



Com'è nata la ricerca

Un incontro... Particolare



Les Femmes en Blanc

JE PENSE DONC JE SUIS

PAR BERCOVICI & CAUVIN





Qualche costatazioni

- Nessuna ricerca in Italia sul counseling, a fortiori nell'ambito infermieristico.
 - CIPA già coinvolta dall'Università in 3 ricerche sull'impatto del counseling in pazienti con basso self care.
-

Gli attori: l'equazione della felicità



OPI ROMA
Ordine delle Professioni Infermieristiche





Revisione della Letteratura



- Le parole chiave utilizzate sono state *health*, *counseling*, *well-being*, *Happiness* e *questionnaire*, considerando per ciascun termine anche i rispettivi sinonimi. Non sono stati imposti limiti alla ricerca.





Criteri di inclusione

- Sono stati presi in considerazione articoli, atti di convegni, sezioni di libri, tesi di laurea e di dottorato che avessero come oggetto di studio principale il well-being considerato in qualsiasi ambito della vita sociale e che utilizzassero strumenti validati per misurarlo.



Criteri di esclusione

sono stati esclusi i lavori che trattavano il tema del well-being nei bambini (età 0 – 12), che utilizzavano scale di misurazione correlate a patologie particolari (es. obesità, malattie polmonari, diabete ecc.) e studi con questionari che misuravano la qualità di vita e non il well-being.



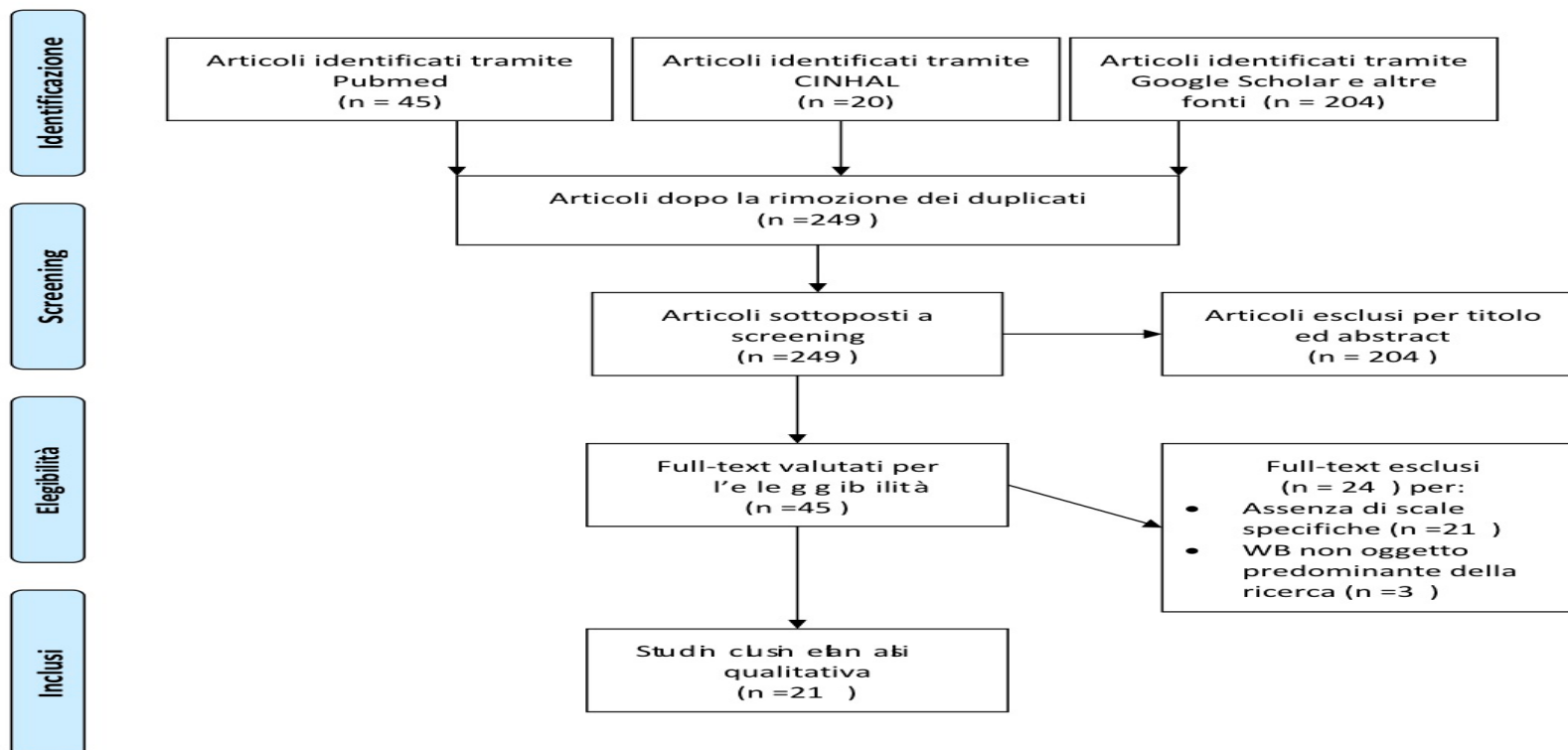
DATI ESTRAPOLATI:

- primo autore ed anno della pubblicazione, (la felicità può invecchiare????)
- paese, popolazione, setting,
- strumento usato per la misurazione del well-being,
- risultati principali.





Flow Diagram della Revisione della Letteratura





Il 61.9% degli studi analizzati sono stati condotti in Europa, 5 di questi esclusivamente in Italia

Nella maggior parte degli studi è stata effettuata una distinzione generale tra benessere psicologico e benessere soggettivo, talvolta identificati rispettivamente come eudamónico ed edonico



DUE PROSPETTIVE (Ryan & Deci, 2001)

■ ***Edonica:***

- emozioni positive
- piacere
- calcolo utilità
- gratificazioni e ricompense
- non emozioni negative
- "happiness"

(Kahneman, Diener & Schwartz, 1999; Veenhoven, 2003)

■ ***Eudaimonica:***

- auto-realizzazione
- crescita personale
- sviluppo competenze
- costruzione di significati
- auto-determinazione
- punti di forza e virtù
- costruzione di obiettivi
- condivisione
- "happiness"

(Ryff & Keyes, 1995; Ryan & Deci, 2000; Peterson & Seligman, 2004; Linley & Joseph, 2004; Massimini & Delle Fave, 2000)



Per quanto riguarda l'aspetto del benessere psicologico, definito anche come mentale, emotivo e sociale, vi è crescente interesse in letteratura in termini di outcome degli interventi volti al suo miglioramento. Infatti sembra possibile migliorare il benessere psicologico attuando interventi volti al cambiamento dei comportamenti.



- A livello europeo sono state identificate le seguenti dimensioni come connesse al concetto di benessere: salute, relazioni, autonomia, lavoro, conoscenza e beni materiali .
- Tuttavia alcuni autori ne prendono in considerazione anche altre come la padronanza ambientale, la crescita personale, lo scopo nella vita e l'auto accettazione e ne escludono altre ancora (conoscenza, denaro...)



Questionari utilizzati ritenuti validi come benchmark per la nostra ricerca:

- SWLS (Diener, 1995)
- PWBS (Ryff, 1989)
- MHC-SF (Keyes, 2005)
- PANAS
- SHS
- WEMWBS

PWB e MHC, che verranno utilizzati per la seconda parte (sperimentale) della nostra ricerca, (il PWB è proprio il questionario che vi è stato consegnato!)



LA FASE SPERIMENTALE DELLA RICERCA

La Fase sperimentale: addestramento alla felicità degli infermieri



Perché gli infermieri?



Gli Infermieri in Italia sono oltre 440.000



Vicini al dolore

ma soprattutto perché...



...felici è meglio in reparto!

Cosa andremo a fare?



Lavoreremo sul benessere soggettivo
dell'infermiere nelle aree di maggiore criticità



Aree di maggiore criticità:



ORGANIZZAZIONE



Migliorare la percezione dell'organizzazione del singolo

Aree di maggiore criticità:



ESPOSIZIONE AL DOLORE



Aumentare i pensieri positivi

Aree di maggiore criticità:



ISOLAMENTO



Passare più tempo socializzando

Aree di maggiore criticità:



CONFLITTI



Migliorare la comunicazione



In che modo?



100 infermieri...due gruppi:

Gruppo sperimentale



Gruppo di controllo



Tempo T0 - Tempo T1



Obiettivo della ricerca:

**Standardizzare un sistema di insegnamento
alla felicità che possa essere riprodotto su
altre tipologie di campioni**



***«In fin dei conti il lavoro è ancora il mezzo
migliore di far passare la vita».***

Gustave Flaubert

**E noi vi insegneremo come vivere e lavorare
felicamente!**