

Il termine Life Skills viene introdotto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e fa riferimento ad una gamma di abilità cognitive, emotive e relazionali di base, che consentono alle persone di operare con competenza sia sul piano individuale che su quello sociale, affrontando efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana.

Le life skills possono essere potenziate e sono importanti perché prerequisiti essenziali per sostenere la crescita in salute di ogni essere umano, oltre a rappresentare i principali strumenti di cui l'individuo può disporre per raggiungere una condizione di autorealizzazione e pieno benessere.

Oggi per la scuola risulta prioritaria l'adozione di una didattica basata sulle competenze chiave di cittadinanza ed il percorso life skills offre un supporto metodologico utile alla promozione delle stesse, evidenziandone la reciprocità.

In Europa la metodologia delle life skills viene raccomandata dalla Rete SHE (Schools for Health in Europe) e in Italia dal documento interministeriale (MIUR e Salute) **Indirizzi di policy integrate per la Scuola che promuove Salute** che individua nella scuola un "ambiente favorevole alla salute", utilizzando metodologie partecipative attraverso azioni di natura educativo/formativa, quali le life skills."

La **Rete Igea - Scuole che promuovono Salute nella provincia di Palermo** si pone come finalità la piena applicazione del suddetto documento, proponendo l'adozione di tale metodologia nelle Scuole che aderiscono alla Rete.

**Obiettivo formativo** - Potenziare le life skills dei partecipanti, con lo scopo di favorire il benessere e di fornire strumenti per l'applicazione della metodologia orientata alla promozione del benessere globale della classe e di ogni alunno/a all'interno del sistema scolastico.

Il percorso formativo si inserisce nell'ambito delle Azioni del **Programma Predefinito 1 Scuole che promuovono Salute** del Piano della Prevenzione 2022-2025 dell'Asp di Palermo.

## **PROGRAMMA**

### **I Modulo**

#### **COMUNICAZIONE EFFICACE E GESTIONE DELLO STRESS**

**Videoconferenza in diretta 13 ottobre 2022 (15,00-17,30)**

**Laboratori 18 ottobre 2022 (14,00-18,00)  
19 ottobre 2022 (8.30-13.30 / 14.30-17.30)**

### **II Modulo**

#### **RELAZIONI INTERPERSONALI E CONSAPPEVOLEZZA DI SÉ**

**Videoconferenza asincrona**

**Laboratori 15 novembre 2022 (14,00-18,00)  
16 novembre 2022 (8.30-13.30 / 14.30-17.30)**

### **III Modulo**

#### **GESTIONE DELLE EMOZIONI ED EMPATIA**

**Videoconferenza asincrona**

**Laboratori 5 dicembre 2022 (14,00-18,00)  
6 dicembre 2022 (8.30-13.30 / 14.30-17.30)**

### **IV Modulo**

#### **CAPACITÀ DI PRENDERE DECISIONI E PROBLEM SOLVING**

**Videoconferenza asincrona**

**Laboratori 18 gennaio 2023 (14,00-18,00)  
19 gennaio 2022 (8.30-13.30 / 14.30-17.30)**

### **V Modulo**

#### **PENSIERO CRITICO E PENSIERO CREATIVO**

**Videoconferenza asincrona**

**Laboratori 2 marzo 2023 (14,00-18,00)  
3 marzo 2022 (8.30-13.30 / 14.30-17.30)**

## **DESTINATARI E MODALITÀ DI ISCRIZIONE**

Il corso è indirizzato agli insegnanti della Scuola primaria e dell'infanzia, della scuola secondaria di I e II grado e agli operatori dell'ASP di Palermo. Le iscrizioni al corso dovranno essere inviate tramite il seguente link

[https://docs.google.com/forms/d/1X5tRM7Bno\\_ODynHCJCKOT0tmYLD2jvkulzBkKQCCXo/edit](https://docs.google.com/forms/d/1X5tRM7Bno_ODynHCJCKOT0tmYLD2jvkulzBkKQCCXo/edit) Le iscrizioni

saranno accolte in ordine di arrivo **entro giorno 11 ottobre 2022**. Si intendono ammessi a partecipare solo coloro che ne riceveranno comunicazione. La partecipazione è gratuita per il personale segnalato. Eventuali spese di missione e soggiorno non sono comprese.

## **METODOLOGIA E STRUMENTI**

Il percorso formativo è articolato in 5 moduli, ogni modulo comprende una parte in FAD (videoconferenza asincrona su piattaforma CEFPAS) e una parte costituita da laboratori esperienziali in presenza condotti da psicologi di rilievo nazionale, attraverso una metodologia interattiva, che prevede ampio spazio a esercitazioni pratiche e tecniche funzionali corporee.

Le sessioni laboratoriali di ciascun modulo approfondiscono due life skills e rappresentano il luogo dove sperimentare metodi utili alle attività didattiche nelle proprie classi.

Ciascun partecipante riceverà degli strumenti di auto-valutazione per tale fase sperimentale in aula con i propri studenti ed avrà occasione nel modulo successivo di un confronto con gli esperti conduttori dei laboratori didattici.

Per le esperienze proposte con tecniche funzionali corporee, si consiglia un abbigliamento comodo e di portare con sé un paio di calzettoni e un materassino e/o una copertina.

Il materiale del corso sarà disponibile sulla piattaforma didattica del CEFPAS elearning.cefpas.it.

Il Cefpas attribuisce alla valutazione un ruolo centrale. Per migliorare la qualità della proposta formativa e per verificare il raggiungimento degli obiettivi di apprendimento, l'iniziativa è sottoposta a valutazione. Pertanto, ai partecipanti è richiesto di compilare i relativi questionari ed il diario di bordo.

#### **FACULTY sessioni laboratoriali:**

**Chiara Cattaneo, Rosilde Di Pirchio** - Istituto Superiore Sanità  
**Natalia De Nigris** - Moveo Studio di Psicologia  
**Eleonora Russo** - Associazione La Casa del Cuore  
**M. Luisa Passarini, Luciano Sabella, Enrica Pedrelli, Lisa Buoso** - Istituto Psicologia Funzionale Corporea

#### **ACCREDITAMENTO**

Il Programma formativo sarà presente sulla piattaforma SOFIA, il Sistema Operativo per la Formazione e le Iniziative di Aggiornamento dei docenti.

#### **RESPONSABILI SCIENTIFICI Asp Palermo**

**Floriana Di Marco** - Dirigente Medico Pediatra Distretto 42, ASP Palermo  
**Giovanna Ripoli** - Dirigente Pedagogista U.O.C. Dipendenze Patologiche, ASP Palermo  
**Maria Ferrante** - Dirigente Psicologo UOC Dipendenze Patologiche, ASP Palermo

#### **RESPONSABILE CEFPAS**

**Ilenia Parenti**, *Direzione della Formazione*

#### **SEDE DEL CORSO E INFORMAZIONI**

Sede: ex Ospedale Psichiatrico Pisani – Via La Loggia 5 Palermo

Per ogni altra informazione rivolgersi a CEFPAS

**Responsabile di segreteria del corso**

**Silvia Cossentino**

[silvia.cossentino@cefpas.it](mailto:silvia.cossentino@cefpas.it)

telefono: 0934-505361

## **ALLINEAMENTO COMPETENZE CHIAVE E LIFE SKILLS**



- Competenza alfabetica funzionale
- Competenza multilinguistica
- Competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria
- Competenza digitale
- Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare
- Competenza in
- Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

*Raccomandazione /962/CE e 2018/C 189/01*



## **PROGETTI**

**“Life Skills e Resilienza per prevenire le dipendenze patologiche”**

**e**

**“Life Skills e Resilienza strategie efficaci per promuovere salute a scuola”**

**ottobre 2022-marzo 2023**

