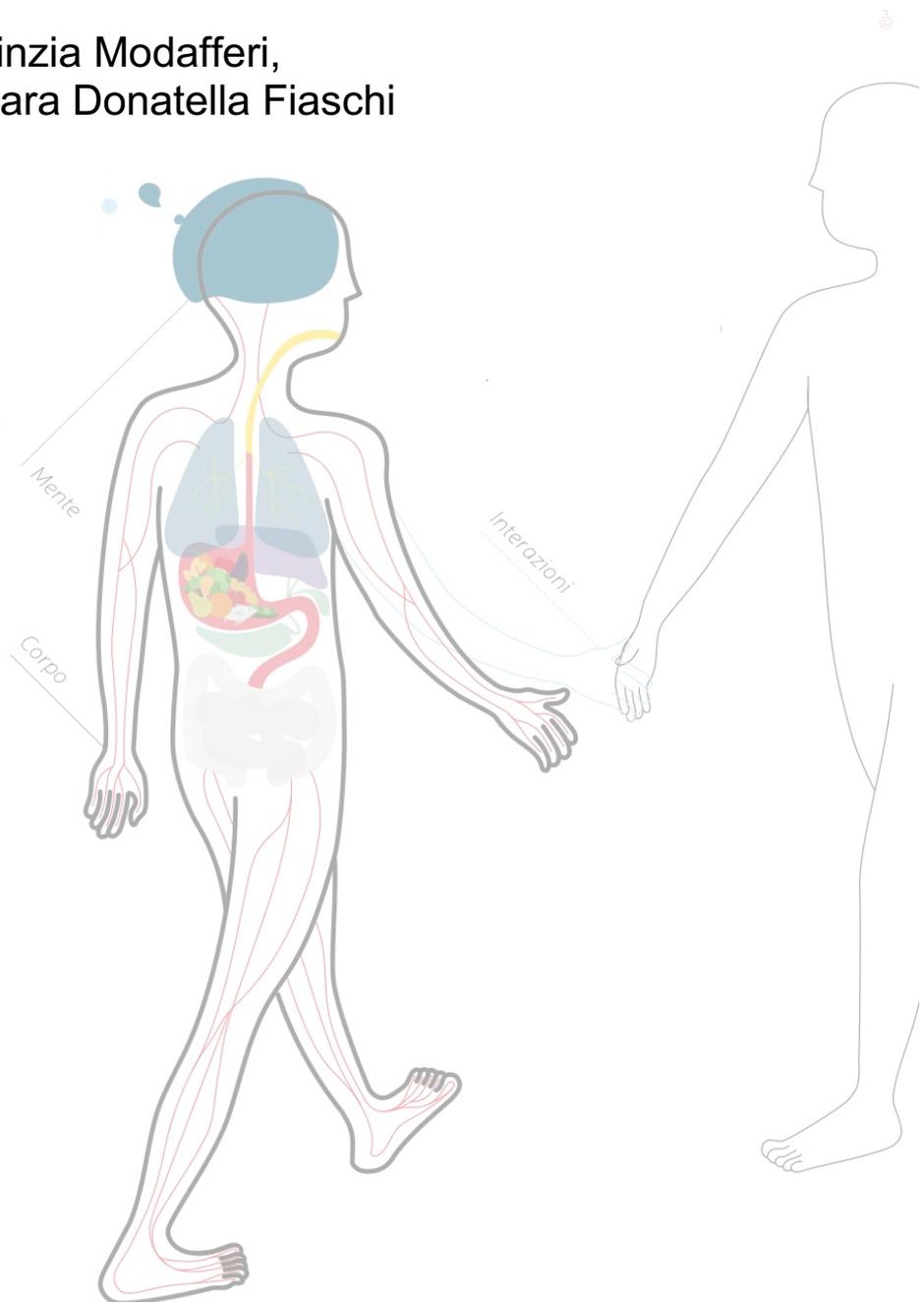




E tu, come stai?

Cinzia Modafferi,
Mara Donatella Fiaschi



La presente ricerca, volta a conoscere il benessere della popolazione ligure, nasce per volere dell'Ordine degli Psicologi della Liguria, nell'ambito dell'evento 360° di benessere.

Si ringraziano per il contributo nella raccolta dati i colleghi psicologi e i professionisti della SIPNEI Liguria (Società Italiana di Psico-Neuro-Endocrino-Immunologia): Paola Aslangul, Paola Biondo, Laura Canepa, Elisa Carrozza, Bianca Cavallini, Jarmila Chiolova, Cecilia Contenti, Rosella Delucchi, Ilaria Demori, Ilaria Donvito, Priscilla Dusi, Massimo Gargioni, Roberto Giuria, Elisabetta Graziano, Alessandra Guidali, Erika Luzzo, Sara Massone, Tamara Mesemi, Erminia Murchio, Giuliana Mussa Jacob, Laura Pugiotto, Lorenzo Ricolfi, Sergio Sabatini, Mauro Schiavetta, Federica Seta, Cristiano Trentini, Fabrizio Vassallo. Si ringraziano anche tutti i colleghi che hanno condiviso il link di compilazione al questionario.

La compilazione dei questionari, in forma anonima, si è conclusa nel mese di settembre del 2019.

I dati sono stati trattati in maniera aggregata ed elaborati dallo Spin-off universitario "VIE - Valorizzazione Innovazione Empowerment srl". Presentiamo qui i risultati più rilevanti emersi dalle risposte ai questionari.

La presente ricerca, con il titolo **Mal-essere o ben-essere? Questo è il dilemma. Uno studio dell'Ordine degli Psicologi della Liguria sullo stato di salute psicologica dei cittadini della Regione** sarà presentata al [IV Congresso SIPNEI](#) (Società Italiana di Psico Neuro Endocrino Immunologia), l'abstract originale è visionabile nel Libro degli Abstract del congresso alle pagine 112-113.

Introduzione

La ricerca nasce nell'ambito delle molteplici iniziative che l'Ordine degli Psicologi della Liguria, dal 2014 ad oggi, ha effettuato per comprendere il fabbisogno psicologico dei propri cittadini e del ruolo che attualmente lo psicologo riveste nella società. Questa esigenza è nata a fronte di una serie di cambiamenti che stavano prendendo forma nell'ambito della professione psicologica, in particolare il riconoscimento della psicologia quale professione sanitaria (Legge 3/2018) e il riconoscimento del diritto dei cittadini all'assistenza psicologica (nuovi Livelli Essenziali di Assistenza, DPCM 12 gennaio 2017). In una prima fase è stata effettuata una ricerca d'archivio inerente il benessere della popolazione ligure che è consultabile nel Report la Salute dei Liguri.

Nel giugno del 2019, durante un evento rivolto alla promozione della salute e del ruolo dello psicologo "360° gradi di benessere – Weekend per la salute a Genova", è stato deciso di somministrare alla popolazione una batteria di questionari per rilevarne lo stato di benessere psicologico. L'analisi dei dati è stata condotta dallo spin-off dell'Università degli Studi di Genova V.I.E. – Valorizzazione Innovazione Empowerment.

Metodo

La batteria di questionari è stata diffusa attraverso modalità online e cartacee e comprendeva la Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS; Tennant *et al.*, 2007; validazione italiana di Gremigni e Stewart-Brown, 2011), il questionario dell'Organizzazione Mondiale della Sanità WHO-Five Well Being Index (WHO-5; WHO, 1998) e la versione breve del Psychological General Well-Being Index (PGWB-S; Dupuy, 1984; validazione italiana di Grossi *et al.*, 2006).

Risultati

La batteria è stata compilata, in modo anonimo, da 986 cittadini liguri maggiorenni reclutati nella popolazione generale con un campionamento di convenienza ($F = 73,6\%$, età media = $43,83 \pm 14,74$, anni medi di scolarizzazione = $15,68 \pm 3,73$), previa accettazione del consenso informato alla ricerca. La maggior

parte dei partecipanti è risultata essere libero professionista (Figura 1), residente in provincia di Genova (Figura 2) e non vive da solo (Figura 3).

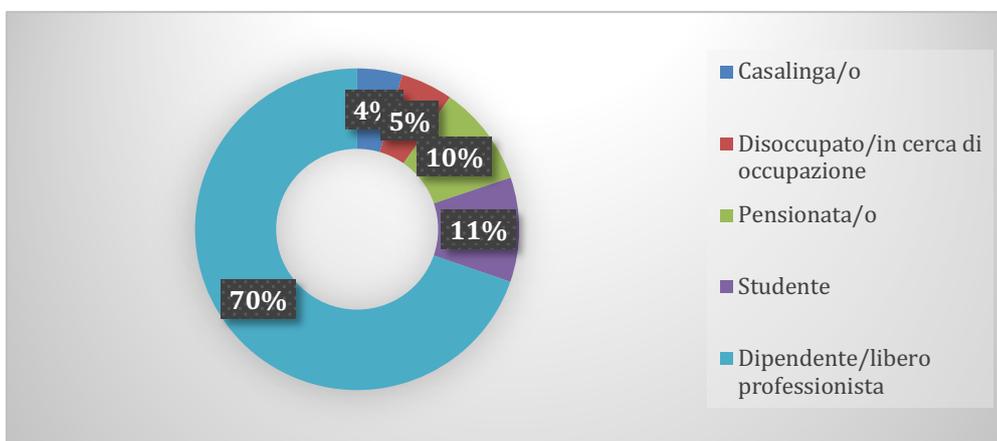


Figura 1 – Professione

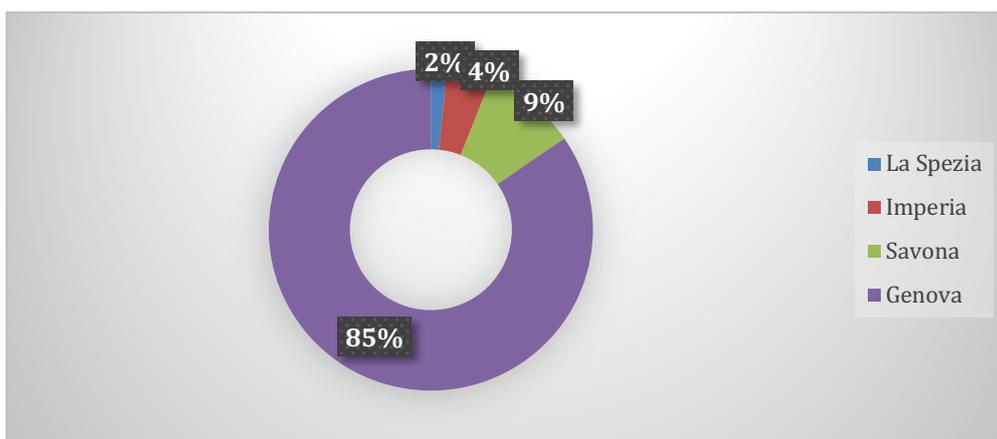


Figura 2 – Provincia di residenza

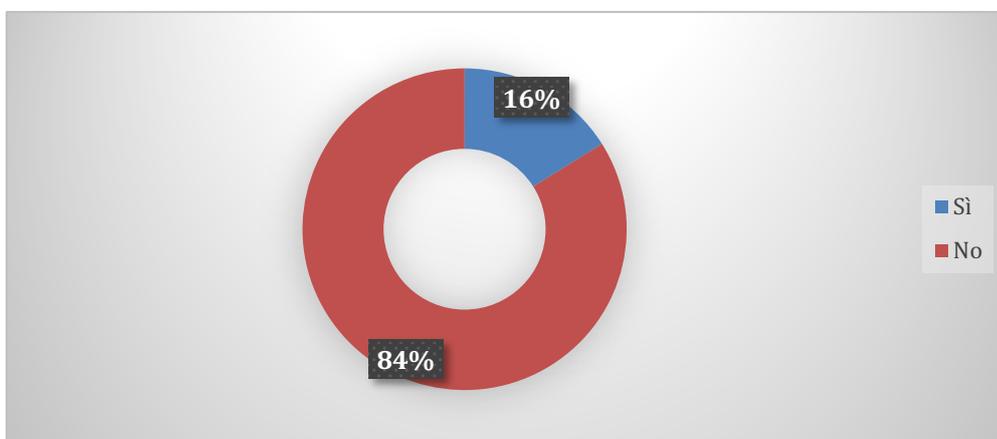


Figura 3 – Vive da solo?

Le analisi hanno evidenziato come, rispetto alla WEMWBS, il 60,4% dei partecipanti si colloca in una fascia di punteggio considerato a rischio per lo sviluppo di sintomi/disturbi depressivi, mentre nell'indice di benessere WHO-5 il 43,6% dei partecipanti si colloca in una fascia di benessere considerata medio-bassa. Inoltre, alti punteggi di benessere percepito correlano negativamente con ansia, umore depresso e preoccupazione rispetto al proprio stato di salute fisica e correlano positivamente con le scale di benessere, self-control e vitalità (Tabella 1).

Tabella 1 - Matrice di correlazione, ** = $p < .01$, $r < .10$ effetto trascurabile, $.10 < r < .30$ effetto debole, $.30 < r < .50$ effetto moderato, $r > .50$ effetto grande

	WEMWBS	WHO-5
PGWB-S		
Ansia	-.49**	-,65**
Umore depresso	-,51**	-,45**
Benessere	,52**	,63**
Self control	,68**	,63**
Preoccupazione per la propria salute	-,31**	-,25**
Vitalità	,48**	,61**

Conclusioni

Il campione rappresenta circa l'1% della popolazione ligure e necessiterebbe di un ampliamento e di un campionamento per caratteristiche sociodemografiche, ad esempio sarebbe importante poter indagare il benessere anche di bambini e adolescenti. Tuttavia, questi primi dati esplorativi sembrerebbero confermare sulla popolazione non clinica il trend che i dati nazionali rilevano su quella clinica, ossia la diffusione di malessere e la presenza di sintomi depressivi. Inoltre, i dati ottenuti si allineano a quelli sulla qualità della vita: il capoluogo ligure nell'ultimo quinquennio è passato dalla 21° posizione alla 56° nel 2019, mostrando un trend in calo (Il sole 24 Ore, 2019), riflettendo le molteplici difficoltà che la regione ha subito, legate alla fragilità del territorio e delle infrastrutture, all'invecchiamento della popolazione e alla crisi economica.

Futuri studi sono necessari per comprendere meglio quale possa essere il ruolo dello psicologo nella cura (ad esempio, la letteratura scientifica evidenzia come i trattamenti psicologici di diversi disturbi mentali, tra cui la depressione, abbiano migliori costi-

benefici rispetto ad alcuni trattamenti medici standard; Doran 2013), ma soprattutto nella promozione del benessere.

Bibliografia

Doran, C. M. (2013). *The costs and benefits of interventions in the area of mental health: a rapid review*. An Evidence Check review brokered by the Sax Institute for the Mental Health Commission of NSW. Sax Institute: Haymarket.

Dupuy H.J. (1984). The Psychological General Well-Being (PGWB) index. In N.K. Wenger, M.E. Mattson, C. D. Furberg, J. Elinson (Eds.), *Assessment of quality of life in clinical trials of cardiovascular therapies* (pp. 170-183). New York: LeJacq Publishing.

Gremigni P., Stewart-Brown S.L. (2011). Measuring mental well-being: Italian validation of the Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS). *Giornale italiano di psicologia*, 2: 485-508. DOI: [10.1421/35174](https://doi.org/10.1421/35174)

Grossi E., Groth N., Mosconi P., Cerutti R., Pace F., Compare A., Apolone, G. (2006). Development and validation of the short version of the Psychological General Well-Being Index (PGWB-S). *Health and quality of life outcomes*, 4:88. DOI: [10.1186/1477-7525-4-88](https://doi.org/10.1186/1477-7525-4-88)

Il Sole 24 Ore (2019). *Qualità della vita 1990-2019*. <https://www.ilsole24ore.com/ebook/sfogliabile/qualita-vita-1990-2019-ACrJTo6>

Tennant R., Hiller L., Fishwick R., Platt S., Joseph S., Weich S., Parkinson J., Secker J., & Stewart-Brown S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1): 63. DOI: [10.1186/1477-7525-5-63](https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63)

World Health Organization (1998). *World Health Organization Info Package: Mastering Depression in Primary Care*. Fredriksborg: WHO, Regional Office of Europe, Psychiatric Research Unit.