

# PROMOZIONE DELLA SALUTE A SCUOLA

## UNPLUGGED

Secondaria di 2° grado

### ATS Insubria

Nel panorama nazionale ed internazionale, le attività di prevenzione in ambito scolastico basati sul potenziamento delle Life Skill, rappresentano uno degli approcci innovativi più efficaci per quanto riguarda l'intervento con gli studenti, in quanto la prevenzione fondata sull'informazione è necessaria ma non sufficiente a modificare gli atteggiamenti e i comportamenti.

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ATS Insubria

# UNPLUGGED

Secondaria di di 2° grado, classi prime

## DESCRIZIONE

Unplugged è un programma educativo-promozionale la cui efficacia è stata validata scientificamente che mira ad aumentare le capacità di gestione delle sfide quotidiane e favorisce un maggior senso di controllo personale. Il programma interviene sui diversi fattori implicati nell'uso e abuso di sostanze, sia relativamente alle influenze esterne - ambiente, media, pari, ecc. - sia a fattori psicologici interni - ansia sociale, bassa autostima, propensione a ricercare emozioni forti, ecc.

## OBIETTIVI SPECIFICI

### STUDENTI/STUDENTESSE

- Accrescere il bagaglio di risorse personali e potenziare le seguenti abilità interpersonali (life skills) in quanto fondamentali fattori protettivi del consumo di sostanze:

- comunicazione efficace
- abilità sociali
- autoconsapevolezza
- empatia
- gestione di emozioni e stress
- autoefficacia
- efficacia collettiva
- pensiero critico
- pensiero creativo
- soluzione dei problemi
- capacità di prendere decisioni

- Modificare le errate convinzioni sulla diffusione e l'accettazione di comportamenti a rischio.

- Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive

- Sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze

### INSEGNANTI

- Rinforzare le competenze formative ed educative nell'ambito della gestione dei gruppi e la comunicazione efficace, utili alla promozione della salute e alla prevenzione
- Approfondire la conoscenza del modello dell'influenza sociale, delle life skills e il loro ruolo nella prevenzione scolastica del uso di sostanze

### SCUOLA

Disporre strumenti di intervento validati e coerenti con i principi ispiratori della Rete di Scuole che Promuovono Salute (SPS).

## AZIONI PREVISTE

Il programma utilizza metodologie interattive ed è condotto da insegnanti che hanno seguito una formazione specifica. Si articola in 12 unità didattiche, di circa un'ora ciascuna, che si sviluppano nell'arco di un anno scolastico. I corsi di formazione e i materiali forniti sono gratuiti per le scuole che intendono aderire al programma.

### INFORMAZIONI E MODALITA' DI ADESIONE

Per maggiori informazioni e per aderire al programma inviare una mail a:  
[promosalutevarese@ats-inubria.it](mailto:promosalutevarese@ats-inubria.it) - [promosalutecomo@ats-inubria.it](mailto:promosalutecomo@ats-inubria.it)