



Piano Locale della Prevenzione

Progetto *Life skills education*

Risultati dell'intervento realizzato nell'Istituto di Istruzione Superiore "Marconi Galletti" di Domodossola nell'anno scolastico 2015-2016

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha promosso l'educazione delle life skills nelle scuole con un progetto lanciato nel 1993 (Life skills education in schools).

Le life skills sono capacità personali che permettono ai ragazzi di affrontare in modo efficace le esigenze della vita quotidiana, rapportandosi con fiducia a se stessi, agli altri e alla comunità.

L'ASL del VCO ha inserito nel **Piano Locale della Prevenzione**, un progetto che offre, agli Istituti superiori del territorio, la possibilità di usufruire di alcune ore di formazione sulle life skills, per le classi quarte o quinte, nell'ambito delle azioni rivolte alla **promozione del benessere** (così come inteso dalla stessa OMS).

Nel mese di Febbraio **2016** il progetto è stato realizzato nell'Istituto di Istruzione superiore "Marconi Galletti" di Domodossola, che ha aderito con le classi quarte.

Alla fine dell'esperienza, che ha richiesto complessivamente **21 ore di formazione in aula** il progetto è stato valutato direttamente dagli studenti attraverso un questionario anonimo.

La presente relazione illustra i risultati di questa elaborazione.

I dati quantitativi dei giudizi espressi da parte di tutte le classi partecipanti sono presentati in maniera aggregata nella tabella uno.

Dopo la tabella con i dati quantitativi vengono presentati le libere impressioni sull'iniziativa espresse dagli studenti. Tali commenti, oltre a evidenziare uno "spaccato" del pensiero giovanile presente nell'Istituto,

rappresentano sicuramente gli indicatori qualitativi più diretti e immediati anche per valutare l'efficacia dell'intervento e i bisogni dei ragazzi.

Noi pensiamo che, in un momento come questo, aver costruito all'interno della scuola un'occasione per riflettere sui valori che sono alla base dell'autorealizzazione, del benessere e della civile convivenza, sia stato significativo. E la risposta con cui la maggioranza degli studenti ha accolto e valutato il progetto sembra confermare questo giudizio.

Omegna, Marzo 2016

Tabella 1. Giudizi finali sull'iniziativa espressi dagli studenti.

	Ottima	Buona	Sufficiente	Insufficiente	Gravemente insufficiente	Non risponde	Totale
4^a soc B	8	5	0	0	0	0	13
4 ^a Soc A	1	8	1	0	0	0	10
4 ^a MT	6	1	0	0	0	0	7
4 ^a CBS	2	13	1	0	0	0	16
4 ^a E	4	6	1	2	1	0	14
4 ^a LSA	5	9	0	0	0	0	14
4 ^a CBA	5	5	2	0	0	0	12
Totale	31	47	5	2	1	0	86

Di seguito si presentano i liberi commenti e le impressioni degli studenti sul progetto.

ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE “Marconi Galletti”

Commento e giudizio finale Degli studenti che hanno partecipato al progetto “Life skills education” Anno scolastico 2015-2016

Classe 4 SOC B

- È stata un'esperienza molto significativa, consiglieri a tutti di partecipare a questo progetto in solo tre ore sono riuscita a riflettere sulla mia esistenza, su quello che sono, e su quello che devo fare per raggiungere la felicità. Ho capito l'importanza di amarsi e rispettarsi e l'importanza di seguire il proprio percorso ed essere se stessi. Di una cosa sono certa non sono la stessa che è entrata qui dentro tre ore fa.
- È stato molto bello e interessante, la felicità è l'autorealizzazione e penso che l'aspetto più importante sia quello spirituale. Grazie per averci fatto ricordare quali sono i veri valori della vita.
- È stata una bella esperienza ci hanno fatto notare alcune cose, che nella vita quotidiana non vengono prese in considerazione e invece sono molto più importanti per vivere una vita felice.
- È stato molto interessante perché ci ha fatto conoscere cose nuove e confrontare le nostre opinioni e aprire la mente verso nuove esperienze e anche nuovi modi di vedere le cose.
- Penso sia stato utile soprattutto perché “lezioni” come queste non le impariamo da nessuno se non da noi stessi, quindi è stato un buon input.
- È stata un'esperienza molto interessante poiché sono stati affrontati argomenti che quasi mai si affrontano. Ho trovato questa “discussione” molto utile per vivere meglio.
- Il corso mi è piaciuto perché apre la mente su più punti di vista rispetto alla felicità.
- Molto interessante l'argomento mi è, anzi, penso che anche agli altri è servito a dare una forza in più per riuscire ad affrontare la vita ad essere felici e soddisfatti della propria vita vissuta.
- Il corso è stato molto interessante perché mi ha fatto riflettere su cose che spesso passano inosservate. Mi ha fatto capire che bisogna cogliere le piccole cose della vita, essere se stessi ed essere felice sempre.
- L'ho trovato un corso veramente interessante in quanto ha creato diverse situazioni di riflessione sul senso della vita, la propria persona e tutto ciò che ci circonda.
- È stata una buona iniziativa perché si pensa sempre “sono sfigato”, “che vita”, si pensa sempre, che siano i soldi a migliorare tutto, ma a volte sono proprio loro che rovinano tutto. È una cosa utile per crescere, per essere felici.
- Il corso è stato molto interessante abbiamo potuto discutere su molti aspetti che mi hanno fatto riflettere, è stato molto piacevole.
- Il corso è stato interessante, mi ha fatto riflettere molto e mi ha dato una visione diversa.

Classe 4 SOC a

- Alla fine dell'esperienza ho capito e imparato cose che prima davo per scontato ho capito che la vita va vissuta in tutto per tutto e ogni tanto bisognerebbe fermarsi e guardarsi intorno per apprezzare le cose che si hanno.
- Alla fine dell'esperienza ho capito che per raggiungere un obiettivo bisogna prima avere a disposizione diversi fattori. Nonostante questo l'ho trovato pesante.
- Penso che questo corso abbia integrato positivamente le mie conoscenze e mi abbia fatto capire molte cose utili su ciò che non conoscevo.
- Mi è piaciuto perché abbiamo parlato di diversi aspetti interessanti.
- È stato interessante , un modo nuovo per trovare un obiettivo di vita. Forse troppo lungo in quanto ogni tanto perdo la concentrazione, per il resto tutto spiegato bene e abbastanza coinvolgente.
- Alla fine dell'esperienza ho capito che bisogna vivere giorno per giorno e cercare di raggiungere i propri obiettivi
- È stata un'esperienza particolare mi ha aiutato molto a ragionare su aspetti della vita, sui quali non mi ero mai soffermata credo però che tre ore siano un periodo troppo lungo perché dopo un po' non porti più attenzione
- Molto interessante
- È stata molto interessante, abbiamo parlato di molte cose interessanti, ci ha fatto ragionare molto.
- È un brillante corso che mi ha lasciato delle grandi emozioni e mi ha fatto pensare molto, tante cose le sapevo già, ma grazie a questo spero che mi apra gli orizzonti mi faccia prendere un po' più di coraggio in me.

Classe 4 MT

- Penso che sia uno dei pochi corsi che io abbia seguito con attenzione, molto interessante ed educativo, fa riflettere su tante cose
- Interessante e istruttivo
- Molto interessante
- Interessante e istruttivo
- Alla fine del corso ho capito quanto è importante godersi la felicità e la vita con le persone che si amano e non pensare solo alla ricchezza individuale
- Io personalmente pensavo già a quello di cui si parla in questo progetto ma ritengo che molta gente ancora la ignori e quindi è giusto che la felicità venga spiegata.
- Ho trovato molto utile questo corso in quanto mi ha dato conoscenze sulla mia personalità e ottimi consigli per la mia vita mi ha insegnato che ognuno nasce e diventa come deve diventare i soldi fanno la felicità ma non quando sono troppi.

Classe 4 CBS

- Questo corso è stato molto utile perché alla nostra età e con quel che viviamo, ci serve fare questo tipo di incontri sarebbe bello farlo più spesso.
- È stato interessante e fa riflettere molto su noi stessi.
- È stato molto interessante seguire questo corso, mi è piaciuto scoprire nuovi temi e tipi di emozioni e felicità! Dopo questo corso sicuramente ho delle nozioni in più per cercare di migliorare me stessa.
- È stato interessante perché mi ha fatto riflettere su me stessa e mi ha insegnato che i soldi non fanno la felicità.
- È stato molto interessante per riflettere su me stessa
- È stato molto interessante mi ha fatto riflettere su me stessa
- È stato interessante capire i diversi aspetti che può assumere la felicità di ogni essere umano. Il corso ti può far riflettere su come prendere la vita.
- È utile per capire molte cose che ci circondano e per capire come noi possiamo essere felici nel miglior modo. È interessante e conosci nuove cose su te stesso che non sapevi prima.
- Utile per riflettere sulle cose veramente importanti nella vita.
- Illuminante
- È un'esperienza che tutti dovrebbero intraprendere
- Secondo me è stato molto interessante e soprattutto molto coinvolgente
- È stata un'esperienza molto interessante e coinvolgente
- È stata una bella esperienza la felicità secondo me è una questione personale, l'importante è essere sempre se stessi, e per me la felicità è stare con le persone che amo.
- Secondo me è stato molto interessante mette in luce ciò che sono i problemi della società di oggi e fa riflettere molto sulla propria vita e viverla secondo ciò che senti e non come gli altri vorrebbero che vivessi. E d'apprezzare ciò che si ha e la bellezza del posto dove vivi : la Terra.
- Il corso è stato coinvolgente e aiuta a riflette sulla nostra vita e sulle cose belle che ci circondano, che purtroppo diventano quasi irreali per colpa della spazzatura che ci circonda, complimenti!

Classe 4 E

- La filosofia di vita e questa corrente di pensiero è veramente positiva per il miglioramento di ogni individuo mi sono sentito sollevato e sereno dopo questa esperienza.
- È stato molto interessante
- Molto bella e interessante
- Il corso è stato molto interessante e ci ha fatto capire molte cose sulla vita
- All'inizio del corso viene detto che si parlerà della vita individualmente e poi si ragiona tutto in base al pensiero di chi spiega
- È stata una bella esperienza e mi ha fatto capire dei concetti nuovi e importanti
- Ti fa riflettere davvero su alcuni aspetti, su certe cose che tralasceresti cose da far sapere più possibile complimenti
- È una bella idea cercare di dare un augurio di buona speranza per il futuro. L'inizio è stato leggermente macchinoso ma la fine ha sorpreso lasciando la mente leggera come dopo un bel film.
- Secondo me, ognuno deve seguire le proprie e i propri sogni senza vergognarsene e senza lasciarsi fermare dagli altri. Siamo unici e dobbiamo essere orgogliosi!!
- Ho trovato il corso interessante dal mio punto di vista, e molto coinvolgente
- Questo corso è stato molto interessante soprattutto perché abbiamo interagito tra noi e anche il commento della nostra prof è servito
- Dopo questa esperienza ho capito che alla fine della storia la felicità è qualcosa di indispensabile nei nostri giorni, e non bisogna avere paura di essere diversi dalla massa perché forse è proprio la diversità che ci distingue
- Iniziativa interessante che dona buoni consigli per trovare la felicità

Classe 4 LSA

- È stato molto interessante e utile perché mi ha permesso di vedere le cose da un diverso punto di vista, di capire quali sono le cose utili e di capire anche a quali cose attribuire un valore
- È utile e veritiera, diversa dal mio pensiero sotto certi punti di vista.
- Ho acquisito nuovi punti di vista su quello di cui abbiamo parlato, di conseguenza ho potuto analizzare le mie idee su quello che sono e quello che voglio diventare.
- Mi sono trovato in disaccordo con alcune cose spiegate però altre mi hanno fatto vedere le cose da un altro punto di vista
- È stata un'esperienza molto coinvolgente dato che abbiamo discusso su argomenti quotidiani e dato che il dottore è stato molto bravo a spiegare
- Ha sottolineato le mie idee e i miei pensieri sui bisogni terreni inutili e futili. Ora devo solo capire al meglio il mio essere e capire davvero chi sono.
- È stato un corso interessante che ha permesso di esprimere idee e concetti su come viene vista da noi la felicità.
- All'inizio su tale argomento avevo parecchi dubbi, dopo questa esperienza la maggior parte hanno trovato un perché ma me ne sono creati anche ulteriori. Comunque penso sia stata buona come esperienza per farmi un'idea su come vivere in futuro, anche se non è facile. Magari andava un po' ampliato e approfondito come argomento.
- È stato un corso interessante, che mi ha fatto riflettere su cosa sia veramente importante per trovare la propria strada nella vita. È stato anche coinvolgente grazie alla presentazioni di filmati e cartoni e canzoni.
- Ho ritenuto questo progetto molto interessante, è stato affrontato un argomento poco "conosciuto" in tutti i suoi aspetti.
- Sicuramente apre la mente, non solo per questa occasione, ma in modo che ti possa ricordare nella vita.
- È stata un'esperienza molto interessante, dove abbiamo liberamente espresso le nostre opinioni dove ho capito che la felicità si trova nelle piccole cose.
- È stato un corso molto educativo e interessante. Penso che mi abbia allargato le idee sulle vera felicità e sul concetto di felicità in generale. È stato esposto bene e con molta emotività.
- Un corso che, se seguito con attenzione e con la voglia di imparare qualcosa di nuovo, può regalare molto. Per noi ragazzi che in questa età siamo molto fragili e spesso indecisi può essere un grosso aiuto a migliorare le nostre aspettative e la qualità del nostro futuro e della nostra vita.

Classe 4 CBA

- Chiarisce le idee su dubbi che colmano i pensieri del proprio io. Naturalmente solo vivendo e continuando a cercare troveremo il vero io. Grazie.
- Mi è piaciuto capire più nel dettaglio quali sono gli aspetti interiori della vita come la felicità ed altro.
- È stata un'esperienza interessante che ha aperto un po di dubbi su me stesso se sarò sicuro di pensare quella cosa chiamata felicità. Una cosa di cui ho la certezza è che da oggi andrò alla ricerca di essa senza pensare a niente e fregandomene dei pregiudizi.
- Credo che è stata una bella esperienza anche per scambiarsi opinioni e capire quali sono i veri valori della vita.
- Penso che sia stata una bella esperienza interessante e affascinante e utile per poter scambiare i propri pensieri.
- Personalmente l'ho trovata molto utile. Visto che nella scuola molto spesso viene trascurata la parte di insegnamenti di vita, è importante cercare di formare esseri umani integri e non solo dei buoni lavoratori.
- Ho trovato particolarmente interessante fare un vero e proprio "viaggio" all'interno delle diverse concezioni di felicità. Questa esperienza mi ha aiutato ad avere una visione più chiara della vita e degli obiettivi che dobbiamo porci.
- È stato un corso che ci ha spiegato come è possibile raggiungere la felicità attraverso l'entusiasmo e la passione e come si comporta il mondo occidentale nei riguardi delle persone e della loro felicità.
- L'ho trovato molto bello e utile. Sono argomenti a cui non si fa abbastanza attenzione e parlare scambiandosi opinioni ti fa mettere la testa e pensare a ciò che vuoi davvero.
- La presentazione è stata esplicitata in maniera abbastanza incoerente rispetto alle slide e i video in quantità eccessiva. Nonostante ciò la canzone I wash ere è stata piacevole.
- Molto interessante, è stato un bel modo per avere la possibilità di riflettere su se stessi!
- Corso molto interessante e istruttivo, adatto ai giovani con mille dubbi e incertezze su cos'è la vita e la felicità, Ottima iniziativa!