

LifeSkills Training Program Lombardia

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha individuato un nucleo fondamentale di abilità psico-sociali (Decision making, Problem solving, Creatività, Senso critico, Comunicazione efficace, Relazioni interpersonali, Autocoscienza, Empatia, Gestione delle emozioni, Gestione dello stress) che, indipendentemente dal contesto socio-culturale di riferimento, sono ritenute centrali nella promozione della salute. Si tratta delle life skills, definite come "...quelle competenze sociali e relazionali che permettono ai ragazzi di affrontare in modo efficace le esigenze della vita quotidiana, rapportandosi con fiducia a se stessi, agli altri e alla comunità...".

Nel panorama nazionale ed internazionale, le attività di prevenzione in ambito scolastico basate sul potenziamento delle life skills rappresentano uno degli approcci innovativi più efficaci per quanto riguarda l'intervento con gli studenti. Gli interventi basati sul potenziamento delle life skills si sono dimostrati efficaci nella promozione della salute e nella prevenzione di molti comportamenti a rischio, specie se rivolti a giovani in età evolutiva (ad es. studenti delle scuole primarie, secondarie di primo grado).

Il potenziamento delle life skills è anche uno strumento utile nell'attività didattica quotidiana perché consente ai docenti di sperimentare una metodologia di lavoro attivo e di costruire relazioni positive con gli studenti; allo stesso tempo, rinforzando la motivazione e l'autoconsapevolezza permette agli studenti di migliorare i propri apprendimenti e di interagire positivamente nei contesti formativi.

Il LifeSkills Training

Il LifeSkills Training program (LST) è un programma di prevenzione all'uso e abuso di sostanze validato scientificamente e dimostratosi capace di ridurre il rischio a lungo termine dell'uso/abuso di alcol, tabacco e droghe (ma anche violenza e bullismo).

Il programma è stato sviluppato negli Stati Uniti dal dott. Gilbert J. Botvin il quale sperimenta e verifica la validità del programma da oltre trent'anni e dal 2008 è stata avviato il suo adattamento per l'Italia.

Caratteristiche principali e aree di intervento

Il LifeSkills Training è un programma educativo-promozionale che si focalizza sulle capacità di resistenza all'adozione di comportamenti a rischio all'interno di un modello più generale di incremento delle abilità personali e sociali.

In particolare il programma agisce su:

- competenze personali, quali problem-solving, decision-making;
- abilità sociali, quali l'assertività o la capacità di rifiuto;
- percezioni e informazioni sulle sostanze.

Il programma mira ad aumentare nei soggetti le capacità di gestione delle sfide quotidiane e a favorire un maggior senso di controllo personale. A tal fine, ad esempio,

cerca di intervenire sui diversi fattori implicati nell'uso e abuso di sostanze, siano essi relativi alle influenze esterne (l'ambiente, i media, i pari, ecc.) e sia a fattori psicologici interni (ansia sociale, bassa autostima, propensione a ricercare emozioni forti, ecc.). L'azione su tali fattori rende possibile contrastare la motivazione delle persone ad usare droghe, ridurre la vulnerabilità e la suscettibilità alla pressione esterna e diminuire così il ricorso alle droghe.

Il programma LifeSkills Training si differenzia da altri programmi di prevenzione perché: si basa su evidenze scientifiche focalizzate sulle cause e i fattori determinanti il consumo di sostanze:

- ha un approccio comprensivo: non si focalizza solamente su un aspetto del problema dell'abuso di sostanze ma affronta tutti i più importanti fattori che conducono gli adolescenti ad utilizzare droghe, siano essi individuali o sociali;
- utilizza metodi efficaci per la promozione e il rinforzo delle abilità;
- è strutturato in unità di lavoro dettagliate e prevede l'utilizzo di manuali per la realizzazione del lavoro con gli studenti;
- è un programma longitudinale che prevede una sessione di base e due di rinforzo da realizzare complessivamente nel corso di 3 anni;
- la sua efficacia è stata studiata da diverse ricerche. Gli effetti preventivi sono stati riscontrati sia a breve (1 anno) che a lungo termine (3/7 anni).

Per maggiori informazioni: www.lifeskillstraining.com;
www.promozionesalute.regione.lombardia.it

LifeSkills Training in Lombardia

L'Ufficio Scolastico Regionale e la Regione Lombardia, nell'ambito del più ampio Accordo di collaborazione per lo sviluppo di attività di promozione della salute rivolte alle Scuole secondarie di primo grado, promuovono LST a livello territoriale attraverso gli Uffici Scolastici Territoriali e le ATS.

Per maggiori informazioni: www.scuolapromuovesalute.it

Destinatari e obiettivi specifici

STUDENTI

Accrescere il bagaglio di risorse personali (life skills) negli studenti delle scuole secondarie di primo grado, in quanto fondamentali fattori protettivi del consumo di sostanze

INSEGNANTI

Rinforzare le competenze educative degli insegnanti in tema di alcol e droghe (all'interno di un approccio globale al benessere delle persone) attraverso la realizzazione del LST

SCUOLA

Fornire alla Scuola strumenti di intervento validati coerenti con i principi ispiratori della rete di Scuole che Promuovono Salute (SPS) www.scuolapromuovesalute.it

La realizzazione del LST richiede alle Scuole:

- la formalizzazione da parte del Dirigente Scolastico dell'adesione al programma triennale prevedendo la realizzazione del programma in almeno il 75% delle classi prime
- la formazione dei docenti della Scuola da parte di operatori delle ATS per l'utilizzo del programma
- il coinvolgimento costante dei docenti nell'arco dei tre anni per realizzare le attività in classe
- la partecipazione dei docenti formati ai momenti di accompagnamento metodologico
- la partecipazione della Scuola alle attività di valutazione di processo e di efficacia previste dal programma

L'adesione a LST offre:

- la possibilità di sperimentare l'utilizzo di un programma di promozione della salute che ha dimostrato la sua efficacia preventiva
- la formazione e l'accompagnamento metodologico dei docenti da parte di personale specializzato dell'ATS di Milano città metropolitana.
- la disponibilità gratuita per le Scuole di materiale didattico e sussidi per docenti e studenti
- la condivisione della sperimentazione con tutte le altre scuole della regione aderenti
- il riconoscimento dell'aggiornamento dei docenti
- il riconoscimento da parte dell'USR dell'adesione della scuola

Operativamente:

- il Dirigente Scolastico aderisce formalmente al programma triennale e indica i nominativi dei docenti coinvolti
- i docenti individuati dalle Scuole partecipano ad un corso di formazione per ognuno dei tre anni, della durata indicativa di due giornate il primo anno e una giornata nel secondo e terzo anno, organizzati dalla ATS e dall'UST in ogni Provincia della Lombardia
- secondo le modalità definite al termine dei percorsi formativi, saranno avviati i lavori nelle classi rivolti agli studenti: sono previste 15 sessioni di lavoro per le classi prime (per un totale di 19 ore), 10 per le seconde (per un totale di 13 ore) e 9 per le terze (per un totale di 10 ore)
- nel corso dell'anno scolastico, saranno organizzati due/tre incontri di accompagnamento dei percorsi nelle singole scuole aderenti
- al termine di ogni unità di lavoro in classe i docenti coinvolti compilano una scheda di monitoraggio dell'attività utilizzando la piattaforma a loro riservata nel sito ORED- Lifeskills Training Lombardia

E' possibile aderire al programma LST entro l'8 luglio 2016 tramite Email

La richiesta deve contenere le seguenti informazioni:

- Nome del Dirigente Scolastico dell'Istituto
- Nome e recapiti telefonici e e-mail del docente delegato per il progetto
- Numero totale classi prime e numero totale dei docenti

La richiesta firmata dal dirigente deve essere inviata a:

ex ASL Milano	prevenzionespificica@ats-milano.it
ex ASL MI 1	PDuregon@ats-milano.it
ex ASL MI 2	ebertolini@ats-milano.it ameconi@ats-milano.it

Sarà cura di ogni referente territoriale ATS indicare eventuali ulteriori modalità di iscrizione ad esempio attraverso piattaforma digitale.

Per ulteriori informazione è possibile rivolgersi a:

ex ASL Milano	tel. 0285788091	Email: prevenzionespificica@ats-milano.it
ex ASL MI 1	tel.0331 498616	Email: PDuregon@ats-milano.it
ex ASL MI 2	tel. 0292654500/433	Email: ebertolini@ats-milano.it ameconi@ats-milano.it