LIFE SKILLS TRAINING

Istituto Comprensivo

Rita Levi Montalcini

Anno Scolastico 2021/2022

LA PROMOZIONE DELLA SALUTE

La Rete delle scuole

La "Rete delle Scuole che promuovono salute – Lombardia " nasce da un **percorso condiviso di ricerca e formazione**, avviato nel 2011 da circa 80 **dirigenti scolastici** delle scuole di tutte le province della Lombardia e dai rispettivi **referenti delle Aziende Sanitarie Locali**.

La Rete ha definito un Modello delle Scuole che Promuovono Salute a partire dai riferimenti internazionali sul tema.

La rete della Provincia di Monza e Brianza comprende 36 scuole.

www.**scuola**promuove**salute**.it

STARE BENE A SCUOLA

L'apprendimento può avvenire solo in un contesto in cui si promuove il benessere complessivo della persona.
Stare bene = sentirsi accolti, conosciuti nei propri bisogni, aiutati ad esprimere il meglio di sé.

PER UNA SCUOLA CHE PROMUOVE SALUTE OCCORRONO ....

- il coinvolgimento dell' intera comunità scolastica
- la focalizzazione del Ptof attorno all'impegno di promozione della salute
- l'adozione di un progetto di life skills education

IL PIANO DELL'OFFERTA FORMATIVA ORIENTATO ALLA PROMOZIONE DELLA SALUTE

MAPPA 1

IL RUOLO DELL'ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITÀ

L'educazione alle competenze di vita entra nelle scuole a seguito di un importante documento pubblicato nel **1993** dall'Organizzazione Mondiale della Sanità: il documento si intitolava appunto ***Educazione alle competenze di vita per bambini e adolescenti nelle scuole*** e, naturalmente sulla scorta di studi scientifici, identificava un quadro di 10 fondamentali abilità personali e relazionali per affrontare il rapporto con gli altri e le situazioni di stress emotivo durante la crescita fino all'età adulta.

PERCHÉ È IMPORTANTE LA *LIFE SKILLS EDUCATION*

Daniel Goleman,
Intelligenza emotiva

Studi scientifici, soprattutto americani, hanno dimostrato come il successo formativo e professionale siano determinati solo parzialmente dall'intelligenza propriamente detta, e molto di più dall'intelligenza emotiva, cioè dall'insieme di quelle capacità che abbiamo chiamato appunto life skills.

LIFE SKILLS TRAINING: ORIGINI DEL PROGETTO

E' un progetto di

prevenzione dei

comportamenti a rischio e

del consumo di sostanze stupefacenti, fumo e alcool in età giovanile.

E' stato sviluppato in America a partire dalla fine degli anni '70 dal prof. Gilbert Botvin della Cornell University, validato da verifiche e studi scientifici.

UN METODO: RAFFORZARE LE COMPETENZE DI VITA

La prevenzione si attua agendo sui fattori di contesto e psicologici individuali che possono favorire o, viceversa, scoraggiare il consumo di sostanze.
Il Progetto si propone di sviluppare nei ragazzi competenze che permettano loro di affrontare con successo situazioni di vita anche impegnative in un'ottica di rafforzamento dei **fattori di protezione** contro ogni forma di dipendenza.

LIFE SKILLS TRAINING ALL'ISTITUTO «RITA LEVI MONTALCINI»

Nel triennio 2011/2014 sono state coinvolte dalla sperimentazione 14 classi della scuola secondaria.

A partire dall'anno 2014/2015 il progetto è stato esteso a tutte le classi della scuola secondaria.

A partire dall'anno scolastico 2020/2021 il progetto è entrato a regime anche nelle classi terze, quarte e quinte della scuola primaria.

Ha partecipato alla formazione pressoché tutto il personale di ruolo della scuola.

QUALI COMPETENZE?

Fattore di protezione:
una buona stima di sé

IMMAGINE DI SÉ E PROGETTO DI AUTOMIGLIORAMENTO

Fattore di protezione:
capacità di esaminare una situazione problematica e di suggerire soluzioni praticabili

PRENDERE DECISIONI E RISOLVERE CONFLITTI

FATTORE DI PROTEZIONE: SAPER RICONOSCERE, ESPRIMERE E CONTROLLARE LE PROPRIE EMOZIONI

Gestione dell'ansia e gestione della rabbia

Fattore di protezione:
non lasciarsi condizionare dal giudizio degli altri

RESISTENZA NEI CONFRONTI DEI PARI

FATTORE DI PROTEZIONE: NON LASCIARSI CONDIZIONARE DAI MODELLI DI BELLEZZA E SUCCESSO VEICOLATI DAI MEZZI DI COMUNICAZIONE

Pubblicità

e

media

ABILITÀ SOCIALI E COMUNICATIVE

Fattori di protezione: vincere la timidezza, essere empatici,

saper
avviare e conservare amicizie buone.

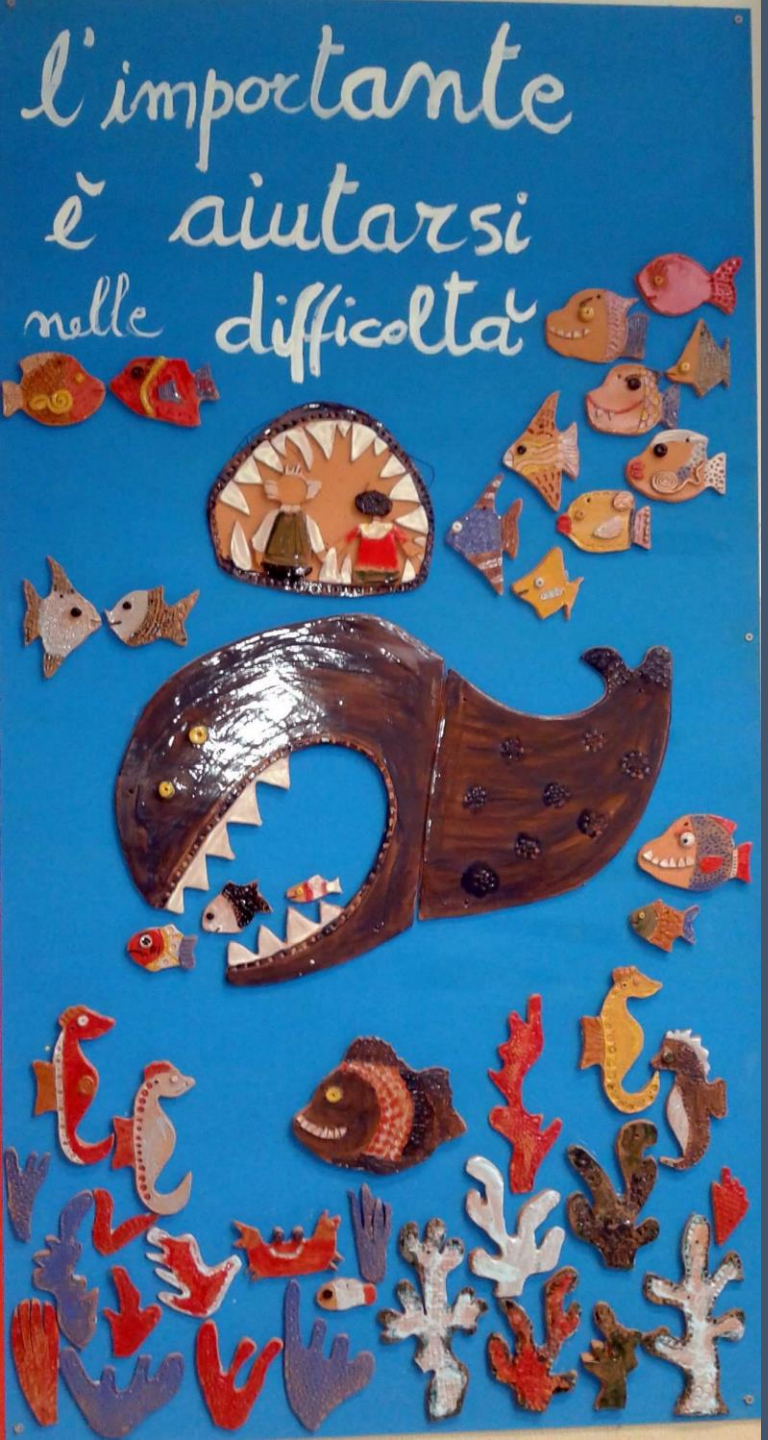
Fattori di protezione: saper affermare le proprie ragioni, saper dire di no

ASSERTIVITÀ

FATTORE DI PROTEZIONE: SAPER AFFRONTARE E RISOLVERE SITUAZIONI DI CONFLITTO

Risolvere conflitti

COSA CI ATTENDIAMO DAL PROGETTO?



MIGLIORARE LE RELAZIONI ALL'INTERNO DEL GRUPPO CLASSE

MIGLIORARE L'APPRENDIMENTO

CONTRASTARE OGNI FORMA DI DIPENDENZA

Tabacco, alcol, droghe, gioco d’azzardo, videogiochi, cellulari e social network

IL LIFE SKILLS TRAINING COME MODELLO DI INTERVENTO SU TEMATICHE EDUCATIVE

- Educazione all'affettività
- Bullismo e Cyberbullismo
- Educazione alla legalità

IL METODO

LE PRECONOSCENZE CHE DERIVANO DALL'ESPERIENZA PERSONALE

Il brainstorming:
idee in libertà

I copioni:
simulare situazioni e comportamenti, che vengono prima drammatizzati e successivamente discussi.

IDENTIFICA L'EMOZIONE DA CONTROLLARE

○ RABBIA ○ GELOSIA ○ RANCORE

○ ANSIA ○ PAURA ○ PREOCCUPAZIONE

○ SCONFORTO ○ PESSIMISMO ○ TRISTEZZA

SCOPRI la CAUSA

In quali situazioni è più probabile che proverei l'emozione che hai spuntato?

_____

_____

_____

RISCRIVI IL COPIONE

Fai l'esempio di una volta in cui quell'emozione è sfuggita al tuo controllo

_____

_____

_____

Come avresti potuto reagire per far andare le cose diversamente?

_____

_____

_____

MODELING

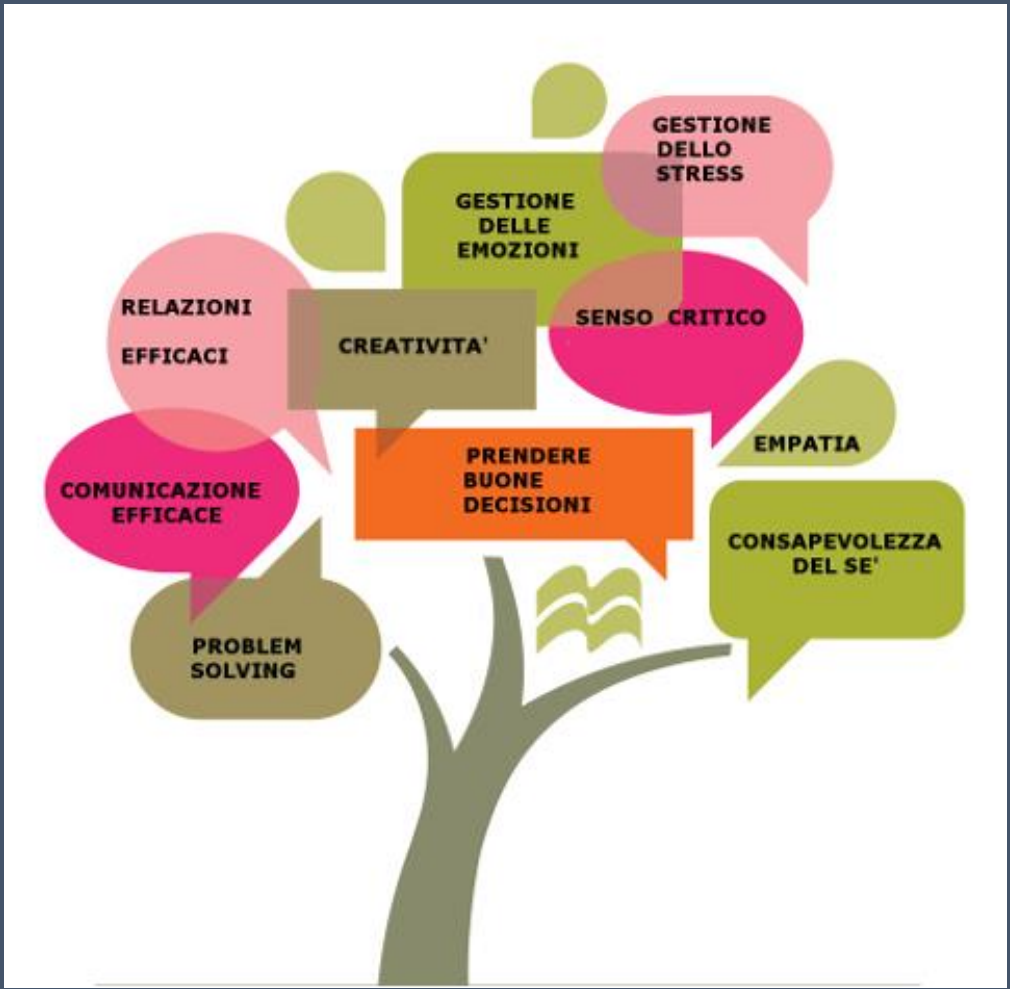
Apprendimento per imitazione

LA FIGURA ADULTA

Il ruolo di rinforzo di genitori e insegnanti

ACQUISIRE TECNICHE E ALLENARSI

Come nell’allenamento sportivo, l’acquisizione delle tecniche trae vantaggio dalla ripetizione: non basta conoscere le strategie, bisogna scegliere le migliori per sé e metterle in atto intenzionalmente.



Le 10 competenze di vita indicate dall’Organizzazione Mondiale della Sanità