



# Life Skills Training

promozione della salute a scuola

L'équipe di  
**Promozione della  
Salute - ATS Brianza**  
invita i dirigenti e i  
docenti delle scuole  
aderenti alla  
**Rete SPS** all'incontro  
di presentazione del  
Programma validato  
**Life Skills Training  
Secondaria**



# PROGRAMMI VALIDATI

Sistema Socio Sanitario  
Regione Lombardia  
ATS Brianza

## METODO EVIDENCE BASED

Life Skills Training  
PRIMARIA

Illustration of five diverse children holding hands in a circle.

Scuola primaria  
terza, quarta e  
quinta

Promuovi il benessere a scuola con LST!

LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM

Illustration of a group of children outdoors, with one boy in the foreground wearing glasses and a grey jacket.

Scuola Secondaria  
1° grado tutte le  
classi

Promuovi il benessere a scuola con

UNPLUGGED!

Illustration of a group of people standing with their backs to the camera, embracing each other against a sunset background.

Scuola Secondaria  
Superiore, classi prime



FAMILY SKILLS  
tutti i  
gradi di  
scuola

Illustration of a diverse group of people, including men and women of various ages, smiling.

SKILL AT STAKE  
peer education  
per promuovere la salute a scuola

4X3h = 12h  
incontri di formazione online o in presenza (se possibile) per diventare PEER EDUCATOR nella tua scuola

+20h  
PROGETTAZIONE di EVENTI & CAMPAGNE di PROMOZIONE della SALUTE rivolte ai tuoi compagni e alla popolazione scolastica.

chi può candidarsi?  
Gli studenti di classe terza.

I coordinatori di classe, tutti i docenti interessati e i peer educator senior possono proporre una rosa di candidati.

I candidati saranno selezionati dal personale di Spazio Giovani il 30 ottobre 20 su GMEET

La peer education fa per te se:

Sei uno/a studente che vuole vivere la scuola in modo ATTIVO.

Se hai il desiderio di PROMUOVERE SALUTE e BENESSERE tra i tuoi compagni e amici, su questi temi:

- benessere a scuola nell'era del COVID-19, rispettando i protocolli sanitari, recuperare le relazioni sociali e le emozioni: la salute insieme alla sicurezza.
- benessere quotidiano tra dipendenze e consumi: uso di sostanze, gioco d'azzardo, videogiochi, fenomeni della rete (cyberbullismo, sexting, revenge porn, hate speech, fake news, vamping etc.).

... e se vuoi sviluppare le tue COMPETENZE:

- digitali (social media strategy);
- comunicative (public speaking, storytelling);
- di lavoro in team e autonomo;
- di ascolto e relazione.

Scuola Secondaria  
Superiore, classi terze  
agiscono su tutta la scuola,  
collaborano per realizzare  
Unplugged

# CHE COSA EVITARE?

## QUANDO SI FA PROMOZIONE DELLA SALUTE A SCUOLA

incontri e progetti a spot scollegati tra loro, proposti da enti non accreditati o attivati su singola iniziativa

conduzione di soli esperti esterni

approcci informativi e nozionistici

approcci esclusivamente frontali

coinvolgimento dei soli studenti come target



# CHE COSA FARE INVECE?

## PER PROMUOVERE SALUTE A SCUOLA



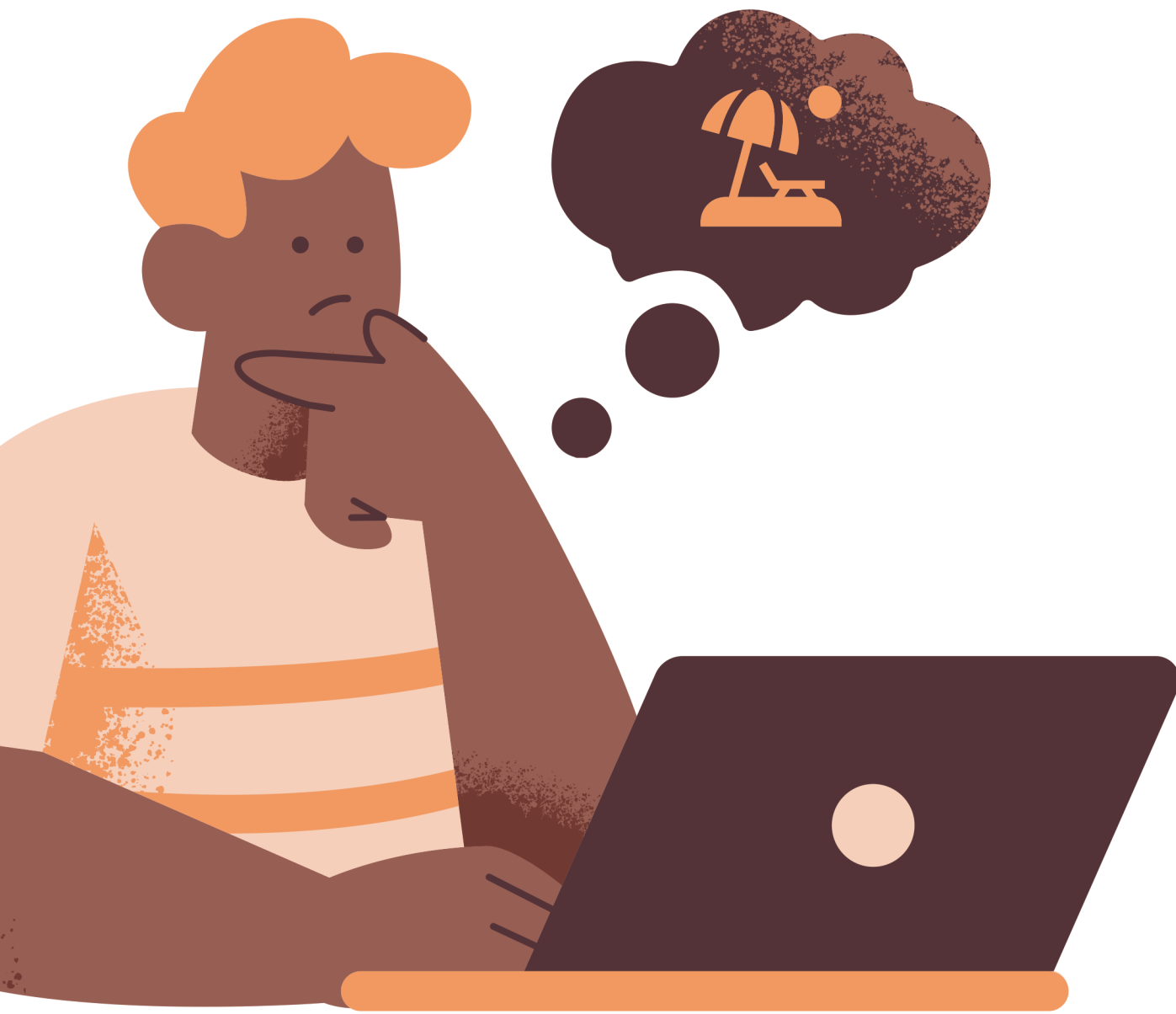
**i programmi che hanno una continuità nel tempo e che accompagnano gli studenti nel loro sviluppo sono considerati i più efficaci dalla letteratura scientifica (health literacy)**

**i programmi condotti dai docenti, quindi da chi ha una relazione continuativa con gli studenti, hanno un impatto maggiore e significativo perchè sono figure educative di riferimento, l'esperto esterno rischia di essere più simile a una meteora**



# **CHE COSA FARE INVECE?**

## **PER PROMUOVERE SALUTE A SCUOLA**



**i programmi che allenano competenze di vita e si avvalgono di metodi attivi riescono ad accompagnare gli studenti nel loro sviluppo e nell'esercitarsi in un contesto protetto**

**le sole informazioni non fanno cultura e non modificano i comportamenti: inoltre le informazioni ormai sono fin troppo disponibili, la capacità da allenare è quella del pensiero critico e della gestione delle emozioni per mettere al vaglio le info (quali sono credibili e affidabili?)**

**coinvolgere le famiglie per dare continuità ai programmi anche nel contesto familiare e comunitario**





# CHE COSA FA LA DIFFERENZA?

**coinvolgimento e protagonismo dei ragazzi genera interesse**  
**processo di emersione di bisogni dal basso**  
**tecniche di insegnamento attivo**  
**configurazione del setting adatto a ciò che si fa**  
**esercizio e rinforzo calibrato delle life skills**  
**rafforzamento dei legami in classe e con gli adulti**

**... tutto questo ha una ricaduta anche didattica e sulla qualità degli apprendimenti, anche quelli cognitivi**

**SOLO CHI STA BENE IMPARA**





Le **life skills** sono abilità di vita, psicosociali e interpersonali cruciali per fronteggiare efficacemente richieste e sfide della vita quotidiana

Sono fattori di protezione che hanno un ruolo fondamentale nella promozione della salute (WHO, 1994)

## Che cos'è LST Program?

LST è un programma educativo di promozione della salute validato scientificamente e dimostratosi capace di ridurre a lungo termine il rischio di abuso di alcol, tabacco, droghe e comportamenti violenti. Fornisce ai giovani un modo di imparare e allenare le abilità di vita

Nel 2010 Regione Lombardia, in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Regionale, ha adottato LST come programma preventivo in campo socio-sanitario, adattando il programma originale dello statunitense di Gilbert J. Botvin al contesto italiano



# LST Program in ATS Brianza

**34** Primarie

**30** Secondarie

ogni anno formiamo dai  
**400** ai **500** docenti

raggiungendo **9 mila** studenti





# Life Skills

**Empatia**

**Autoconsapevolezza**

**Comunicazione efficace**

**Abilità sociali**

**area relazionale**

**Gestione delle emozioni**

**Gestione dello stress**

**area emotiva**

**Risolvere  
problemi**

**Prendere decisioni**

**Pensiero creativo**

**Pensiero critico**

**area cognitiva**

# Com'è fatto **LST Secondaria?**

LST si estende in 3 livelli.

Il 1° livello è rivolto alle classi prime della scuola secondaria di primo grado  
A seguito, 2 annualità di rinforzo.

- Livello 1: 15 unità di lavoro
- Livello 2: 10 unità di lavoro
- Livello 3: 9 unità di lavoro

Sono gli stessi docenti formati a condurre le unità di **LST SECONDARIA** nelle classi

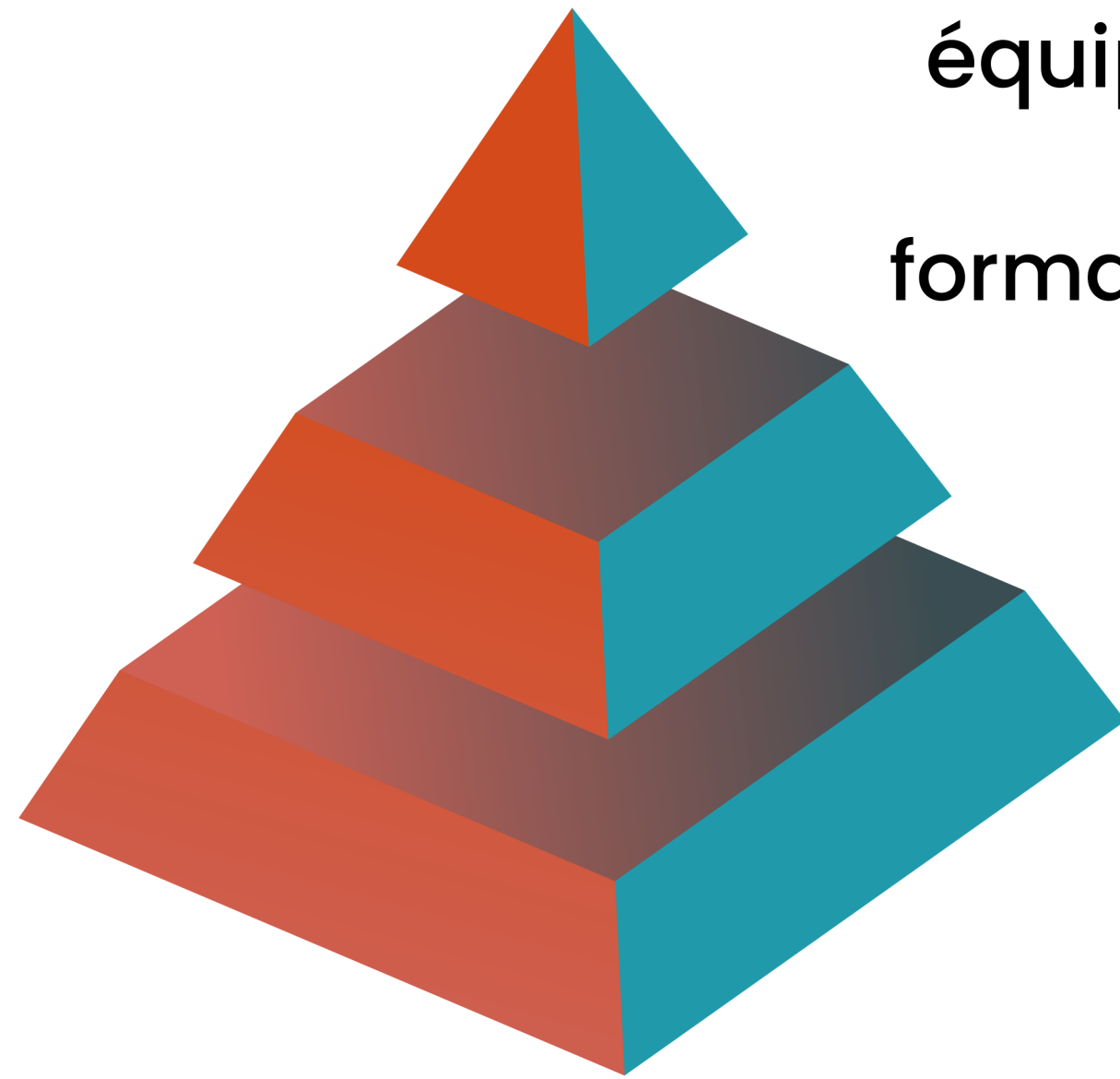
La scuola aderisce al progetto, attraverso il consenso del dirigente.  
Si consiglia il coinvolgimento di almeno il **30% dei docenti del consiglio di classe**

- Livello 1: 19h
- Livello 2: 14h
- Livello 3: 10h





# un approccio globale



équipe promozione della salute ATS e ASST

formatori e consulenti abilitati delle ATS, ASST,  
Terzo Settore, Docenti Senior

dirigenti e docenti

studenti

# struttura formazione docenti

L1: due incontri di formazione full-day  
oppure quattro incontri da 4 h

L2/3: due incontri di formazione full-day oppure  
quattro incontri da 4 h

2 incontri di monitoraggio e supervisione\* da 2h  
nel corso dell'a.s. Uno intorno a gennaio/febbraio,  
l'altro tra maggio e giugno

TOT. 20 h per ogni livello



**I formatori accompagnano i docenti che implementano LST in classe per tutto l'a.s. e sono disponibili offrire consulenza su richiesta**





# dove ci si forma

In scuole del territorio che possono ospitare la formazione e unire gli interessati che abitano nelle vicinanze

Nelle scuole di nuova adesione purchè il numero degli iscritti sia di almeno **15 docenti**



# DOMANDE & RISPOSTE





*Lidia Frattallone*

*039 3940248*

**lidia.frattallone@ats-brianza.it**

**<https://www.ats-brianza.it/it/scuola>**