



**“Diario della salute.
Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti ”**

ANALISI DEL CONTESTO

La preadolescenza è il momento della vita nel quale inizia una complessa trasformazione del corpo, della percezione di sé, del pensiero, degli affetti e delle relazioni.

I preadolescenti vivono infatti in una condizione di indeterminatezza e di sospensione tra il mondo dei bambini, che non gli appartiene più, e il mondo degli adolescenti, a cui non partecipano ancora.

Il corpo cambia, diventa oggetto di particolare attenzione e viene ad assumere una grande varietà e complessità di significati, talvolta contraddittori.

Lo sviluppo del pensiero favorisce una nuova conoscenza di sé, del mondo fisico e del contesto sociale in cui il preadolescente è inserito e un allargamento dei propri interessi personali e sociali.

Il bisogno di indipendenza e di sentirsi grandi, le amicizie e i primi amori sono eventi importanti che si sperimentano la prima volta e che comportano un forte coinvolgimento emotivo ed affettivo.

I preadolescenti, così come le persone di tutte le età, per affrontare al meglio le esigenze e i cambiamenti della vita quotidiana necessitano di competenze sociali e cognitive. Tali competenze sono definite life-skills dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), ossia competenze vitali, poiché sono indispensabili per affrontare le numerose e varieghe situazioni che si incontrano quotidianamente e portano a un miglior adattamento e a un maggior benessere psicofisico. La scuola diviene un luogo importante, non solo per poter

Direzione Sanitaria

Unità Operativa Educazione e Promozione alla Salute Aziendale

sviluppare le competenze cognitive, ma anche emotive e relazionali necessarie per poter crescere.

OBIETTIVO GENERALE

Il programma “Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti” intende favorire lo sviluppo di alcune life-skills emotive (consapevolezza di sé, gestione delle emozioni) e sociali (empatia, comunicazione efficace, capacità di relazioni interpersonali) degli studenti di età compresa tra i 12 e i 13 anni.

L’obiettivo è promuovere il benessere psico-sociale e i fattori che svolgono un ruolo di protezione rispetto al coinvolgimento nei comportamenti a rischio.

OBIETTIVI SPECIFICI

Fornire agli insegnanti delle scuole secondarie di I grado metodi e strumenti didattici adeguati per affrontare con i ragazzi i temi legati all’adolescenza (il rapporto con il corpo, le sostanze psicoattive, l’alimentazione, la gestione delle emozioni, il rapporto con gli altri, ec.).

Fornire ai genitori metodi e strumenti adeguati per la gestione delle emozioni e delle reazioni legate alla relazione con i figli in una fase delicata della loro crescita e a migliorare la capacità di ascolto dei figli.

DESTINATARI

Diretti: insegnanti di scuola secondaria di I grado (secondo anno) e genitori

Indiretti: preadolescenti tra gli 12-13 anni

TEMPI

5 incontri di 2 ore in modalità online a causa del perdurare della pandemia covid19

STRUTTURAZIONE DELL'INTERVENTO

Primo incontro con gli insegnanti : verrà presentato ed approfondito il progetto

Secondo incontro con gli insegnanti : verranno approfonditi i contenuti del kit ed illustrate le linee metodologiche e le indicazioni generali utili alla realizzazione degli interventi, così come informazioni e conoscenze su determinate tematiche connesse alla preadolescenza.

Terzo incontro con i genitori : verrà presentato il progetto

Quarto incontro con gli insegnanti : verrà discusso l'andamento del progetto e le eventuali criticità riscontrate

Quinto incontro con i genitori e gli insegnanti : verrà discusso l'andamento del progetto e le eventuali criticità riscontrate.



REGIONE SICILIANA
AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE

C A T A N I A

Direzione Sanitaria

Unità Operativa Educazione e Promozione alla Salute Aziendale

**Direzione Sanitaria – UO EPSA via Bambino, 32 Catania 800.093.680 - 095/2545592 - 095/2545554 tel./fax 095/322507
mail: educazionesalute@aspct.it**

ASP Catania - Via S. Maria La Grande, 5 (95124) Catania
Codice Fiscale e Partita IVA 04721260877