

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ATS Bergamo

**Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria**

*Certificato secondo la norma UNI EN ISO 9001*

**UOS Prevenzione delle Dipendenze**

**Responsabile: dott. Luca Biffi**

24125 Bergamo – Via B.go Palazzo n. 130 – padiglione 9 ☎ 035 2270 591- 586

*posta elettronica certificata (PEC): [protocollo@pec.ats-bg.it](mailto:protocollo@pec.ats-bg.it)*

*posta elettronica ordinaria (PEO): [protocollo.generale@ats-bg.it](mailto:protocollo.generale@ats-bg.it)*

# Anno Scolastico 2020 – 2021

Provincia di Bergamo

## SCUOLE SECONDARIE DI SECONDO GRADO

## E FORMAZIONE PROFESSIONALE

OFFERTA FORMATIVA PER

LA PROMOZIONE DELLA SALUTE

AI TEMPI DEL COVID

## **INDICE**

<b>Premessa</b>	<b>pag. 3</b>
<b>Sintesi dell'offerta formativa 2020 -2021</b>	<b>pag. 4</b>
<b>Rientro a scuola e impatto emotivo: alcuni semplici strumenti per sviluppare resilienza</b>	<b>pag. 5</b>
<b>Programmi di sviluppo delle Life Skills</b>	<b>pag. 7</b>
<b>Programma Unplugged</b>	<b>pag. 9</b>
obiettivi specifici	<b>pag. 10</b>
adesione al programma Unplugged	<b>pag. 11</b>
<b>Progetto Giovani spiriti</b>	<b>pag. 12</b>
Le fasi del progetto	<b>pag. 13</b>
Azioni parallele	<b>pag. 15</b>
<b>Calendario formazioni docenti e cronoprogramma progetti</b>	<b>pag. 16</b>
<b>Interventi di consulenza/supporto per situazioni di criticità connesse alla presenza di sostanze psicoattive</b>	<b>pag. 17</b>

## PREMESSA

L'anno scolastico 2020-'21 sarà sicuramente molto differente dai precedenti. Non solo per la diversa organizzazione dello spazio e del tempo scolastico, dovuto alle procedure necessarie a ridurre i rischi di contagio, ma anche per **l'impatto emotivo** che la pandemia, il lockdown, la nuova organizzazione scolastica, le incertezze sul futuro hanno avuto e avranno per tutte le componenti della comunità scolastica.

Diverse ricerche sullo stato di salute evidenziano maggiori livelli di stress psicologico; l'aumento di stati d'ansia e depressione; la presenza diffusa di rabbia, paura, tensione ed irritabilità che interferiscono nelle relazioni interpersonali a diversi livelli.

A tutto ciò, per studenti, docenti, genitori e tutto il personale scolastico si deve aggiungere la fatica di un avvio dell'anno scolastico caratterizzato da grande incertezza, e da un'organizzazione stravolta e passibile di ulteriori cambiamenti, che deve garantire la necessaria attenzione al rispetto delle procedure necessarie ad evitare il contagio.

**E' importante quindi non perdere di vista gli effetti che lo scenario attuale e l'utilizzo della didattica a distanza, a cui molte scuole hanno dovuto ricorrere, possono e potranno avere dal punto di vista emotivo e psicologico.** Ricordando l'importanza della dimensione emotiva e psicologica per il buon esito dell'attività didattica.

Abbiamo ripetutamente segnalato negli scorsi anni scolastici come i programmi di sviluppo delle life skills avessero un effetto protettivo trasversale e potessero essere utilizzati anche per trattare differenti tematiche, in quanto, attraverso il potenziamento delle abilità di vita, offrono ai ragazzi gli strumenti per affrontare al meglio le situazioni di difficoltà che la vita ci pone di fronte.

La **pandemia da COVID e il suo impatto su tutti noi e sull'organizzazione scolastica è decisamente una di queste difficoltà.** Può essere di indubbia utilità per affrontarla il fatto di aver sviluppato buone capacità di problem solving e di adattamento; di saper riconoscere e gestire le emozioni ed i conflitti; di aver sviluppato un buon senso critico e la capacità di differenziare le informazioni vere dalla falsità; di disporre di buone competenze relazionali ed assertive.

Per questo è importante non considerare i programmi di life skills education come un lusso a cui si può rinunciare in questo momento, ma al contrario è importante vederli come **un'importante risorsa per stimolare resilienza e aiutare docenti e studenti ad adattarsi ad una situazione oggettivamente complicata.**

Peraltro, un rapido **monitoraggio realizzato con i docenti referenti dei progetti di promozione della salute delle scuole, realizzato tra giugno e luglio 2020** e a cui hanno risposto 43 Istituti, ha evidenziato il **bisogno dei docenti di ricevere un supporto** per: la gestione dell'ansia, della rabbia, della solitudine e della noia; l'espressione delle emozioni; l'educazione all'attività fisica e al movimento; l'educazione alimentare.

Per questi motivi quest'anno la proposta formativa per il presente anno scolastico si è strutturata su due livelli:

1. **Alcuni semplici strumenti, utilizzabili nell'immediato** dai docenti, che possono contribuire a **gestire la fase del rientro a scuola.** Si tratta di una selezione delle schede *"Quick UNPLUGGED"*<sup>1</sup> che più si adattano ai bisogni espressi dai docenti e più strettamente legati alle difficoltà del rientro.

**NB: si tratta di strumenti "di emergenza", non esaustivi e che in nessun modo vanno intesi come alternativi ai progetti di sviluppo delle life skills.**

2. **i consueti programmi di sviluppo delle life skills (UNPLUGGED e Giovani Spiriti),** passibili di adattamenti in base alle esigenze delle scuole e dell'evoluzione della situazione.

<sup>1</sup> In fase di lockdown il coordinamento regionale ha reso disponibili strumenti per implementare i programmi Life Skills Training Program e UNPLUGGED anche a distanza, semplificando e adattando alla situazione di emergenza le attivazioni proposte nella versione tradizionale dei rispettivi programmi, attraverso le schede "Pillole LST" e "Quick UNPLUGGED". Strumenti che molte scuole hanno utilizzato con successo durante la DAD. 3

## SINTESI DELL'OFFERTA FORMATIVA 2020-2021

### **Rientro a scuola e impatto emotivo: alcuni semplici strumenti per sviluppare resilienza:**

Schede "Quick UNPLUGGED" per sviluppare la capacità di: riconoscere e gestire le emozioni, affrontare le difficoltà e i conflitti; valutare e selezionare le informazioni.

### **Progetti di LIFE SKILLS EDUCATION**

#### **1) PROGRAMMA UNPLUGGED**

Target: **studenti del primo anno** delle Scuole Secondarie di secondo grado e dei CFP

Strategia generale: gli operatori dell'ATS/ASST **formano i docenti** che a loro volta **lavorano in classe con gli studenti**. Previsti 2 incontri di **accompagnamento e monitoraggio** durante l'anno.

Durata: annuale

Tematiche trattate: pensiero critico, capacità decisionali, problem solving, capacità di comunicazione efficace, capacità relazionali, Auto-consapevolezza, empatia, gestione delle emozioni, credo normativo

Formazione docenti: previste 20 h di formazione (una giornata intera e due pomeriggi)

Si richiede la presenza di almeno **2 docenti per consiglio di classe**.

Valutazione del progetto: **scheda di monitoraggio** alla fine di ogni sessione preventiva svolta in classe

#### **2) PROGETTO GIOVANI SPIRITI**

Target: **studenti del secondo anno** delle Scuole Secondarie di secondo grado e dei CFP

*Per le scuole che negli anni precedenti hanno attivato Giovani Spiriti anche con le classi prime è prevista la possibilità di dare continuità al percorso biennale, sviluppando il modulo alcol, droghe e guida in prima e scegliendo fra Gioco d'azzardo e Smartphon e Social media in seconda.*

Strategia generale: gli operatori dell'ATS/ASST **formano i docenti** che a loro volta **lavorano in classe con gli studenti**. Previsto un incontro di **accompagnamento e monitoraggio** durante l'anno.

Durata: **il progetto è da intendersi biennale**, gli studenti sono coinvolti due anni, in prima con il programma UNPLUGGED e in seconda con GIOVANI SPIRITI.

Moduli attivabili: Alcol, Droghe e Guida di veicoli; Gioco d'azzardo e Videogioco; Smartphone e Social media

Formazione docenti:

Un incontro di 3 ore per nuovi docenti;

Due incontri di 3 ore a cadenza bisettimanale, per ogni modulo.

Valutazione del progetto: questionari finali.

#### **AZIONI PARALLELE E OPZIONALI:**

Spettacoli teatrali a tema (*i costi dello spettacolo sono a carico della scuola*), concorso video; evento-festa finale

### **Consulenza per situazioni di criticità connesse alla presenza di sostanze psicoattive**

Attivazione a richiesta di un intervento di consulenza e supporto per la gestione di criticità legate alla presenza di sostanze psicoattive a scuola: consumo di stupefacenti all'interno e o nelle immediate vicinanze della scuola, spaccio di stupefacenti, abuso di alcolici da parte degli studenti, segnalazioni di criticità di questa natura da parte dei genitori, ....

SCUOLA SECONDARIA DI II° - "QUICK UNPLUGGED"

SCHEDA	COSA E'	PERCHÉ È IMPORTANTE ORA	<i>Alcuni esempi di metodi e strumenti</i>
<b>ESPRIMERE EMOZIONI</b>	La capacità di esprimere le emozioni è <b>un'abilità sociale non innata ma appresa</b> , importante per la crescita personale. La scheda offre alcuni strumenti che facilitano il riconoscimento e la gestione delle emozioni.	La capacità di riconoscere e gestire le emozioni, soprattutto in questo periodo, può <b>aiutare gli studenti ad essere più resilienti</b> e ad adattarsi meglio alla mutata situazione.	<i>Si propongono alcune esercitazioni che consentono agli studenti di sperimentarsi nell'esprimere e riconoscere differenti emozioni e stati d'animo</i>
<b>LE TUE OPINIONI RIFLETTONO LA REALTA'?</b>	La scheda lavora sulla <b>capacità critica</b> , riconoscendo il collegamento esistente tra i comportamenti e la rappresentazione della realtà costruita attraverso le informazioni di cui disponiamo e che è importante saper verificare.	In questo periodo ancora più del solito, i media nelle diverse forme dai social alle fonti ufficiali giocano un <b>ruolo molto importante rispetto alla reale rappresentazione della realtà, orientando di conseguenza i comportamenti individuali</b> . E' molto importante allenare la propria capacità critica.	<i>In questa unità gli studenti potranno esercitare la propria consapevolezza per proteggere sé stessi e gli altri dall'uso dei social media, dall'eccesso di informazioni e notizie verificandone le fonti e confrontando le proprie percezioni con i dati reali.</i>
<b>COME AFFRONTI LE SITUAZIONI?</b>	La scheda lavora sullo sviluppo della <b>capacità di risoluzione dei problemi</b> .	La situazione attuale propone continue sfide e rende necessario <b>individuare strategie efficaci per affrontare problemi e situazioni difficili</b> .	<i>Partendo dall'individuazione e riconoscimento dei propri limiti e risorse si analizzano, attraverso esercitazioni, le modalità di gestione delle situazioni difficili e le relative strategie di problem solving.</i>
<b>OBIETTIVO RAGGIUNTO: DECIDO, IMPARO E RACCONTO!</b>	Scheda che lavora sullo sviluppo dell'abilità di ciascun studente di <b>monitorare in autonomia aspetti di sé che desidera migliorare</b> nella quotidianità.	Può aiutare gli studenti ad individuare e perseguire obiettivi personali e sotto-obiettivi che li aiutino ad <b>affrontare le criticità legate all'adattamento</b> alla nuova situazione scolastica.	<i>Gli studenti dovranno stabilire obiettivi di miglioramento realistico, raggiungibile in un arco di tempo ragionevole e definito, suddivisibile in una serie di piccoli step.</i>
<b>ORGANIZZARSI A CASA</b> <i>(da utilizzare in caso di DAD)</i>	La scheda lavora sulla capacità di <b>identificare regole individuali e condivise</b> che orientino e sostengano durante l'attività a distanza.	La pandemia ha costretto a riprogrammare la vita quotidiana. La diversa organizzazione degli impegni, il tempo a disposizione e le modalità di interazione con gli altri richiedono la <b>capacità di sperimentare nuove modalità organizzative</b> .	<i>Definire regole e comportamenti adeguati ad una forzata condivisione del tempo e spazio.</i>

**NB:**

Le schede proposte sono da intendersi come strumenti di “*emergenza*” che possono supportare le scuole a gestire la fase del rientro, facendo leva sulle skills di studenti e docenti.

**In nessun modo l’utilizzo di questi materiali è da intendersi come alternativo ai programmi di Life Skills Education, di cui ribadiamo ancora di più l’importanza anche in relazione alla pandemia.**

Infatti, per affrontare la situazione legata ai cambiamenti imposti dalla pandemia a tutti i livelli, **possono essere di grande aiuto proprio le abilità e le competenze che i progetti di life skills education si propongono di sviluppare:**

*la capacità di riconoscere e gestire le emozioni, di gestire i conflitti, di risolvere i problemi, di affrontare le difficoltà e le situazioni nuove; il senso critico, le competenze relazionali e comunicative.*

L’utilizzo di questi materiali può invece considerarsi propedeutico alla partecipazione ai programmi di life skills education, offrendo alle scuole e ai docenti la possibilità di sperimentarne metodo e strumenti.

Per questo motivo le schede descritte **possono essere utilizzate da tutte le scuole**, anche non aderenti ai programmi promossi da ATS.

Chi fosse interessato a ricevere le schede o ad avere maggiori informazioni sul loro utilizzo, può richiederle all’UOS Prevenzione delle dipendenze del DIPS:

Tel. 035 2270519

email: [promozione.dips@ats-bg.it](mailto:promozione.dips@ats-bg.it)

## I PROGRAMMI DI SVILUPPO DELLE LIFE SKILLS

I percorsi proposti sono relativi a **programmi di prevenzione validati** (UNPLUGGED) e/o sottoposti ad una valutazione di efficacia da ATS (Giovani Spiriti).

Entrambi hanno dimostrato **la reale capacità di migliorare le abilità di vita e ridurre i comportamenti di consumo di tabacco, alcol e stupefacenti.**

Si è anche evidenziato, nelle classi coinvolte dai progetti, un generale **miglioramento nel clima di classe e nelle relazioni tra studenti e docenti e tra studenti**, con effetti positivi sulla didattica e sul rendimento scolastico

I progetti forniscono ai docenti gli **strumenti per contribuire allo sviluppo delle abilità di vita degli studenti:**

- la capacità di riconoscere e gestire le emozioni, l'ansia e la rabbia;
- la capacità di risolvere i problemi e affrontare le situazioni nuove e difficili;
- il pensiero critico;
- le abilità sociali, comunicative e relazionali, l'assertività e la capacità di gestire i conflitti;
- la capacità di prendere decisioni.

Abilità che come già illustrato, oltre ad avere un effetto protettivo su numerosi comportamenti a rischio adolescenziali, possono rilevarsi **estremamente utili anche per favorire i processi di adattamento e di superamento delle difficoltà connesse alla pandemia da COVID.**

L'offerta formativa prevede due progetti:

- **UNPLUGGED**

programma di prevenzione europeo **validato**. E' un programma rivolto ad **insegnanti e studenti delle classi prime** delle scuole secondarie di primo grado e dei centri di formazione professionale.

Prevede la formazione dei docenti di classe da parte di operatori ATS/ASST e la successiva realizzazione con gli studenti delle azioni previste dal programma da parte degli insegnanti formati.

- **GIOVANI SPIRITI**

progetto di prevenzione rivolto **ad insegnanti e studenti delle classi seconde** delle scuole secondarie di primo grado e dei centri di formazione professionale, **che hanno partecipato al programma UNPLUGGED nelle classi prime.**

Prevede la formazione dei docenti di classe da parte di operatori ATS/ASST e la successiva realizzazione con gli studenti delle azioni previste dal programma da parte degli insegnanti formati. Giovani Spiriti è strutturato per moduli tematici ed ogni scuola decide quale/i implementare:

1. Alcol, Droghe e Guida di veicoli
2. Gioco, Videogioco e Gioco d'azzardo
3. Smartphone e Social media

**N.B.**

*Per le scuole che negli anni precedenti hanno attivato Giovani Spiriti anche con le classi prime è prevista la possibilità di dare continuità al percorso biennale, sviluppando il modulo Alcol, droghe e guida in prima, scegliendo fra Gioco d'azzardo e Smartphone e Social media in seconda.*

Tutti i percorsi formativi prevedono l'utilizzo di metodologie interattive e coinvolgenti, e la realizzazione, durante le ore scolastiche, di **attività laboratoriali con gli studenti.**

Inoltre, entrambi i programmi prevedono anche azioni opzionali di rinforzo e arricchimento del percorso:

- spettacoli teatrali a tema
- concorso video
- evento-festa finale.

**LA PARTECIPAZIONE AI PROGETTI È GRATUITA:**  
**formazione docenti, accompagnamento, materiali, consulenza non prevedono costi per la scuola**

Tuttavia, per quanto descritto, l'adesione ai percorsi formativi, ha senso solo se è finalizzata all'implementazione dei progetti a scuola e se prevede il coinvolgimento e l'adesione dell'Istituto scolastico nel suo complesso.

**E' quindi indispensabile che la partecipazione sia concordata con il dirigente scolastico e coinvolga più classi e più docenti (almeno due) per ogni consiglio di classe.**

### **Per informazioni:**

ATS BG – Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria

UOS Prevenzione delle Dipendenze

Tel. 035 2270 519

email: [promozione.dips@ats-bg.it](mailto:promozione.dips@ats-bg.it)

Dr. Emilio Maino

Tel. 035 2270 578

email: [emilio.maino@ats-bg.it](mailto:emilio.maino@ats-bg.it)

**NB:**

Considerato il periodo di emergenza Covid -19, durante le attività formative per i docenti si **OSSERVERANNO OBBLIGATORIAMENTE** le norme igieniche sanitarie necessarie. Pertanto si ricorda l'importanza di indossare sempre la mascherina in presenza di altre persone, mantenere sempre una distanza di almeno 1 metro, lavare e disinfettare periodicamente le mani.

## PROGRAMMA UNPLUGGED

(Scuole secondarie di secondo grado)

### 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 e le "sfide" 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 e secondo 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 europei 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 e di resistenza alla pressione dei pari;
- percezioni e credenze in relazione alle sostanze psicoattive e informazioni sulle sostanze e i loro effetti.

Il programma mira ad aumentare nei soggetti le capacità di gestione delle sfide quotidiane, la capacità di resistere alla pressione del gruppo dei pari e favorisce 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.), 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 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 alcol e sostanze psicoattive;
- 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 anno delle scuole secondarie di secondo grado.

Per maggiori informazioni sul programma:

[www.eudap.net](http://www.eudap.net); [www.eudapfaculty.net](http://www.eudapfaculty.net); [www.promozionesalute.regione.lombardia.it](http://www.promozionesalute.regione.lombardia.it)

**La sperimentazione di Unplugged in Lombardia**, avviata nel 2011 si è conclusa nell'a.s. 2013-14 e i risultati della valutazione ne hanno confermato l'efficacia anche sul nostro territorio. Per questo motivo Regione Lombardia, in raccordo con l'Ufficio Scolastico Regionale, ha deciso di mettere a sistema il programma e di dare mandato alle ASL-ATS di proseguirne l'implementazione in raccordo con la **Rete delle Scuole che Promuovono Salute**.

L'implementazione del programma UNPLUGGED proseguirà quindi anche per l'a.s. 2020–2021 e, come per gli anni precedenti, punterà al raggiungimento di alcuni obiettivi specifici rispetto ai destinatari a cui si rivolge:

DESTINATARI	OBIETTIVI SPECIFICI
STUDENTI	Accrescere il bagaglio di risorse personali e potenziare le abilità interpersonali (life skill) degli studenti delle classi prime delle scuole secondarie di secondo grado, in quanto fondamentali fattori protettivi in riferimento al 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

### La realizzazione di Unplugged richiede alle Scuole:

- la formalizzazione da parte del Dirigente Scolastico dell'adesione al programma, secondo le modalità definite dall'USR;
- la formazione dei docenti della Scuola da parte di operatori delle ATS – ASST per l'utilizzo del Programma;
- il coinvolgimento costante dei docenti alle fasi della implementazione:
- la realizzazione da parte dei docenti delle attività educativo/preventive rivolte agli studenti delle classi prime;
- la partecipazione dei docenti formati ai momenti di accompagnamento metodologico (monitoraggio), presieduti dai formatori ATS - ASST. Gli incontri di monitoraggio (2 incontri), verranno realizzati nel corso dell'anno scolastico;
- la partecipazione della Scuola alle attività di valutazione e monitoraggio del progetto attraverso la compilazione di schede e questionari strutturati.

### La realizzazione di Unplugged offre:

- la possibilità di sperimentare l'utilizzo di un programma validato 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 ATS – ASST;
- la disponibilità gratuita per le Scuole di materiale didattico e sussidi per docenti e studenti;
- la condivisione della sperimentazione con le altre Scuole della Regione;
- il riconoscimento da parte dell'USR dell'adesione della Scuola.

### Operativamente

Entro il **24 ottobre** il Dirigente Scolastico aderisce formalmente al programma e indica i nominativi dei docenti coinvolti. E' necessario che **almeno due docenti** per consiglio di classe partecipino alla formazione. A partire dal mese di novembre i docenti individuati dalle scuole parteciperanno a Corsi di Formazione, della durata di tre giornate, per un totale di ore 20, secondo l'allegato calendario, organizzati dalle ATS-ASST e dagli UST in ogni Provincia della Lombardia.

- Si ricorda che i docenti hanno l'obbligo di partecipare al 90% dell'orario complessivo del corso di formazione.
- Successivamente, secondo le modalità definite al termine dei percorsi formativi, saranno avviati i percorsi preventivi rivolti agli studenti (articolati in 12 sessioni di un'ora ciascuna a cadenza settimanale o organizzati in modo intensivo).
- Nel corso dell'anno scolastico, saranno organizzati, per i docenti neo formati e per i docenti formati negli anni precedenti, due incontri di accompagnamento/monitoraggio dei percorsi preventivi avviati; inoltre, potranno essere realizzate osservazioni in classe da parte degli operatori, utili alla verifica 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. Alla fine del programma, docenti e studenti saranno invitati a compilare un questionario di valutazione/gradimento.

**Sono previste azioni parallele opzionali di rinforzo e arricchimento del percorso:**

- spettacoli teatrali tematizzati
- concorso video
- evento-festa finale



## Giovani Spiriti 2020-2021

### **La prevenzione con gli adolescenti**

*Affinché le attività di prevenzione abbiano un effetto reale sul comportamento degli adolescenti, è opportuno intervenire il più precocemente possibile, prima che i comportamenti a rischio si stabilizzino. Nel caso delle sostanze psicoattive, inclusi alcol e tabacco, l'età adolescenziale è quella in cui inizia l'uso sperimentale. E' anche l'età in cui si inizia a giocare d'azzardo.*

*I programmi di prevenzione all'uso di sostanze e al gioco d'azzardo si pongono due obiettivi specifici: da un lato prevenire/ritardare la sperimentazione in chi non ha mai provato e dall'altro limitare che l'uso o il comportamento diventi abituale in chi ha già sperimentato. Per perseguire tali intenti le azioni più efficaci sono quelle che tendono ad aumentare i fattori protettivi, ovvero le abilità di vita degli adolescenti e conseguentemente a diminuire i fattori di rischio.*

**Giovani Spiriti è un progetto di prevenzione universale all'uso di sostanze legali e illegali e di altri comportamenti a rischio quali la guida sotto l'effetto di sostanze psicoattive, il gioco d'azzardo, l'utilizzo rischioso dello smartphone e dei social media.**

**Si rivolge a studenti del secondo anno della scuola secondaria di secondo grado e dei centri di formazione professionale che hanno realizzato il programma UNPLUGGED in prima. Le scuole Giovani Spiriti "storiche" potranno dare continuità al percorso biennale con il percorso in prima e seconda.**

E' un progetto promosso da ATS Bergamo - in forte sinergia con ASST Bergamo EST/OVEST e Papa Giovanni XXIII – e dall'Ufficio Scolastico Territoriale X di Bergamo.

Collaborano al progetto: Associazione Genitori Atena, Compagnia teatrale La Pulce, Assessorato alle politiche giovanili del Comune di Bergamo, Progetto Safe Driver, Spazi Giovanili Comune di Bergamo: Polaresco-Edonè-Gate, Bg Tv, Eppen, ASCOM Bg.

Il nome del progetto trae spunto dall'omonimo spettacolo teatrale della Compagnia "La Pulce", sul tema dell'abuso dell'alcol, presentato alle scuole di tutta Italia

**Dall'anno scolastico 2010-2011 al 2019-2020 (dieci anni) hanno partecipato attivamente a Giovani Spiriti:**

- **45 fra Scuole Superiori, Centri di Formazione Professionale e Istituti Comprensivi**
- **690 insegnanti**
- **25.300 studenti**
- **1.000 genitori**

### **Programmi scolastici efficaci**

*I programmi di prevenzione scolastica che si limitano a fornire informazioni sull'uso di sostanze hanno una capacità decisamente limitata di modificare i comportamenti d'uso negli adolescenti. Infatti la sola conoscenza dei potenziali rischi e danni non è un fattore di protezione se non è accompagnata da attività di formazione e sviluppo delle abilità di vita.*

*Si è inoltre osservato come gli adolescenti che ritengono che l'uso di sostanze sia normale e tollerato siano più propensi a loro volta ad utilizzarle, rispetto ai coetanei che non condividono questa opinione: per questo motivo è importante che un progetto di prevenzione contenga anche strumenti per problematizzare le convinzioni degli adolescenti sulla diffusione e l'accettazione dell'uso delle sostanze.*

*Se si intende perseguire con efficacia gli intenti preventivi a scuola vi è necessità di progetti impegnativi, sia sul fronte delle ore dedicate, sia su quello del coinvolgimento degli insegnanti.*

*Interventi spot o assemblee sul tema servono a ben poco.*

Sotto il profilo metodologico Giovani Spiriti propone azioni articolate primariamente con due categorie di destinatari, studenti (diretti) ed insegnanti (indiretti).

## LE FASI DEL PROGETTO

La **prima fase** prevede la formazione rivolta agli insegnanti.

I corsi si svolgeranno nei mesi di novembre/dicembre e saranno articolati su **tre percorsi formativi** distinti:

- **1° Modulo: alcol, droghe e guida di veicoli.**  
2 incontri pomeridiani, della durata di 6 ore complessive, a cadenza bisettimanale.  
*I docenti che hanno completato il percorso formativo negli anni precedenti su tale tematica **non hanno necessità di tale formazione.***
- **2° Modulo: gioco, videogiochi e gioco d'azzardo.**  
2 incontri pomeridiani, della durata di 6 ore complessive, a cadenza bisettimanale.  
*Visto l'ampliamento delle attività in classe i docenti che hanno completato il percorso formativo negli anni precedenti su tale tematica hanno necessità di un incontro formativo (il secondo previsto in calendario)*
- **3° Modulo: Smartphone e Social.**  
2 incontri pomeridiani, della durata di 6 ore complessive, a cadenza bisettimanale.  
*Visto l'ampliamento delle attività in classe i docenti che hanno completato il percorso formativo negli anni precedenti su tale tematica hanno necessità di un incontro formativo (il secondo previsto in calendario)*
- Per i docenti che non hanno mai partecipato alla formazione Giovani Spiriti è previsto un **incontro preliminare** di presentazione del progetto, del metodo e delle strategie di lavoro, degli strumenti da utilizzare. 1 incontro pomeridiano di 3 ore. Tale incontro precederà le tre formazioni tematiche.
- E' prevista la possibilità per i docenti di partecipare a tutti gli incontri e percorsi formativi, che saranno proposte consecutivamente.
- A tutti i docenti coinvolti verrà fornito il materiale aggiornato per le attività e le esercitazioni in classe.
- **Ai moduli formativi potranno partecipare anche insegnanti già formati con il progetto UNPLUGGED, senza necessità di partecipare all'incontro preliminare.**
- Nei mesi di marzo-aprile 2020 verrà organizzato un **incontro di accompagnamento** per verificare lo stato di salute del percorso ed affrontare eventuali nodi critici.

I docenti verranno formati-rinforzati su specifiche life skills (abilità di vita), sulla corretta informazione legata ai rischi dell'uso di sostanze, sul tema della guida sotto l'effetto di alcol e droghe, sulle relazioni fra gioco, videogiochi e gioco d'azzardo, sull'utilizzo rischioso dello smartphone e dei social media.

Soprattutto verranno approfondite le modalità di trattazione delle tematiche in classe: lo stile proposto sarà di tipo induttivo, dove l'insegnante si porrà come facilitatore del processo di analisi ed apprendimento, attraverso una conduzione coinvolgente e attiva.

Gli insegnanti verranno forniti di esauriente materiale informativo, scientifico e didattico da poter utilizzare in classe con i propri studenti.

La partecipazione all'incontro di accompagnamento in itinere è parte integrante del percorso formativo e verrà riconosciuta ai fini del numero di ore segnalate nell'attestato di partecipazione.

**Ricapitolando l'impegno dei docenti previsto nella fase formativa e di accompagnamento:**

- **1 incontro pomeridiano di 3 ore per i docenti nuovi, che precederà la formazione tematica;**
- **3 percorsi formativi pomeridiani di 2 incontri di 3 ore l'uno, con cadenza bisettimanale, su tematiche specifiche: 2 incontri per alcol, sostanze e guida e/o 2 per gioco, videogioco e gioco d'azzardo, e/o 2 per smartphone e social;**
- **1 incontro di accompagnamento in itinere, pomeridiano, di 2 ore per tutti i docenti coinvolti.**

La **seconda fase**, prevede il coinvolgimento degli studenti attraverso la realizzazione di azioni didattiche e formative da parte dei docenti formati.

**Il lavoro con gli studenti prevede:**

- o 6 unità di lavoro in classe di un'ora per alcol, droghe e guida di veicoli
- o 5 per quello su gioco, videogioco e gioco d'azzardo
- o 5 per smartphone e social media

Il lavoro in classe perseguirà obiettivi specifici legati al consolidamento di importanti abilità di vita (life skills), tese ad aumentare il livello di protezione degli studenti rispetto all'utilizzo di sostanze e al gioco d'azzardo e più in generale rispetto all'acquisizione di comportamenti salutari.

- o Sviluppo delle capacità assertive
- o Sviluppo delle capacità critiche
- o Sviluppo della capacità di resistenza alle pressioni dei pari
- o Sviluppo delle capacità relazionali
- o Sviluppo dell'educazione normativa
- o Miglioramento delle informazioni possedute

La proposta di sviluppo di tali abilità e conoscenze sarà collegata alla trattazione di tre tematiche:

- o **Alcol, droghe e guida di veicoli**
- o **Gioco, videogioco e gioco d'azzardo**
- o **Smartphone e social media**

La **terza fase** prevede la valutazione al termine del percorso preventivo, attraverso un questionario rivolto sia agli studenti che ai docenti.

La fase di valutazione è parte integrante del progetto ed è da ritenersi obbligatoria.

#### **Condizioni per un buon funzionamento dei progetti di prevenzione**

- *La scuola deve essere coinvolta in modo pieno, con un interesse forte da parte della dirigenza e il coinvolgimento attivo di un buon numero di insegnanti.*
- *Deve essere garantita l'identificazione e l'azione di un insegnante referente per il progetto, con compiti di coordinamento interno e di interfaccia con gli operatori ATS - ASST.*
- *E' preferibile la suddivisione del lavoro nella classe fra 2-3 insegnanti. Sia per la divisione del carico, sia per il supporto reciproco.*
- *L'implementazione dei progetti deve prevedere una programmazione e preparazione da parte degli insegnanti, con un buon numero di ore dedicato.*
- *Soprattutto si deve pensare che il tempo utilizzato al progetto non è tempo rubato alla trattazione del programma scolastico, bensì uno spazio dedicato alla salute degli studenti che, come impatto, implica spesso un miglioramento delle relazioni nel gruppo classe, così come fra studenti ed insegnanti e, a volte, anche un innalzamento del rendimento scolastico.*

## **Azioni parallele**

A completamento ed arricchimento del percorso, verrà promossa la possibilità di ampliare il progetto attraverso la partecipazione alle seguenti iniziative supplementari:

### **Concorso Video Giovani Spiriti (gennaio-aprile)**

*L'adesione al concorso prevede l'offerta alla partecipazione delle scuole attraverso la produzione di video sui temi trattati in classe coi docenti, in cui dovranno essere realizzati messaggi preventivi rivolti ai coetanei ed al mondo adulto.*

*E' proponibile la produzione di: filmati, clip, animazioni che coinvolgano tutta la classe nel processo ideativo e realizzativo.*

*I video ritenuti di maggiore qualità verranno premiati nel corso dell'**evento-festa finale** previsto nel mese di maggio 2021.*

### **Spettacolo Teatrale (gennaio-maggio)**

*Va sottolineato che nella implementazione del progetto, l'intervento con gli studenti termina generalmente con una rappresentazione teatrale. Gli spettacoli, molto graditi, si sono mostrati essere un valido strumento per rinforzare il percorso formativo. E' quindi possibile, a discrezione delle singole scuole, inserire la rappresentazione teatrale come evento conclusivo (o iniziale) del progetto. I costi della rappresentazione sono a carico delle singole scuole, mentre i formatori dello staff Giovani Spiriti garantiscono la propria presenza per gestire il dibattito-confronto al termine dello spettacolo.*

*La compagnia Teatrale La Pulce propone due spettacoli strettamente correlati a due tematiche affrontate nel progetto: il primo sull'uso di sostanze e guida di veicoli: **Giovani Spiriti sulla strada** e un secondo sul gioco d'azzardo: **Circo delle Illusioni**.*

### **Evento-festa finale (maggio)**

*L'evento-festa finale rappresenta la chiusura del percorso e ne sintetizza, in modo brillante, gli intenti.*

*Protagonisti una rappresentanza degli studenti ed insegnanti che hanno dato vita al progetto durante l'anno scolastico.*

- *visione e premiazione dei video vincitori del concorso Giovani Spiriti;*
- *realizzazione di una gara di cocktail analcolici fra scuole e studenti alberghieri;*
- *buffet per tutti i partecipanti;*
- *e altro ancora.*

## CALENDARIO FORMAZIONI DOCENTI E CRONOPROGRAMMA PROGETTI

**Tutti gli incontri di formazione** per docenti si terranno presso  
Sala riunioni Consultorio ASST Papa Giovanni XXIII – Padigl. 18 Via Borgo Palazzo, 130 - Bergamo

### **N.B.**

Tutti i corsi saranno in presenza, con un **numero massimo di 16 partecipanti** a corso. **NON è possibile lo spostamento** di insegnanti tra gruppi diversi

**Stante la situazione di difficoltà organizzativa legata alla pandemia  
LE DATE, LE SEDI E LE MODALITÀ DI GESTIONE DEI CORSI SONO PASSIBILI DI VARIAZIONI**

**Per i docenti è obbligatoria, ai fini dell'acquisizione dell'abilitazione allo svolgimento in classe dei programmi preventivi e del relativo attestato di partecipazione,  
LA PRESENZA AD ALMENO IL 90% DELLE ORE FORMATIVE PREVISTE.**

### **PROGRAMMA UNPLUGGED: Termine iscrizioni 24 ottobre 2020**

Sono previsti due corsi di formazione per docenti:

#### **primo corso :**

- martedì 3 novembre 8.00-13.00 /14.00-18.00
- mercoledì 4 e giovedì 5 novembre – 13.30 -18.30

#### **secondo corso:**

- martedì 10 novembre - ore 8.00-13.00 e 14.00-18.00
- mercoledì 11 e giovedì 12 novembre - ore 13.30-18.30

### **PROGETTO GIOVANI SPIRITI: Termine iscrizioni 24 ottobre 2020**

- Incontro preliminare per tutti i docenti nuovi: mercoledì 18 novembre - ore 14.30-17.30
- Modulo Alcol, Droghe e Guida di veicoli : lunedì 23 e mercoledì 25 novembre - ore 14.30-17.30
- Modulo Gioco, Videogioco e Gioco d'azzardo: lunedì 30 novembre e mercoledì 2 dicembre - ore 14.30-17.30
- Modulo Smartphone-Social media: lunedì 14 e mercoledì 16 dicembre - ore 14.30-17.30

### **IMPLEMENTAZIONE DEL PROGETTO IN CLASSE:**

- UNPLUGGED: novembre 2020 – aprile 2021
- Giovani Spiriti: gennaio-aprile 2021.

### **AZIONI PARALLELE E FACOLTATIVE:**

- Febbraio-maggio 2021: visione degli spettacoli teatrali seguiti da dibattito con i formatori ATS/ASST;
- Febbraio-aprile 2021: realizzazione dei video per il concorso;
- Gennaio -aprile 2021: incontri di accompagnamento con i docenti;
- Maggio 2021: evento conclusivo con premiazione dei vincitori del concorso;
- Maggio 2021: somministrazione questionari finali agli studenti e agli insegnanti coinvolti (giovani spiriti).



## INTERVENTI DI CONSULENZA/SUPPORTO ALLE SCUOLE PER SITUAZIONI DI CRITICITA' CONNESSE ALLA PRESENZA DI SOSTANZE PSICOATTIVE

I dati relativi al consumo di sostanze psicoattive evidenziano come l'età di primo consumo si sia notevolmente abbassata e come tutti i contesti frequentati dai giovani siano potenziali ambiti di prossimità alle sostanze psicoattive legali e illegali.

La scuola è quindi inevitabilmente uno dei tanti contesti a frequentazione giovanile, in cui possono verificarsi situazioni di criticità di vario tipo legate alla sfera delle sostanze:

- consumo di sostanze legali o illegali da parte di singoli e/o gruppi di studenti dentro gli spazi scolastici;
- episodi di abuso di stupefacenti e/o alcol con eventuali situazioni di crisi-emergenza sanitaria;
- rinvenimento di sostanze illegali dentro il perimetro scolastico;
- spaccio di stupefacenti dentro la scuola o nelle immediate vicinanze;
- segnalazione da parte di vari soggetti (genitori, operatori dell'aggregazione giovanile e/o degli oratori, altre agenzie del territorio, ...) di presunte situazioni di criticità riferite alla scuola;
- ....

**E' evidente quanto non sia semplice per l'Istituzione Scolastica gestire queste situazioni, estremamente delicate, e come possano intervenire comprensibili timori legati all'immagine dell'Istituto all'esterno. D'altra parte, si tratta generalmente di situazioni in cui è importante intervenire precocemente per superare la crisi, mobilitando le risorse presenti nel singolo e nel contesto. Per questo motivo abbiamo ritenuto utile ed opportuno rendere esplicite e formalizzare le modalità di intervento consulenziale per questo tipo di situazioni, attivabili a richiesta dai singoli Istituti.**

### MODALITA' OPERATIVE

La descrizione del modello operativo che segue è da intendersi come una proposta adattabile alle esigenze dell'Istituto richiedente e alle azioni eventualmente già attivate. Non è quindi da considerarsi come un modello rigido e vincolante, quanto piuttosto come uno schema di lavoro elastico e modulabile, che abbiamo comunque considerato importante definire in modo da rendere esplicita sia la disponibilità a supportare le scuole in queste situazioni, sia il tipo di approccio e di metodologia adottati.

Gli obiettivi dell'intervento sono così declinabili:

#### **Obiettivo generale:**

**Intervenire precocemente** sulle situazioni di consumo di sostanze psicoattive nei contesti scolastici per impedire che evolvano verso situazioni di consumo problematico o dipendente ed aumentare le capacità del contesto scolastico nella gestione delle situazioni di criticità correlate alle sostanze

#### **Obiettivi specifici:**

- Accrescere le conoscenze di tipo normativo legislativo e migliorare, se necessario, la coerenza degli strumenti normativi propri dell'Istituto Scolastico (regolamenti);
- Migliorare la comunicazione e la coerenza interna tra docenti e tra le diverse componenti adulte della scuola sulle modalità educative per gestire le situazioni critiche;
- Evitare che la situazione del singolo e gruppo evolva verso un quadro di consumo problematico o dipendente

**In seguito alla richiesta di intervento da parte dell'Istituto Scolastico si proporrà alla scuola la seguente modalità di intervento:**

1. Incontro preliminare di valutazione e analisi della situazione **con la partecipazione del dirigente scolastico e degli insegnanti più direttamente coinvolti.**

**Obiettivo: definire i contorni reali della situazione, il livello di gravità, la posizione della scuola in merito alla gestione degli aspetti normativi, il livello del coinvolgimento con la/le famiglia/glie e le azioni eventualmente già intraprese e concordare gli eventuali passaggi successivi. Gli incontri successivi sono modulabili e vanno realizzati all'occorrenza, in base a quanto emerso nell'incontro preliminare, ma in ogni caso in tempi il più possibile ristretti e ravvicinati.**

2. **Valutazione degli aspetti strutturali e normativi** (1 incontro solo se necessario)

**Obiettivo:** valutare la situazione e la posizione della scuola di fronte agli aspetti normativi, chiarire il quadro legislativo e i passi formali che la scuola dovrebbe compiere di fronte al manifestarsi palese o sospetto di utilizzo di alcol, droghe, spaccio.

Definire le azioni eventualmente da attuare su questo versante.

Soggetti coinvolti: dirigente, corpo docente della/e classe/i al completo.

*(Possibile, se ritenuto opportuno, la presenza di un rappresentante delle forze dell'ordine)*

3. **Analisi della situazione e definizione delle modalità di intervento** (2 incontri)

**Obiettivo:** analisi della situazione e definizione delle strategie e delle azioni da adottare su diversi livelli.

Soggetti coinvolti: dirigente, corpo docente della classe al completo, eventuale coinvolgimento di altre figure (psicologo CIC, psicopedagogo, ...)

- Primo incontro: analisi della situazione e dei soggetti coinvolti, con particolare attenzione a:
  - Caratteristiche del/dei soggetto/i coinvolto/i
  - Caratteristiche della situazione,
  - Livello di relazione del/dei soggetto/i coinvolto/i con i docenti e con il contesto scolastico,
  - Presenza di eventuali figure di riferimento significative;
  - Principali elementi di criticità
  - Risorse individuali e di contesto attivabili
  - Impatto sulla classe dell'evento ed eventuale necessità di interventi con la classe,
  - ...
- Secondo incontro: definizione condivisa delle azioni da intraprendere sui diversi versanti:
  - Disciplinare;
  - Educativo
  - Coinvolgimento familiare,
  - eventuale supporto al/ai soggetto/i;
  - eventuale attivazione di risorse della rete territoriale,
  - eventuali interventi in classe di rielaborazione dell'intervento
  - ....

4. **Monitoraggio della situazione e verifica dell'intervento:**

Un incontro a distanza di circa 2 mesi

- **Obiettivo:** monitorare l'andamento della situazione del/dei soggetto/i coinvolti e del contesto, e definizione delle buone prassi utilizzabili in eventuali situazioni future.
- **Soggetti coinvolti:** dirigente, corpo docente della classe al completo