



Universal Preventive Resilience Intervention Globally implemented  
in schools to improve and promote mental Health for Teenagers

## PROGETTO UPRIGHT

### SCHEDA INFORMATIVA PER FAMIGLIE E STUDENTI

#### Introduzione

L'Istituto Scolastico frequentato da suo/a figlio/a ha aderito ad un progetto europeo di ricerca, UPRIGHT, che si svolge in parallelo in 5 siti europei: Italia, Polonia, Spagna, Danimarca e Islanda.

In Italia il progetto è condotto da ricercatori della Fondazione Bruno Kessler (FBK-Trento). Il progetto prevede la realizzazione di interventi psicoeducativi per la promozione della resilienza mentale<sup>1</sup> degli studenti delle classi di seconda media della Provincia Autonoma di Trento.

Lei e suo/a figlio/a siete invitati a partecipare al programma di formazione previsto, per acquisire competenze sulla resilienza, e alle fasi di valutazione del progetto UPRIGHT.

#### Finalità

L'intervento UPRIGHT è diretto ai ragazzi della fascia d'età 12-14 anni, poiché questa è una fase critica per la crescita personale. Il programma UPRIGHT mira a formare adolescenti, famiglie e docenti rispetto a competenze di resilienza (ad esempio strategie di gestione delle difficoltà e dello stress, competenze relazionali, emotive e di autoregolazione, competenze comunicative, strumenti per migliorare l'autoefficacia). Promuovere la resilienza può favorire il benessere e prevenire, a lungo termine, il disagio mentale. Sia le famiglie che i ragazzi svolgono un ruolo chiave nella valutazione di questo processo.

#### Perché siamo stati scelti per partecipare?

La scuola frequentata da suo/a figlio/a ha aderito al progetto e beneficerà, quindi, di tutto il programma UPRIGHT. Tutte le famiglie delle classi seconde sono invitate a partecipare al progetto per contribuire ad attuare interventi di promozione della resilienza anche al di fuori del contesto scolastico. Se accetta di partecipare, Le saranno messi a disposizione dei materiali, che saranno erogati attraverso una piattaforma online di coaching virtuale, cui potrà accedere quando desidera, a seconda della sua disponibilità di tempo. Sarà inoltre invitato/a a partecipare a delle sessioni formative tenute dal personale di FBK.

---

<sup>1</sup> La resilienza può essere definita come la capacità di reagire, riadattarsi e ricostruirsi a fronte delle difficoltà.



This document is part of a project that has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 754919. The information reflects only the authors' view and the European Commission is not responsible for any use that may be made of the information it contains.

### Cosa comporta partecipare allo studio?

La partecipazione Sua e di suo/a figlio/a allo studio comporta: 1) la firma, da parte Sua, del consenso al trattamento dei dati; 2) la possibilità di partecipare insieme ad altri genitori ad alcune sessioni formative tenute dai ricercatori (psicologi) di FBK 3) la compilazione di 3 questionari di valutazione del progetto UPRIGHT da parte Sua e di suo/a figlio/a: uno adesso, uno a fine anno e uno tra 6-12 mesi 4) l'attuazione di interventi per la promozione della resilienza nel contesto familiare.

La formazione ha l'obiettivo di migliorare il benessere dei familiari e di fornire loro le competenze di resilienza individuale e sociale previste dal programma UPRIGHT, affinché possano realizzare piccoli interventi per lo sviluppo di competenze che aiutino i ragazzi ad affrontare le difficoltà e le sfide dell'adolescenza. Parallelamente alla formazione per i familiari, sarà erogata una formazione ai docenti, per agire in ottica sistemica ed aumentare l'efficacia dell'intero progetto.

Tra ottobre e giugno, avrà la possibilità di partecipare ad una serie di attività formative gratuite in aula basate su metodologie efficaci, toccando le seguenti componenti: strategie di coping, auto-efficacia, competenze socio emotive e mindfulness. Le saranno inoltre messi a disposizione materiali, attraverso una piattaforma online dedicata al progetto, cui potrà accedere ogni volta che desidera.

Tra gennaio e giugno, potrà mettere a frutto le competenze maturate, con i suoi figli/e. Parallelamente, i docenti realizzeranno a scuola degli interventi di promozione della resilienza, in linea con la formazione che anch'essi riceveranno.

Prima e dopo la formazione, verrà chiesto a Lei e a suo/a figlio/a di compilare dei questionari per valutare il vostro benessere, la resilienza, lo stress percepito, la coesione familiare, la flessibilità e il clima scolastico. Ciò allo scopo di verificare l'efficacia del percorso svolto.

### La partecipazione è volontaria?

La partecipazione è su base volontaria. Potrà interrompere in ogni momento e senza fornire alcuna giustificazione la partecipazione Sua e/o di suo/a figlio/a a, contattando un membro del gruppo di ricerca.

Le verrà chiesto di leggere questa scheda informativa e un modulo di consenso e di dichiarare formalmente la Sua disponibilità a partecipare e/o a far partecipare suo figlio/a a tutte le attività legate alla valutazione del progetto.

### Come saranno utilizzati i dati che forniremo?

Le risposte verranno confrontate per gli scopi di ricerca del progetto. L'obiettivo è ottenere una valutazione complessiva dell'efficacia del programma formativo UPRIGHT. Le informazioni raccolte durante la valutazione saranno trattate soltanto nella misura in cui sono indispensabili in relazione all'obiettivo del progetto. I dati raccolti durante le fasi di valutazione del programma, saranno trattati mediante strumenti anche elettronici e verranno codificati con pseudonimo, diffusi in forma anonima ed aggregata per pubblicazioni scientifiche, convegni scientifici ed altri mezzi di divulgazione dei risultati del progetto di ricerca. I dati raccolti presso i siti pilota saranno trasmessi al coordinatore di progetto (organizzazione Kronikgune, Paesi Baschi), che agisce nel rispetto del GDPR - Regolamento UE 2016/679.



### I dati che forniremo saranno trattati in modo sicuro?

Sì, perché le informazioni fornite saranno protette, non saranno condivise al di fuori del gruppo di ricerca e saranno trattate in modo confidenziale. Ciò significa che solo le persone autorizzate dal progetto UPRIGHT possono ottenere l'accesso ai dati e nessun altro. Per proteggere questi dati, verrà assegnato un codice ad ogni partecipante, così le risposte date rimarranno legate solo ad uno pseudonimo.

### Quali sono i possibili svantaggi nel partecipare?

Non ci sono svantaggi nel partecipare al progetto, a parte il tempo richiesto per compilare i questionari (circa 10 minuti). Ad ogni modo, nel caso in cui Lei e/o suo/a figlio/a dovessero esprimere un qualunque malessere, non esiti a contattare il docente di riferimento o il responsabile di progetto.

### Quali sono i possibili benefici?

Lei e suo/a figlio/a contribuiranno a valutare l'intervento UPRIGHT. La vostra partecipazione potrà quindi avere ricadute positive sul Suo benessere, su quello della Sua famiglia e sul senso di partecipazione alla vita della comunità e sociale. Docenti, famiglie e comunità, in senso più ampio, potranno usufruire di materiali formativi, grazie all'accesso gratuito alla piattaforma web online di UPRIGHT.

### Dovrò sostenere spese aggiuntive?

No, la partecipazione al progetto non comporta alcuna spesa.

### Chi posso contattare per ricevere ulteriori informazioni o supporto?

Nel caso avesse bisogno di informazioni o chiarimenti in merito al progetto, può contattare la responsabile del progetto UPRIGHT in Trentino:

Nome: Silvia Gabrielli

Telefono: 0461 312477

Email: [sgabrielli@fbk.eu](mailto:sgabrielli@fbk.eu)

