



Cooperativa Sociale "MAGLIANA '80" a.r.l. ONLUS

Via Vaiano 23, 00146 Roma tel. 06-55282462-Fax 06-55287049

e-mail mag.80@tiscali.it

www.magliana.it

Proposta di intervento per le Scuole Secondarie di I e II livello

da attivarsi nel Comune di Marino

Uno sguardo sull'adolescenza

L'adolescenza definisce quel periodo del ciclo di vita in cui si verifica la transizione dallo stadio di bambino a quello di adulto. I cambiamenti fisici e psichici che avvengono in questa fase della vita esercitano un effetto profondo in quanto influenzano l'immagine di sé e l'autostima, lo status sociale e la popolarità e vanno a stravolgere l'identità dei ragazzi e delle ragazze mettendo alla prova la loro capacità di adattamento. A caratterizzare questa fase di vita è anche l'insorgere di nuovi bisogni: il bisogno di identità, il bisogno di indipendenza e il bisogno di senso.

In riferimento alla questione dell'età, gli adolescenti e i giovani in generale, sono caratterizzati da uno stile di vita maggiormente a rischio rispetto agli adulti, riconducibile, probabilmente, ad un sentimento di invulnerabilità e al desiderio di una continua sperimentazione da parte dei giovani stessi.

Questo aspetto si inserisce all'interno dei **"compiti" evolutivi che progressivamente l'adolescente incontra nel suo sviluppo** e con i quali è chiamato a misurarsi costantemente: ci riferiamo, ad esempio, allo sviluppo corporeo; alla maturazione sessuale; alla rielaborazione dell'identità personale che spinge verso l'autonomia e l'individuazione di sé; all'integrazione nel gruppo dei coetanei che consolida la formazione di amicizie e favorisce le relazioni con l'altro sesso.

La ricerca di un equilibrio e di un'identità di sé quanto più stabili possibili devono dunque fare i conti con un'accresciuta propensione al rischio, caratterizzata dalla sottovalutazione, spesso consapevole, dei rischi inerenti certe scelte e l'aumento della frequenza dei comportamenti ad esito auto ed etero lesivo, che assumono così un significato particolare oggi, quando diventare adulto significa confrontarsi con un contesto sociale dove diventa complesso trovare soluzioni alle sfide che l'adolescenza porta con sé.

L'adozione di comportamenti a rischio nella fase dell'adolescenza può indurre ad un uso o abuso di sostanze che spesso assumono la valenza di "facilitatori" nel difficile cammino verso l'età adulta. Le trasformazioni biologiche e psicologiche portano, quindi, l'adolescente ad una ridefinizione dell'immagine di sé, delle relazioni con la famiglia, gli amici, gli altri. Tutto ciò fa sì che l'adolescente si confronti costantemente con l'incertezza, l'insicurezza, l'incompletezza e nuove competenze da acquisire e promuovere sia in ambito familiare che extrafamiliare. Il consumo di sostanze è in questo senso in sintonia con esigenze di questa fase specifica della vita, poiché può contribuire (momentaneamente e illusoriamente) a migliorare l'immagine di sé, il rapporto con se stessi e il proprio

mondo interno, facilitare la comunicazione con gli altri, liberare il bisogno di protagonismo, di indipendenza, di libertà e creatività.

Quanto più l'adolescente si percepirà come insicuro, dipendente, incompetente, fragile, tanto più le sostanze gli daranno la falsa illusione di riuscire a colmare la distanza tra il suo io ideale e quello reale.

I compiti di sviluppo a cui l'adolescente deve rispondere sono: l'individuazione, la separazione dai genitori, l'acquisizione di una identità sessuale, la mentalizzazione delle emozioni, la costruzione di un proprio progetto di crescita, l'acquisizione di un sistema di valori e una coscienza etica autonoma, la costruzione della propria identità sociale.

Se l'adolescente può fare affidamento su aspetti stabili interni (buon livello di autostima, percezione di adeguatezza del sé, competenze relazionali) ed esterni (persone e contesti di riferimento significativi) allora avrà meno bisogno di surrogati chimici per sentirsi abile, forte, competente, capace di relazioni nel complesso processo di realizzazione della crescita.

Azioni di prevenzione

Il Consiglio dell'Unione europea invita gli Stati membri (5099/1/02 Cordroque 4 Rev 1) a «inserire programmi di promozione della salute e di prevenzione in materia di droga(...)» e a «promuovere lo sviluppo di questi programmi adeguando, all'occorrenza, le risorse e le strutture organizzative delle amministrazioni interessate, per realizzare compiutamente l'obiettivo anzidetto».

Le **Linee Guida della Prevenzione**, basata sulle evidenze scientifiche e di comprovata efficacia, sono state divulgate dal NIDA in una prima pubblicazione del 1997 e in una successiva del 2003.

I principi della prevenzione derivano dagli studi condotti sull'origine dei comportamenti di consumo e dagli studi di efficacia per la prevenzione dell'abuso di droghe, con l'obiettivo di fornire un efficace riferimento per la programmazione degli interventi.

Secondo queste **Linee Guida** le azioni di prevenzione rivolte ai giovani **dovrebbero accrescere i fattori di protezione ed eliminare o ridurre quelli di rischio** (Hawkins et al. 2002).

- Il rischio di diventare un consumatore di droga implica il rapporto fra il numero e il tipo di fattori di rischio (per es. attitudini e comportamenti devianti) e fattori di protezione (per es. sostegno parentale) (Wills e McNamara et al. 1996).

- **Il potenziale impatto dei rischi specifici e dei fattori protettivi cambia con l'età.** Per esempio, i fattori di rischio all'interno della famiglia hanno un maggior impatto sui figli più giovani, mentre l'associazione fra pari con consumatori di droga potrebbe essere un fattore di rischio più significativo per un adolescente (Gerstein e Green 1993; Kumpfer et al. 1998).

- **Un intervento precoce sui fattori di rischio** (per es., comportamenti aggressivi ed auto-controllo insufficiente) spesso ha un impatto maggiore che non un intervento operato successivamente, modificando il percorso di vita di un ragazzo per portarlo dai problemi verso comportamenti positivi (Ialongo et al. 2001).

- Sebbene i fattori di rischio e quelli di protezione possono riguardare persone di tutti i gruppi, **essi possono avere un effetto differente a seconda dell'età, del genere, dell'etnia, della cultura e dell'ambiente** (Beauvais et al. 1996; Moon et al. 1999).

(NIDA, 2003, Preventing Drug Use Among Children And Adolescents. A Research-Based Guide for Parents, Educators, and Community Leaders - Principio 1).

L'importanza della scuola come ambito preventivo

Da diversi ambienti ed evidenze scientifiche emerge che una buona partecipazione alla vita scolastica, ai suoi contenuti e relazioni, potrebbe essere, da sola, lo strumento di prevenzione più potente del disagio giovanile.

La scuola, intorno alla quale ruota buona parte della vita di adolescenti e giovani, è tra i luoghi maggiormente deputati allo sviluppo di competenze personali e abilità sociali indispensabili perché ogni giovane possa “costruire” il suo benessere e il proprio futuro nel modo più consapevole possibile.

La scuola ha assunto nel tempo un ruolo strategico, non più solo come contesto di insegnamento/apprendimento, ma anche come contesto di socializzazione, scambio culturale e interazione sociale. **La scuola si rivela come luogo privilegiato dove costruire spazi, tempi e opportunità di conoscenza e formazione** che apre ampie opportunità all’attivazione condivisa di risorse attraverso programmi specifici di informazione e formazione, ovvero attraverso un **coinvolgimento attivo dei ragazzi nell’opera di prevenzione e di educazione alla salute.**

La scuola può sostenere strategie che integrano l’informazione e la formazione e che esprimono la complessità di processi di apprendimento e di cambiamento nei quali l’incontro con l’altro diventa facilitazione alla crescita. Alla luce dell’importanza della relazione con l’altro, della diversità, della trasformazione e del cambiamento, **gli impegni di sostegno alla crescita che la scuola si pone non possono essere basati solo sulla informazione corretta e mirata, ma si rivela di fondamentale importanza l’integrazione dell’aspetto emotivo e relazionale.**

Il nostro intervento si pone l’obiettivo di dare un sostegno alle Scuole rispetto alla promozione della salute e di stili di vita positivi ed “adattivi”, se si parte dalla considerazione che nella Scuola italiana le concezioni di Piaget hanno influenzato in misura considerevole gli orientamenti scolastici recenti, avvalorando una visione dell’educazione fortemente centrata sullo sviluppo cognitivo in una direzione logico-epistemologica (Cambi, 1996). Le emozioni sono esperienze complesse che coinvolgono il soggetto a diversi livelli: fisiologico, cognitivo, motivazionale, relazionale, dell’esperienza soggettiva (Lazarus, 1991). Gli studi recenti nel campo delle emozioni hanno messo sempre più in evidenza la stretta interconnessione esistente tra processi cognitivi ed emotivi (Frijda, 1986; Plutchik, 1995; Damasio, 1995; Oatley e Jenkins, 1996). La pluralità degli aspetti implicati evidenzia come l’emozione costituisca un ponte rilevante tra pensiero e corpo, tra motivazione e decisione/azione, tra sé e l’altro, tra sé e la cultura di appartenenza.

Mentre il vecchio paradigma basato sulla netta separazione tra ragione ed emozioni sosteneva un ideale in cui la ragione doveva liberarsi dalla spinta delle emozioni sottomettendole, il nuovo modello sottolinea invece l’interdipendenza tra i due e quindi la necessità di armonizzarli e curarne lo sviluppo in ugual misura (Goleman, 1996). Salovey e Mayer (1990) usano il termine intelligenza emotionale riferendosi a "un set di abilità che si ipotizza contribuiscano ad una accurata valutazione delle emozioni in se stessi e negli altri e l’uso dei sentimenti per motivare, pianificare e conseguire risultati nella vita" (Ibid., p. 189). Il possesso di tali abilità favorisce l’adattamento personale e la salute mentale, trattandosi di un insieme di abilità che influenza profondamente tutte le altre, facilitandone l’espressione quando è armonicamente sviluppato o interferendo anche profondamente con esse quando è carente.

In sintesi, coloro che possiedono un’elevata intelligenza emotiva sono in grado di usare le emozioni al servizio delle motivazioni, dell’assunzione di responsabilità, del prendere decisioni, del raggiungimento dei propri scopi, del superamento di ostacoli, dello sviluppo di relazioni sociali, e del mantenimento di una condizione di relativo benessere personale.

Queste considerazioni avvalorano l’importanza e l’intenzione di dare spazio particolare, nel lavoro con gli alunni, agli aspetti emozionali.

Gli incontri nelle scuole sono previsti con i gruppi classe e prevedono per ognuno 3 incontri da concordare con gli Istituti interessati. Qualora, in alcuni gruppi classe, dovessero emergere esigenze particolare è possibile prevedere un numero maggiore di incontri

Gli obiettivi del lavoro con le classi hanno a che fare con l’acquisizione di una maggiore consapevolezza della propria condizione di benessere; con la capacità di “riconoscersi” nelle proprie dimensioni personali e sociali; di favorire una maggiore consapevolezza di come è possibile impiegare le risorse del gruppo al fine di starci meglio; far sviluppare la consapevolezza degli effetti che hanno sugli altri i nostri comportamenti e atteggiamenti; affrontare il tema della collaborazione e cooperazione al fine di

affrontare al meglio situazioni complesse. Approfondire i temi relativi all'obiettivo preventivo inerente ai comportamenti a rischio in adolescenza". Fornire informazioni sugli effetti delle sostanze e sarà a questo punto importante, da una parte, sistematizzare le informazioni e le conoscenze dei ragazzi che spesso risultano frammentarie, poco elaborate se non "false" e, dall'altra, lavorare sugli aspetti emotivi, relazionali e interiori che sono il vero determinante del comportamento a rischio in adolescenza. Inoltre il percorso affronterà le problematiche dell'adolescenza e delle infezioni a trasmissione sessuale tenendo in considerazione il potenziamento di abilità psicosociali e affettive (definite dall'OMS come Life Skills) ovvero capacità decisionale, capacità di risoluzione di problemi, creatività, senso critico, comunicazione, autoconsapevolezza, relazioni interpersonali, empatia, gestione delle emozioni, gestione dello stress. A partire dall'osservazione degli stili relazionali dei ragazzi e della loro percezione del rischio verrà introdotto il tema dell'educazione alla salute e di educazione sessuale.

A partire dalla definizione di salute dell' Organizzazione Mondiale della Sanità, si utilizzerà la metodologia della **Life Skills Education**: ovvero quella metodologia che fa riferimento all'addestramento a quelle "competenze di vita" che portano a comportamenti positivi e di adattamento e che rendono l'individuo capace di far fronte efficacemente alle richieste e alle sfide della vita di tutti i giorni. Le competenze che possono rientrare tra le Life Skills sono innumerevoli e la natura e la definizione delle Life Skills si possono differenziare in base alla cultura e al contesto. In ogni caso queste competenze possono

essere raggruppate secondo 3 aree:

EMOTIVE- consapevolezza di sé, gestione delle emozioni, gestione dello stress

COGNITIVE - risolvere i problemi, prendere decisioni, senso critico, creatività

SOCIALI - empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci

Acquisire e applicare in modo efficace le Life Skills può influenzare il modo in cui ci sentiamo rispetto a noi stessi e agli altri ed il modo in cui noi siamo percepiti dagli altri.

Su queste aree, **attraverso una metodologia sempre attiva e tecniche partecipative**: (*circle time, brain storming, role playing, giochi psicologici etc*) lavoreremo con i ragazzi con l'obiettivo di far loro migliorare percezione di autoefficacia, autostima e fiducia in loro stessi.

Secondo Bandura il meccanismo di autoregolazione più importante è il senso di "**autoefficacia**" che permette all'individuo di essere agente attivo della propria vita e quindi assumersi la responsabilità di costruire, selezionare e organizzare gli eventi per raggiungere i propri obiettivi. L'individuo diventa un agente attivo quando è in grado di riflettere sulla propria esperienza, monitorando il processo di crescita, correggendo le proprie condotte disfunzionali e adattandole alle richieste dell'ambiente. Il senso di autoefficacia è proprio la convinzione che le proprie capacità siano adeguate e funzionali al fine di gestire le situazioni a proprio vantaggio per poter raggiungere gli scopi prefissati.

Durante gli incontri l'equipe di operatori (Psicologi, Medico, Counsellor) composta da persone che hanno esperienza negli interventi nelle scuole alterneranno i diversi approcci utilizzandole secondo le esigenze e la strutturazione degli incontri. Ci sarà una fase centrale in cui è previsto un approfondimento dei contenuti rispetto alle sostanze e alle infezioni sessualmente trasmesse (IST) per cui si utilizzerà l'approccio dell'*Information Giving Model*, un approccio 'preventivo' che si focalizza sul cambiamento di comportamento a livello individuale e si basa sul presupposto che ci sono elementi che i singoli soggetti e i gruppi devono conoscere per tutelare la propria salute fisica e psicologica. Secondo questo modello, alla base del cambiamento di comportamento vi è la seguente sequenza: 1. fornire informazioni, 2. aumentare/migliorare le conoscenze, 3. modificare gli atteggiamenti (credenze, rappresentazioni) 4. modificare il comportamento, 5. migliorare la salute.

In questo scenario si collega e completa la linea d'intervento l'utilizzo dell'*Empowerment* e *Self-Empowerment*, che sono tecniche utili a potenziare e migliorare le capacità decisionali nei sistemi psicologici individuali e sono finalizzate allo sviluppo dell'autoefficacia e dell'autoconsapevolezza nella gestione dei fattori di rischio e dei fattori protettivi della salute personale. Gli strumenti di cui si avvalgono consistono in tecniche diversificate, anche esperienziali, basate sul dare informazioni, sul

consentire l'acquisizione di abilità (*life skills*) e su competenze specifiche per il progresso cognitivo e comportamentale dei soggetti.

Obiettivi generali

1. Promuovere azioni di sensibilizzazione tra i giovani che frequentano le Scuole Secondarie di I e II Grado del territorio sui rischi connessi all'assunzione di sostanze stupefacenti e alle Malattie Sessualmente Trasmissibili (MST);
2. Fornire informazioni scientifiche corrette sulle principali sostanze stupefacenti e sulle MST
3. Far conoscere i rischi legati a vecchie e nuove dipendenze;
4. Sviluppare le capacità critiche delle ragazze e dei ragazzi per poter scegliere in maniera responsabile quali comportamenti adottare;
5. Promuovere stili di vita sani e adeguati;
6. Sviluppare una cultura di tutela della propria e altrui salute;

7. Modificare il livello di percezione dei rischi collegati alle condotte di poli-assunzione di sostanze psicoattive ed alcool in relazione al contesto di vita;

Organizzazione incontri a scuola

Lavoreremo con singoli gruppi classe per 3/4 incontri così come programmato. Ogni incontro avrà la durata di 2 ore e sarà condotto da 2 operatori.

1° incontro

- Presentazione operatori e finalità degli incontri
- Disposizione del gruppo in circle time
- Presentazione ragazzi /aspettative rispetto agli incontri; un operatore riempie scheda dati
- Brainstorming sul tema: "Adolescenti fuori casa" io me la rischio se...(esplorazione dei comportamenti a rischio rispetto a uso di sostanze e MST)
- Strutturazione delle idee emerse in categorie (es. elementi trasgressivi- elementi di pericolo- elementi di libertà/crescita/evolutivi).
- Stimolazione di un dibattito coadiuvato dagli operatori che fungono da facilitatori della discussione in gruppo
- Debriefing rispetto ai contenuti emersi durante il dibattito. Si può mettere in evidenza la relazione tra adolescenza e ricerca della libertà, del rischio/pericolo in una direzione che vuol essere evolutiva (nella direzione dell'individuazione) ma che trascura le conseguenze talvolta irreversibili di alcuni comportamenti a rischio.
- Chiusura lavori e distribuzione materiale informativo

2° incontro

- Approfondimento dei contenuti/intervento del medico
- Formazione sugli effetti e sui rischi collegati al consumo di sostanze e malattie sessualmente trasmesse attraverso la proiezione di video e slide esplicative
- Stimolazione di una discussione sulle tematiche approfondite

3° incontro

- Breve ricapitolazione dei contenuti emersi nei precedenti incontri

- Role Playng + utilizzo delle categorie di De Bono (obiettivo di questa tecnica è di suscitare la discussione). Si farà scegliere ad ogni ragazzo un colore di cappellino che dovrà indossare: (Bianco=pensiero oggettivo/razionale; Rosso=impulsivo; Nero=pessimista; Verde=idee nuove; Giallo= ottimista).
- Debriefing: Cosa è avvenuto durante il role playng? Cosa hanno scelto gli interpreti? È realistico rispetto alle loro abituali scelte? Cosa avrebbero potuto fare di diverso? Quali sono le alternative?..
- Esperienza corporea attraverso il “Gioco dei nodi”.
Feedback: attivare un dibattito sul senso del gioco. (Il gioco dei nodi è un gioco che sollecita la collaborazione, ma può anche essere utilizzato per una riflessione sulle regole condivise
- Debriefing: Le Aspettative dei ragazzi rispetto agli incontri sono state attese oppure no?
- Chiusura dei lavori

La metodologia ludica può essere definita come una pratica didattica e psicopedagogica, che prevede il costituirsi di un contesto ricco di stimoli positivi (ludico) dove si diviene protagonisti del proprio processo formativo e nel quale si partecipa ad attività di cooperazione e di competizione positiva con i compagni (gioco). In tal senso il gioco, così recepito, facendo leva sulla motivazione, permette il conseguimento degli obiettivi e delle mete che il processo formativo si pone. Le attività ludiche, favorendo un pensiero laterale, possono offrire ai ragazzi, la possibilità di un approccio metacognitivo all'apprendimento, grazie al quale imparano a ricercare il loro sapere in modo consapevole e responsabile (De Bono, 1967), necessario per uno sviluppo delle competenze sociali e motivazionali.

La Cooperativa Magliana '80 da anni lavora nel settore della prevenzione, e della riduzione dei rischi collegati all'uso abuso di sostanze stupefacenti e della promozione di stili di vita sani anche nel territorio della Asl RM6 dove si intendono realizzare gli interventi nelle scuole.