

Logo IC IV
Novembre
Mariano C.se

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Insubria

LIFE SKILL TRAINING LOMBARDIA

LifeSkills Training (LST)

=

**Programma
educativo -
promozionale**



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.



I FATTORI PROTETTIVI INDIVIDUALI: LE LIFE SKILLS o COMPETENZE DI VITA

LIFE SKILLS: insieme delle abilità utili per adottare un comportamento positivo e flessibile e far fronte con efficacia alle esigenze e alle difficoltà che si presentano nella vita di tutti i giorni

(OMS 1998)

Le “life skills”= abilità di vita



Coltivarle nei giovani migliorarle da grandi!

Le 10 Life Skills

- 1) decision making e problem solving
- 2) pensiero critico e pensiero creativo
- 3) comunicazione efficace
- 4) empatia
- 5) auto-consapevolezza
- 6) abilità sociali
- 7) gestione delle emozioni
- 8) gestione dello stress
- 9) autoefficacia
- 10) efficacia collettiva

Le “life skills”= abilità di vita



Coltivarle nei giovani migliorarle da grandi!

Sessioni di rinforzo: Struttura e contenuto per Classe e Livello

UNITA'	1° anno	2° anno	3° anno
1. Immagine di sé e automiglioramento	2	1*	1*
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
TOTALE	15/19 h	10/13 h	9/10 h

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**



RICADUTA NELLA SCUOLA SECONDO I DOCENTI

RISPETTO AGLI STUDENTI

- Sviluppa interesse e partecipazione
- Migliora la socializzazione e il clima della classe
- Aiuta gli studenti timidi/inibiti
- Valorizza gli studenti con apprendimento carente
- Sviluppa competenze di vita

RISPETTO AI DOCENTI

- Migliora la comunicazione insegnante/studente
- Incrementa la conoscenza degli studenti

RISPETTO ALLA SCUOLA

- Affronta il tema della salute in modo integrato e trasversale
- Utile per affrontare le criticità

Studenti

- Il programma ha permesso agli insegnanti di conoscere meglio i propri studenti, crea un nuovo canale di comunicazione
- Il lavoro migliora la socializzazione tra gli studenti e la relazione studenti-insegnante
- Gli insegnanti percepiscono l'efficacia del programma dai loro studenti
- Gli studenti si sono dimostrati molto attivi e interessati, disponibili ad aprirsi e a raccontare le proprie esperienze
- Tutti gli studenti riescono a partecipare

Caratteristiche programma

- Si tratta di un programma strutturato e chiaro
- Prevede alcuni manuali che risultano pratici e concreti
- È un programma validato, la sua efficacia è stata dimostrata
- Prevede una **continuità nel tempo**
- Assume una **prospettiva educativa e pedagogica**, che ben si integra col linguaggio scolastico e con le attività curriculari
- Integra diverse tematiche e propone un approccio trasversale

<https://www.promozionesalute.regione.lombardia.it/wps/portal/site/promozione-salute/dettaglioeditoriale/setting/scuola/programmi-preventivi-regionali>