

## **Anno Scolastico 2023 – 2024**

# **Programmi di promozione della salute e prevenzione dei comportamenti a rischio**

**per le**

**SCUOLE PRIMARIE E  
SECONDARIE DI PRIMO GRADO**

## INDICE

<u>PREMESSA</u>	<u>pag. 3</u>
<u>SINTESI DELL'OFFERTA FORMATIVA 2023-2024</u>	<u>pag. 4</u>
<u>LIFE SKILLS TRAINING PRIMARIA</u>	<u>pag. 7</u>
<u>Corsi di formazione LST per docenti primaria</u>	<u>pag. 8</u>
<u>LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM SECONDARIA</u>	<u>pag. 9</u>
<u>Corsi di formazione LST per docenti secondaria</u>	<u>pag. 10</u>
<u>LIFE SKILLS: SPAZIO AI GENITORI</u>	<u>pag. 14</u>
<u>CONSULENZA per situazioni di criticità connesse alla presenza di sostanze</u>	<u>pag. 16</u>

## PREMESSA

Il periodo storico attuale e gli accadimenti che lo hanno caratterizzato, come l'emergenza sanitaria da Covid-19 e l'emergenza bellica, hanno determinato uno stato di continua e costante attivazione emotiva in adulti e ragazzi. Diverse ricerche sullo stato di benessere della popolazione minorenne evidenziano alti livelli di stress psicologico, problematiche di ansia, depressione, difficoltà di regolazione emotiva e vissuti di solitudine, paura, tensione, rabbia, stanchezza e confusione (*Atlante dell'infanzia - a rischio - in Italia 2022*).

La sorveglianza HBSC, condotta in Italia nel 2022 sui **ragazzi di 11, 13, 15 e 17 anni**, evidenzia una **diminuzione del benessere psicofisico percepito** e un aumento della presenza di sintomi psicosomatici. In Lombardia, meno del 45% delle ragazze e meno del 70% dei ragazzi, riporta un buon livello di benessere psicologico. In linea con questa percezione di malessere, è stata rilevata una significativa assunzione di psicofarmaci tra i minori, anche senza prescrizione medica, legata alle motivazioni di voler star meglio con sé stessi o di migliorare il proprio rendimento scolastico (indagine ESPAD Italia 2021).

Rispetto alla **sfera scolastica**, confrontando i dati HBSC del 2018 con quelli del 2022, si evidenzia un **aumento del livello di stress percepito**, che riguarda ben il 58% degli studenti Italiani e il 60% di quelli Lombardi. Nel corso degli anni, si riscontra inoltre una **diminuzione del gradimento per la scuola e un peggioramento del rapporto tra studenti e docenti**. Nel 2022, il 70% dei ragazzi percepisce di sentirsi accettato dai propri insegnanti, ma solo il 50% sente che gli stessi siano anche interessati a loro. Inoltre, solo il 55% degli intervistati, riferisce di fidarsi molto del proprio corpo insegnanti. Per tutti gli indicatori riportati le percentuali si riducono progressivamente con l'aumento dell'età; le maggiori criticità riguardano i ragazzi più grandi. I rapporti con i pari, che specialmente in adolescenza hanno ripercussioni importanti sul benessere personale e sul rendimento scolastico, appaiono meno compromessi rispetto a quelli con gli insegnanti, ma si evidenziano comunque alcune criticità per i 15enni, soprattutto rispetto alla percezione di non essere accettati dai compagni (37%).

Alla luce della situazione messa a fuoco dalle ricerche emerge **forte il bisogno di trovare strategie in grado di favorire il benessere psico-fisico e le relazioni interpersonali degli studenti** anche nel contesto scolastico, dove passano gran parte del loro tempo, al fine di garantire un clima di crescita e di apprendimento fruttuoso e prevenire i comportamenti a rischio.

Le buone relazioni e un clima positivo in classe sono, ora più che mai, alla base di una didattica efficace e in grado di supportare il singolo e il gruppo classe, non solo nell'acquisizione di nozioni e nello sviluppo di capacità cognitive, ma anche nello sviluppo di capacità relazionali e sociali che permettono di fare fronte alle varie situazioni della vita. Si pone quindi il tema dello **sviluppo delle competenze per l'apprendimento**, dove le capacità chiave alla base della didattica si sovrappongono, rafforzandosi, alle **competenze e alle abilità di vita (life skills)**, al cui sviluppo mirano i programmi di promozione della salute.

I programmi di *life skills education* costituiscono un'importante risorsa che stimola la resilienza, aiuta i docenti e gli studenti a fare leva, sviluppare e potenziare abilità e competenze di vita che consentono loro di affrontare in modo costruttivo le sfide quotidiane.

## SINTESI DELL'OFFERTA FORMATIVA 2023-2024

L'offerta formativa prevede tre progetti e la consulenza ad hoc su richieste specifiche.

1. **LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM Scuola Primaria:** programma **di durata triennale**, copre il ciclo dalla classe terza alla quinta. Prevede la realizzazione da parte dei docenti della classe di attività con gli studenti. I docenti ricevono un'adeguata formazione da parte di formatori esperti (docenti ed operatori dei servizi pubblici) e tutto il materiale necessario alla realizzazione delle attività con gli studenti.

### PROGRAMMA LIFE SKILLS TRAINING SCUOLA PRIMARIA

Target: studenti dalla classe terza alla classe quinta della scuola primaria.

Le nuove scuole aderenti al programma inizieranno dalle classi terze.

Strategia generale: i **docenti (adeguatamente formati da docenti esperti e operatori dei servizi socio-sanitari) svilupperanno le attività del programma in classe con gli studenti.**

Durata: triennale.

Classi coinvolgibili: nell'anno scolastico 2023-2024, le classi terze per le scuole che aderiscono per il primo anno. Anche le classi quarte e quinte per le scuole che hanno aderito rispettivamente dall'anno 2022-2023 e 2021-2022.

Tematiche trattate: pensiero critico, capacità decisionali, problem solving, capacità di comunicazione efficace, assertività, capacità relazionali, auto-consapevolezza, empatia, gestione delle emozioni e dello stress.

Criteri per l'adesione: **formazione e partecipazione attiva del team dei docenti di classe al completo.**

Valutazione del progetto: **scheda di monitoraggio** alla fine di ogni sessione preventiva svolta in classe.

2. **LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM (LST) scuola secondaria di I° grado:** programma **validato, la cui efficacia è stata dimostrata anche nelle scuole della Lombardia.** È un programma triennale che copre tutto il ciclo della scuola secondaria di I°. Prevede la realizzazione da parte dei docenti della classe di attività con gli studenti. I docenti ricevono un'adeguata formazione da parte formatori esperti (operatori dei servizi pubblici e privati) e tutto il materiale necessario alla realizzazione delle attività con gli studenti.

### PROGRAMMA LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM SCUOLA SECONDARIA

Target: studenti di tutto il ciclo delle Scuole Secondarie di primo grado.

Strategia generale: i **docenti (adeguatamente formati da formatori dei servizi socio sanitari pubblici e privati) implementano le attività del programma in classe con gli studenti e partecipano ad un incontro di accompagnamento** durante l'anno.

Durata: triennale.

Tematiche trattate: pensiero critico e creativo, capacità decisionali, *problem solving*, capacità di comunicazione efficace, capacità relazionali, auto-consapevolezza, empatia, gestione dell'ansia e della rabbia, credo normativo.

Criteri per l'adesione: è consigliata la partecipazione di almeno il 75% delle classi prime e di almeno **2 docenti per consiglio di classe.**

Valutazione del progetto: **scheda di monitoraggio** alla fine di ogni sessione preventiva svolta in classe.

3. **LIFE SKILLS - Spazio ai GENITORI (secondaria di I° grado):** percorso formativo di tre incontri per genitori delle scuole aderenti a LST (ma realizzabile a richiesta anche in altri Istituti). Il progetto è realizzato in collaborazione con ASSOCIAZIONE ATENA.

#### **LIFE SKILLS: SPAZIO AI GENITORI!**

Percorso formativo per genitori degli studenti delle **scuole secondarie di primo grado** che partecipano al programma Life Skills Training Program (ma attivabile a richiesta anche da Istituti non aderenti), finalizzato a supportare le capacità genitoriali, fornendo ai genitori l'opportunità di sperimentare in prima persona alcune attivazioni del programma LST.

Durata: tre incontri di due ore.

4. **CONSULENZA su richiesta**

#### **CONSULENZA per situazioni di criticità connesse alla presenza di sostanze psicoattive (alcol e droghe) – per la scuola secondaria di primo grado**

Attivazione a richiesta di un intervento di consulenza e supporto per la gestione di criticità legate alla presenza di alcol e sostanze psicoattive a scuola: consumo di stupefacenti all'interno e o nelle immediate vicinanze della scuola, spaccio di stupefacenti, abuso di alcolici da parte degli studenti, segnalazioni di criticità di questa natura da parte dei genitori, ....

## **Programmi di sviluppo delle Abilità di Vita – Life Skills**

Il Life Skills Training Program (LST) è un **programma di prevenzione validato e sottoposto ad un'ulteriore valutazione di efficacia sul territorio della Regione Lombardia**, che ha dimostrato la sua capacità di migliorare le abilità di vita e ridurre i comportamenti di consumo di tabacco, alcol e stupefacenti.

La valutazione dei risultati di LST scuola secondaria ha infatti evidenziato differenze significative tra gli studenti coinvolti nei programmi e quelli non coinvolti. Nello specifico, gli studenti coinvolti:

- consumano in misura minore tabacco (meno 41% in 1° media), alcol (meno 21% in 1° media) e sostanze stupefacenti;
- esprimono migliori capacità assertive e comunicative;
- possiedono un migliore senso critico, una maggiore capacità di resistere ai condizionamenti esterni e alle pressioni del gruppo dei pari;
- dichiarano un maggior benessere generale.

Si è anche evidenziato, per le classi coinvolte, un generale **miglioramento nel clima di classe e nelle relazioni tra studenti e docenti e tra studenti, con effetti positivi sulla didattica e sul rendimento scolastico**.

LST fornisce ai docenti gli **strumenti per contribuire allo sviluppo delle Life Skills degli studenti**:

- la capacità di riconoscere e gestire le emozioni, l'ansia e la rabbia;
- la capacità di risolvere i problemi e affrontare le situazioni nuove e difficili;
- il pensiero critico;
- le abilità sociali, comunicative e relazionali, l'assertività e la capacità di gestire i conflitti;
- la capacità di prendere decisioni.

**LA PARTECIPAZIONE AI PROGETTI È COMPLETAMENTE GRATUITA:**

Formazione docenti, accompagnamento, materiali, consulenza non prevedono costi per la scuola.

L'adesione ai progetti LSTP è significativa solo se è finalizzata all'implementazione del progetto a scuola e se prevede il coinvolgimento e l'adesione dell'Istituto scolastico nel suo complesso.

**E' QUINDI INDISPENSABILE CHE LA PARTECIPAZIONE SIA CONCORDATA E SOSTENUTA DAL DIRIGENTE SCOLASTICO E DAGLI ORGANI COLLEGIALI DELLA SCUOLA**

**PER INFORMAZIONI E ADESIONI:**

ATS BG – Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria  
Struttura Semplice Prevenzione delle Dipendenze

Tel: 035 2270 519  
e-mail: [promozione.dips@ats-bg.it](mailto:promozione.dips@ats-bg.it)  
sito: <https://www.ats-bg.it/scuola>

Dr. Emilio Maino  
e-mail: [emilio.maino@ats-bg.it](mailto:emilio.maino@ats-bg.it)



## LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM - SCUOLA PRIMARIA

Dall'anno scolastico 2021-2022, dopo un percorso regionale di adattamento e sperimentazione del programma, è disponibile il programma Life Skills Training Primaria, che si rivolge alle classi III, IV e V della scuola primaria. Il programma prevede un percorso triennale che inizia necessariamente dalle classi terze.

Il *Life Skills Training Program* primaria è un programma educativo di prevenzione dei comportamenti a rischio che si basa sullo sviluppo e il potenziamento delle abilità personali e sociali. Mira ad aumentare negli studenti le capacità di gestione delle naturali sfide quotidiane legate al percorso di crescita e a favorire un maggior senso di controllo personale.

Il corso di formazione offre ai docenti gli strumenti conoscitivi, tecnici e metodologici per implementare il programma durante le ore curriculare e da integrare nelle lezioni curricolari.

**Il programma è di durata triennale e il percorso formativo per i docenti è articolato in tre anni consecutivi. Sono previste 8 unità di lavoro in classe per ognuno dei tre anni scolastici.**

## UNITÀ E TEMATICHE DI LAVORO IN CLASSE

UNITÀ	1° anno (3° primaria)	2° anno (4° primaria)	3° anno (5° primaria)
1. Autostima	Le cose che so fare	Essere unici	Ho fatto goal!
2. Prendere decisioni	Fa' la cosa giusta!	Cosa mi influenza?	Scegliere bene per stare bene
3. Pubblicità e pensiero critico	Sarà vero?	Consumatori consapevoli?	Ho fatto goal!
4. Gestione delle emozioni	Gestione delle emozioni: le cose che sento	Sano e non sano: questione di abitudini	Abitudini non sane: tabacco e alcol
5. Gestione dello stress	Cosa posso fare per calmarmi	Stress: buono o cattivo?	Organizzo il mio tempo
6. Abilità comunicative	Le parole per dire come sto	Comunicare senza parole	Imparo ad ascoltare
7. Abilità sociali	Essere amici	Stare bene con gli amici	Litigare bene
8. Assertività	Come dire di «no»	Farsi valere	Dico come la penso
<b>TOTALE ore in classe (3 ore per Unità)</b>	<b>24 h</b>	<b>24 h</b>	<b>24 h</b>

## **Corsi di Formazione Life Skills Training Program per docenti della scuola primaria**

**Iscrizioni entro il 31 Luglio 2023 (¹)**

### **N.B.**

I **formatori** di tutti i corsi sono operatori dei servizi socio-sanitari pubblici e docenti esperti accreditati da Regione Lombardia come formatori LSTP.

Tutti i corsi saranno in presenza.

**Per i docenti è obbligatoria, ai fini dell'acquisizione dell'abilitazione allo svolgimento in classe dei programmi preventivi e del relativo attestato di partecipazione,  
LA PRESENZA AD ALMENO IL 90% DELLE ORE FORMATIVE PREVISTE.**

### **LST primaria – classi terze**

**Destinatari:** docenti che svilupperanno il programma con le classi terze.

**Obiettivi:** fornire ai docenti gli strumenti conoscitivi, tecnici e metodologici per implementare il programma LSTP nelle classi terze.

**Materiali:** Manuali docente e quaderni studente forniti da ATS Bergamo.

### **Struttura e durata del corso:**

10 ore formative non consecutive, sviluppate in quattro moduli.

### **Calendario corsi di formazione docenti LST 1 livello:**

- Saranno attivati i corsi in tutta la provincia di Bergamo, in base alle adesioni, cercando di rispettare la vicinanza territoriale alle scuole aderenti.
- I corsi saranno realizzati dal 1 settembre 2023 e proseguiranno anche dopo l'inizio della scuola.

### **LST primaria – classi quarte e quinte**

La struttura delle formazioni dei docenti delle classi quarte e quinte riprende quella delle classi terze approfondendo ed esercitando strumenti conoscitivi, tecnici e metodologici per implementare il programma negli anni successivi al primo.

La durata è di 10 ore formative, non consecutive, Il calendario dei corsi di formazione è simile a quello per il 1° livello.

Tutti gli interventi sono **gratuiti** e richiedibili a:

**SS Prevenzione dipendenze Tel. 035 2270 519 – e-mail: [promozione.dips@ats-bg.it](mailto:promozione.dips@ats-bg.it)**

<sup>1</sup> In situazioni particolari è possibile prendere accordi per adesioni fuori scadenza.

I nomi di eventuali docenti coinvolti che prendono servizio a settembre possono essere aggiunti in un momento successivo.



## LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM - SCUOLA SECONDARIA DI 1°

Il *Life Skills Training Program* è un programma di prevenzione dei comportamenti a rischio che si basa sullo sviluppo e il potenziamento delle abilità personali e sociali.

Il programma mira ad aumentare negli studenti le capacità di gestione delle naturali sfide quotidiane legate al percorso di crescita 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.), 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 sostanze psicoattive, ridurre la vulnerabilità e la suscettibilità alla pressione esterna e diminuire così il ricorso a droghe e alcol.

Il corso di formazione offre ai docenti gli strumenti conoscitivi, tecnici e metodologici per implementare il programma durante le ore curriculari.

L'adesione al programma del LST richiede alle Scuole:

- la formalizzazione da parte del Dirigente Scolastico dell'adesione al programma triennale, secondo le modalità definite dall'Ufficio Scolastico Regionale;
- la partecipazione dei docenti ai percorsi formativi previsti e la realizzazione delle attività rivolte agli studenti riassunte nel seguente schema:

UNITÀ	1° ANNO	2° ANNO	3° ANNO
0. INTRODUZIONE AL PROGRAMMA	1	0	0
1. IMMAGINE DI SE' E AUTO-MIGLIORAMENTO	2	1	1
2. PRENDERE DECISIONI	2	1	1
3-6. USO DI SOSTANZE/ABUSO DI DROGHE	4	1	1
7. PUBBLICITA'/INFLUENZA DEI MEDIA	1	1	1
8. VIOLENZA E MEDIA	1	0	0
9. GESTIONE DELL'ANSIA	2	2	1
10. GESTIONE DELLA RABBIA	1	1	1
11. ABILITA' COMUNICATIVE	1	1	0
12-13. ABILITA' SOCIALI	2	1	1
14. ASSERTIVITA'	2	1	1
15. RISOLUZIONE DEI CONFLITTI	1	1	1
RESISTENZA ALLA PRESSIONE DEI PARI	0	2	1
TOTALE	16/20	11/13	10/10

- la partecipazione dei docenti formati ai momenti di accompagnamento metodologico durante l'anno;
- la partecipazione della Scuola alle attività di monitoraggio previste durante l'anno.

**Il programma è di durata triennale e il percorso formativo per i docenti è articolato nei tre corsi descritti di seguito.**

Per l'adesione al programma è richiesto:

- l'invio della scheda di adesione sottoscritta dal Dirigente Scolastico **entro il 31 luglio 2023**. La scheda di adesione va inviata entro la scadenza con l'elenco dei docenti coinvolti. I nomi di eventuali altri insegnanti che prendono servizio a settembre possono essere aggiunti in un momento successivo;

In considerazione delle difficoltà organizzative di molte scuole, in situazioni particolari è possibile prendere accordi per adesioni fuori scadenza.

- il coinvolgimento di almeno due docenti per classe;
- si consiglia il coinvolgimento di almeno il 75% delle classi prime.

## **Corsi di Formazione Life Skills Training Program per docenti scuola secondaria di 1° grado**

**Iscrizioni entro il 31 luglio 2023<sup>(2)</sup>**

**N.B.**

I **formatori** di tutti i corsi sono operatori dei servizi socio-sanitari pubblici e privati accreditati da Regione Lombardia come formatori LSTP.

Tutti i corsi saranno in presenza.

**Per i docenti è obbligatoria, ai fini dell'acquisizione dell'abilitazione alla realizzazione in classe del programma e del relativo attestato di partecipazione,  
LA PRESENZA AD ALMENO IL 90% DELLE ORE FORMATIVE PREVISTE.**

### **LST Livello 1**

**Destinatari:** docenti che svilupperanno il programma con le classi prime.

**Obiettivi:** fornire ai docenti gli strumenti conoscitivi, tecnici e metodologici per implementare il programma LSTP nelle classi prime.

**Materiali:** Manuale docente e quaderni studente forniti da ATS Bergamo e cartella Google Drive con materiali utili all'implementazione delle attività.

**Struttura e durata del corso:**

- **Due giornate intere o una giornata intera e 2 mezze giornate (pomeriggi) di formazione, per un totale di 14 ore formative.**
- **Sono parte integrante del programma formativo per i docenti 1/2 incontri di accompagnamento in presenza, svolti durante l'anno scolastico.**

<sup>2</sup> In situazioni particolari è possibile prendere accordi per adesioni fuori scadenza. In ogni caso i nomi dei docenti partecipanti possono essere comunicati in un momento successivo

#### **Calendario corsi di formazione docenti LST 1 livello:**

- Saranno attivati i corsi in tutta la provincia di Bergamo, in base alle adesioni, cercando di rispettare la vicinanza territoriale alle scuole aderenti.
- È prevista la realizzazione dei percorsi formativi anche prima dell'inizio delle lezioni con gli studenti (periodo 1- 10 settembre), proseguendo anche dopo l'avvio della scuola.

**Contenuti prima giornata:** introduzione, panoramica del programma e delle unità di LSTP; modalità di apprendimento; perché i ragazzi corrono rischi e di cosa hanno bisogno per evitarli; abilità di insegnamento; conclusioni e feedback.

**Contenuti seconda e terza giornata:** revisione prima giornata; concetto di salute; gestione della rabbia; auto miglioramento; questioni relative all'implementazione di LSTP; conclusioni.

#### **Attività laboratoriali in classe con gli studenti:**

Realizzazione di 15 Unità previste da LSTP livello 1 suddivise tra i docenti del consiglio di classe partecipanti al progetto (si consigliano almeno due docenti per classe).

#### **Tematiche delle unità LST livello 1:**

Immagine di sé e auto miglioramento; prendere decisioni, uso di sostanze, pubblicità e influenza dei media, violenza e media, gestione dell'ansia, gestione della rabbia, abilità comunicative, abilità sociali, assertività, risoluzione dei conflitti.

#### **Attività on-line e produzione di materiali:**

- Produzione materiali per le attività in classe: predisposizione di materiali didattici per la realizzazione delle unità (cartelloni, presentazioni, video, ....);
- Compilazione on-line delle schede monitoraggio e avanzamento.

## **LST Livello 2**

**Destinatari:** docenti che svilupperanno il programma con le classi seconde.

**Obiettivi del corso:** fornire ai docenti gli strumenti conoscitivi, tecnici e metodologici per implementare il programma LSTP nelle classi seconde.

**Materiali:** manuali docente e quaderni studente forniti da ATS Bergamo e cartella Google Drive con materiali utili all'implementazione delle attività.

#### **Struttura e durata del corso:**

- **1 giornata intera di formazione in presenza o 2 mezze giornate (pomeriggi) di formazione in presenza, per un totale di 7 ore formative.**
- **Sono parte integrante del programma formativo per i docenti 1/2 incontri di accompagnamento in presenza, svolti durante l'anno scolastico.**

#### **Calendario corsi di formazione docenti LST 2 livello:**

- Saranno attivati i corsi in tutta la provincia di Bergamo, in base alle adesioni, cercando di rispettare la vicinanza territoriale alle scuole aderenti.
- È prevista la realizzazione dei corsi anche prima dell'avvio delle lezioni con gli studenti. Periodo 1- 10 settembre.

**Contenuti:** introduzione, panoramica del programma e delle unità di LSTP livello 2; confronto LSTP 1 e LSTP 2; compiti di sviluppo in 1°, 2° e 3° media, tecniche persuasive; abilità di insegnamento; strumenti per l'implementazione di LSTP 2; conclusioni e feedback.

#### **Attività laboratoriali in classe con gli studenti:**

Realizzazione 11 Unità previste da LSTP livello 2 suddivise tra i docenti del consiglio di classe partecipanti al progetto (si consigliano almeno due docenti per classe).

#### **Tematiche delle unità LST livello 2:**

Immagine di sé e auto miglioramento; prendere decisioni, uso sostanze stupefacenti, pubblicità e influenza dei media, gestione dell'ansia, gestione della rabbia, abilità comunicative, abilità sociali, assertività, risoluzione dei conflitti, resistenza alla pressione dei pari.

#### **Attività on-line e produzione di materiali:**

- Produzione materiali per le attività in classe: predisposizione di materiali didattici per la realizzazione delle unità (cartelloni, presentazioni, video, ....);
- Compilazione on-line delle schede monitoraggio e avanzamento.

## **LST Livello 3**

**Destinatari:** docenti che svilupperanno il programma con le classi terze.

**Obiettivi del corso:** fornire ai docenti gli strumenti conoscitivi, tecnici e metodologici per implementare il programma LSTP nelle classi terze.

**Materiali:** Manuali docente e quaderni studente forniti da ATS Bergamo e cartella Google Drive con materiali utili all'implementazione delle attività.

#### **Struttura e durata del corso:**

- 1 giornata intera di formazione in presenza o 2 mezze giornate (pomeriggi) di formazione in presenza, per un totale di 7 ore formative.
- **Sono parte integrante del programma formativo per i docenti 1/2 incontri di accompagnamento in presenza, svolti durante l'anno scolastico.**

#### **Calendario Corsi di Formazione docenti LST 3 livello:**

- Saranno attivati i corsi in tutta la provincia di Bergamo, in base alle adesioni, cercando di rispettare la vicinanza territoriale alle scuole aderenti.
- E' prevista la realizzazione dei corsi anche prima dell'avvio delle lezioni con gli studenti. Periodo 1- 10 settembre.

**Contenuti** introduzione, panoramica del programma e delle unità di LSTP livello 3; confronto LSTP 1-2 e LSTP 3; assertività, tecniche di insegnamento interattivo; progetto di auto miglioramento, strumenti per l'implementazione di LSTP 3; conclusioni e feedback.

#### **Attività laboratoriali in classe con gli studenti:**

realizzazione delle 10 Unità previste da LSTP livello 3 suddivise tra i docenti del consiglio di classe partecipanti al progetto (si consigliano almeno due docenti per classe).

### **Tematiche delle unità LST livello 3:**

Immagine di sé e auto miglioramento; prendere decisioni, uso sostanze stupefacenti, pubblicità e influenza dei media, gestione dell'ansia, gestione della rabbia, abilità comunicative, abilità sociali, assertività, risoluzione dei conflitti, resistenza alla pressione dei pari.

#### **Attività on-line e produzione di materiali:**

- Produzione materiali per le attività in classe: predisposizione di materiali didattici per la realizzazione delle unità (cartelloni, presentazioni, video, ....);
- Compilazione on-line delle schede monitoraggio e avanzamento.

Tutti gli interventi sono **gratuiti** e richiedibili a:

**SS Prevenzione dipendenze Tel. 035 2270 519 – e-mail: [promozione.dips@ats-bg.it](mailto:promozione.dips@ats-bg.it)**

### **VALUTAZIONE DI EFFICACIA DELLA Sperimentazione DI LST IN REGIONE LOMBARDIA**

#### **SINTESI DEI RISULTATI**

Il progetto LSTP Lombardia è stato sottoposto ad una **valutazione di efficacia**, curata dal coordinamento regionale LSTP e finalizzata a valutare il grado di raggiungimento degli obiettivi dichiarati. La valutazione ha riguardato **sia gli studenti, sia i docenti** coinvolti ed è stata realizzata somministrando:

- ai docenti: un questionario prima e dopo la partecipazione ai progetti;
- agli studenti: un questionario a studenti che avevano partecipato a LSTP e ad un gruppo di controllo formato da studenti di scuole che non avevano aderito al progetto. Il questionario è stato sottoposto a entrambi i gruppi prima del progetto e al termine di ogni anno di implementazione (livello 1, 2 e 3 di LSTP).

In estrema sintesi, i **risultati emersi** hanno evidenziato che:

- **meno studenti del gruppo LSTP iniziano a consumare tabacco e alcol** (al Livello 1 c'è una riduzione dell'uso di tabacco del 41%, al Livello 2 del 31% e al Livello 3 del 20%);
- gli studenti LSTP riportano livelli di **benessere più elevati** e percepiscono **meno frequentemente sentimenti negativi** rispetto al gruppo di controllo;
- gli studenti LSTP mostrano miglioramenti più significativi rispetto ad alcune **abilità**:
  - abilità **individuali**: consapevolezza delle proprie abilità, autocontrollo, gestione dell'ansia;
  - abilità **sociali**: assertività, capacità di rifiuto;
  - abilità **di resistenza sociale**: consapevolezza circa influenze sociali sulle droghe, credo normativo.

Inoltre, i docenti che hanno partecipato a LSTP **migliorano il credo normativo ed il senso di autoefficacia percepita in merito**:

- alla capacità di promuovere salute e prevenire l'uso di sostanze legali e illegali;
- alla capacità di gestire gli studenti e la didattica;
- all'autoefficacia collettiva del corpo docenti.

Si registra infine il **miglioramento generale del clima di classe** per quanto riguarda le relazioni docenti-studenti e studenti-studenti.

Per maggiori informazioni sui risultati della valutazione:

[www.lifeskillstraining.com](http://www.lifeskillstraining.com)

ATS Bergamo – Struttura Semplice Prevenzione delle Dipendenze

**Tel. 035 2270 519 – email: [promozione.dips@ats-bg.it](mailto:promozione.dips@ats-bg.it)**

## LIFE SKILLS: SPAZIO AI GENITORI

### Incontri formativi sulla genitorialità, sperimentando il programma Life Skills. SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

#### SINTESI DEL PROGETTO:

Intervento formativo rivolto ai genitori degli studenti delle scuole secondarie di primo grado che partecipano al programma *Life Skills Training Program* (LST), finalizzato a supportare le capacità genitoriali, fornendo ai genitori l'opportunità di sperimentare in prima persona alcune attivazioni del programma LST.

Il progetto consente ai genitori di conoscere direttamente le attività realizzate dai propri figli nelle ore scolastiche, favorendo allo stesso tempo l'utilizzo, nell'ambiente familiare, delle abilità sperimentate.

Durante il corso viene inoltre favorito il confronto, tra i genitori, sulle difficoltà incontrate con i figli e in famiglia nell'utilizzo di tali abilità.

Gli incontri hanno il carattere partecipativo tipico del programma *Life Skills* e alternano esperienze pratiche, individuali e/o in piccoli gruppi, a riflessioni condivise.

#### CONTESTO DI INTERVENTO:

Scuole secondarie di primo grado in cui è utilizzato il programma *Life Skills*. (*Il progetto è eventualmente attivabile anche per le scuole che non partecipano a LST.*)

#### DESTINATARI:

Genitori di studenti di alunni che partecipano al programma LST.

#### OBIETTIVO GENERALE DEL PERCORSO:

Migliorare le competenze genitoriali e l'efficacia educativa.

#### OBIETTIVI SPECIFICI:

- Migliorare la capacità comunicativa e di gestione dei conflitti fra genitori e figli.
- Migliorare l'auto-riflessività dei genitori.
- Migliorare le conoscenze dei genitori nel campo delle dipendenze patologiche/comportamenti a rischio e delle modalità preventive del programma *Life Skills*.

#### METODOLOGIA:

Gli incontri saranno condotti in modo interattivo, agevolando la partecipazione e la messa in gioco dei genitori. I genitori sperimenteranno in prima persona alcune unità del programma LST che i ragazzi svolgono a scuola; questo permetterà loro di mettere in atto in prima persona le strategie legate ad alcune abilità di vita e di sostenerne lo sviluppo nei propri figli.

Gli argomenti trattati verranno tarati anche in base alle caratteristiche e alle esigenze dei diversi gruppi di genitori.

#### DESCRIZIONE DEL PERCORSO:

L'intervento prevede due moduli differenziati:

- un **primo modulo di 3 incontri**, affronta le seguenti tematiche:
  - diffusione del consumo di sostanze legali e illegali e comportamenti a rischio

- credenze normative
- capacità comunicative
- gestione dei conflitti
- un secondo modulo di ulteriori 2 incontri – **attivabile a richiesta** – affronta il tema dell’auto-miglioramento.

## **I° MODULO:**

### Introduzione del percorso:

- cos’è il programma Life Skills e perché un percorso per i genitori;
- presentazione dei partecipanti tramite attivazione;
- lavoro in piccoli gruppi sulla percezione di utilizzo delle sostanze/comportamenti a rischio tra i giovani;
- restituzione dei dati in possesso ad ATS;
- la funzione preventiva delle abilità di vita.

### Le capacità comunicative:

- definizione di comunicazione e di malinteso;
- discussione sulla nascita dei malintesi e su come si possono evitare;
- attivazioni sulla comunicazione e sul malinteso;
- riflessione sull’utilizzo dell’assertività;
- riflessione sull’importanza del feedback.

### La gestione dei conflitti:

- come si generano e come si possono prevenire e risolvere i conflitti, prendendo spunto da quanto emerso nell’incontro precedente e da situazioni stimolo;
- attivazioni sulla gestione di situazioni di conflitto;
- eventuali attivazioni sulla gestione della rabbia e sulla capacità di prendere decisioni;
- riflessione sul percorso realizzato e somministrazione questionari

## **II° MODULO:**

### Automiglioramento:

- ripresa degli argomenti trattati negli incontri precedenti; riflessione su come sono intervenuti nella loro quotidianità e quali criticità hanno incontrato; definizione di un progetto di automiglioramento (prima individuale, poi in piccolo gruppo e infine discussione in plenaria).
- verifica del progetto di automiglioramento: cosa ha funzionato e quali criticità hanno percepito; riflessione sulle difficoltà incontrate e le relative strategie messe in atto (prima in piccolo gruppo e poi discussione in plenaria); conclusione.

Laddove sussistano le condizioni o dove richiesto il percorso **può prevedere** il coinvolgimento dei docenti di classe nella formazione dei genitori

**DURATA:** Ogni incontro ha durata di 2 ore; gli incontri si svolgono in periodi ravvicinati di tempo.

**FORMATORI:** Psicologi dell’Associazione Atena.

I professionisti dell’Associazione sono disponibili per ogni confronto o chiarimento.

*Presidente Associazione Atena: Paola Pesenti Bolognini*

*Tel: 3497597114 Lun-Ven 12.00-16.00*

*[www.associazioneatena.it](http://www.associazioneatena.it) [atenassociazione@gmail.com](mailto:atenassociazione@gmail.com)*

## INTERVENTI DI CONSULENZA/SUPPORTO

### ALLE SCUOLE PER SITUAZIONI DI CRITICITA' CONNESSE ALLA PRESENZA DI SOSTANZE PSICOATTIVE SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

9

I dati relativi al consumo di sostanze psicoattive evidenziano come l'età di primo consumo si sia notevolmente abbassata e come tutti i contesti frequentati dai giovani siano potenziali ambiti di prossimità alle sostanze psicoattive legali e illegali.

La scuola è quindi inevitabilmente uno dei tanti contesti a frequentazione giovanile, in cui possono verificarsi situazioni di criticità di vario tipo legate alla sfera delle sostanze:

- consumo di sostanze legali o illegali da parte di singoli e/o gruppi di studenti dentro gli spazi scolastici;
- episodi di abuso di stupefacenti e/o alcol con eventuali situazioni di crisi-emergenza sanitaria;
- rinvenimento di sostanze illegali dentro il perimetro scolastico;
- spaccio di stupefacenti dentro la scuola o nelle immediate vicinanze;
- segnalazione da parte di vari soggetti (genitori, operatori dell'aggregazione giovanile e/o degli oratori, altre agenzie del territorio, ...) di presunte situazioni di criticità riferite alla scuola;
- ...

È evidente quanto non sia semplice per l'Istituzione Scolastica gestire queste situazioni, estremamente delicate, e come possano intervenire comprensibili timori legati all'immagine dell'Istituto all'esterno. D'altra parte, si tratta generalmente di situazioni in cui è importante intervenire precocemente per superare la crisi, mobilitando le risorse presenti nel singolo e nel contesto. Per questo motivo abbiamo ritenuto utile ed opportuno rendere esplicite e formalizzate le modalità di intervento consulenziale per questo tipo di situazioni, attivabili a richiesta dai singoli Istituti.

#### MODALITA' OPERATIVE

La descrizione del modello operativo che segue è da intendersi come una proposta adattabile alle esigenze dell'Istituto richiedente e alle azioni eventualmente già attivate. Non è quindi da considerarsi come un modello rigido e vincolante, quanto piuttosto come uno schema di lavoro elastico e modulabile, che abbiamo comunque considerato importante definire in modo da rendere esplicita sia la disponibilità a supportare le scuole in queste situazioni, sia il tipo di approccio e di metodologia adottati.

#### Gli obiettivi dell'intervento sono così declinabili:

##### Obiettivo generale:

**Intervenire precocemente** sulle situazioni di presenza o consumo di sostanze psicoattive nei contesti scolastici per impedire che evolvano verso situazioni di consumo problematico o dipendente ed aumentare le capacità del contesto scolastico nella gestione di tali situazioni.

##### Obiettivi specifici:

- Accrescere le conoscenze di tipo normativo legislativo e migliorare, se necessario, la coerenza degli strumenti normativi propri dell'Istituto Scolastico (regolamenti).
- Migliorare la comunicazione e la coerenza interna tra docenti e tra le diverse componenti adulte della scuola sulle modalità educative per gestire le situazioni critiche.

- Evitare che la situazione del singolo e gruppo evolva verso un quadro di consumo problematico o dipendente.

In seguito alla richiesta di intervento da parte dell'Istituto Scolastico si proporrà alla scuola la seguente modalità di intervento:

1. **Incontro preliminare di valutazione e analisi della situazione** con la partecipazione del dirigente scolastico e degli insegnanti più direttamente coinvolti.

**Obiettivo:** definire i contorni reali della situazione, il livello di gravità, la posizione della scuola in merito alla gestione degli aspetti normativi, il livello del coinvolgimento con la/le famiglia/glie e le azioni eventualmente già intraprese e concordare gli eventuali passaggi successivi.

Gli incontri successivi sono modulabili e vanno realizzati all'occorrenza, in base a quanto emerso nell'incontro preliminare, ma in ogni caso in tempi il più possibile ristretti e ravvicinati.

2. **Valutazione degli aspetti strutturali e normativi** (1 incontro solo se necessario)

**Obiettivo:** valutare la situazione e la posizione della scuola di fronte agli aspetti normativi, chiarire il quadro legislativo e i passi formali che la scuola dovrebbe compiere di fronte al manifestarsi palese o sospetto di utilizzo di alcol, droghe, spaccio.

Definire le azioni eventualmente da attuare su questo versante.

Soggetti coinvolti: dirigente, corpo docente della/e classe/i al completo.

*(Possibile, se ritenuto opportuno, la presenza di un rappresentante delle forze dell'ordine.)*

3. **Analisi della situazione e definizione delle modalità di intervento** (2 incontri)

**Obiettivo:** analisi della situazione e definizione delle strategie e delle azioni da adottare su diversi livelli.

Soggetti coinvolti: dirigente, corpo docente della classe al completo, eventuale coinvolgimento di altre figure (psicologo CIC, psicopedagogista, ...)

- Primo incontro: analisi della situazione e dei soggetti coinvolti, con particolare attenzione a:
  - Caratteristiche del/dei soggetto/i coinvolto/i;
  - Caratteristiche della situazione;
  - Livello di relazione del/dei soggetto/i coinvolto/i con i docenti e con il contesto scolastico;
  - Presenza di eventuali figure di riferimento significative;
  - Principali elementi di criticità;
  - Risorse individuali e di contesto attivabili;
  - Impatto sulla classe dell'evento ed eventuale necessità di interventi con la classe;
  - ...
- Secondo incontro: definizione condivisa delle azioni da intraprendere sui diversi versanti:
  - Disciplinare;
  - Educativo;
  - Coinvolgimento familiare;
  - eventuale supporto al/ai soggetto/i;
  - eventuale attivazione di risorse della rete territoriale;
  - eventuali interventi in classe di rielaborazione dell'intervento;
  - ....

4. **Monitoraggio della situazione e verifica dell'intervento:**

Un incontro a distanza di circa 2 mesi

- Obiettivo: monitorare l'andamento della situazione del/dei soggetto/i coinvolti e del contesto, e definizione delle buone prassi utilizzabili in eventuali situazioni future.
- Soggetti coinvolti: dirigente, corpo docente della classe al completo.

Tutti gli interventi sono **gratuiti** e richiedibili a:

**SS Prevenzione dipendenze Tel. 035 2270 519 – e-mail: [promozione.dips@ats-bg.it](mailto:promozione.dips@ats-bg.it)**