quale è stata fatta un'analisi descrittiva del campione di studenti ai quali è stato somministrato il questionario.

Il questionario proposto è suddiviso in due parti. La prima parte è dedicata al rilevamento dei dati di contesto mentre la seconda parte mira a quantificare la frequenza con la quale gli alunni del gruppo campione vivono emozioni e stati d'animo positivi e negativi. Nel questionario sono presenti 20 aggettivi, 10 per la scala di affetto positivo (PA) e 10 per la scala di affetto negativo (NA). La sottoscala PA riflette il grado in cui una persona si sente entusiasta, attiva e determinata; la sottoscala NA fa riferimento ad alcuni stati spiacevoli generali come la rabbia, la colpa e la paura. Il soggetto deve valutare quanto si sente generalmente nel modo descritto dall'aggettivo, rispondendo su una scala Likert a 5 punti Esempi di aggettivi sono "interessato", "entusiasta", "deciso", "angosciato", "ostile" e "nervoso".

Risultati dello studio

La ricerca ha coinvolto 265 studenti dai 9 ai 13 anni (per l'Italia 40 studenti dai 9 agli 11 anni) principalmente provenienti da famiglie nucleari di medio reddito con una rappresentanza di genere uniforme.
Nell'insieme è stato riscontrato che circa il 15% degli studenti sperimenta stress nella vita scolastica quotidiana.
Questo dato indica che è necessario intervenire efficacemente per promuovere il benessere degli studenti attraverso azioni mirate, in modo che possano vivere al meglio l'esperienza scolastica.

Table 1

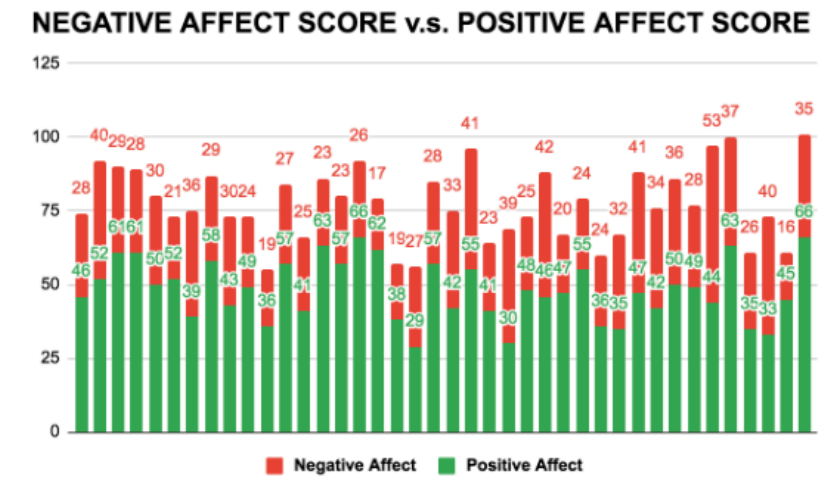
	AVERAGE			
	POSITIVE AFFECT	NEGATIVE AFFECT	Nº STUDENTS	Nº OF STRESSED STUDENTS
SPAIN	50.43	28.93	145	22
ITALY	48.15	29.45	40	8
BULGARIA	52.62	32.22	40	3
SLOVENIA	51.15	31.17	40	6
TOTAL			265	39

Differenze per Paese e situazione in Italia

Vi sono differenze significative tra i vari paesi.
In Spagna, il 14,7% degli studenti intervistati ha riferito di soffrire di stress, con una maggiore prevalenza tra le ragazze.
In Italia, il 20% degli studenti ha dichiarato di soffrire di stress.
In Bulgaria solo il 7,5% degli studenti ha indicato alti livelli di stress mentre in Slovenia passiamo al 15%.
Questi risultati riflettono variazioni significative tra i Paesi e sottolineano l'importanza di affrontare lo stress degli studenti in modo contestualizzato e specifico per ogni paese.

Per l'Italia il modello familiare predominante è la famiglia tradizionale e si nota una notevole associazione tra stress ed il livello socio economico della famiglia: i livelli più alti sono rilevati in famiglie medio ed alto borghesi.
Bisogna comunque considerare che questi dati sono riferiti ad un campione limitato di studenti.

Graph 13



Risultati riferiti al campione italiano

Il ruolo degli insegnanti nelle gestione dello stress degli alunni

Gli insegnanti hanno risposto a un questionario relativo alla propria esperienza nella percezione e gestione nelle classi. Hanno risposto 34 insegnanti, 18 dalla Spagna, 2 dall'Italia, 2 dalla Bulgaria e 12 dalla Slovenia.
Le riflessioni degli insegnanti sono state fondamentali per comprendere l'ambiente educativo: la maggior parte degli Insegnanti si sente sicura di saper gestire lo stress degli studenti attraverso una varietà di interventi anche se molti dichiarano di non avere un'adeguata formazione a riguardo, alcuni non si sentono a loro agio nel parlare di argomenti riguardanti la salute mentale, altri invece lamentano la mancanza di risorse ed un elevato carico di lavoro.

CONCLUSIONI

Il progetto ERASMUS+ MindnArt rivela che lo stress è una problematica comune e urgente che colpisce il 15% degli studenti di scuola primaria in Italia, Spagna, Bulgaria e Slovenia ed è necessario uno sforzo significativo per affrontarlo attraverso la formazione degli insegnanti mediante strumenti e metodologie che coinvolgano temi come l'intelligenza emotiva, la mindfulness e percorsi artistico-creativi.
I risultati della ricerca sottolineano inoltre la necessità di un ambiente scolastico e di apprendimento che supporti sia gli alunni che gli insegnanti.

Il progetto MindnArt, grazie alle proposte formative che verranno sviluppate, mira a dare questo supporto a tutta l'istituzione scolastica per un benessere collettivo e condiviso.

Questo progetto trova sia nella collaborazione tra diversi partner che nello scambio di buone pratiche, la possibilità di sviluppare un approccio poliedrico ed olistico caratterizzato da strategie innovative ed efficaci capaci di migliorare il benessere emotivo degli studenti e degli insegnanti. in Europa.