

METODOLOGIA SPIRAL

Descrizione delle 8 famiglie e delle 60 componenti del Benessere di tutti

1- otto famiglie

Criteri individuali, correlate alla persona che li esprime		Criteri relativi alla società, con un valore collettivo	
A	Accesso alle risorse essenziali	B	Ambiente e Territorio
	Criteri di benessere / malessere specifici della persona che li esprime e relativi a elementi materiali che sono essenziali per la sua vita		Well-being/ill-being criteria relating to the physical environment impacting on the well-being/ill-being of all
D	Relazioni personali	C	Relazioni tra e con le organizzazioni
	Criteri di benessere / malessere relativi ai rapporti individuali (con la famiglia, gli amici, le persone in generale, ecc)		Criteri di benessere / malessere riguardanti i rapporti, la comunicazione e il contesto istituzionale, organizzativo e politico (le istituzioni pubbliche e le organizzazioni private)
F	Equilibri personali	E	Equilibri sociali
	Criteri di benessere / malessere relativi ad equilibri interni (fisico, psicologico, organizzativo, relazionale, ecc) che si riferiscono alla sfera personale di colui che si esprime;		Criteri di benessere / malessere relativi agli equilibri che caratterizzano la società in cui la persona vive a più livelli (quartiere, regione, nazione, mondo, aree culturali, generazioni, paesaggio, ecc)
G	Sentimenti di malessere / benessere		
	Criteria specific to the person concerned expressing a feeling of ill-being or well-being in general and not relating to a family already described		
H	Attitudini ed iniziative		
	Criteri di benessere / malessere relativi al compiere azioni, avere attitudini, svolgere iniziative in forma individuale o collettiva;		

2- 60 componenti

A00 Accesso alle risorse essenziali

Accesso/ qualità alle risorse in generale, essere ricco, povero

A01 Alimentazione

Accesso al cibo, all'acqua, accesso alle modalità di alimentazione (salutare, di qualità, ecc...), qualità del cibo in generale

A02 Medicinali e cure

Accesso all'assistenza sanitaria, tipologie ed esigenze di cure, chirurgie, qualità del sistema sanitario

A03 Alloggio

Accesso ad una casa, accesso ai servizi igienici, accesso al servizio di acquedotto, energia elettrica, riscaldamento, isolamento, riparo dalle intemperie;

A04 Vestiario / cura del corpo

Accesso all'abbigliamento, accesso alle cure del corpo (trucco, estetica, ecc...) qualità dei prodotti e servizi, apparenza fisica

A05 Educazione / formazione

Accesso al sistema educativo, accesso alla scuola, accesso alla formazione professionale, qualità del sistema scolastico, educativo e formativo

A06 Occupazione / lavoro

Accesso all'occupazione, essere disoccupato, salario /stipendio, tipologie contrattuali, tempo di lavoro, qualità del posto di lavoro, stabilità / precarietà.

A07 Intrattenimento / cultura / sport

Accesso alle attività di intrattenimento, vacanze, relax, sport, cultura, lettura, cinema, musica, viaggi, accesso al tempo libero (costi, disponibilità, qualità)

A08 Potere di acquisto /accesso al credito

Accesso al sistema bancario, essere debitori, creditori, investimenti, disponibilità, garanzie finanziarie, potere d'acquisto

A09 Servizi e assistenza alla persona

Accesso all'assistenza material e , assistenza a domicilio, accesso ai servizi sociali e di sostegno all'inclusione

A10 Mobilità

Accesso al trasporto pubblico e privato, avere un mezzo, intermodalità, costi, qualità

A11 Informazione / Media

Accesso all'informazione , ai diversi media, accesso alla banda larga,

B00 Ambiente e territorio (locale)

Isolamento, qualità del quartiere / ambiente circostante, ambiente in generale;

B01 Pulizia /inquinamento /rumore

Inquinamento (aria, acqua, acustico, ecc...), sporcizia, rifiuti, salute e ambiente, traffico

B02 Infrastrutture e servizi di base

Qualità, manutenzione e accessibilità strade, ferrovie, piste ciclabili, acquedotti , fogne, sicurezza delle strade, parcheggi, reti di comunicazione, edifici, urbanistica

B03 Infrastrutture di servizio

Negozi, uffici pubblici, uffici postali, banche, ospedali, scuole, luoghi di culto, centri di accoglienza, asili nido, servizi locali, stazioni, aeroporti, porti;

B04 Luoghi di incontro e di svago

Parchi , luoghi pubblici, aree comuni, campi di gioco, strutture sportive, luoghi di incontro e scambio

B05 Meteo e fenomeni climatici

Clima, temperatura, fenomeni naturali

B06 Habitat e paesaggio

Contatto con la natura, aree verdi, boschi, camapgna, montagne, fiumi, tutela e manutenzione del paesaggio;

B07 Modi di produzione e di lavoro

Pratiche agricole, pratiche industriali, condizioni di lavoro, materiale per il lavoro

D Relazioni personali	C Relazioni con e tra le organizzazioni
D00 Relazioni personali in generale	C00 Relazioni con e tra le organizzazioni
<i>Avere relazioni, essere solo, sentirsi tradito, apprezzato, ascoltato, compreso, aiutato; essere amato, essere in buona compagnia, avere conflitti, dispute, ecc..., salute dei propri cari, attività/ tempo con i propri cari</i>	<i>Esistenza, qualità e tipologia di governo, istituzioni in generale, soggetti del mondo economico 7 produttivo in generale, sistema politico</i>
D01 Vita di coppia, vita sentimentale /sessuale	C01 Diritti fondamentali
<i>Avere relazioni sentimentali / sessuali, avere un partner, essere sposato, dinamiche di coppia, infedeltà / fedeltà, qualità della propria vita sessuale /sentimentale, salute del proprio compagno / coniuge, attività/ tempo con il proprio compagno / coniuge</i>	<i>Diritti umani, diritti sociali, stato di diritto, essere riconosciuti come soggetti di diritto, libertà di espressione, diritto di sciopero, di manifestare, libertà di culto, etc...</i>
D02 Vita di famiglia / relazioni familiari	C02 Funzionamento della giustizia
<i>Avere una famiglia, genitori, vita di famiglia, essere vicini / lontani alla propria famiglia, avere un figlio, salute dei membri della famiglia, conflitti in famiglia, atmosfera familiare, qualità dei legami, attività/ tempoin famiglia</i>	<i>Subire giustizia / ingiustizia, rispetto delle leggi, regolamenti, tribunali, giudici, avvocati, prigionieri, sanzioni, agenti di polizia, servizi di sicurezza, pratiche legali.</i>
D03 Amicizia / relazioni con gli amici	C03 Democrazia
<i>Avere amici, fiducia, dinamiche amicali, qualità delle relazioni amicali, salute dei propri amici, attività/ tempo trascorso con gli amici</i>	<i>Funzionamento degli istituti democratici, partecipazione, dialogo tra cittadini e governo, dialogo tra cittadini e istituzioni economiche, dinamiche sindacali, gerarchie</i>
D04 Relazioni con il vicinato	C04 Trasparenza / comunicazione
<i>Avere relazioni / contatti con i propri vicini, conflitti con i vicini, tempo trascorso con i vicini, qualità del vicinato</i>	<i>Comunicazione da parte di istituzioni pubbliche e private, coerenza della comunicazione, livello di accesso all'informazione, libertà di stampa integrità, qualità e comportamento dei media, trasparenza delle organizzazioni pubbliche e private.</i>
D05 Relazioni nel luogo di attività prevalente	C05 Organizzazione, gestione, finanze
<i>Relazioni con il datore di lavoro, colleghi, relazioni gerarchiche; qualità delle relazioni a lavoro, relazioni a scuola, con gli insegnanti, con i compagni</i>	<i>Gestione e organizzazione della cosa pubblica, fondi pubblici, semplificazione , tasse, corruzione, burocrazia, qualità del servizio pubblico, organizzazione e gestione delle organizzazioni private, sprechi, rapporti di potere.</i>
D06 Relazioni con gli animali	C06 Accesso, informazioni e contatti
<i>Avere un cucciolo, sentimenti per gli animali, dinamica del rapporto con gli animali.</i>	<i>Accoglienza, accesso alle informazioni, relazioni e ascolto da parte dei funzionari pubblici e degli operatori del privato, forme di accesso ai servizi e all'informazione, qualità delle relazioni con gli utenti / consumatori</i>

F	Equilibri personali	E	Equilibri sociali
F00	Equilibri personali	E00	Equilibri sociali generali
	<i>Avere una vita equilibrata in generale, sentiment di essere sè stessi / essere perduti</i>		<i>Felicità e tristezza nel mondo, coesione sociale, equilibrio generale nella società, progresso sociale, fiducia, capitale sociale</i>
F01	Equilibrio fisico e stato di salute	E01	Affermazione e trasmissione di valori e identità
	<i>Buona o cattiva salute, malattia, sonno, riposo / stanchezza, obesità, dipendenze, disordini mentali (depressioni, anoressia, etc) malattia mentale.</i>		<i>Affermazione e trasmissione di valori fondamentali (amore, famiglia, amicizia), etica, educazione ai valori, consapevolezza delle identità (culturali, lingua, tradizioni, religione), senso di cittadinanza e di appartenenza, estremismi</i>
F02	Autonomia, libertà, indipendenza	E02	Cortesia, rispetto e tolleranza
	<i>Libertà di pensiero, di scelta, di azione, autonomia / disabilità, abilità fisica, facoltà mentali</i>		<i>Razzismo, pregiudizio, arroganza, ipocrisia, senso di superiorità, aggressività verbale, tolleranza, rispetto reciproco (tra individui, culture e generazioni), accettazione degli altri, gentilezza, civismo</i>
F03	Gestione del tempo ed equilibrio tra le attività	E03	Solidarietà, condivisione e trasmissioni di conoscenza e risorse
	<i>Avere del tempo, avere troppo da fare, uso del tempo, organizzazione del tempo, routine giornaliera, equilibrio / disequilibrio nella gestione delle attività</i>		<i>indifferenza, individualismo, gelosia, ascolto e dialogo reciproco, aiuto reciproco, altruismo, generosità, scambio, condivisione (idee, lavoro, ricchezza, responsabilità, condivisione e trasmissione intergenerazionali</i>
F04	Equilibrio mentale / emozionale	E04	Mescolanza sociale / culturale / segregazione
	<i>sconforto, entusiasmo, umore, motivazione, sapere / non sapere gestire le emozioni, non accettarsi.</i>		<i>Ghettizzazione , segregazione cultural e ed etnica, promiscuità sessuale, scambi inter-culturali, apertura culturale, classificazioni sociali, barriere sociali / culturali</i>
F05	Spiritualità e religione	E05	Equilibri economici
	<i>Credo personale, preghiera, pratiche religiose</i>		<i>Sistema economico, pensiero economico, crisi finanziaria ed economica; patrimoni pubblici e privati, crescita, consumo, piena occupazione, inflazione, disparità tra aree del paese.</i>
F06	Equilibrio nei rapporti con la società	E06	Equilibri demografici
	<i>Sentimenti nei confronti degli altri, punto di vista degli altri, status sociale, capacità di esprimersi in pubblico, carisma, timidezza, competizione</i>		<i>Ricambio generazionale, sovrappopolamento, tasso di nascita, densità demografica, controllo delle nascite.</i>
F07	Sviluppo personale	E07	Equità e mobilità sociale
	<i>Riuscita personale; successo / fallimento, opportunità di crescita, creatività, sentimenti riguardanti progetti e aspettative</i>		<i>Mobilità sociale, pari opportunità, giustizia sociale, discriminazione di classe, genere, razza, religione.</i>
		E08	Inclusione /esclusione
			<i>Essere esclusi, essere integrati, accettati, riconosciuti, emarginazione</i>
		E09	Violenza / pace / sicurezza

Pace, sicurezza, protection, kinship /war, violence, conflict, crime

E10 Relazioni tra la società e l'ambiente

Comportamenti che distruggono / tutelano il patrimonio ambientale, azioni collettive per l'ambiente, coscienza ecologica, consumo del suolo, consumo delle risorse naturali

E11 Progresso tecnico e scientifico

Ricerca medica e scientifica, innovazione tecnica e scientifica, bioetica, idee di progresso scientifico

G Sentimenti di benessere / malessere

G00 Sentimenti di benessere / malessere in generale

Sentimenti legati al benessere e malessere in generale

G01 Stima / vergogna

piacersi, autostima, fiducia in sé stessi, immagine di sé stessi

G02 Soddisfazione / frustrazione

Delusione, rimpianto, rimorsi, soddisfazione, frustrazione

G03 Serenità / paura

Pace dei sensi, calma, paura, angoscia, inquietudine

G04 Stress / preoccupazioni

Tranquillità, eccesso di responsabilità, stress, pressione, rilassamento, preoccupazioni, spensieratezza

G05 Gioia / tristezza

Piangere, ridere, essere tristi, contenti

H Attitudini e iniziative

H00 Attitudini e iniziative in generale

Pensiero positivo, attitudine generale verso la vita, pazienza, ottimismo / pessimismo.

H01 Lavoro su sé stessi / rispetto di sé stessi

Accettarsi, confrontarsi, imparare, smettere di fumare, bere, drogarsi, ecc... , prendersi cura di sé, avere uno stile di vita salutare, prendere tempo.

H02 Attività personali ed iniziative private

Fare progetti, inseguire, realizzare sogni, creare, sviluppare, lavorare, fare del proprio meglio, viaggiare, cambiare vita.

H03 Essere socievoli

Attitudine verso gli altri, cortesia, socievolezza, comunicare, litigare, essere tolleranti, essere gentili, ispirare fiducia

H04 Incontrare / ascoltare / aiutare

Aiutare, essere di sostegno, ascoltare gli altri prendersi cura degli altri, dedicare del tempo agli altri, dare, condividere con gli altri

H05 Responsabilità verso i beni comuni

Essere responsabile (con gli altri, in famiglia, con gli amici), rispettare la legge, rispettare le regole di convivenza per la sicurezza di tutti (limiti di velocità, rumore, ecc...) differenziare i rifiuti, dare l'esempio, rispettare l'ambiente

H06 Partecipare alla vita sociale / impegnarsi

Far parte di associazioni di volontariato, dare il proprio contributo per le giuste cause, essere un cittadino attivo, essere attivo in politica

H07 Dinamismo e azioni collettive

Sinergie collettive, movimenti e processi per la riflessione e l'azione comuni, lotte comuni, proposte di azione collettiva, tensione verso obiettivi comuni

