

HEALTHY STUDENTS

La strategia di intervento della Regione Toscana
per la promozione del benessere a scuola



HEALTHY STUDENTS

La strategia di intervento della Regione Toscana
per la promozione del benessere a scuola

- ▶ **Prefazione**
 - ▶ **Introduzione**
 - ▶ **La strategia regionale**
 - ▶ **I principi teorici**
 - ▶ **I principi metodologici**
 - ▶ **Promuovere il benessere a scuola**
 - ▶ **Il sistema scolastico**
 - ▶ **Continuità ed azioni di sistema**
 - ▶ **Un linguaggio comune**
 - ▶ **Il percorso operativo**
-



PREFAZIONE



Dal 2003 la Regione Toscana collabora con l'Organizzazione Mondiale della Sanità sul tema della promozione della salute e questo rapporto negli anni ha prodotto condivisione e scambio nel campo delle politiche e delle buone pratiche sul benessere, con particolare attenzione ai determinanti di salute.

Molte sono state le occasioni per un confronto tra la dimensione europea e quella locale e la strada percorsa insieme dimostra la partecipazione attiva della Toscana al dibattito sulle strategie politiche e d'intervento capaci di creare empowerment nella popolazione e di consolidare una società consapevole, responsabile, sana e prospera.

Con tali presupposti, in questi anni è stato definito un modello "toscano" degli interventi di promozione del benessere dei giovani, soprattutto in ambito scolastico, e questa pubblicazione contribuisce a diffondere il percorso seguito, attraverso investimenti, atti di programmazione e linee di indirizzo operative.

Erio Ziglio

Direttore Organizzazione Mondiale della Sanità
Ufficio europeo per gli investimenti
per la salute e lo sviluppo

.....



INTRODUZIONE

Questa pubblicazione descrive il percorso che l'Assessorato al Diritto alla Salute della Regione Toscana ha delineato e avviato per la promozione della salute e del benessere dei giovani in ambito scolastico.

Partendo dai principi teorici dettati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e dall'Unione Europea, sono state individuate delle linee di indirizzo regionali rivolte a tutti i soggetti presenti sul territorio interessati ad intraprendere azioni di promozione alla salute nel contesto scolastico.

Le azioni che Regione Toscana promuove sono finalizzate al protagonismo dei giovani e allo sviluppo di quelle abilità (**skills**) che permettono loro di affrontare tutte le difficoltà che possono incontrare durante il percorso della propria vita.

Serena Consigli
Elisabetta Terradura
Regione Toscana



LA STRATEGIA REGIONALE

Il benessere fisico, mentale e sociale degli individui è una condizione, come ben sappiamo, influenzata da molti fattori. Sui determinanti di salute di natura ambientale, economica e sociale agiscono le politiche capaci di creare condizioni di sviluppo, tutela, sostenibilità e coesione. Su quelli che dipendono direttamente dalle scelte dell'individuo le istituzioni possono attivare processi di sensibilizzazione per offrire alle persone l'opportunità di controllare la propria salute e di migliorarla in modo efficace.

Con tali presupposti, per i giovani e giovanissimi è opportuno intervenire in ambito scolastico, con azioni che favoriscono lo sviluppo di autostima e autodeterminazione per un'etica della responsabilità verso se stessi e verso gli altri che sia a fondamento di qualunque scelta di comportamento durante l'intero arco della propria esistenza.

Si tratta di un importante investimento, fondamentale per la costruzione di una società in salute, partendo dai giovanissimi.

LE FINALITÀ

- **Accrescere** il benessere fisico, mentale e sociale dei giovani, attraverso lo sviluppo e il rafforzamento delle abilità personali e relazionali utili per gestire positivamente i rapporti tra il singolo e gli altri.
- **Coinvolgere** i giovani nella definizione delle politiche di salute attraverso forme di consultazione che garantiscano la loro rappresentanza in momenti formali ed informali.
- **Promuovere** in ambito scolastico la partecipazione di insegnanti e ragazzi nella definizione dei programmi di intervento per accrescere il loro benessere anche attraverso la realizzazione di strumenti didattici condivisi.



I PRINCIPI TEORICI

“La salute è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non semplicemente l’assenza di malattia o infermità”¹

“La promozione della salute è quel processo che mette in grado le persone di aumentare il controllo sulla propria salute e di migliorarla”²

Il concetto di salute per i giovani, emerso dall’indagine “I giovani: i rischi, l’insicurezza, il benessere” condotta nel 2008 da GfK Eurisko equivale allo stare bene con se stessi e con gli altri, ad avere amici, una famiglia vicina e un buon rendimento scolastico.

Per avviare programmi di promozione del benessere nei giovani bisogna prima di tutto stringere una forte alleanza tra il mondo della scuola e quello della sanità, condividendo il modello della “Scuola che promuove Salute”(IUHPE)³:

“...Una scuola che promuove salute è una scuola che mette in atto un piano educativo strutturato e sistematico a favore della salute, del benessere e dello sviluppo del capitale sociale di tutti gli studenti, del personale docente e non docente. Le scuole che promuovono salute hanno dimostrato di essere in grado di migliorare la salute e il benessere di tutta la comunità scolastica e, facendo parte di una comunità sociale più ampia, rappresentano uno dei contesti privilegiati per ridurre le diseguaglianze di salute...”⁴”

Le sei aree prioritarie di azione in ambito scolastico individuate dal modello di “una scuola che promuove salute” sono:

- 1 promuovere** sani stili di vita,
- 2 mantenere** uno buono stato dell’ambiente scolastico, creando e valorizzando spazi di socializzazione;
- 3 favorire** i rapporti relazionali tra studenti, docenti, genitori e comunità locale;
- 4 sostenere** lo sviluppo delle competenze individuali degli studenti e degli insegnanti, necessarie per intraprendere azioni volte a migliorare la salute, il benessere e il rendimento scolastico;
- 5 creare** legami con le famiglie degli studenti e con gruppi del territorio (stakeholder) per dare coerenza e supporto alle azioni promosse nella scuola;
- 6 far conoscere** ai ragazzi i servizi sanitari attivi sul territorio.



I PRINCIPI METODOLOGICI

L'OMS promuove una visione olistica della salute e fornisce indicazioni metodologiche per la realizzazione di interventi di promozione della salute che trovano il loro fondamento nelle moderne teorie delle neuroscienze. Si tratta di un approccio che agisce stimolando la sfera emotiva e relazionale dei destinatari, prevedendo un loro coinvolgimento diretto ed esperienziale. Tale presupposto determina un superamento del modello preventivo di promozione della salute: non più la crescita di conoscenze sulla malattia, ma bensì lo sviluppo di capacità che permettono all'individuo di scegliere consapevolmente il comportamento da assumere.

Nel 1993 l'OMS ha sottolineato la necessità di trasmettere ed insegnare ai bambini e ai ragazzi saperi, abilità, competenze, modi di essere che li aiutino a diventare cittadini responsabili, partecipi alla vita sociale, capaci di assumere responsabilità e in grado di affrontare al meglio i casi della vita. Per lo sviluppo o il rafforzamento di tali abilità, in ambito scolastico viene raccomandato l'utilizzo delle metodologie life skills education (LSE) e peer education (PE)⁵. Integrare le due metodologie produce nei destinatari una evoluzione dalla condizione di discenti a quella di partner e portatori d'interesse nei programmi d'intervento, motivati a mettere in campo le competenze acquisite per promuovere salute.

La life skills education

La LSE è una metodologia educativa che si basa sullo sviluppo e il rafforzamento delle abilità di vita (skills), cioè delle competenze socio emotive che consentono alle persone di rispondere efficacemente alle richieste ed alle sfide della vita quotidiana, di governare i rapporti con il resto del mondo, di affrontare positivamente le difficoltà, evitando di assumere comportamenti negativi e a rischio per la propria salute e quella degli altri.

Il “nucleo fondamentale” delle life skills è costituito da: Autocoscienza, Gestione delle emozioni, Gestione dello stress, Senso critico, Decision making, Problem solving, Creatività, Comunicazione efficace, Empatia, Skill per le relazioni interpersonali.



La peer education

La PE è la metodologia che si basa sulla comunicazione tra coetaneo e coetaneo e rappresenta lo strumento per trasferire informazioni all'interno del gruppo dei pari, favorendo atteggiamenti che promuovano il benessere della persona.

Nel periodo dell'adolescenza, i coetanei e il gruppo degli amici rappresentano importanti punti di riferimento e svolgono un ruolo fondamentale nel trasferire conoscenze, emozioni ed esperienze, al fine di promuovere il cambiamento di un comportamento a rischio. Con l'approccio educativo della PE, gli adolescenti diventano soggetti attivi della propria formazione, non più solo recettori di contenuti, valori, esperienze trasferite dall'adulto, e responsabili in prima persona della propria educazione, in base alla capacità naturale che possiedono di comunicare tra loro in maniera spontanea ed efficace.



PROMUOVERE IL BENESSERE A SCUOLA

Partendo dai principi teorici e metodologici indicati a livello internazionale, sono stati elaborati programmi d'intervento che fanno leva sullo sviluppo dei fattori protettivi che entrano in gioco nei contesti educativi e relazionali in genere, necessari per fronteggiare i processi di crescita e di sviluppo dei giovani.

Promuovere il benessere dei ragazzi in ambito scolastico richiede una forte collaborazione tra il mondo della scuola e quello della sanità. In particolare è necessario che i due sistemi parlino la stessa lingua e progettino in modo condiviso contenuti, metodi e strumenti di lavoro. Il successo di questa collaborazione ri-

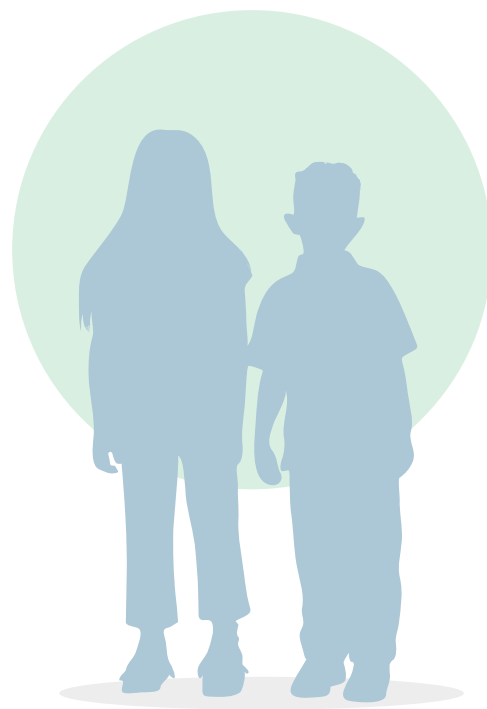
chiede una solida complicità di docenti formati *ad hoc* e motivati ad esercitare il proprio ruolo secondo strategie educative più impegnative di quelle normalmente messe in atto.

Gli insegnanti rivestono, infatti, un ruolo fondamentale in questo processo promotivo, perchè a diretto contatto con i destinatari finali dei nostri interventi e in grado di arricchire in modo trasversale tutte le discipline comprese nel piano dell'offerta formativa della scuola (POF) con stimoli capaci di sensibilizzare gli studenti su temi specifici e di renderli parte attiva nell'individuazione dei bisogni e protagonisti nella realizzazione

di iniziative. Tale approccio consente inoltre ai docenti di comprendere ed accompagnare i naturali processi di cambiamento fisico, psicologico e relazionale che caratterizzano soprattutto gli anni dell'adolescenza e che possono degenerare in disagio e comportamenti a rischio.

In passato la modalità di condurre interventi di promozione della salute in ambito scolastico prevedeva l'utilizzo di una metodologia prevalentemente di natura informativa: si trattava di incontri tra gli studenti e un esperto, molto spesso un medico, sul tema specifico da trattare, che spesso forniva informazioni sui danni derivanti da comportamenti sbagliati. Dopo anni di esperienze di questo tipo si è capito che la presenza dell'esperto in classe che, come già detto, adotta tecniche comunicative convenzionali di tipo informativo che tendono ad esaurirsi in una o più sessioni, non risulta efficace perchè i ragazzi molto spesso assumono un ruolo passivo. La semplice conoscenza dei comportamenti e delle abitudini che possono compromettere il benessere fisico, psichico e sociale non

è sufficiente all'adozione ed al mantenimento di stili di vita orientati alla salute, soprattutto nei giovani, che non vogliono più sentirsi dire dagli adulti cosa "non si deve fare". Tra informazione, consapevolezza e comportamento non si verifica un rapporto diretto e lineare.





IL SISTEMA SCOLASTICO

La scuola rappresenta per i ragazzi uno dei più importanti ambienti di vita: molte sono le ore che vi trascorrono e buona parte delle relazioni interpersonali con i propri coetanei e con il mondo degli adulti si svolgono in questo assetto organizzativo. Qui vengono maturate convinzioni, opinioni, conoscenze, atteggiamenti e abitudini che influenzano lo sviluppo di ogni individuo.

E' chiaro che proprio a scuola i ragazzi vivono alcune delle esperienze più formative della propria esistenza ed è per questo che diventa fondamentale offrire loro l'opportunità di diventare cittadini consapevoli e responsabili attraverso programmi mirati di promozione del benessere.

Il sistema d'istruzione in Italia prevede due cicli d'istruzione che coprono 15 anni di formazione così suddivisi:

1° ciclo:

scuola dell'infanzia

dai 3 ai 5 anni non obbligatoria

scuola primaria

dai 6 ai 10 anni obbligatoria

scuola secondaria di I° grado

dagli 11 ai 13 anni obbligatoria

2° ciclo:

scuola secondaria di II° grado

dai 14 ai 15 biennio obbligatorio e dai 16 ai 18 anni triennio non obbligatorio.

La sua organizzazione

Dal 2000, a seguito della Legge n.59/1997, le istituzioni scolastiche hanno una propria personalità giuridica, cioè un proprio potere di azione, e autonomia. A capo di ciascuna istituzione scolastica è preposto un Dirigente Scolastico che si avvale della collaborazione di un Direttore dei servizi generali e amministrativi con compiti di segreteria e per il proprio funzionamento sono attivi 3 organi collegiali che agiscono in sinergia tra loro.

Il Consiglio di istituto ha funzioni di indirizzo e controllo ed è costituito da docenti, studenti, genitori, personale ATA, il Collegio dei docenti ha la responsabilità dell'impostazione didattico – educativa, mentre il Consiglio di classe ha il compito di formulare proposte al Collegio Docenti relative all'azione educativa e didattica e agevolare il rapporto tra docenti, genitori e studenti;

Ogni istituzione scolastica predispone un Piano dell'Offerta Formativa (POF), cioè il documento costitutivo dell'identità culturale di ogni scuola dove viene esplicitata la propria progettazione curricolare, extracurricolare, educativa ed organizzativa.

Il POF è elaborato dal collegio dei docenti sulla base degli indirizzi generali per le attività della scuola definiti dal consiglio di Istituto, tenuto conto delle proposte e dei pareri formulati dagli organismi e dalle associazioni anche di genitori e, per le scuole secondarie superiori, anche degli studenti.



CONTINUITÀ E AZIONI DI SISTEMA

Nel 2008 con il progetto “**Di Testa Mia**”⁶ abbiamo avviato un percorso di partecipazione e protagonismo giovanile per le politiche sanitarie, proseguendo in questi anni con programmi di promozione del benessere giovanile in ambito scolastico che utilizzano le metodologie life-skills e peer education. La realizzazione di tali programmi vede il coinvolgimento degli operatori delle strutture di educazione e promozione alla salute delle aziende sanitarie della toscana⁷.

www.ditestamia.it



Gli indirizzi regionali

Per facilitare il lavoro degli operatori sono state fornite delle linee guida⁸ che hanno le finalità di:

- **creare una rete di operatori** che lavorano nell'ambito della Promozione alla salute con ruoli e responsabilità ben definite;
- **accrescere le loro competenze** professionali attraverso la realizzazione di momenti formativi e di incontri finalizzati al confronto e allo scambio di buone pratiche;
- **delineare un percorso operativo**, scandito in step, per realizzare interventi di promozione della salute utilizzando le metodologie della LSE e PE in ambito scolastico;
- **promuovere "azioni di sistema"**, cioè che durano nel tempo, per alimentare e consolidare alleanze e reti territoriali già attivate nel corso degli anni precedenti e per evitare quindi la realizzazione di interventi spot, nati da progetti realizzati con finanziamenti specifici, a termine e calati dall'alto.



IL LINGUAGGIO COMUNE

La diffusione della cultura del benessere basata sui principi teorici e metodologici descritti richiede l'utilizzo di un linguaggio comune e di indirizzi operativi chiari. Tale esigenza ha visto il nostro impegno nella costruzione di opportunità formative e di crescita professionale per gli operatori delle aziende sanitarie impegnati nelle attività di promozione del benessere in ambito scolastico.

Nel 2013 nasce così il **percorso formativo** regionale sulla promozione della salute,

al fine di diffondere e condividere un linguaggio comune. Concepito per arricchire le competenze degli operatori sanitari delle aziende sanitarie della Toscana, ha previsto la realizzazione di due percorsi paralleli rivolti rispettivamente al gruppo dei **Coordinatori** degli interventi di promozione della salute all'interno della scuola e al gruppo dei **Formatori** sulle metodologie LSE.

Il gruppo dei **"Coordinatori"** esercita un ruolo fondamentale nella costruzione e nel governo dei programmi di attività, facilitando il dialogo e la collaborazione tra gli operatori scolastici e quelli sanitari.

Il gruppo dei **"Formatori"** ha il compito di formare i docenti su principi metodologici e tecniche di attivazione del gruppo classe, e di offrire costantemente il proprio supporto anche in termini strategici ed organizzativi?

Ad oggi possiamo contare sull'impegno di un gruppo di circa quaranta operatori appartenenti a tutte le aziende sanitarie della Toscana che operano con motivazione e sinergia.



IL PERCORSO OPERATIVO

Il percorso operativo individuato per la realizzazione di interventi di promozione del benessere in ambito scolastico è caratterizzato da passaggi strettamente connessi tra loro e strutturati in un sistema circolare con effetto “a cascata”.

In questo percorso l'insegnante gioca un ruolo chiave per l'avvio e il governo dei processi educativi e rappresenta, insieme ad operatori ed esperti del sistema sanitario, studenti e genitori, snodo fondamentale di un sistema finalizzato al sostegno reciproco e all'elaborazione di interventi di educazione alla salute dinamici, destinati a definirsi e costruirsi in itinere con il coinvolgimento diretto dei ragazzi, il supporto di genitori ed insegnanti, e la collaborazione delle strutture territoriali¹⁰.

Altrettanto determinante è il ruolo svolto dagli operatori di promozione della salute nell'avviare tale percorso: è fondamentale la conoscenza dei meccanismi e dei tempi che governano il microcosmo scolastico e mettere in atto un piano operativo che fronteggi le criticità e le contraddizioni che lo caratterizzano.

Naturalmente il percorso delineato deve essere adattato all'ordine di scuola che si intende coinvolgere nell'intervento di promozione della salute, rispettando quindi le caratteristiche di apprendimento e di sviluppo psico-emotivo dei destinatari finali e adottando le metodologie educative più idonee¹¹.

Obiettivi specifici

- **sensibilizzare i dirigenti scolastici** e i docenti di riferimento sulla opportunità di approfondire la conoscenza delle metodologie LSE e PE e sui vantaggi derivanti dal loro utilizzo nel contesto educativo, attraverso incontri finalizzati a creare motivazione, partecipazione, protagonismo;
- **costituire un gruppo di lavoro/progettazione multidisciplinare**, coordinato dagli operatori di promozione della salute delle aziende sanitarie, che coinvolga i soggetti del sistema scolastico e sanitario, quelli delle istituzioni locali e del terzo settore;
- **realizzare percorsi formativi** sulle metodologie LSE e PE rivolta ai **docenti** interessati;
- **organizzare momenti di incontro** e di informazione-formazione rivolti ai genitori;
- **individuare**, attraverso i docenti, gli **studenti** interessati a formarsi sulle metodologie LSE e PE;
- **realizzare percorsi formativi** rivolti agli **studenti** su LSE e PE;
- **coinvolgere gli studenti formati** nella progettazione e realizzazione di attività di peer education per e con i propri coetanei;
- **organizzare e realizzare momenti formativi** comuni a docenti e studenti per approfondire **temi specifici** di salute (affettività, alimentazione, disagio, dipendenze, sicurezza, ecc).
- **monitorare e supervisionare** le iniziative realizzate dai peer educator;
- **valutare** l'esito dell'intero processo per individuare punti di forza e di debolezza e rafforzarne l'efficacia;
- **consolidare** la rete operativa creata tra studenti, insegnanti, genitori, operatori, ecc. dando continuità e sviluppo ulteriore ad attività di promozione del benessere e salute.

NOTE



- 1 *Dichiarazione di Alma-Ata*, conferenza Internazionale sull'assistenza sanitaria primaria, 12 settembre 1978.
- 2 La carta di Ottawa per la promozione della salute, la conferenza internazionale sulla promozione della salute, Ottawa, Ontario Canada, 17 – 21 novembre 1986.
- 3 *Verso una scuola che promuove salute: linee guida per la promozione della salute nelle scuole*, 2° versione del documento “Protocolli e linee guida per le scuole che promuovono salute” (IUHPE, marzo 2011).
- 4 *Better schools through health – The third european conference on health promoting schools*, Vilnius, Lituania, giugno 2009.
- 5 WHO, *Life skills education in schools*, Division of Mental World Health Organization, Geneva 1993; WHO, *Peer education Kit for Uniformed Service*, WHO publications, Geneva 2003.
- 6 Un'accurata descrizione del progetto è comparsa nella monografia *Giovani e benessere*, in “Salute e Territorio”, rivista bimestrale del Formas, Laboratorio regionale per la formazione sanitaria, anno XXX, Gennaio-febbraio 2009, n. 172, pp. 20-22.
- 7 Le attività di promozione della salute rivolte a tutta la popolazione sono svolte dalle dodici Aziende Sanitarie Locali: Asl 1 di Massa e Carrara, Asl 2 di Lucca, Asl 3 di Pistoia, Asl 4 di Prato, Asl 5 di Pisa, Asl 6 di Livorno, Asl 7 di Siena, Asl 8 di Arezzo, Asl 9 di Grosseto, Asl 10 di Firenze, Asl 11 di Empoli, Asl 12 di Viareggio.
- 8 Delibera GRT 38/2013 “Indirizzi alla Asl per la realizzazione di interventi per il benessere dei giovani in ambito scolastico”.
- 9 E' in corso di pubblicazione una descrizione dettagliata del percorso formativo realizzato.
- 10 A.A.V.V., *Educare alla responsabilità – cultura e pratica delle abilità personali per la salute in ambito scolastico*, Giunti progetti educativi, Firenze 2009.
A.A.V.V., *Educare alla responsabilità-life skills education e peer education*, Giunti progetti educativi, Firenze 2010.
A.A.V.V., *La promozione del benessere. Strumenti per la sua valutazione*, Aonia edizioni, 2014.
- 11 A.A.V.V. *La promozione della salute nelle scuole: obiettivi di insegnamento e competenze comuni*, collana “Rapporti ISTISAN” , Roma, 2008.

Contatti:

Serena Consigli

Elisabetta Terradura

Settore Ricerca, Innovazione e Risorse Umane
Direzione Generale Diritti di cittadinanza e coesione sociale
Regione Toscana

serena.consigli@regione.toscana.it

elisabetta.terradura@regione.toscana.it