



Progetto O.I.S.E.

*Prevenzione dei disturbi
alimentari, ricerca e
promozione della salute in
età evolutiva*

PROGETTO OISE

I Risultati.

I risultati dell'intervento OISE.

L'efficacia dei laboratori OISE è stata verificata nel 2008, al termine del primo ciclo di interventi (2005-2008), attraverso una procedura sperimentale controllata. A tal fine è stato creato un questionario di cinque domande aperte volto a misurare le idee dei ragazzi rispetto all'alimentazione e al rapporto tra cibo ed individuo.

Sono state coinvolte quattro classi terze di un Istituto del centro di una grande città del nord Italia: nello specifico una classe che ha seguito il programma OISE ed un gruppo di controllo composto da tre classi terze che non hanno partecipato a nessun laboratorio OISE.

La valutazione dei risultati è stata effettuata da tre giudici indipendenti ai quali è stato chiesto di lavorare in modo individuale, in luoghi e tempi diversi, al fine di rendere maggiormente oggettive le valutazioni¹.

I risultati ottenuti sono stati poi confrontati ed intercorrelati tra loro, ottenendo così un'alta affidabilità dei dati.

Ai Giudici è stato chiesto nello specifico di analizzare le risposte fornite dai ragazzi assegnando ad ognuna un punteggio da una griglia. La griglia era composta per ogni domanda da sottocategorie progressive rispetto all'acquisizione di un determinato concetto. A titolo esemplificativo viene fornita la griglia di assegnazione dei punteggi di una delle cinque domande del questionario.

***Domanda 2:** "Corpo – mente – cibo: esiste una relazione tra questi aspetti? Quale potrebbe essere?"*

- Obiettivo/concetto:

Riconoscimento dell'elemento psicologico nella scelta dei cibi e della consapevolezza della profonda interconnessione tra mente – corpo – cibo per la determinazione dell'equilibrio personale e per l'identità personale.

- Livelli punteggio:

0. Risposte non pertinenti, risposte non date, "non so"

1. Assenza di relazione

2. Risposta "forse sì" senza altre spiegazioni o argomentazioni

3. Riferimento al fatto che il cibo (di qualunque tipo, senza rilievi specifici) serve alla mente e al corpo per funzionare (aspetto meccanico e di necessità). Il cibo è "usato" dalle altre due componenti e a loro necessario.

4. Le risposte denotano l'uscita dalla logica meccanico-fisiologica e tengono in considerazione la dimensione psicologica ed individuale nel rapporto con il cibo (come per esempio lo stress, ecc..).

5. Riferimento ad una sinergia tra le tre componenti per il benessere globale della persona. Esplicitazione dell'idea che le tre componenti siano unità

¹ I tre giudici sono tutti psicologi esperti nel lavoro con soggetti in età evolutiva e nel lavoro psicologico nella scuola. Si ringraziano per la collaborazione offerta i giudici Dott. Antonio Fresco, psicologo e psicoterapeuta in formazione, Tesoriere Associazione Giovani Psicologi Lombardia, Dott.ssa Carlotta Longhi, psicologa e Segretario Ordine Psicologi Lombardia, Dott.ssa Paola Lorenzini, psicologa e psicoterapeuta in formazione, successivamente divenuta membro del gruppo OISE, consigliere Associazione Giovani Psicologi Lombardia.



Progetto O.I.S.E.

*Prevenzione dei disturbi
alimentari, ricerca e
promozione della salute in
età evolutiva*

Di seguito viene riportato per ogni domanda il grafico che sintetizza l'andamento medio dei punteggi assegnati dai tre giudici ai questionari sia del gruppo sperimentale (la classe che per comodità chiameremo "III°A", che ha seguito i laboratori OISE) sia del gruppo di controllo (le altre 3 classi esaminate).

L'andamento di tutti i grafici segue, come prevedibile, un andamento "gaussiano", dove il punto più alto della curva indica la media statistica interna per ogni gruppo.

Note e discussione.

Non sono state riportate dal corpo docenti differenze significative dal punto di vista delle capacità intellettive tra le classi, e dunque questo aspetto non è stato ritenuto una variabile sensibile. Non vi è differenza statisticamente rilevante tra le età dei ragazzi ed il numero di alunni per classe. Il luogo di residenza dei ragazzi di tutte le classi esaminate è lo stesso, ovvero il centro di una grande città. Il ceto sociale e l'occupazione dei genitori si presume uniforme e di tipo medio-alto o alto. La percentuale di alunni stranieri è uniforme in tutte le classi, e non è rilevante.

Complessivamente dunque i gruppi sono risultati comparabili tra loro.

Dai risultati della valutazione appare subito evidente la differenza riscontrata tra il GS (Gruppo Sperimentale, ovvero la classe che ha seguito i laboratori OISE) ed il GC (Gruppo di Controllo, ovvero le classi che non hanno seguito i laboratori OISE) nell'ottenimento dei punteggi e nella distribuzione delle risposte: complessivamente infatti i ragazzi appartenenti al GS si dimostrano capaci di produrre ragionamenti più elaborati e contenuti più evoluti, e le risposte date da questo gruppo si collocano ad un livello medio-alto nella maggioranza dei casi (i livelli di punteggio da 5 a 6-8), mentre i ragazzi appartenenti al GC mostrano innanzitutto una maggiore variabilità nella qualità delle risposte, e poi di aver espresso, in un numero significativamente maggiore di casi, contenuti meno elaborati rispetto alle tematiche proposte. Nel Gruppo di Controllo è emerso che la consapevolezza dell'esistenza di uno stretto rapporto tra individuo, emozioni e cibo è inferiore a quanto riscontrato nel Gruppo Sperimentale, mentre le risposte riconducibili a livelli bassi di qualità (livelli di punteggio da 1 a 4) sono nettamente superiori.

Alla luce di quanto detto la differenza nella capacità di mentalizzare ed esprimere i contenuti relativi al rapporto tra individuo e cibo appare chiara e superiore nel GS, ed invece inferiore nel GC.

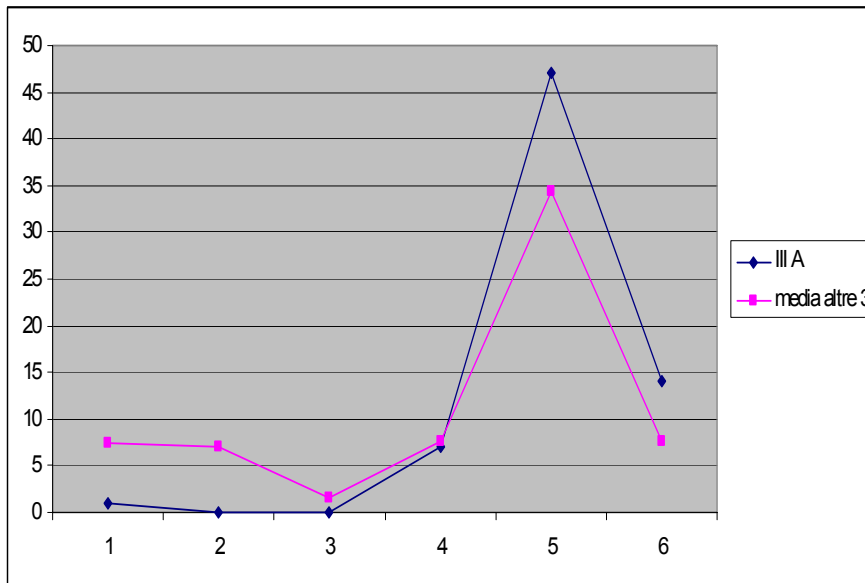
Domanda 1: Secondo te è vero che un equilibrato rapporto con il cibo favorisce e facilita lo sviluppo e la crescita delle persone? In che modo?

Tale domanda intende indagare il riconoscimento della interconnessione tra il cibo e la crescita delle persone. Nello specifico la qualità del rapporto con il cibo è un elemento che può facilitare od ostacolare lo sviluppo della persona.



Progetto O.I.S.E.

*Prevenzione dei disturbi
alimentari, ricerca e
promozione della salute in
età evolutiva*



Commento:

Il grafico evidenzia come il gruppo di controllo (GC, linea color fucsia) abbia dato maggiori risposte con un punteggio minimo (1 e 2) rispetto al gruppo sperimentale (GS), in riferimento al fatto che non veniva riconosciuta una relazione tra un equilibrato rapporto con il cibo e la crescita personale. Nella parte destra del grafico, riguardo le risposte a cui è attribuito un punteggio 5 e 6, il risultato è invece invertito. Questo dato mostra infatti che il GS (linea blu) è stato in grado di elaborare in modo superiore sia corrette connessioni a livello nutrizionale tra cibo e crescita (regolarità e moderazione nell'assunzione di cibo) sia un'interconnessione tra il cibo e il benessere psicologico (l'equilibrio alimentare è legato all'equilibrio psicologico).

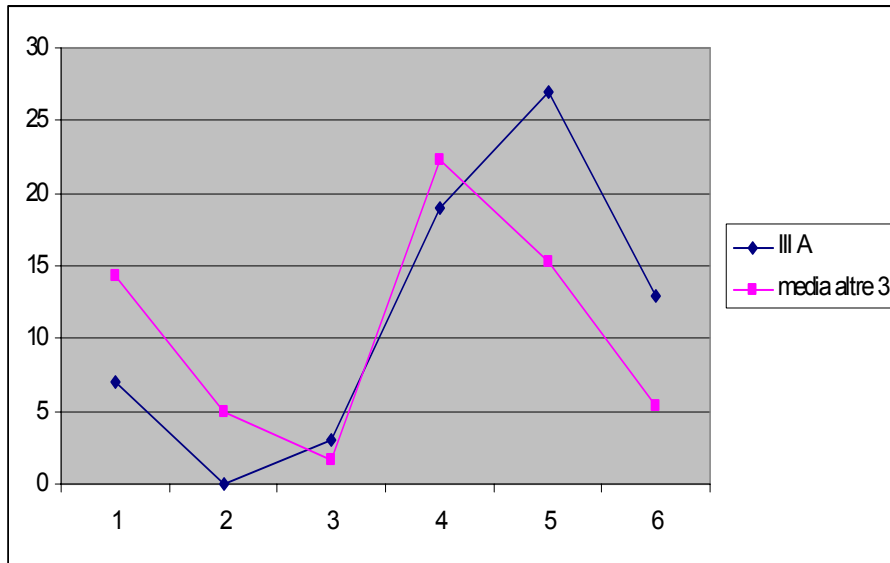
Domanda 2: Corpo – mente – cibo: esiste una relazione tra questi aspetti? Quale potrebbe essere?

Tale domanda intende indagare il riconoscimento dell'elemento psicologico nella scelta dei cibi e della consapevolezza della profonda interconnessione tra mente – corpo – cibo per la determinazione dell'equilibrio personale e per l'identità personale.



Progetto O.I.S.E.

*Prevenzione dei disturbi
alimentari, ricerca e
promozione della salute in
età evolutiva*



Commento:

Anche in questo caso il grafico mostra nella parte sinistra come il gruppo di controllo (GC, linea fucsia) abbia ottenuto maggiori punteggi minimi, ritenendo che non esista una relazione tra corpo, mente e cibo, o che essa non sia significativa, mentre il gruppo sperimentale (GS, linea blu) ha dato maggiori risposte che evidenziano l'importanza della dimensione psicologica e individuale nell'approccio al cibo, facendo emergere la coscienza della sinergia tra mente, corpo e cibo nella determinazione del benessere complessivo dell'individuo.

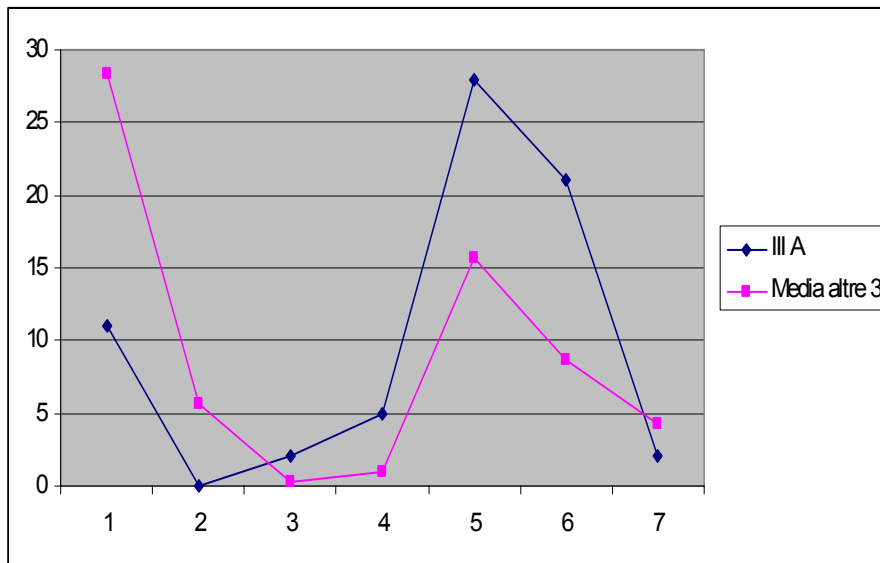
Domanda 3: Secondo te quanto e come l'immagine che abbiamo di noi stessi interagisce con l'immagine che gli altri hanno di noi?

Tale domanda intende indagare la consapevolezza dell'alta influenza sociale che ha la costruzione della nostra identità e il riconoscimento dell'esistenza di una chiara interazione tra l'immagine che noi abbiamo di noi stessi e l'immagine che gli altri hanno di noi.



Progetto O.I.S.E.

*Prevenzione dei disturbi
alimentari, ricerca e
promozione della salute in
età evolutiva*

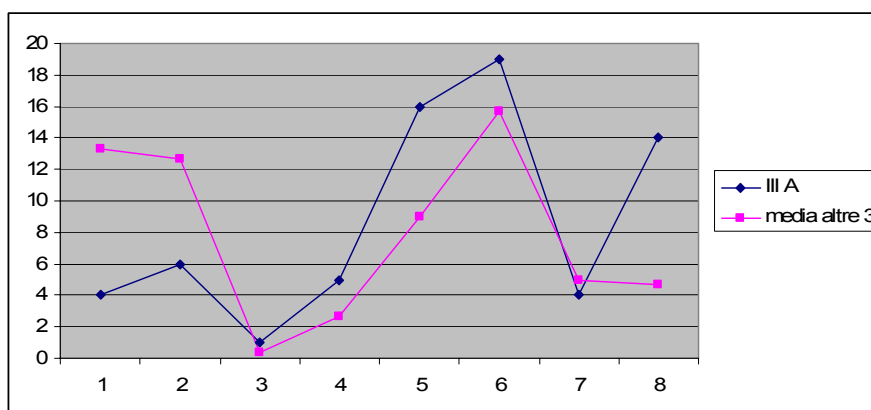


Commento:

Il grafico mostra con ancora maggiore evidenza la differenza tra le risposte del GC e quelle del GS. I punteggi minimi, relativi alla idea di una mancanza di interazione tra l'immagine che abbiamo di noi stessi e l'immagine che gli altri hanno di noi, sono emersi in maggior numero dal gruppo di controllo (linea fucsia). Mentre i punteggi massimi (soprattutto relativamente al punteggio 5 e 6) prevalgono nettamente nel gruppo sperimentale, che dunque dimostra di saper ben riconoscere l'esistenza di una interazione significativa tra immagine personale e immagine che gli altri hanno del soggetto all'interno di una relazione e di un contesto dato (consapevolezza della determinazione sociale della propria identità e della posizione all'interno di un gruppo).

Domanda 4: Esiste un legame tra il "diventare grandi" ed il modo di alimentarsi? Quale potrebbe essere?

Tale domanda intende indagare la consapevolezza del fatto che il crescere e lo svilupparsi sono processi influenzati in modo decisivo dallo stile alimentare, e che più si diventa "grandi" più è compito e capacità del soggetto (responsabilità e possibilità) autoregolarsi e scegliere quello che è più giusto per sé, ascoltando i propri bisogni e le proprie esigenze.





Progetto O.I.S.E.

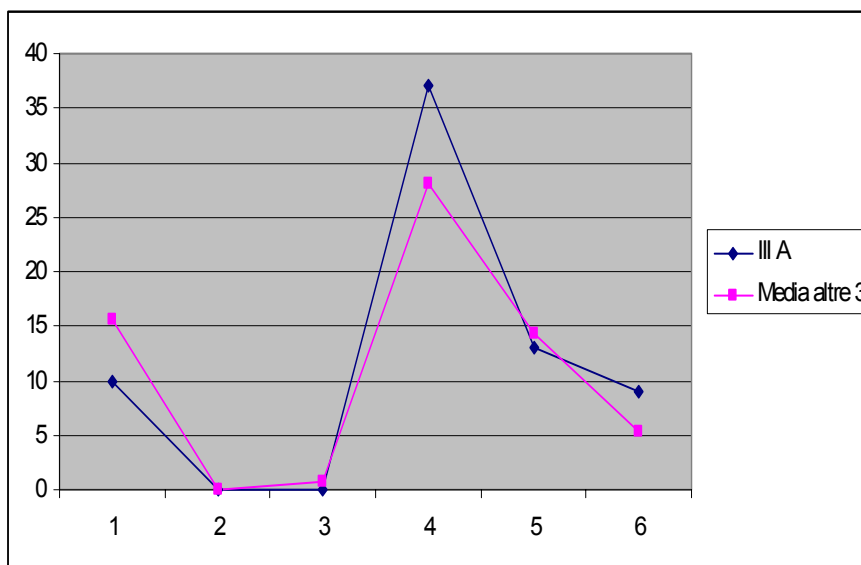
*Prevenzione dei disturbi
alimentari, ricerca e
promozione della salute in
età evolutiva*

Commento:

Il grafico mostra nella parte sinistra una chiara prevalenza di risposte minime (punteggi 1 e 2) per il gruppo di controllo rispetto al gruppo sperimentale. I risultati vengono invertiti nella parte destra laddove il gruppo sperimentale ottiene maggiori punteggi (nelle risposte 5, 6 ma soprattutto 8). Nelle risposte del gruppo sperimentale è forte dunque l'idea che più ci si alimenta in maniera regolare e prediligendo la qualità, più si diventa "grandi". Il Gruppo Sperimentale, inoltre, mostra consapevolezza del fatto che esiste una correlazione tra il diventare adulti e l'acquisire maggiori responsabilità nella scelta alimentare.

Domanda 5: L'alimentazione può, in alcuni casi, diventare un problema. Quando, a tuo parere, il cibo può essere fonte di malessere? Dove pensi si possa rintracciare la nascita, il punto di inizio, di un problema alimentare? Quali sono le figure professionali più adatte a risolvere i problemi dell'alimentazione?

Tale domanda intende indagare il riconoscimento della possibilità di insorgenza di disturbi alimentari ed il riconoscimento delle cause dei disturbi alimentari nella disarmonia (emotiva) con il cibo e con gli altri. È valutato anche il riconoscimento dell'importanza di farsi aiutare da una persona competente in caso di necessità.



Commento:

Il grafico mostra la continuità di tendenza delle prime quattro domande, seppure le differenze in questo caso risultino più attenuate. Il gruppo di controllo (GC, linea fucsia) riporta una maggioranza di punteggi minimi (soprattutto al punto 1) rispetto al GS, laddove non si riconosce l'idea che il cibo possa diventare un "problema", non ammettendo dunque l'esistenza di un legame tra l'assunzione di cibo e la possibilità che insorga un malessere. Le risposte con punteggi massimi (soprattutto punti 4 e 6) prevalgono nel gruppo sperimentale, testimoniando la presenza di un maggiore riferimento al fatto che il problema alimentare può essere connesso ad aspettative individuali unitamente a fattori sociali e relazionali ("vorrei piacere di più, avvicinarmi allo stereotipo accettato socialmente").



Progetto O.I.S.E.

*Prevenzione dei disturbi
alimentari, ricerca e
promozione della salute in
età evolutiva*

La ragione per la quale in questo grafico le differenze appaiono meno marcate tra i due gruppi di ragazzi risiede nel fatto che i laboratori OISE non hanno come focus centrale del lavoro l'aspetto medico e "patologico" del rapporto con il cibo, quanto invece la dimensione evolutiva, psicologica e relazionale (come detto il Progetto OISE è un progetto preventivo e non di riduzione del danno). Tali risultati confermano indirettamente che dove il Progetto OISE interviene con moduli specifici, il risultato è visibile e statisticamente rilevante.

Conclusioni.

I risultati emersi appaiono anche ad un riscontro statistico particolarmente significativi, ed alla luce delle considerazioni sulla eziopatogenesi dei disturbi alimentari esposte in precedenza, l'aver frequentato il Progetto OISE può ben ritenersi un fattore di protezione.