



CDP Lecco  
via Ghislanzoni 28  
Tel 03411551104  
Mail: [centrodiurnolecco@hcmitalia.it](mailto:centrodiurnolecco@hcmitalia.it)

## **PROGETTO “Educazione al Benessere Mentale”**

### **Premessa**

Secondo la definizione dell’Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), l’espressione salute mentale fa riferimento a uno “stato di benessere psicologico ed emotivo nel quale l’individuo è in grado di sfruttare le sue capacità cognitive o emozionali, esercitare la propria funzione all’interno della società, rispondere alle esigenze quotidiane della vita di ogni giorno, stabilire relazioni soddisfacenti e mature con gli altri, partecipare costruttivamente ai mutamenti dell’ambiente, adattarsi alle condizioni esterne e ai conflitti interni”.

Per questo motivo, l’OMS considera la promozione alla salute mentale, intesa come benessere psico-fisico, una priorità di salute pubblica. Salute come potenziamento del benessere, delle conoscenze e della qualità della vita e non solo come prevenzione delle problematiche di disagio relazionale, affettive, personali e sociali, oggi in rapido aumento tra giovani e adulti.

In un’ottica di prevenzione universale, pensiamo che sia utile dialogare con le nuove generazioni che più di tutti hanno subito la pervasività del periodo pandemico.

La situazione d’emergenza ha infatti portato alla costituzione di un protocollo d’intesa tra ministero dell’istruzione e ordine degli psicologi al fine di garantire la presenza dello psicologo scolastico all’interno degli istituti.

Figura che non si limita solo al servizio di sportello psicologico, ma che faccia da ponte tra studenti scuola, famiglia e servizi, in un’ottica sistemica e ed ecologica volta a considerare tutti gli aspetti della vita dello studente. Particolare attenzione va riservata ai bisogni relazionali e emozionali che si trovano alla base della costruzione di un clima positivo all’interno della classe, agevolando la relazione docente -discente e le relazioni tra i pari e che garantisca una base affettiva sicura in grado di agevolare i processi di apprendimento cognitivo e di raggiungere gli obiettivi didattici, ma anche di rispondere ai bisogni fondamentali di ogni individuo: rispetto per la propria identità, fiducia nelle competenze, costruzione di relazioni significative e autentiche.

La giornata della salute mentale deve servire a ricordare che la salute psicologica, al pari di quella fisica, è un diritto inalienabile, ma che non può essere intesa se non in un contesto di relazioni, supporti e opportunità di cui l’individuo da solo non può farsi carico.

Ecco perché cercheremo di far comprendere, durante questi brevi incontri, non solo l’importanza delle reti sociali, ma anche quali enti ,associazioni, e solo in ultima analisi,quali servizi istituzionali possano favorire questo processo di affermazione della salute e del benessere.

### **Durata**

1 incontro di 2 ore

### **Destinatari**

Classi IV/V delle scuole superiori del comprensorio di Lecco e provincia

### **Risorse**

6 educatori del Centro Diurno Psichiatrico “Il Cerchio Aperto” di Lecco.

### **Modalità**

Un incontro in presenza di due educatori del Servizio con il gruppo classe. Attraverso supporti



CDP Lecco  
via Ghislanzoni 28  
Tel 03411551104  
Mail:[centrodiurnolecco@hcmitalia.it](mailto:centrodiurnolecco@hcmitalia.it)

video e role-playing si favorirà l'interazione e la discussione di gruppo.

### **Tematica trattata**

Si inviteranno i ragazzi a riflettere su quali siano le basi del benessere psicosociale, mettendo al centro anche la relazione d'aiuto; infatti attraverso il role-playing si porteranno i ragazzi a riflettere sulla possibilità/opportunità di affrontare momenti di fragilità sfruttando la propria rete sociale e, nel caso fosse necessario, portandoli a conoscenza della rete dei Servizi.

### **Obiettivo**

Con questo intervento l'equipe si propone di aprire un canale di dialogo e confronto sulla tematica sia con l'istituzione che con i ragazzi. L'obiettivo principale è stimolare riflessioni e strategie per affrontare momenti di crisi evolutive, dando particolare importanza alla rete sociale e promuovendo l'empowerment.

In secondo luogo, si ritiene utile dare informazioni sulle risorse a livello territoriale nel momento in cui le problematiche richiedano l'intervento di uno specialista.

L'equipe del centro diurno psichiatrico di Lecco