RegioneEmilia-Romagna

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

Verso una rete di Scuole che Promuovono Salute

Sandra Bosi , Coordinamento Luoghi di Prevenzione/ LILT Reggio Emilia

Regione Emilia- Romagna

28 ottobre 2013

Luoghi di Prevenzione

Programmi e linee di indirizzo regionali:

- Scuole libere dal fumo/ Liberi di scegliere.
- Alla tua salute: scegli con gusto, gusta in salute.
- Un Pianeta inesplorato: la cittadinanza attiva dei giovani come risorsa per la promozione della salute **in collaborazione con l'Assessorato alle Politiche Sociali**
- Paesaggi di Prevenzione.
- Scuole che promuovono salute e Palestre Etiche

Risorse dei concorsi:

- Scuole che promuovono salute: 7.000 euro
- Il pianeta inesplorato (educazione fra pari e cittadinanza attiva dei giovani nei percorsi di promozione della salute in collaborazione con l’Assessorato regionale alle Politiche sociali: 10.000 euro
- Scegli con Gusto, Gusta in Salute: 10.000 euro

Significati di “ promuovere Salute nei processi educativi” :

Educazione/ Cura (aver cura, saper prendersi cura di sè e degli altri) :

esperienza emotiva, affettiva, cognitiva, simbolica, relazionale, sociale che contiene e promuove abilità rispetto alla capacità di sentirsi, sentire, capire, ricordare, ristrutturare, apprendere, favorire processi di cambiamento attraverso azioni concrete e responsabilizzanti.

Promuovere salute nei processi educativi attraverso le discipline significa:

Chiarire:

1. Cosa si apprende : scelta e presentazione dei **concetti chiave**, **pochi e precisi.**
2. Perché è importante sapere proprio quelle cose (**motivazione**: capacità di muovere le risorse individuali e del gruppo per trasformare le informazioni in competenze)
3. Come si apprende e cosa si può fare con le competenze acquisite (**metacognizione**: potenziamento dell'atteggiamento intenzionale)

4 I significati del processo in relazione a individuo, sfera interpersonale, **rapporto con l'ambiente**.

5 La **competenza trasversale** su cui si è deciso di lavorare per potenziarla (comunicazione efficace, pensiero divergente, problem solving, capacità decisionale, gestione delle emozioni)

6. I concetti oggetto dell'apprendimento attraverso esperienze veicolate da **tecniche interattive**

Favorire:

- Il rallentamento del ritmo delle attività proposte: la modificazione duratura dei comportamenti richiede ritmo e rito (tempi giusti e ripetuti).
- I no all'iperstimolazione.
- L' inserimento delle proposte didattiche e formative in percorsi favorenti l' ascolto di sé.
- L'assunzione di diversi punti di vista nella trattazione dei contenuti
- Il Rapporto con il contesto (attraverso iniziative attive nell' Istituto in cui la classe è collocata) e l'ambiente esterno (comunità e ambiente naturale). Non si può promuovere salute senza prestare attenzione e tempo ad attività come camminare, respirare, rispettare l'ambiente, avere cura delle cose
- L' esplorazione delle aree: alimentazione, nutrizione, nutrimento, movimento .
- La condivisione di regole di convivenza trasparenti e semplici che facilitino la responsabilizzazione individuali nella modificazione dei contesti.
- Naturalezza, autenticità, capacità di comunicazione verbale e non dei vissuti emotivi sugli stili di vita.

Come farlo:

- Educare a percepire, ascoltare e rispondere in modo adeguato a bisogni e gusti rispetto al cibo, al sonno, al riposo, alle relazioni, al movimento, alla corporeità, alla solitudine, alla ricerca di sensazioni nuove. ..
- Inserire nel curriculum della vita di classe momenti dedicati al movimento: bioenergetica, esercizi di respirazione, training autogeno per il rilassamento
- Usare le attività di visualizzazione e fantasia guidata.
- Valorizzare i laboratori espressivi e esperienziali

Livelli che intervengono in un processo di cambiamento:

- Sintomatico / situazionale: il percorso educativo di motivazione al cambiamento parte dal dato reale (dall'obiettivo di salute del singolo e della classe o del gruppo) Es: non fumare più a scuola nemmeno durante l'intervallo; modificare le proposte dei distributori automatici…
- Cognitivo : le informazioni necessarie
- Interpersonale: il cambiamento passa attraverso le relazioni
- Familiare/ ambientale: il lavoro educativo prevede ricadute sul contesto e sulla famiglia (coinvolgimento attivo dei genitori)
- Intrapsichica : il percorso educativo si propone di contribuire positivamente alla costruzione della identità personale.

Metodo cognitivo esperienziale e direzioni del cambiamento:

- al centro il concetto di “ struttura che connette”: le relazioni fra i concetti e non l’approfondimento del concetto fine a se stesso facilitano il *processo* di cambiamento.

Caratteristiche del metodo cognitivo esperienziale:

- *Aumento della consapevolezza* del punto di vista personale, valoriale, emozionale, sociale rispetto al tema oggetto del cambiamento (**Educazione fra pari)**

Caratteristiche del metodo cognitivo/ esperienziale.

- *Rivalutazione di sè:* riorganizzazione dell'immagine di sé a livello cognitivo e affettivo , con esperienze emozionali correttive, analisi dei valori di riferimento e utilizzo di situazioni stimolo immaginarie (per es: visualizzazione, fantasia guidata). (**Utilizzo di tecniche esperienziali interattive)**

Caratteristiche metodo cognitivo-esperienziale:

- *Rivalutazione dell'ambiente extra scolastico:* risistemazione dei comportamenti all'interno dei sistemi personale, familiare e sociale (interventi per la motivazione al cambiamento del contesti)… **rapporto con l'educazione informale, inserimento delle attività in una programmazione di comunità.**

Caratteristiche del metodo cognitivo esperienziale:

- *Empowerment nei contesti :* partecipazione attiva al processo di cambiamento delle dinamiche interpersonali dei contesti (scuola, lavoro, gruppo dei pari, tempo libero…) **Processo scuole che promuovono Salute**

Metodologie interattive e sostegno al processo di cambiamento:

- Esplorazione dei vissuti sugli stili di vita (precontemplazione)
- Approfondimento esperienziale / Analisi dei percorsi decisionali (fattori protettivi e fattori di rischio) (contemplazione)
- Approfondimento espressivo (preparazione/ determinazione)
- Contrattazione dell’obiettivo di salute (azione)
-

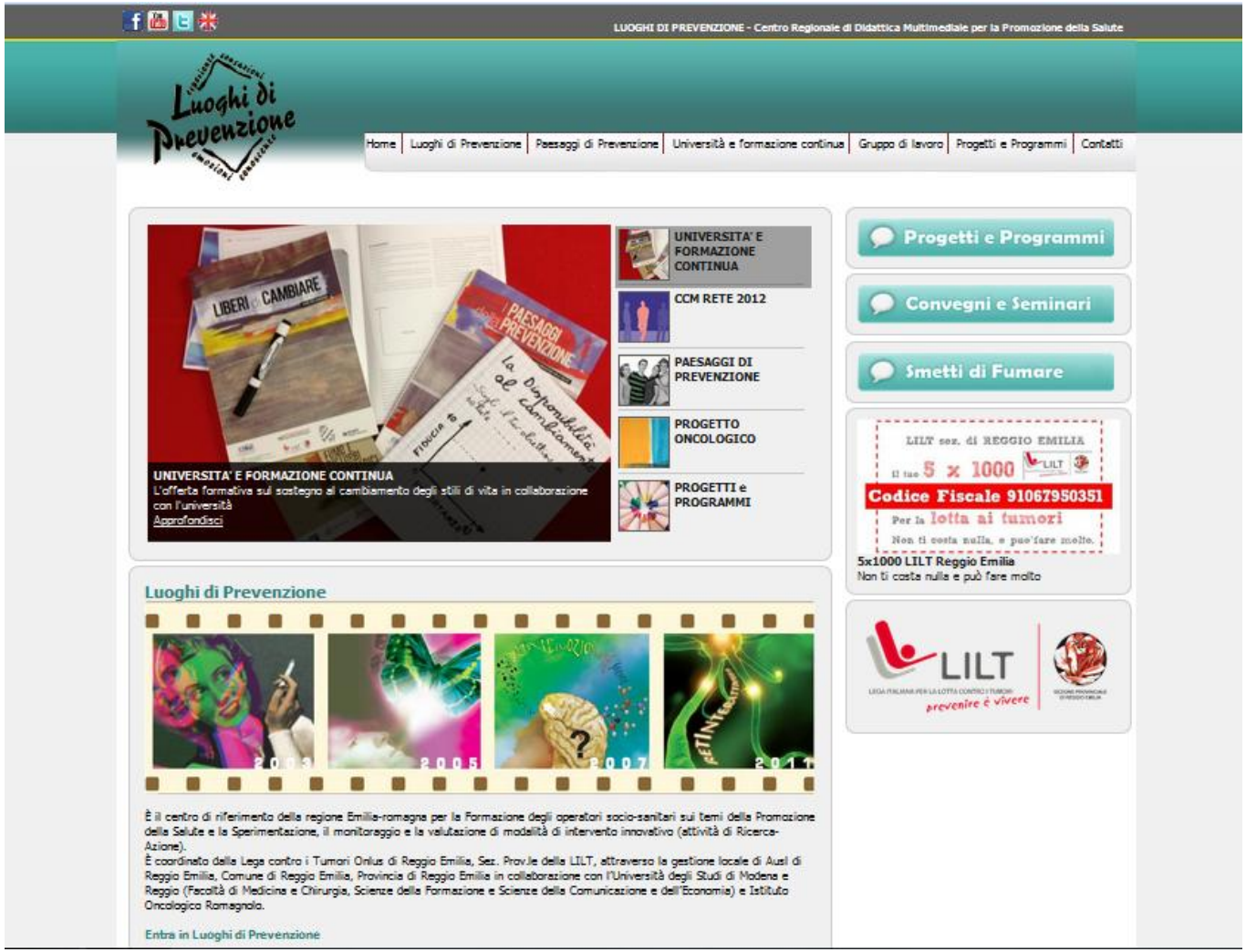
Gli appuntamenti formativi :

- Dal 15 novembre sulla piattaforma didattica www.luoghidiprevenzione.it tutti gli appuntamenti specifici :

- 15 dicembre: SEMINARIO INTEREGIONALE DI CONFRONTO SULLE ESPERIENZE DI EDUCAZIONE FRA PARI

- 14 e 15 GENNAIO 2014: formazione residenziale dei pari coinvolti nei programmi regionali (nelle esperienze di collaborazione fra Ass. Politiche per la Salute e Ass. Politiche Sociali)

La piattaforma web



www.luoghidiprevenzione.it

Grazie…

- Al gruppo degli operatori della Regione Emilia-Romagna che lavorano con Paesaggi di Prevenzione e Luoghi di Prevenzione,
- Ai Docenti che hanno investito in innovazione e ricerca
- Ai Ragazzi coinvolti attivamente e responsabilizzati (anche) dai nostri percorsi.