

Circolare N° 61

Bergamo, 24 marzo 2021

**Ai genitori degli alunni iscritti alla classe 2^A
Scuola Secondaria di I grado "Leonardo da Vinci"**

Oggetto: attività complementare LifeSkills Training – secondo livello

Cari Genitori,
con la presente vi inviamo il programma della sesta attività complementare LifeSkills Training – secondo livello proposta dal Prof. Guerini.

Nome dell'attività	LifeSkills Training – Secondo livello
Descrizione dell'attività	<p>Mercoledì 24 marzo 2021 prenderanno il via le lezioni del progetto Lifeskills training di secondo livello, volto a consolidare le competenze acquisite durante il primo ciclo di incontri dello scorso anno.</p> <p>Ricordiamo che il LifeSkills training è un programma di sviluppo, svolto in collaborazione con l'Ats di Bergamo e Regione Lombardia, che si focalizza sulle capacità di resistenza all'uso delle droghe all'interno di un modello più generale di incremento delle abilità personali e sociali. In particolare agisce su diversi mediatori quali: la percezione delle norme, la capacità di rifiuto della sostanza, l'assunzione del rischio, l'assertività, l'ansia sociale, la capacità di risolvere problemi e prendere decisioni.</p> <p>Dal momento che i fattori implicati nell'abuso di sostanze hanno a che fare sia con le influenze esterne (l'ambiente, i media e i pari) sia con fattori interni (ansia sociale, bassa autostima, propensione a</p>

	<p>ricercare emozioni forti), questo approccio, aumentando nei soggetti le capacità di gestione delle sfide quotidiane, favorendo un maggior senso di controllo personale e fornendo informazioni sulle sostanze rende possibile contrastare la loro motivazione ad usare droghe, ridurre la vulnerabilità e suscettibilità alla pressione esterna, diminuendo così il ricorso alle sostanze.</p> <p>Lo sviluppo del LifeSkills Training prevede che gli studenti coinvolti costruiscano un proprio progetto di auto-miglioramento. Esso vuole rappresentare un'opportunità offerta loro per migliorare nel corso del programma qualche abilità specifica o comportamento personale, in modo da incrementare il loro stato di benessere. Agli studenti è chiesto di individuare il proprio obiettivo generale di auto-miglioramento e di suddividerlo in una serie di sotto obiettivi settimanali per migliorare gradualmente il proprio comportamento e poter verificare settimanalmente i propri progressi.</p>
Durata prevista	<p>Il programma completo prevede 11 lezioni, 4 delle quali saranno proposte come attività complementari secondo il seguente calendario:</p> <p>mercoledì 24/03 dalle 14.30 alle 16.10 mercoledì 31/03 dalle 14.30 alle 16.10 mercoledì 14/04 dalle 14.30 alle 16.10 mercoledì 21/04 dalle 14.30 alle 16.10</p>
Docente/i ed esperto/i responsabile/i del progetto	<p>Enzo Guerini / Silvia Facchinetti (non sarà coinvolta nelle lezioni pomeridiane di attività complementari)</p>

Obiettivi formativi	<ul style="list-style-type: none"> • Sviluppare armonicamente la propria personalità in tutte le direzioni (etiche, religiose, sociali, intellettuali, affettive, operative, creative ecc.) per agire in maniera autonoma e responsabile. • Conoscere la realtà contemporanea per poter interagire. • Acquisire la conoscenza di sé (interessi, capacità ecc.) • Autovalutarsi per poter operare scelte realistiche ed elaborare un progetto di vita personale. • Essere disponibile al dialogo con adulti e compagni per poter esprimere anche bisogni e disagi • Risolvere problemi che di volta in volta si incontrano. • Acquisire gli strumenti culturali per la propria formazione.
Competenze chiave per l'apprendimento permanente definite dal Parlamento Europeo e dal Consiglio dell'Unione Europea	<ul style="list-style-type: none"> • Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare • Spirito di iniziativa e imprenditorialità • Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali.

È gradita occasione per porgere cordiali saluti.
La Direzione Didattica