

PROGRAMMA UNPLUGGED

Life Skill, Promozione della Salute e Prevenzione

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 Programma Unplugged

Unplugged è un programma educativo-promozionale, basato sulla ricerca, che ha dimostrato la sua efficacia preventiva in molti studi e che si focalizza sul rafforzamento delle capacità di resistenza all'adozione di comportamenti a rischio da parte degli adolescenti, 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 Unplugged si differenzia dagli altri programmi di prevenzione

Il programma Unplugged si differenzia da altri programmi di prevenzione perché:

- si basa su evidenze scientifiche sulle cause e i fattori determinanti il consumo di sostanze e gli altri comportamenti a rischio;
- affronta tutti i più importanti fattori, individuali e sociali, che conducono gli adolescenti ad adottare comportamenti a rischio, tra cui il fumo di tabacco, l'uso di droghe e l'abuso di alcol;
- utilizza metodi efficaci per la promozione di abilità e competenze trasversali (ad es. pensiero critico, creatività, capacità decisionali, problem solving, comunicazione efficace, capacità di relazione interpersonale, empatia, autoconsapevolezza, gestione delle emozioni e dello stress);
- fornisce agli Insegnanti e agli Studenti elementi di conoscenza, sussidi didattici e strumenti utili alla gestione delle situazioni di gruppo e di quelle a rischio
- è strutturato in unità di lavoro dettagliate e si integra con il curriculum didattico e formativo del primo ciclo delle scuole secondarie di secondo grado.

Per maggiori informazioni:

<http://www.oed.piemonte.it/unpluggeditalia/index.php>

OBIETTIVI SPECIFICI DEL PROGRAMMA

Il programma si propone il raggiungimento di alcuni obiettivi specifici rispetto ai destinatari a cui si rivolge:

STUDENTI

- Accrescere il bagaglio di risorse personali e potenziare le abilità interpersonali (life skill) degli studenti delle scuole secondarie di secondo grado, in quanto fondamentali fattori protettivi del consumo di sostanze
- Correggere le errate convinzioni dei ragazzi sulla diffusione e l'accettazione di comportamenti a rischio.
- Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive e sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze

INSEGNANTI

- Rinforzare le competenze formative ed educative degli insegnanti in particolare per quanto riguarda la gestione dei gruppi e la comunicazione efficace, utili alla promozione della salute e alla prevenzione, attraverso la realizzazione di Unplugged nelle classi
- Approfondire la conoscenza del modello dell'influenza sociale, le life skills e il loro ruolo nella prevenzione scolastica dell'uso di sostanze e nella promozione della salute degli studenti

SCUOLA

- Fornire alla Scuola strumenti di intervento validati coerenti con i principi ispiratori della Rete di Scuole che Promuovono Salute (SPS)

L'adesione al programma Unplugged richiede

- la formalizzazione da parte del Dirigente Scolastico dell'adesione al programma
- la formazione dei docenti della Scuola da parte di operatori delle ATS per l'utilizzo del Programma

- la realizzazione da parte dei docenti delle attività educative/preventive rivolte agli studenti nelle Classi I
- la partecipazione dei docenti formati ai momenti di accompagnamento metodologico

Per ogni ulteriore chiarimento è possibile contattare:

promosalute@ats-insubria.it

promosalutecomo@ats-insubria.it

ATS Insubria

U.O.S. Promozione della Salute

Sede Territoriale di Como

031/370.867-617

Sede Territoriale di Varese

0332/277.558-577