

## LifeSkills Training Program Lombardia

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha individuato un nucleo fondamentale di abilità psico-sociali (*Decision making, Problem solving, Creatività, Senso critico, Comunicazione efficace, Relazioni interpersonali, Autocoscienza, Empatia, Gestione delle emozioni, Gestione dello stress*) che, indipendentemente dal contesto socio-culturale di riferimento, sono ritenute centrali nella promozione della salute. Si tratta delle *life skill*, definite come "...quelle competenze sociali e relazionali che permettono ai ragazzi di affrontare in modo efficace le esigenze della vita quotidiana, rapportandosi con fiducia a se stessi, agli altri e alla comunità...".

Nel panorama nazionale ed internazionale, le attività di prevenzione in ambito scolastico basate sul potenziamento delle *life skill* rappresentano uno degli approcci innovativi più efficaci per quanto riguarda l'intervento con gli studenti. Gli interventi basati sul potenziamento delle *life skill* si sono dimostrati efficaci nella promozione della salute e nella prevenzione di molti comportamenti a rischio, specie se rivolti a giovani in età evolutiva (ad es. studenti delle scuole primarie, secondarie di primo grado).

Il potenziamento delle *life skill* è anche uno strumento utile nell'attività didattica quotidiana perché consente ai docenti di sperimentare una metodologia di lavoro attivo e di costruire relazioni positive con gli studenti; allo stesso tempo, rinforzando la motivazione e l'autoconsapevolezza permette agli studenti di migliorare i propri apprendimenti e di interagire positivamente nei contesti formativi.

### Il LifeSkills Training

Il *LifeSkills Training program* è un programma di prevenzione all'uso e abuso di sostanze validato scientificamente e dimostratosi capace di ridurre il rischio a lungo termine dell'uso/abuso di alcol, tabacco e droghe (ma anche violenza e bullismo). Il programma è stato sviluppato negli Stati Uniti dal dott. Gilbert J. Botvin il quale sperimenta e verifica la validità del programma da oltre trent'anni e dal 2008 è stata avviato il suo adattamento per l'Italia.

#### Caratteristiche principali e aree di intervento

Il *LifeSkills Training* è un programma educativo-promozionale che si focalizza sulle capacità di resistenza all'adozione di comportamenti a rischio all'interno di un modello più generale di incremento delle abilità personali e sociali. In particolare il programma agisce su:

- competenze personali, quali *problem-solving, decision-making*;
- abilità sociali, quali l'assertività o la capacità di rifiuto;
- percezioni e informazioni sulle sostanze.

Il programma mira ad aumentare nei soggetti le capacità di gestione delle sfide quotidiane 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.) e 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 droghe, ridurre la vulnerabilità e la suscettibilità alla pressione esterna e diminuire così il ricorso alle droghe.

#### In che cosa il Life Skills Training si differenzia dagli altri programmi di prevenzione

Il programma *Life Skills Training* si differenzia da altri programmi di prevenzione perché:

- si basa su evidenze scientifiche sulle cause e i fattori determinanti il consumo di sostanze;
- ha un approccio comprensivo: non si focalizza solamente su un aspetto del problema dell'abuso di sostanze ma affronta tutti i più importanti fattori che conducono gli adolescenti ad utilizzare droghe, siano essi individuali o sociali;
- utilizza metodi efficaci di promozione di abilità;
- 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 di 3 anni;
- la sua efficacia è stata dimostrata da diverse ricerche, sia relativamente ai fattori di rischio e di protezione sia al consumo di tabacco, alcol e altre droghe. Gli effetti sono stati riscontrati sia a breve (1 anno) che a lungo termine (3/7 anni).

Per maggiori informazioni: [www.lifeskillstraining.com](http://www.lifeskillstraining.com); [www.ored-lombardia.org](http://www.ored-lombardia.org)

## **La sperimentazione del LifeSkills Training in Lombardia**

L'Ufficio Scolastico Regionale e la Regione Lombardia (DG Famiglia, Conciliazione, Integrazione e Solidarietà sociale e DG Sanità), nell'ambito del più ampio Accordo di collaborazione per lo sviluppo di attività di promozione della salute rivolte alle Scuole secondarie di primo grado, promuovono la sperimentazione del LST a livello territoriale in 100 Scuole secondarie di primo grado (per un max di 600 docenti formati e 600 classi prime coinvolte).

L'individuazione di tali scuole avverrà nei territori, secondo le modalità concordate a livello locale dai referenti provinciali per la promozione della salute degli UST.

La sperimentazione triennale (che si svolgerà negli aa.ss. 2011-12, 2012-13 e 2013-14) si propone il raggiungimento di alcuni obiettivi specifici rispetto ai destinatari a cui si rivolge:

<b>DESTINATARI</b>	<b>OBIETTIVI SPECIFICI</b>
STUDENTI	Accrescere il bagaglio di risorse personali (life skill) negli studenti delle scuole secondarie di primo grado, in quanto fondamentali fattori protettivi del consumo di sostanze
INSEGNANTI	Rinforzare le competenze educative degli insegnanti in tema di alcol e droghe (all'interno di un approccio globale al benessere delle persone) attraverso

	l'implementazione del LST Program
GENITORI	Rinforzare le funzioni educative dei genitori in tema di alcol e droghe
SCUOLA	Fornire alla Scuola strumenti di intervento validati coerenti con i principi ispiratori della rete di Scuole che Promuovono Salute (SPS)

La sperimentazione del LST richiede alle Scuole individuate dall'USR:

- la formalizzazione da parte del Dirigente Scolastico dell'adesione al programma triennale (aa.ss. 2011-12, 2012-13 e 2013-14), secondo le modalità definite dall'USR, prevedendo la realizzazione del programma in almeno il 75% delle classi prime
- la formazione dei docenti della Scuola da parte di operatori delle ASL per l'utilizzo del Programma
- il coinvolgimento costante dei docenti alle fasi della sperimentazione,
- la realizzazione da parte dei docenti delle attività educative/preventive rivolte agli studenti a partire dalle Classi I nell'a.s. 2011-12 (e a seguire nelle II e nelle III nei successivi aa.ss.)
- la partecipazione dei docenti formati ai momenti di accompagnamento metodologico
- la partecipazione della Scuola alle attività di valutazione dell'impatto e dell'efficacia della sperimentazione stessa

La sperimentazione del LST offre:

- la possibilità di sperimentare l'utilizzo di un programma di promozione della salute che ha dimostrato la sua efficacia preventiva
- la formazione e l'accompagnamento metodologico dei docenti da parte di personale specializzato delle ASL
- la disponibilità gratuita per le Scuole di materiale didattico e sussidi per docenti e studenti
- la condivisione della sperimentazione con altre 100 Scuole della Regione
- la possibilità di prevedere la realizzazione di percorsi formativi rivolti ai genitori
- il riconoscimento dell'aggiornamento dei docenti
- il riconoscimento da parte dell'USR dell'adesione della Scuola

Operativamente

- Entro fine giugno il Dirigente Scolastico aderisce formalmente alla sperimentazione triennale e indica i nominativi dei docenti coinvolti
- Nei mesi di settembre-ottobre 2011 i docenti individuati dalle Scuole parteciperanno a Corsi di Formazione della durata indicativa di 2 giornate, organizzati dalle ASL e dagli UST in ogni Provincia della Lombardia
- Entro la fine del mese di ottobre, e secondo le modalità definite al termine dei percorsi formativi, saranno avviati i percorsi preventivi rivolti agli studenti (della durata di 18 ore complessive, distribuite in 15 sessioni a cadenza settimanale o organizzate in modo intensivo)
- Nel corso dell'anno scolastico, saranno organizzati due/tre incontri di accompagnamento dei percorsi educativi avviati; inoltre, potranno essere realizzate osservazioni in classe da parte degli operatori, utili alla validazione della sperimentazione stessa

- Al termine di ogni sessione preventiva svolta in classe i docenti coinvolti saranno invitati a compilare una scheda di monitoraggio e di rilevazione dell'impatto del programma
- Prima dell'avvio del programma e successivamente alla conclusione delle sessioni, un campione di studenti – individuato a livello regionale con criteri di rappresentatività – sarà coinvolto nella somministrazione di un questionario di valutazione

**Per ogni informazione è possibile rivolgersi a:**  
[prevenzione.dipendenze@regione.lombardia.it](mailto:prevenzione.dipendenze@regione.lombardia.it)