

LIFE SKILLS

Metodologie educative che sviluppano competenze di vita

Il progetto **Life skills training**, che viene attuato in tutte le classi della Scuola Secondaria e nelle classi Terze, Quarte e Quinte della Scuola Primaria, è stato introdotto nel nostro Istituto dall'anno scolastico 2011/2012 nella scuola Secondaria, e successivamente esteso anche alla scuola Primaria.

Promosso dalla Regione Lombardia e dall'Asl di Monza e Brianza, risponde alle indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità relative alla necessità di una educazione alla vita (life education) per tutti i bambini e adolescenti in età scolare, e anche al modello suggerito dalla Rete delle Scuole che promuovono salute, di cui fa parte il nostro Istituto.

Il Progetto **Life skills training** ha la finalità di prevenire l'abuso di alcool, tabacco e droghe agendo sui fattori di contesto e psicologici individuali che possono indurre al consumo di sostanze, ma la sua metodologia è stata in seguito applicata anche ad altri ambiti e alla prevenzione di ogni forma di dipendenza, come il gioco d'azzardo patologico o l'uso sconsiderato delle tecnologie informatiche e digitali.

Il personale di ruolo della scuola è stato nel triennio debitamente formato ad operare all'interno delle classi con modalità di intervento efficaci e adeguate all'età dei ragazzi.

Obiettivi del Progetto di sviluppo delle competenze di vita

I comportamenti dei ragazzi adolescenti non dipendono solo dagli insegnamenti morali o dalla educazione ricevuta o dalla consapevolezza dei rischi che corrono, ma dal desiderio, che negli adolescenti diventa imperioso, di staccarsi dalle figure adulte per costruirsi una propria individualità, spesso in contrapposizione con il modello adulto, e del bisogno di essere accolti, accettati, stimati dal gruppo dei pari.

Per costruire una resistenza a tali pulsioni, per annullare l'effetto sorpresa determinato dalle situazioni in cui potranno imbattersi negli anni a venire, alcuni momenti critici vanno previsti e preparati, vanno in un certo senso anticipati e prefigurati non a parole, ma con attività pratiche (copioni e simulazioni di situazioni immaginate).

Per questo 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 prevenzione del disagio psicologico e di rafforzamento dei fattori di protezione contro ogni forma di dipendenza.

Aree di intervento:

Abilità personali: realistica immagine di sé, capacità di risolvere problemi e prendere decisioni, gestione dei sentimenti, sicurezza e padronanza di sé.

Abilità sociali: capacità di interazione sociale, di comunicazione efficace, di empatia, di affermazione di sé e di gestione dei conflitti.

Abilità di resistenza sociale: consapevolezza dell'influenza dei media, resistenza alla pressione dei pari, sviluppo del pensiero critico.

Strategie:

Le tecniche utilizzate nella metodologia di *didattica attiva* sono soprattutto:
brain storming
peer to peer (apprendimento tra pari)
modeling (apprendimento per imitazione)
circle time (disposizione in cerchio durante lo svolgimento dell'unità)
simulazione di comportamenti positivi
ripetizione pratica di comportamenti positivi

Temi trattati:

Orientamento: immagine di sé – prendere decisioni

Sostanze psicotrope: tabacco – alcool – droghe

Comunicazione: abilità comunicative

Rapporto con gli altri: abilità sociali - risolvere conflitti

Sentimenti ed emozioni: gestione dell'ansia e della rabbia – assertività

Ricadute sull' ambiente di apprendimento

Favorisce l'utilizzo della *didattica attiva* anche in ambiti

disciplinari: metodologia didattica che rende l'alunno parte attiva del proprio apprendimento

Il progetto è anche un intervento di forte valenza educativa, atto a migliorare i rapporti all'interno della classe

Migliora i fattori personali coinvolti nel processo di

apprendimento: conoscenze, comportamenti, atteggiamenti, sentimenti.

LIFE SKILLS

Progetto triennale Scuola Secondaria

Unità	N°. ore Classe Prima	N°. ore Classe Seconda	N°. ore Classe Terza
0. Introduzione al programma	1	0	0
1. Immagine di sé e automiglioramento	2	1	1
2. Prendere decisioni	1	1	1
3-6. Uso sostanze/Abuso di droghe	4	1	1
7. Pubblicità/Influenza dei media	1	1	1
8. Violenza e media Opzionale	1	0	0
9. Gestione dell'ansia	1	1	1
10. Gestione della rabbia Opzionale	1	1	1
11. Abilità comunicative	1	1	0
12-13. Abilità sociali	2	1	1
14. Assertività	1	1	1
15. Risoluzione dei conflitti	1	1	1
16. Resistenza alla pressione dei pari	0	1	1
Totale	15/17 h	11/12 h	10 h

Life skills e gioco d'azzardo

A partire dall'anno scolastico 2015/2016 alle consuete unità del Progetto Life skills training si è aggiunta, nel percorso della classe terza, l'unità dedicata alla problematica del gioco d'azzardo.

Il gioco d'azzardo, di cui diverse inchieste e studi scientifici denunciano una preoccupante crescita anche tra giovani e giovanissimi, in parte collegabile alla possibilità offerta dai giochi on-line, **si configura come una forma di dipendenza, in tutto simile alle dipendenze da alcool, fumo o sostanze stupefacenti**. Si è anzi osservato che ogni forma di dipendenza tende a trascinare con sé altre dipendenze e che al gioco d'azzardo spesso si associa l'uso di sostanze stupefacenti.

Come per altri comportamenti a rischio, anche sul gioco d'azzardo agiscono fattori predisponenti di varia natura, caratteriali, sociali o ambientali. La prevenzione del gioco d'azzardo può dunque avvenire attraverso un percorso culturale protettivo che agisca sui meccanismi psicologici e comportamentali alla base del fenomeno. Quindi un intervento orientato al rafforzamento delle cosiddette life skills appare decisamente adatto allo scopo, in quanto centrato sulla pratica di comportamenti salutari all'interno di un contesto di gruppo favorente l'apprendimento tra pari.

Va precisato che l'unità del progetto dedicata al gioco d'azzardo, destinata espressamente alla terza annualità del percorso, è un'integrazione del programma di Life skills training, che ne riprende struttura, temi e modalità di implementazione, ma la cui efficacia deriva dallo svolgimento dell'intero programma triennale.

L'unità viene anche rafforzata dagli strumenti matematici di cui i ragazzi si attrezzano affrontando uno degli obiettivi di apprendimento delle scienze matematiche presente nelle indicazioni Nazionali 2012: *in semplici situazioni aleatorie, individuare gli eventi elementari, assegnare a essi una probabilità, calcolare la probabilità di qualche evento, scomponendolo in eventi elementari disgiunti*.