

# LIFESKILLS TRAINING LOMBARDIA



# Obiettivi del progetto

**Obiettivo 1:** Accrescere le life skills degli studenti della Scuola secondaria di I grado.

**Obiettivo 2:** Ritardare l'età del primo consumo degli studenti della Scuola secondaria di I grado.

**Obiettivo 3:** Rinforzare le funzioni educative degli insegnanti, modificare le loro rappresentazioni sui temi di promozione della salute e sviluppare un pensiero realistico sulle caratteristiche attuali del consumo di sostanze.

**Obiettivo 4:** Integrare le attività di promozione della salute all'interno del contesto scolastico e dell'attività curriculare della scuola e fornire alla Scuola strumenti di intervento validati coerenti con i principi ispiratori della rete di Scuole che Promuovono Salute (SPS)

# Attività previste nel progetto

- Coinvolgimento del **Dirigente**: approvazione del progetto, aggiornamento, ecc.
- Coinvolgimento dell'**Istituto Scolastico**: approvazione negli Organi collegiali, POF, ecc.
- **Formazione insegnanti** volta a rinforzare le competenze educative degli insegnanti in tema di alcol e droghe e di salute, conoscere il programma e trasmettere metodi di insegnamento
- Realizzazione delle **attività in classe** da parte degli insegnanti
- **Accompagnamento metodologico** a insegnanti
- **Valutazione** del processo di implementazione e di efficacia del progetto

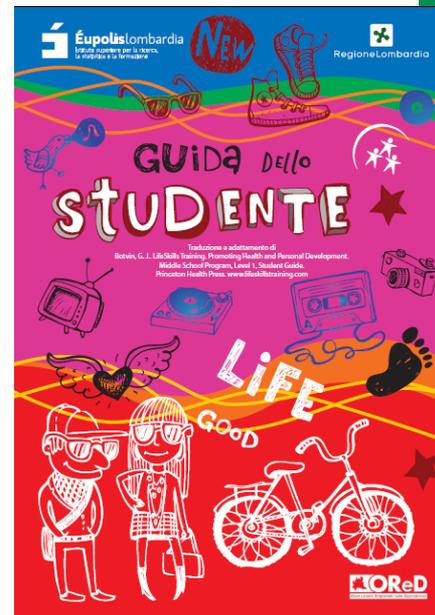


# LifeSkills Training (LST)

- Il LifeSkills Training (LST) è un programma di prevenzione di abuso di sostanze **validato scientificamente** e **dimostratosi capace** di ridurre il rischio di abuso di alcol, tabacco e droghe.
- Agisce sui principali **fattori di contesto** e **psicologici individuali** che favoriscono l'iniziazione all'uso di sostanze e altri comportamenti a rischio.
- Fornisce ai giovani un **modo sistematico di imparare** le abilità di vita necessarie per affrontare con successo situazioni impegnative

# LifeSkills Training (LST)

- È strutturato in **unità di lavoro** dettagliate e prevede l'utilizzo di **manuali** per l'implementazione.
- È un **programma longitudinale** che prevede una sessione di base e due di rinforzo da realizzare complessivamente nel corso dei 3 anni delle scuole secondarie di I grado.
- È stato **adattato** al contesto culturale italiano.



# Aree di intervento del LST

- **Abilità personali:**

- Immagine di sé e comportamento / goal-setting
- Problem solving e Decision making
- Gestione dell'ansia e della rabbia
- Padronanza e sicurezza di sé

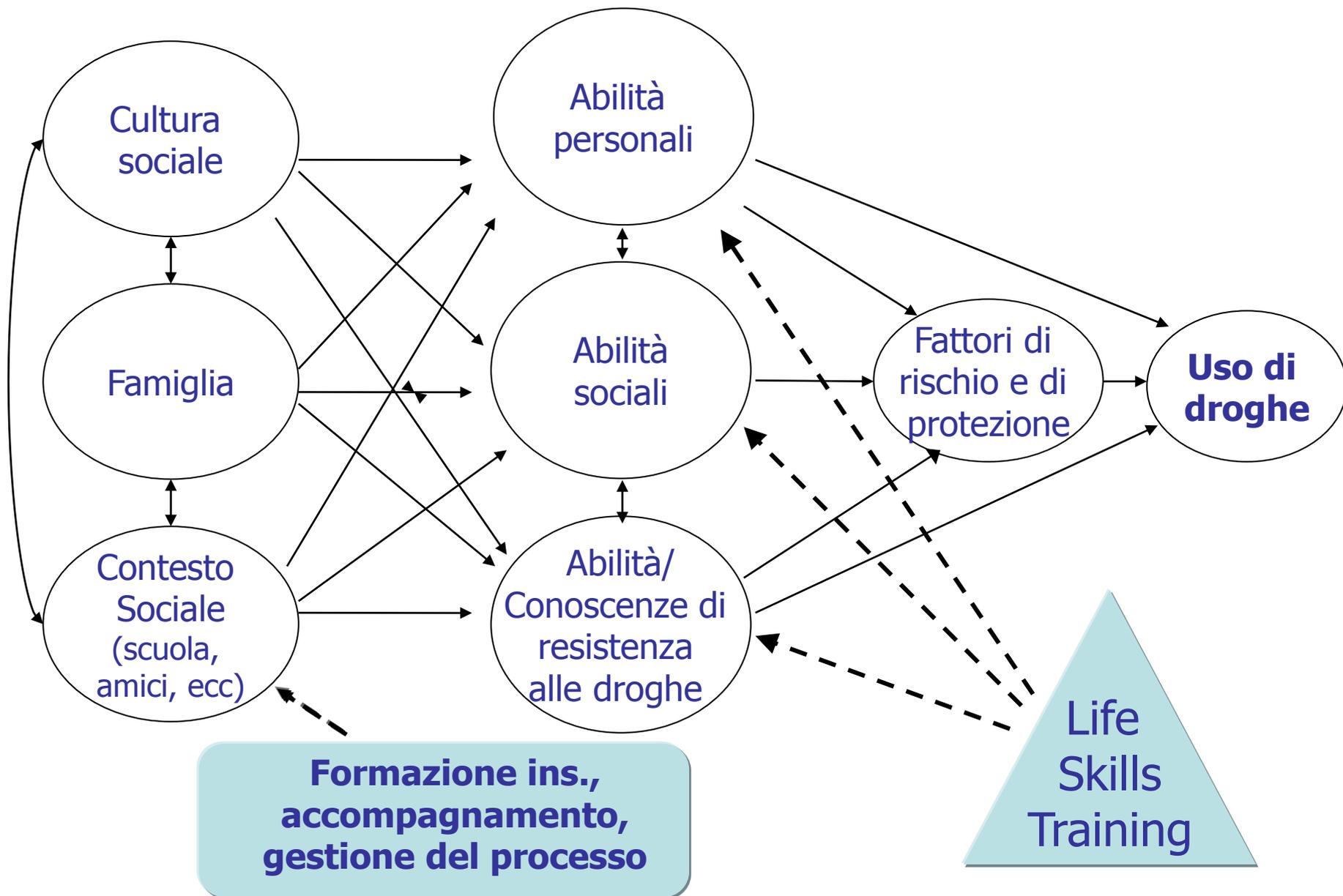
- **Abilità Sociali:**

- Comunicazione
- Interazioni sociali
- Assertività
- Gestione dei conflitti

- **Abilità di resistenza sociale:**

- Consapevolezza dell'influenza dei media e di altri attori sociali "pro-droga"
- Sviluppo di norme contro l'uso di droghe
- Conoscenze sulle droghe
- Abilità di rifiuto delle droghe

# Modello sull'uso di sostanze



# Le idee chiave del metodo LST

- **Modeling**

**Peer to peer**

- **Rinforzo**

**Fare pratica**

- **Comportamenti funzionali**

**Comportamenti salutari**

# Sessioni di rinforzo: Struttura e contenuto per Classe e Livello

<b>UNITA'</b>	<b>1° anno</b>	<b>2° anno</b>	<b>3° anno</b>
1. Immagine di sé e automiglioramento	2	0	0
2. Prendere decisioni	2	1	1
3-6. Uso sostanze / Abuso di droghe	4	2	1
7. Pubblicità / 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. Abilità comunicative	1	1	0
12-13. Abilità sociali	2	1	1
14. Assertività	2	1	1
15. Risoluzione di conflitti	1	1	1
Resistenza alla pressione dei pari	0	2	1
<b>TOTALE</b>	<b>15/19 h</b>	<b>10/13 h</b>	<b>9/9 h</b>

# Le sessioni di rinforzo

- Nelle sessioni di rinforzo vengono **rinforzate** le abilità apprese nel Livello 1.
- Viene data più importanza allo sviluppo di abilità attraverso la **pratica**.
- Gli studenti hanno l'occasione di **rivedere** i loro **apprendimenti** e di metterli in pratica.
- Le abilità vengono insegnate ad un **livello più complesso**; è richiesto un livello più elevato di **pensiero critico**.
- Si sviluppano gli **stili individuali** nell'utilizzo delle tecniche e nell'uso delle abilità.



# Le differenze tra i livelli

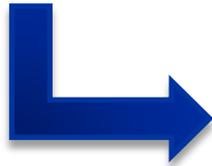
I 3 livelli di cui è composto il programma LST si focalizzano su ambienti e livelli diversi della vita degli adolescenti:

- **Livello 1:** focus sui fondamenti e sull'efficacia personale (Esempio nell'unità prendere decisioni come io prendo decisioni);
- **Livello 2:** focus sull'influenza del gruppo dei pari e sulle sue dinamiche (Esempio come i gruppi influenzano le mie decisioni);
- **Livello 3:** focus sull'influenza del gruppo dei pari e dell'ambiente socio-culturale (Esempio come la mia cultura e il mio ambiente sociale influenzano le mie decisioni).



# La valutazione

- **Valutazione di processo** (implementazione in classe):
  - ✓ Gli insegnanti come hanno implementato le unità con gli studenti?
  - ✓ Che difficoltà hanno incontrato?
  - ✓ Hanno rispettato i criteri metodologici concordati?



- Schede di monitoraggio operatori
- Schede di monitoraggio insegnanti
- Questionario insegnanti post-formazione
- Tabelle per raccolta dati

- **Valutazione di efficacia** (obiettivi specifici):
  - ✓ Gli studenti hanno aumentato le loro abilità? Il loro atteggiamento nei confronti delle droghe si è modificato?
  - ✓ Gli obiettivi del LifeSkills Training program sono stati raggiunti?
  - ✓ Gli insegnanti hanno modificato le loro percezioni sui temi di salute e promozione della salute?



- Questionario insegnanti
- Questionario studenti