

*Documento tecnico regionale*  
**LIFESKILLS TRAINING**  
**LOMBARDIA**

**Scuola secondaria di primo  
grado**



# **DOCUMENTO TECNICO REGIONALE**

## **LIFESKILLS TRAINING LOMBARDIA**

### **SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO**

**Regione Lombardia – DG Welfare – UO Prevenzione**

**Anno di avvio:** a.a. 2011/2012 – In corso

Questo documento tecnico descrive in modo schematico e analitico il processo di implementazione del Programma LIFESKILLS TRAINING LOMBARDIA – SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO a livello territoriale, precisandone attori, fasi, modalità operative e risorse necessarie. Funge da Linea guida per l'implementazione e la rendicontazione appropriate di quanto realizzato.

### **INQUADRAMENTO E OBIETTIVO GENERALE DEL PROGRAMMA**

Il programma LifeSkills Training (LST) rappresenta nel panorama mondiale uno dei programmi di prevenzione che ha dimostrato maggiore efficacia preventiva verso una ampia serie di comportamenti a rischio.

LST Lombardia, frutto di un percorso di traduzione e adattamento al contesto italiano della versione originale (Botvin et Al., USA) avviato nel 2007, è un programma educativo per prevenzione dei principali comportamenti a rischio per la salute (uso di droghe, abuso di alcol, fumo di tabacco, violenza) basato su strategie di rafforzamento delle abilità personali e sociali dei giovani.

Il Programma, nella cornice metodologica della Scuola che Promuove Salute, e quale strumento attuativo del PRP di Regione Lombardia nel setting scolastico, è stato integrato per permettere l'azione preventiva della Scuola (mediante l'ingaggio di docenti opportunamente formati e accompagnati) anche in tema di: gioco d'azzardo patologico, bullismo/cyber bullismo, infezioni sessualmente trasmissibili, corretta alimentazione e incremento dell'attività motoria.

LST, infatti, mira ad aumentare nei soggetti le capacità di gestione delle sfide quotidiane e a favorire un maggior senso di controllo personale. A tal fine interviene sui diversi fattori che favoriscono l'iniziazione all'uso di sostanze e agli altri comportamenti a rischio, siano essi relativi alle *influenze esterne* (l'ambiente, i media, i pari, ecc.) o a *fattori psicologici interni* (ansia sociale, bassa autostima, propensione a ricercare emozioni forti, ecc.). Utilizza una strategia educativo-promozionale e si focalizza sul rinforzo delle capacità di resistenza all'adozione di comportamenti a rischio, all'interno di un modello più generale di incremento delle abilità personali e sociali legate alla promozione della salute.

LST è inserito nella programmazione di Regione Lombardia dal 2011 fra i programmi preventivi regionali che supportano il consolidamento della collaborazione intersettoriale fra SSR e Scuola e l'attuazione del Piano Regionale Prevenzione.

## LifeSkills Training program – Scuola Secondaria

LST è inserito dal 2011 fra i programmi preventivi che supportano il consolidamento della collaborazione intersettoriale fra Servizi e Scuola, con particolare riguardo a quelle aderenti alla Rete delle Scuole che promuovono salute – SPS. In particolare, LifeSkills Training è stato inserito da DG Welfare fra i programmi che concorrono al raggiungimento degli obiettivi del Piano Regionale Prevenzione, in linea con quanto previsto dal Piano Nazionale Prevenzione. Il coordinamento operativo delle attività è affidato alla SC Servizio Regionale Supporto Piani e Programmi di Promozione della Salute e Attività di Documentazione alla Salute di ATS Milano (Unità Operativa a valenza regionale Promozione della Salute).

Nel 2016 ha preso avvio il processo per il secondo adattamento italiano e l'estensione del Programma, con particolare attenzione a:

- l'integrazione del programma con il curriculum scolastico, la didattica per competenze e le competenze europee per l'apprendimento permanente;
- la programmazione verticale e la continuità educativa tra la scuola primaria e la scuola secondaria di I grado;
- l'ampliamento delle tematiche di salute toccate dal programma stesso.

Nel 2018, a seguito del lavoro del "Estensione LST", sulla base di quanto emerso è stato realizzato un secondo adattamento del programma che ha quindi implicato una revisione ed aggiornamento dei materiali della Scuola Secondaria. Per quanto riguarda Dall'a.s. 2019-20 ha preso avvio la diffusione ed implementazione nelle scuole del programma con la versione "estesa" e adattata del Manuale Insegnanti e delle Guide Studenti.

## STRUTTURA DEL PROGRAMMA

LST è proposto agli alunni a partire dalle classi Prime, con sessioni di rinforzo in Seconda e in Terza. I temi trattati durante la prima annualità sono ripresi durante i successivi due anni scolastici in un'ottica di rafforzamento delle abilità e competenze, considerate quali fattori predisponenti all'apprendimento.

La tabella che segue sintetizza lo schema triennale del percorso previsto:

| UNITA'                                | 1° anno | 2° anno | 3° anno |
|---------------------------------------|---------|---------|---------|
| 0. Introduzione al programma          | 1       | 1       | 1       |
| 1. Immagine di sé e automiglioramento | 2       |         |         |
| 2. Prendere decisioni                 | 2       | 1       | 1       |
| 3-6. Uso sostanze / Abuso di droghe   | 4       | 2       | 1       |
| 7. Pubblicità / Influenza dei media   | 1       | 1       | 1       |
| 8. Violenza e media                   | 1       | 0       | 0       |
| 9. Gestione dell'ansia                | 2       | 2       | 1       |
| 10. Gestione della rabbia             | 1       | 1       | 1       |
| 11. Abilità comunicative              | 1       | 1       | 0       |
| 12-13. Abilità sociali                | 2       | 1       | 1       |
| 14. Assertività                       | 2       | 1       | 1       |
| 15. Risoluzione di conflitti          | 1       | 1       | 1       |
| Resistenza alla pressione dei pari    | 0       | 2       | 1       |
| TOTALE                                | 16/20 h | 11/14 h | 10/12 h |

## **REALIZZAZIONE DEL PROGRAMMA**

La realizzazione del Programma è affidata alla programmazione locale dalle Strutture di Promozione della Salute delle 8 ATS Lombarde. Per la realizzazione delle attività con le Scuole il sistema prevede il coinvolgimento di personale afferente alle ASST, CFI, Enti del Terzo settore coinvolti nella realizzazione del Piano GAP e del Piano Integrato Locale di Promozione della Salute. Di seguito sono illustrati i dispositivi organizzativi previsti e le fasi di realizzazione del Programma.

### **Processo di formazione e accompagnamento a cascata**

La prima delle attività propedeutiche all'implementazione del programma LST è la formazione degli operatori locali che a loro volta hanno il compito di formare gli insegnanti delle scuole aderenti. Per poter diffondere il programma nella logica della sostenibilità si è congegnato un dispositivo di formazione "a cascata". I formatori regionali sono ufficialmente abilitati per la formazione degli operatori dalla National Health Promotion Associates (NHPA) dello staff del prof. Botvin. I formatori regionali sono esperti nell'ambito della promozione della salute che dal 2011 utilizzano il LST e forniscono supporto metodologico alle ATS lombarde. Ogni ATS ha un gruppo di operatori locali che, con il coordinamento di un referente, forma gli insegnanti e li accompagna nella realizzazione di LST a scuola. Gli operatori locali vengono abilitati al programma LST partecipando ad una formazione regionale. Gli insegnanti sono abilitati all'utilizzo di LST partecipando a formazioni organizzate localmente.

### **Formazione regionale degli operatori**

A garanzia della coerenza e uniformità dell'implementazione del Programma, sono previste, all'interno di un framework organizzativo coordinato a livello regionale, delle sessioni formative condotte da Formatori abilitati dal National Health Promotion Associates (USA), rivolte agli operatori afferenti alle ATS, ASST, CFI e Enti del Terzo Settore coinvolti nella realizzazione del Piano GAP e del Piano Integrato Locale di Promozione della Salute. Gli operatori sono così abilitati alla formazione dei docenti che realizzano il programma in classe.

Il percorso formativo si struttura come segue:

- 14 ore per il Livello 1
- 14 ore per il Livello 2 - 3

Per il Livello 1, la formazione si propone di:

- presentare le caratteristiche del programma LST e i materiali di lavoro;
- spiegare i contenuti, il metodo e gli elementi chiave del programma LST;
- mostrare come ricerca e fondamenti teorici si applicano alla pratica dell'insegnamento;
- trasmettere metodi e tecniche di insegnamento specifici;
- dimostrare le abilità per implementare il programma LST con fedeltà;
- evidenziare il legame tra competenze per l'apprendimento permanente e life skills;
- proporre strategie per implementare il LST nel contesto scolastico.

Gli operatori abilitati per il Livello 1 e che hanno realizzato il programma possono partecipare alla formazione “di rinforzo” che abilita alla realizzazione del Livello 2 e 3 del programma

Per il Livello 2-3, la formazione si propone di:

- presentare le caratteristiche delle sessioni di rinforzo (Livello 2 e 3) del LST e i materiali di lavoro;
- rinforzare e rivedere i contenuti, il metodo di apprendimento e gli elementi chiave del programma LST nel corso della triennalità;
- affrontare le difficoltà incontrate nell'implementazione del Livello 1 e proporre strategie specifiche per il supporto alle scuole.

Le ATS comunicano entro marzo i fabbisogni formativi per i propri territori e tra aprile ed ottobre vengono organizzate edizioni formative regionali per formare gli operatori segnalati.

### **FASI OPERATIVE DELLA REALIZZAZIONE DEL PROGRAMMA CON LA SCUOLA**

| <b>FASI</b>                             | <b>STRUMENTI</b>  | <b>ATTORI</b>  |
|---|---|--|
| Adesione scuola                         | Presentazione del programma alla scuola<br><br>Richiesta di adesione<br><br>Formalizzazione dell'adesione della scuola al programma da parte del Dirigente Scolastico | Servizi<br>Promozione salute delle ATS                                 |
| Approvvigionamento materiali            | Fornitura di Manuali Insegnanti e Guide Studenti in formato digitale per insegnanti e in formato cartaceo per studenti  | Staff Regionale  |
| Formazione e accompagnamenti insegnanti | Erogazione del programma formativo come descritto nel paragrafo dedicato<br><br>Realizzazione incontri di accompagnamento periodici                                   | Servizi<br>Promozione salute delle ATS<br><br>ASST, CFI, Terzo Settore |
| Monitoraggio                            | Raccolta dei dati previsti dalle schede di monitoraggio delle unità svolte in classe dagli insegnanti attraverso la piattaforma LST                                   | Servizi<br>Promozione salute delle ATS<br><br>ASST, CFI, Terzo Settore |
| Conclusione attività annuali            | Incontro di chiusura<br><br>Raccolta e sistematizzazione dei materiali di monitoraggio<br><br>Produzione delle certificazioni   | Servizi<br>Promozione salute delle ATS<br><br>ASST, CFI, Terzo Settore |

## Adesione della Scuola

L'ingaggio delle Scuole è promosso localmente dalle ATS all'interno della programmazione locale di promozione della salute (Piani Integrati Locali per la promozione della salute - PIL). La presentazione del Programma al Dirigente Scolastico e ai docenti avviene attraverso incontri territoriali dedicati.

L'adesione al programma prevede:

- la formalizzazione da parte del Dirigente Scolastico dell'adesione con il coinvolgimento del Collegio Docenti e del Consiglio d'Istituto. Deve essere garantito l'impegno a realizzare il programma per almeno un triennio;
- la partecipazione di almeno il 75% delle classi prime presenti nella Scuola;
- l'adesione ai percorsi di formazione e accompagnamento metodologico previsti per i docenti coinvolti. È importante il coinvolgimento di un gruppo numeroso di insegnanti, per rendere sostenibile il programma;
- l'inserimento del programma all'interno del Piano Triennale dell'Offerta Formativa;
- l'attuazione da parte dei docenti delle attività in classe previste dal programma triennale;
- la partecipazione della Scuola alle attività di valutazione di processo attraverso la partecipazione ad incontri di accompagnamento e la compilazione di schede di monitoraggio delle attività svolte in classe.

## Materiali per la realizzazione del Programma

### *Piattaforma LST*

Al fine di supportare l'implementazione del Programma LST è stata creata la piattaforma <https://programmisaluteri.it/>. Si tratta di un portale interattivo per supportare le attività di studenti e insegnanti coinvolti nel programma LST, unitamente ad operatori delle ATS, ASST, e degli enti erogatori del terzo settore e privato accreditato.

La piattaforma ha previsto la profilazione dei seguenti ruoli utente:

- Docente – docenti che hanno svolto la formazione LST
- Operatore locale - operatori delle ATS, ASST, e degli enti erogatori del terzo settore e privato accreditato che hanno svolto la formazione LST
- Referente locale – operatore referente di ATS

All'interno della piattaforma i contenuti didattici e le schede di monitoraggio sono completamente digitalizzati. Inoltre, è possibile consultare news e materiali in condivisione.

| <b>FUNZIONALITÀ UTENTI</b>   |  |   |
|--|--|---|
| <b>Referenti Locali ATS</b>  | <b>Operatori Locali</b>  | <b>Docenti</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Consultazione delle guide dello studente e dei manuali dei docenti</li><li>• Visualizzazione e attivazione delle classi</li><li>• Creazione e gestione dei materiali in evidenza</li><li>• Creazione e gestione delle news</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Consultazione delle guide dello studente e dei manuali dei docenti</li><li>• Visualizzazione e attivazione delle classi</li><li>• Creazione e gestione dei materiali in evidenza</li><li>• Creazione e gestione delle news</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Consultazione delle guide dello studente e dei manuali dei docenti</li><li>• Creazione e visualizzazione delle classi</li><li>• Compilazione delle schede di monitoraggio</li></ul> |

|   |  |  |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestione dei monitoraggi</li> <li>• Gestione delle utenze (creazione ed esportazione)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestione dei monitoraggi</li> <li>• Gestione degli account docenti</li> </ul> |  |
|---|--|--|

### Manuali e Sussidi Didattici

Le diverse fasi di realizzazione del Programma si avvalgono di materiali specifici omogenei a livello regionale. In particolare:

| <b>Materiale</b>          | <b>Descrizione</b>   | <b>Destinatari</b>                       | <b>Dove si trova</b>  |
|---------------------------|--|--|---|
| <b>Manuali formazione</b> | Tre dispense specifiche per ogni livello di formazione   | Per formatori locali                     | In piattaforma<br><a href="https://programmisaluterl.it/">https://programmisaluterl.it/</a>   |
| <b>Manuali docenti</b>    | Tre dispense specifiche per le attività nelle classi terze, quarte e quinte:<br>Manuale dell'insegnante<br>Livello 1,<br>Livello 2,<br>Livello 3<br>Fascicolo Gioco d'azzardo      | Per formatori locali e docenti           | In piattaforma<br><a href="https://programmisaluterl.it/">https://programmisaluterl.it/</a>   |
| <b>Guide studenti</b>     | Tre quaderni personali per ogni studente per accompagnare le attività realizzate nelle classi terze, quarte e quinte<br>Guida dello Studente Livello 1,<br>Livello 2,<br>Livello 3 | Per formatori locali, docenti e studenti | In cartaceo per gli studenti<br>In piattaforma per formatori e docenti<br><a href="https://programmisaluterl.it/">https://programmisaluterl.it/</a> |

Regione Lombardia fornisce annualmente alle ATS una quota di materiale a titolo gratuito all'interno della programmazione.

Successivamente, le ATS si occupano della distribuzione agli enti erogatori e/o alle scuole. Inoltre, le ATS e/o gli erogatori possono acquistare eventuale materiale aggiuntivo sulla base delle esigenze locali.

Tempistiche: Entro aprile le ATS comunicano alla Regione i fabbisogni stimati di materiale per l'anno scolastico successivo.

### Formazione e accompagnamento degli insegnanti

I Docenti della Scuola Secondaria partecipano ad un percorso formativo e di accompagnamento metodologico che li abilita alla realizzazione del programma in classe.

Come illustrato in dettaglio nella sezione Formazione regionale operatori, il percorso formativo abilitante si struttura come segue:

- 14 ore per il Livello 1
- 14 ore per il Livello 2-3

Si raccomanda inoltre un incontro introduttivo anche all'inizio della realizzazione in classe terza per riprendere e rinforzare contenuti e metodo e accompagnare nell'organizzazione dell'anno.

Durante tutto l'anno scolastico i Docenti formati e attivi vengono supportati dai formatori: ai docenti formati è richiesta la partecipazione agli incontri di accompagnamento previsti e la compilazione di Schede di monitoraggio relative a ciascuna Unità di lavoro realizzata in classe.

Per la realizzazione delle attività in classe è prevista una griglia di programmazione compilata dai docenti del singolo consiglio di classe e condivisa con i formatori locali.

La partecipazione dei docenti alla formazione è attestata da fogli firma appositamente predisposti. A completamento del percorso formativo viene rilasciato dalle Strutture di Promozione della Salute delle ATS, secondo le indicazioni di DG Welfare - Regione Lombardia, un attestato individuale. L'attestato certifica la formazione del docente e il riconoscimento della formazione certificata rimane valido anche in caso di trasferimento del docente ad altro Istituto.

#### Monitoraggio delle attività

Al termine di ogni Unità del programma svolta in classe, l'insegnante che ha condotto l'attività compila una Scheda di monitoraggio.

La Scheda è uno strumento per sollecitare un pensiero riflessivo su quanto realizzato durante le unità e sulle specificità del gruppo classe. Permette di condividere tra insegnanti e operatori i punti di forza e le difficoltà incontrate durante l'attività in classe

La compilazione delle Schede consente di monitorare l'andamento della realizzazione delle unità nelle classi aderenti.

#### Chiusura delle attività

Al termine delle attività per ogni anno scolastico, gli operatori che accompagnano la realizzazione del programma verificano che le classi abbiano svolto tutte le unità previste per poter accedere al livello successivo del programma nell'anno scolastico seguente.

Gli operatori si occupano inoltre di raccogliere e sistematizzare i dati relativi alle attività di ciascun insegnante per certificare le unità svolte e la partecipazione agli incontri di formazione e accompagnamento.

## CALENDARIO TIPO DELLA REALIZZAZIONE DI LST SECONDARIA

La figura seguente illustra il calendario tipo della realizzazione delle attività durante l'anno scolastico.

|                                  |                    | settembre                    | ottobre                 | novembre | dicembre | gennaio                           | febbraio | marzo | aprile                      | maggio                            | giugno | luglio |
|----------------------------------|--------------------|------------------------------|-------------------------|----------|----------|-----------------------------------|----------|-------|-----------------------------|-----------------------------------|--------|--------|
| <b>Formatori Regionali</b>       | <i>realizzano</i>  | <b>Formazione Formatori</b>  |                         |          |          |                                   |          |       | <b>Formazione Formatori</b> |                                   |        |        |
| <b>Formatori Locali</b>          | <i>partecipano</i> |                              |                         |          |          |                                   |          |       |                             |                                   |        |        |
|                                  | <i>realizzano</i>  | <b>Formazione insegnanti</b> |                         |          |          | <b>Accompagnamento insegnanti</b> |          |       |                             | <b>Accompagnamento insegnanti</b> |        |        |
| <b>Docenti Scuola Secondaria</b> | <i>partecipano</i> |                              |                         |          |          |                                   |          |       |                             |                                   |        |        |
|                                  | <i>realizzano</i>  |                              | <b>Lavoro in classe</b> |          |          |                                   |          |       |                             |                                   |        |        |

## VALUTAZIONE E RENDICONTAZIONE DI PROCESSO

### Criteri di fedeltà e di continuità

Per una corretta realizzazione del programma, a garanzia di un'implementazione che ne preservi l'efficacia, sono stati individuati alcuni criteri e indicazioni che gli Istituti Scolastici devono rispettare e monitorare per tutto il periodo di svolgimento delle attività. Di seguito vengono dettagliati i principali criteri di fedeltà e di continuità.

#### Criteri di fedeltà:

- realizzazione di tutte le Unità previste
- rispetto della sequenza cronologica delle Unità
- interventi in classe a cadenza regolare (circa una volta ogni due settimane)
- utilizzo di metodi di insegnamento interattivi
- implementazione delle sessioni di rinforzo negli anni successivi

#### Indicazioni metodologiche per la continuità del programma:

- realizzazione del programma per un ciclo di almeno 3 anni e a partire dal 75% delle classi prime dell'Istituto
- partecipazione degli insegnanti agli incontri di accompagnamento
- compilazione delle schede di monitoraggio delle unità per descrivere il percorso realizzato in classe e verificare i criteri di fedeltà

### Strumenti di rendicontazione

Nella tabella di seguito sono illustrati gli strumenti per la rendicontazione del processo, suddivisi per fase di implementazione, dettagliando i materiali e i soggetti incaricati di produrli, raccogliarli e conservarli.

| <b>Fase</b>                             | <b>Materiali</b>  | <b>Chi</b>                          | <b>Tempi di rendicontazione</b>   |
|---|---|-------------------------------------|---|
| Adesione Scuole                         | Modulo di adesione sottoscritto dal DS<br><br>Anagrafica Scuole e classi aderenti   | Servizi Promozione salute delle ATS | Entro novembre: inserimento delle classi attive in piattaforma  |
| Formazione regionale                    | Anagrafica dei formatori abilitati nei diversi livelli del programma<br><br>Fogli firma degli incontri realizzati   | Staff Regionale                     | Staff Regionale monitora periodicamente gli operatori in attività   |
| Formazione e accompagnamento insegnanti | Anagrafica dei docenti abilitati nei diversi livelli e nelle diverse Scuole<br><br>Fogli firma incontri realizzati<br><br>Certificati attività (si veda il <i>Format Regionale allegato</i> ) | Servizi Promozione salute delle ATS | Entro novembre: inserimento dei docenti abilitati ed attivi in piattaforma<br><br>Entro settembre (anno scolastico) |

|                  |                           |         |  |
|------------------|---------------------------|---------|--|
|                  |                           |         | successivo):<br>produzione<br>Certificati<br>attività                                    |
| Lavoro in classe | Schede di<br>monitoraggio | Docenti | Entro giugno:<br>compilazione di<br>tutte le schede<br>di monitoraggio<br>in piattaforma |

### **Allegati:**

- Layout regionale programma
- Modulo adesione scuola, attestati, fogli firma
- Griglia di programmazione attività in classe