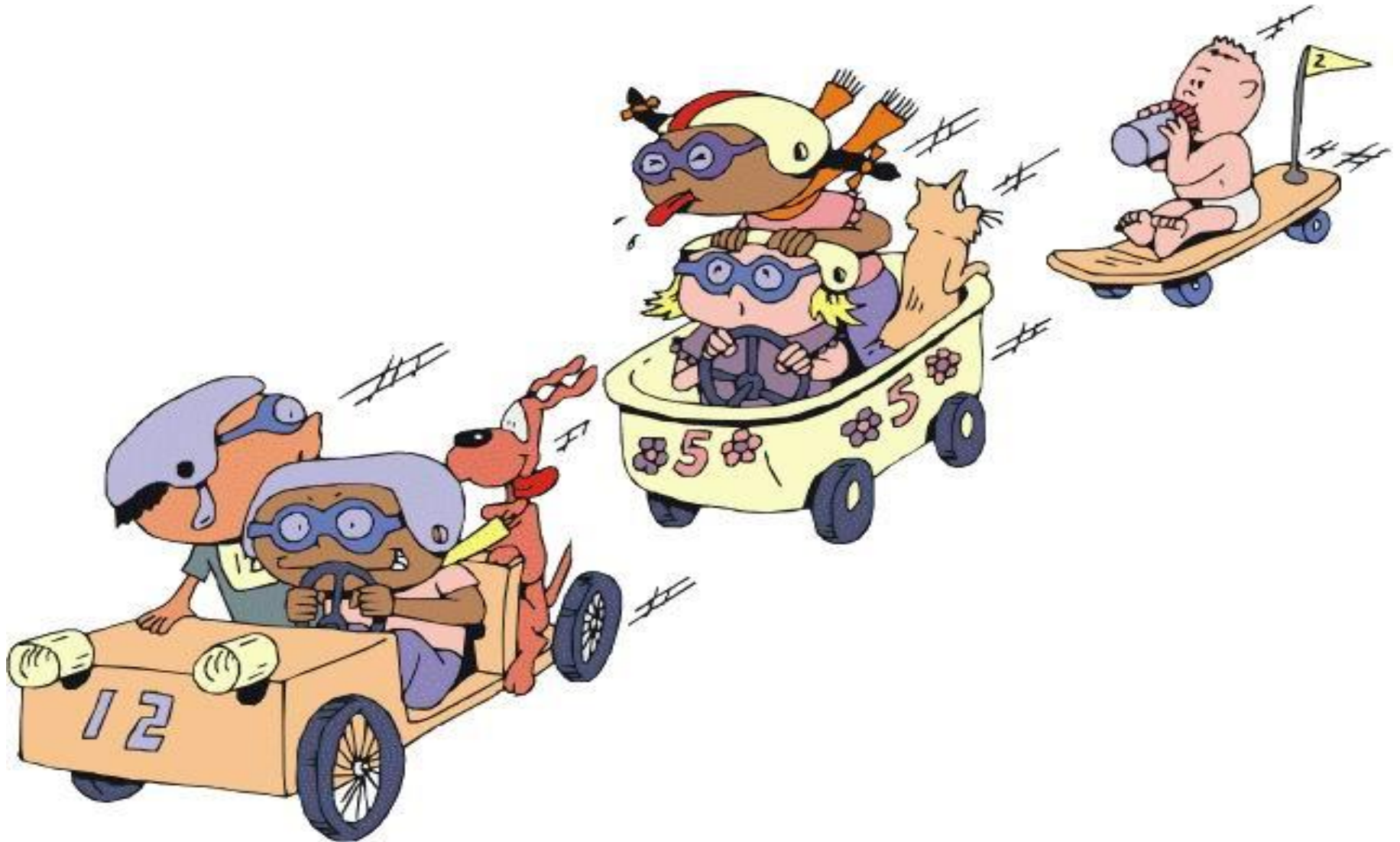


Il programma “Life Skills education”



Origini del progetto "Skills for Life" dell'OMS



La salute fisica e mentale
non può più essere vista
come una risorsa la cui
tutela è affidata
esclusivamente al
settore sanitario ma
viene affidata ad ogni
ambito sociale

Origini del progetto "Skills for Life" dell'OMS

In particolare vengono
sollecitati quegli ambiti nei
quali i giovani cittadini
costruiscono gli
orientamenti per essere in
grado in futuro di
promuovere
autonomamente il loro
potenziale di salute e
benessere



Gli ambiti di riferimento di questo progetto sono quindi la famiglia, la scuola e tutti i luoghi educativi e relazionali che i giovani frequentano.

Alla scuola viene istituzionalmente attribuito un valore ancora più importante



Il programma “Life Skills education”



Ha come obiettivo quello di facilitare, durante il periodo dell'infanzia e della preadolescenza, lo sviluppo delle competenze (Skills) emozionali e relazionali necessarie per gestire efficacemente le proprie relazioni interpersonali

Le Life Skills

Decision Making : prendere decisioni in modo consapevole

Problem Solving : affrontare e risolvere i problemi in modo costruttivo

Creatività : trovare soluzioni e idee originali

Senso Critico : analizzare e valutare le situazioni

Comunicazione Efficace : esprimersi in modo efficace sia a livello verbale che non verbale

Le Life Skills

Skills per le relazioni interpersonali : mettersi in relazione in modo positivo con gli altri

Autocoscienza : conoscere se stessi

Empatia : comprendere e ascoltare l'altro

Gestione delle Emozioni : riconoscere e regolare le proprie emozioni

Gestione dello Stress : conoscere e controllare le fonti di tensione