

PROGETTO “DIPENDE-DA-TE”

Piano GAP

Centro per il trattamento dei Disturbi Psichiatrici correlati ad Alcol e GAP

DSMD Asl Cagliari

Premessa

Il presente progetto, nato nell’ambito delle attività del Piano Regionale Gioco d’Azzardo Patologico e del Centro per il trattamento dei Disturbi Psichiatrici correlati ad Alcol e Gioco d’Azzardo, si propone di attuare un piano di azioni finalizzate alla promozione della salute e alla prevenzione di specifici comportamenti a rischio nell’adolescente, che riguardano l’uso problematico di alcol e alcune dipendenze comportamentali quali il Disturbo da Gioco d’Azzardo Patologico, il gaming e l’internet addiction. Tale programma si basa sull’assunto, ampiamente supportato dalla letteratura sul tema, che efficaci interventi di prevenzione e promozione della salute debbano includere l’insegnamento delle life skills, quali abilità relazionali emotive che l’OMS e Organismi Nazionali quali l’Istituto Superiore Sanità e il Ministero della Salute, riconoscono come imprescindibili fattori protettivi nei confronti dell’insorgere del disagio psicosociale e di disturbi psicopatologici in età giovanile. Riportando alcuni stralci del Progetto Skills for life dell’OMS (1994): “con il termine life skills si intendono tutte quelle skills (abilità e competenze) che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana”. La mancanza di tali Skills socio-emotive può causare, in particolare nei giovani, l’instaurarsi di comportamenti negativi e a rischio in risposta agli stressor. Alla luce di ciò la finalità è quella di favorire lo sviluppo e il potenziamento di quelle risorse individuali che consentono di far fronte in maniera positiva ai diversi compiti che gli adolescenti incontrano lungo il proprio percorso di sviluppo, stimolandoli ad assumere in prima persona la responsabilità per la propria salute e a compiere scelte consapevoli in una prospettiva attiva di empowerment personale, piuttosto che condurre le persone verso modelli predefiniti di salute e di stili di vita. L’importanza delle life skills è ampiamente riconosciuta anche in ambito scolastico: il Ministero dell’Istruzione da tempo raccomanda, anche con l’istituzione dei PCTO (Percorsi per le Competenze Trasversali e Orientamento) negli Istituti Secondari di II grado, che all’interno dell’orario curricolare siano favorite esperienze atte a promuovere il benessere degli studenti e l’acquisizione di tutte quelle abilità di vita che, se da una parte proteggono dal disagio, dall’altra favoriscono la motivazione allo studio e l’apprendimento dei contenuti curricolari, contrastando così i fallimenti scolastici e il connesso fenomeno della dispersione scolastica. Le finalità perseguite e la metodologia proposta

sono, infine, in linea con quanto raccomandato nel Piano Regionale di Prevenzione 2020/2025, Programma predefinito PP01 “Scuole che promuovono Salute” della Regione Autonoma della Sardegna (RAS).

OBIETTIVI GENERALI

- Promuovere nei giovani atteggiamenti positivi nei confronti della propria salute e prevenire comportamenti a rischio quali l'uso problematico di alcol, il gambling, il gaming e l'internet addiction
- Promuovere e potenziare processi di empowerment giovanile e le life skills, quali determinanti di salute riconosciuti come fattori protettivi nei confronti di differenti forme di disagio psicologico e psicopatologico.

OBIETTIVI SPECIFICI:

1. Favorire l'acquisizione di conoscenze scientifiche e stimolare riflessioni relativamente a gambling, gaming, internet addiction e uso di alcol e alle relative implicazioni bio-psico-sociali
2. Sviluppare consapevolezza rispetto ai fattori di vulnerabilità che in adolescenza espongono maggiormente al rischio di sviluppare dipendenza
3. Sensibilizzare e promuovere processi di consapevolezza rispetto ai comportamenti a rischio per una loro intercettazione precoce e favorire la scelta di comportamenti salutari e responsabili
4. Favorire la conoscenza dei Servizi Sanitari esistenti nel territorio per il trattamento delle dipendenze e delle relative modalità di accesso.
5. Favorire, incentivare e implementare la collaborazione e l'integrazione tra Istituzioni che a diverso titolo si adoperano per l'educazione e il benessere dei giovani (Sanità e Scuola).
6. Incentivare l'acquisizione di importanti competenze psico-sociali (Life Skills) nell'ambito della comunicazione e della relazionalità, stimolare capacità riflessive e senso critico, la conoscenza di Sé e l'espressività creativa; rafforzare la capacità di fare scelte consapevoli, risolvere problemi, mediare conflitti, condividere soluzioni.
7. Favorire la capacità di riflettere sui propri percorsi esperienziali e sui processi di attribuzione di significato, migliorando il livello di autoconsapevolezza e imparando a renderli comprensibili e comunicabili a sé e agli altri.

OPERATORI

Dott.ssa Anastasia Corona, Dott.ssa Sara Meli, Dott.ssa Ofelia Muscu, Dott.ssa Monica Porcu

DESTINATARI

Studenti degli Istituti Secondari di II grado

METODOLOGIA

La metodologia utilizzata è di tipo attivo-partecipativo, in quanto parte dall'assunto che attraverso l'esperienza grupale possano attivarsi non solo processi di conoscenza, ma soprattutto processi di consapevolezza, consentendo ai partecipanti di divenire protagonisti attivi del proprio percorso di crescita e cambiamento.

La matrice relazionale, inoltre, pone le basi per la costruzione di interventi centrati sull'attivo scambio nel grande e nel piccolo gruppo, che favoriscano processi di rispecchiamento e apprendimento esperienziale attraverso la messa in gioco non solo della componente cognitiva dell'esperienza, ma anche di quella sensoriale-emozionale.

Il gruppo costituisce un elemento essenziale, fungendo sia da contenitore e cassa di risonanza di vissuti ed esperienze sia essendo esso stesso portatore di un senso di appartenenza e di una propria identità, co-costruita nelle interazioni tra i singoli partecipanti. L'approccio operativo e cooperativo proposto è centrato sulla valorizzazione delle risorse e dell'apporto creativo di ciascuno al processo di gruppo nel rispetto delle diversità; utilizza la modalità laboratoriale attraverso l'utilizzo di giochi psicologici, simulate, role playing, brainstorming e focus group.

Ciascun laboratorio, secondo un approccio di tipo esperienziale, sarà strutturato in tre fasi che scandiscono il tempo del lavoro del gruppo: una prima fase di riscaldamento, mediante dei giochi psicologici denominati "rompighiaccio", tesa a predisporre l'energia del gruppo alla seconda fase di attivazione, quella centrale, in cui i ragazzi saranno coinvolti in modo interattivo in una attività specifica; infine il terzo momento è rappresentato dalla chiusura, effettuata attraverso un gioco psicologico specifico, in cui si agevola l'assimilazione dei contenuti emersi e dei processi vissuti.

Un altro aspetto metodologico riguarda l'impiego dei pari all'interno del percorso di sensibilizzazione e prevenzione, come strategia educativa volta ad attivare un processo naturale di trasmissione di conoscenze e di esperienze da parte di alcuni membri di un gruppo ad altri membri di pari status, attraverso la sperimentazione attiva di sé nella relazione tra pari, lo scambio comunicativo simmetrico e orizzontale, la condivisione di un senso di appartenenza al gruppo e di significati e linguaggi comuni alla cultura giovanile, l'attivazione di processi di apprendimento indiretto (il modeling) favorevoli all'identificazione con l'altro.

Al termine dei laboratori è prevista la realizzazione di materiali (elaborati, articoli, racconti, materiale multimediale, disegni, etc.) da parte dei ragazzi, come strumento utile al consolidamento di apprendimenti, al rinforzo positivo rispetto alla loro partecipazione e alla condivisione con il gruppo dei pari e con l'intero sistema scolastico.

Verranno utilizzati nell'ambito delle attività diversi stimoli multimediali (filmati, spezzoni di film, musica, ecc.) e la metodologia dell'intervista esplorativa attraverso i moduli web al fine di potenziare l'uso di diversi canali comunicativi.

AZIONI E TEMPI

Fase 1 – Organizzazione attività

1. Individuazione referente/i e incontro di presentazione al corpo docente finalizzato a introdurre il progetto, a esplorare i temi trattati, favorire l'analisi di bisogni del contesto target e la comprensione delle possibili ricadute di tale piano di attività sulla popolazione studentesca
2. Incontro di tipo organizzativo con referente per definizione cronoprogramma e raccolta adesioni

Fase 2 - Attuazione nelle classi

- Incontro assembleare per la Presentazione del Progetto a corpo docente e studenti
- Modulo a medio termine:
n. 4 incontri con gli studenti (durata 2 ore)

Fase 3 – Chiusura in plenaria

Chiusura lavori attraverso n. 1 incontro in plenaria per la presentazione dei Project Work degli studenti alla Scuola e alle famiglie (3h).

In riferimento alle fasi di attuazione del progetto (2 e 3) è previsto un modulo costituito da 4 laboratori a cadenza settimanale della durata di 2 ore ciascuno, a cui si aggiunge un incontro in plenaria della durata di 3 ore effettuato, a completamento del modulo, per la presentazione dei project work da parte degli studenti; tale incontro finale è aperto a tutto il personale scolastico, a tutti gli studenti e alle loro famiglie. In totale il percorso formativo (fase 2 e 3) ha la durata di 13 ore per classe.

Come riportato nella calendarizzazione proposta di seguito (suscettibile di variazioni a seconda delle esigenze della Scuola), 4 classi svolgeranno il modulo nel mese di ottobre e le restanti 5 nel mese di novembre. L'incontro in plenaria si svolgerà nel mese di dicembre a distanza di almeno 2 settimane dalla fine della conclusione del modulo.

CRONOPROGRAMMA

Mese di Settembre

18 settembre: Incontro assembleare per la Presentazione del Progetto a docenti e studenti

Mese di Ottobre

CLASSE 4AS	CLASSE 4CP	CLASSE 3 CP	CLASSE 5CP
Giovedì 10 (9:00-11.00)	Martedì 8 (9:00-11.00)	Mercoledì 9 (9:00-11.00)	Mercoledì 9 (11:30-13:30)
Martedì 15 (9:00-11.00)	Mercoledì 16 (9:00-11.00)	Lunedì 14 (9:00-11.00)	Mercoledì 16 (11:30-13:30)
Venerdì 25 (9:00-11.00)	Venerdì 25 (11:30-13:30)	Mercoledì 23 (11:30-13:30)	Martedì 22 (9:00-11.00)
Mercoledì 30 (9:00-11.00)	Mercoledì 30 (11:30-13:30)	Martedì 29 (9:00-11.00)	Lunedì 28 (9:00-11.00)

Mese di Novembre

CLASSE 4DP	CLASSE 4EP	CLASSE 4FP	CLASSE 5FP	CLASSE 5EP
Lunedì 4 (9:00-11.00)	Martedì 5 (9:00-11.00)	Mercoledì 6 (9:00-11.00)	Mercoledì 6 (11:30-13:30)	Venerdì 8 (9:00-11.00)
Martedì 12 (9:00-11.00)	Mercoledì 13 (9:00-11.00)	Venerdì 15 (11:30-13:30)	Venerdì 15 (9:00-11.00)	Mercoledì 13 (11:30-13:30)
Mercoledì 20 (11:30-13:30)	Lunedì 18 (9:00-11.00)	Martedì 19 (9:00-11.00)	Martedì 19 (11:30-13:30)	Mercoledì 20 (9:00-11.00)
Mercoledì 27 (9:00-11.00)	Venerdì 22 (9:00-11.00)	Mercoledì 27 (11:30-13:30)	Mercoledì 27 (9:00-11.00)	Martedì 26 (9:00-11.00)

Mese di Dicembre

11 dicembre: Incontro in plenaria (da confermare)

PROGRAMMA

1° incontro: Laboratorio 1
“Conoscersi: Rappresentazioni sulle dipendenze”

2° incontro: Laboratorio 2
“l'online tra rischi e risorse”

3° incontro: Laboratorio 3
“Dall'online ai rischi legati all'uso di alcol”

4° incontro: Laboratorio 4
“Gioco d'Azzardo e Gaming”

5° Incontro: Chiusura in Plenaria

Per informazioni e contatti:

Responsabile Scientifico del Piano Regionale Gap: Dott.ssa Graziella Boi

Coordinatrice Piano Regionale GAP: Dott.ssa Maria Grazia Pani

Equipe Piano Regionale GAP ASL Cagliari: Dott.ssa Anastasia Corona, Dott.ssa Sara Meli, Dott.ssa Ofelia Muscu, Dott.ssa Monica Porcu

Telefono: 0706096540 - dal lunedì al venerdì dalle 8:30 alle 13:30

Mail: corsi.progettidsmd@aslcagliari.it