



**Progetto per la Scuola Primaria**  
**La prevenzione di comportamenti e stili di vita a rischio per la salute**  
**A cura di: Rosanna Canova**

**IL TITOLO: “C’ERA UNA VOLTA .....E POI VISSERO SANI E CONTENTI”**

*(La prevenzione di comportamenti e stili di vita a rischio per la salute)*

**IL PROGETTO**

***Premessa generale***

La conoscenza dei comportamenti e dei loro significati è la base per l’efficacia dell’educazione sanitaria e della promozione della salute.

Spesso gli interventi di educazione alla salute partono dalla convinzione che basta far conoscere alle persone gli effetti negativi sulla salute, del loro comportamento, per indurli a modificarlo. Questo tipo di intervento si basa su una teoria ingenua del funzionamento della psiche, la quale presuppone che le persone si comportino in termini di costi e benefici, e siano perciò facilmente disponibili al cambiamento quando sanno che è dannoso.

Questa teoria non corrisponde alla realtà del funzionamento psichico che è assai più complesso e contraddittorio.

La conoscenza degli effetti negativi di un comportamento può essere del tutto priva di effetti sul cambiamento di un comportamento.

Tale conoscenza può non acquistare realtà psicologica ossia non apparire rilevante per il soggetto.

Ciò avviene specialmente quando gli effetti sono a lungo termine, in particolare nell’adolescenza e giovinezza, nelle quali la percezione psicologica del tempo è maggiormente limitata al presente ed all’immediato futuro.

Occorre poi ricordare che per un fenomeno di “conoscenza cognitiva” le persone tendono ad ignorare le informazioni e le conoscenze che sono contrastanti con le loro azioni, quando si rendono conto che è per loro emotivamente e socialmente difficile cambiare le azioni.

Cruciale nella modificazione o assunzione del comportamento è il significato che la persona gli attribuisce.

Iniziare un nuovo comportamento ed ancor più cambiarlo comporta una modificazione profonda dei significati.

Modificare o attribuire significato ad un comportamento implica dei processi:

- **cognitivi**, in quanto dipendono dalla **conoscenza** relativa al comportamento ed al suo uso;
- **affettivi**, perché si acquisiscono abitudini che hanno **vantaggi o svantaggi per il soggetto**;
- **sociali**, perché l’acquisizione non avviene in solitudine ma in un contesto sociale e può essere **approvata o disapprovata** dall’ambiente.

Sulla base di ciò molti comportamenti che sono, su base scientifica valutati negativi per la salute immediata, rivestono in realtà un valore positivo per la persona che li mette in atto. (es. il fumo per gli adolescenti).

Nel campo dell’educazione e promozione della salute, gli interventi possono essere ritenuti efficaci quando provocano:

- un cambiamento in un comportamento, in particolare con l’abbandono di comportamenti dannosi per comportamenti salutari (es. smettere di fumare);
- **il non coinvolgimento in comportamenti o stili di vita dannosi per la salute (es. non cominciare a fumare).**

Un piano efficace richiede dunque di:

- definire i comportamenti sui quali si vuole intervenire; (a rischio)
- definire con precisione i soggetti a cui ci si vuol rivolgere; (es. 8 anni)

- conoscere i comportamenti attuati dai soggetti a cui il piano è rivolto, quali comportamenti sono realmente messi in atto, in un certo momento, all'interno della popolazione a cui ci si rivolge.

Questo punto potrebbe apparire del tutto scontato, ma non lo è perché molti interventi continuano ad essere fatti senza una conoscenza di qual è la reale attuazione dei comportamenti che si intende modificare o prevenire (basti pensare ai progetti di prevenzione del fumo rivolti ai soggetti nei quali l'abitudine è già stabilmente acquisita).

Analizzare preventivamente i significati attribuiti a tali comportamenti, conoscere il significato psicologico che riveste per loro il comportamento da prevenire o modificare.

In quest'ottica si colloca il seguente progetto, proponendo elementi innovativi rispetto ai tradizionali interventi di prevenzione, quali ad esempio l'abbassamento dell'età del target rispetto a certi argomenti (es. fumo), il coinvolgimento attivo dei genitori, l'uso di metodi interattivi che modifichino allo stesso modo atteggiamenti sia delle insegnati che dei ragazzi.

### **L'UTENZA**

Studenti della terza classe elementare, famiglie, insegnanti, personale scolastico, presidi, comunità.

### **LE AREE D'INTERVENTO ed i SOGGETTI**

<b>Aree</b>	<b>Soggetti</b>
<b>Famiglia</b>	Genitori
<b>Scuola</b>	Insegnanti
<b>Classe</b>	Alunni
<b>Comunità</b>	Sindaci, Assessori, consiglieri, cittadini, volontariato..

### **GLI STRUMENTI**

- questionario
- intervista
- la ricerca
- il diario
- la cartolina

### **IL METODO**

- Interattivo

# 1° ANNO

## **Programma**

### **Incontri con genitori n. 3**

- Incontro di presentazione
- Gruppi focus
- Incontro di verifica finale

### **Incontri con insegnanti n. 3 + 2 (per chi desidera approfondire le premesse dell'AT)**

- Incontro di presentazione
- Incontro di verifica intermedia
- Incontro di verifica finale
- Incontri di formazione

### ▪ **Incontri in classe n. 5**

#### **La fiaba**

*Predisposta per suscitare interazioni e prodotti espressivi.* La conoscenza critica delle proprie esperienze personali e familiari attraverso la fabulazione.

Metodo: Narrazione scritta e grafica, Problem-solving, Role play, Atteggiamento Critico-riflessivo

Percorso: dal privato/personale (narrazione, pittura, ricerca dei titoli) al pubblico/sociale (drammatizzazione, costruzione di uno spazio comune, diversificazione)

*Unità di lavoro n. 1- Narrazione*

Consegna: racconta, inventandola, una storia che comincia così

"C'era una volta una famiglia di....." La narrazione è individuale e avviene in un clima favorito dalla concentrazione. Si perviene così ad un serie di storie che vengono socializzate visivamente, incollandole su un cartellone e lette tutte ad alta voce.

*Unità di lavoro n. 2- Pittura*

Consegna: dipingi su di un foglio (A3) ciò che della tua storia è più importante.

Prima di iniziare, si discute collettivamente su cosa devono rappresentare le pitture stesse.

Il giudizio dovrà essere totalmente abolito, si devono fare solo domande esplicative (esprimere verbalmente, chiarire l'intenzione).

*Unità di lavoro n. 3- Ricerca di titoli*

Consegna: dai tanti titoli alla tua pittura quanti riesci ad inventarne.

Il titolo diventa una sintesi del vissuto (brainstorming). Sotto forma di gioco, il bambino esprime, in rapida sintesi e con l'aiuto dell'immaginazione, quella realtà che non sarebbe in grado di comunicare né con un dialogo né in forma di discussione.

*Unità di lavoro n. 4- Drammatizzazione*

Consegna: (role play) scegli e poi ritaglia dalla tua pittura le figure con le quali giocare a rappresentare la storia.

Diventa importante valutare:

quali personaggi (in negativo o in positivo ) il bambino ritaglia,

come distribuisce le parti da recitare,

quale ruolo riserva a se stesso,

come si rapporta agli altri personaggi durante il gioco dei ruoli.

Tutti i bambini devono avere la possibilità di partecipare, per cui, quelli che non rientrano nei personaggi, devono essere inseriti come "coro chiarificatore" (interrogano i personaggi).

## 2° ANNO

### Programma

- **Incontri con genitori n. 3**
  - Incontro di presentazione
  - Gruppi focus
  - Incontro di verifica finale
- **Incontri con insegnanti n. 3 + 2 (per chi desidera approfondire le premesse dell'AT)**
  - Incontro di presentazione
  - Incontro di verifica intermedia
  - Incontro di verifica finale
  - Incontri di formazione
  
- **Incontri in classe n. 5**
  - Spettacolo-gioco (3)
  - Proiezione slide "Fumo City Story" (1)
  - Gioco "Mappa delle informazioni" (1)

Gli insegnanti collaborano alla stesura del diario, alla ricerca e alla costruzione della mappa delle informazioni.

#### **La continuazione del progetto "C'era una volta ...e poi vissero sani e contenti"**

Richiamando la premessa generale del primo progetto (anno scolastico 01/02), emerge che: l'intervento nel campo dell'educazione e promozione della salute è ritenuto efficace quando **provoca il non coinvolgimento in comportamenti o stili di vita dannosi per la salute.**

In particolare il progetto si riferiva alla prevenzione delle abitudini al fumo.

Fermo restando l'obiettivo, sulla base delle esperienze ed osservazioni emerse dagli incontri con insegnanti e genitori, si ritiene di **allargare l'intervento, toccando anche l'area delle abitudini all'alcol**

Considerata l'età, la metodica predisposta per suscitare interazioni e prodotti espressivi, è stata la **fabulazione**, finalizzata alla conoscenza critica delle proprie esperienze personali e familiari.

La metodica proposta quest'anno è la **drammatizzazione.**

#### **Giustificazione intervento**

La proposta d'intervento è mutuata dall'approccio dell'Analisi Transazionale, approccio razionale alla comprensione del comportamento, basato sull'assunto che tutti possono imparare a fidarsi di se stessi, prendere le proprie decisioni. I suoi principi possono venire applicati sia nel campo della famiglia, come del lavoro, della scuola ...ovunque esistano relazioni sociali. Secondo Berne, padre dell'AT, un importante fine è quello di "stabilire la comunicazione più aperta e autentica possibile fra la componente affettiva e quella cognitiva della personalità..".

L'AT si interessa di quattro tipi di analisi: strutturale, transazionale, dei giochi, del copione.

La proposta d'intervento seguente si aggancia all'analisi dei giochi, delle transazioni ulteriori con pagamento finale e del copione di vita che le persone recitano in modo compulsivo.

Prima degli otto anni il bambino si forma un concetto su quello che è il proprio valore e formula delle idee sul valore degli altri, inoltre cristallizza le sue esperienze, decidendo che significato rivestono per lui, quale parte reciterà e come. Questi sono definiti da Berne "i giorni della decisione" e portano una persona ad assumere posizioni psicologiche (es.: io non valgo nulla, non sono in grado di far niente di buono, sono un debole, mi lascio condizionare....o viceversa) che si traducono sostanzialmente in quattro modelli: io sono OK - tu sei OK; io sono OK – tu non sei OK; io non sono OK – tu sei OK; io non sono OK – tu non sei OK. Da queste posizioni nascono diversi atteggiamenti verso la vita che conducono ad affrontare le diverse esperienze con soluzioni costruttive, distruttive, di impotenza nei confronti degli altri, di disinteresse alla vita....

Dalle decisioni e posizioni che il bambino assume nell'infanzia nasce il "copione" che determina il destino e l'identità di ogni individuo.

Lo sforzo da compiere è quello di diventare consapevoli del proprio copione.

Partendo da tali premesse e condividendo l'approccio teorico, consideriamo tali atteggiamenti alla base delle scelte di stili di vita sani, che, per quanto riguarda il fumo e l'alcol, vediamo essere fatte sempre in età più precoce e comunque dipendere dal copione che ogni bambino ha scritto e deve tentare

di conoscere.

### **La strategia d'intervento:**

#### **Lo spettacolo-gioco**

L'obiettivo è lo sviluppo della teatralità umana, cioè la capacità di ogni persona di usare il linguaggio teatrale, di "essere teatro"<sup>1</sup>, per conoscere il mondo reale e trasformarlo.

L'analisi e la trasformazione vengono comprese in giochi, esercizi e immedesimazione di personaggi (role play) che hanno il fine di far scoprire potenzialità e limiti, nuovi aspetti di sé, dinamiche "oppressive"...

Parallelamente a questa analisi, si sviluppano anche abilità emotive, corporee, strategiche e progettuali che costituiscono la trasformazione di sé e la preparazione della trasformazione della realtà.

L'analisi e la trasformazione non vengono intese solo come un processo logico-razionale, ma anche intuitivo, emotivo, sensoriale ed energetico che si traduce poi in azione teatrale in senso lato. La prova dell'azione fatta in scena, chiarifica i problemi e stimola ad agire di conseguenza nella vita quotidiana.

Il conduttore dello spettacolo-gioco non dà risposte ai problemi, ma aiuta a trovarle fornendo le tecniche e garantendo il percorso.

### **La Mappa delle informazioni**

#### **Il CD "Fumo City Story"**

---

<sup>1</sup> Boal, autore del tdo (teatro dell'oppresso), distingue tra "essere teatro" e "fare teatro". Solo alcuni "fanno teatro", attori registi ...svolgono una professione; tutti gli uomini invece "sono teatro", cioè posseggono la capacità di vedersi in azione, di auto-osservarsi, capacità che il tdo cerca di esaltare, rendendo lo spettatore protagonista dell'azione drammatica.

## 3° ANNO

### La continuazione del progetto “C’era una volta ...e poi vissero sani e contenti”

Quest’anno l’intervento è mirato a verificare l’acquisizione di alcune informazioni relativamente ai rischi del fumo di tabacco e la consapevolezza dei ragazzi rispetto alle loro abitudini comportamentali ed alle loro scelte in merito.

### Programma

- **Incontri con genitori n. 3**
  - Incontro di presentazione
  - Incontro di verifica finale
- **Incontri con insegnanti n. 3 + 2 (per chi desidera approfondire le premesse dell’AT)**
  - Incontro di presentazione
  - Incontro di verifica intermedia
  - Incontro di verifica finale
  - Incontri di formazione
- **Incontri in classe n. 3**
  - Tavola rotonda
  - Interpretazione della favola dei genitori
  - Presentazione dell’esperienza

***I bambini diventano registi facendo in parte ripercorrere il loro percorso ai genitori.***

#### ***Tavola rotonda:***

L’obiettivo è l’esplicitazione spontanea del loro pensiero in merito agli argomenti trattati e alle esperienze fatte in questi due anni al fine di far individuare alcune abilità emotive, corporee, strategiche e progettuali che costituiscono la trasformazione di sé e la preparazione della trasformazione della realtà.

Gli operatori riallacciano i rapporti con la classe, ripercorrono i vari passaggi dei due anni precedenti, fissano insieme ai bambini i punti relativi agli apprendimenti emotivo-affettivi e alle nuove regole acquisite, ai messaggi ricevuti ed elaborati e che vorrebbero trasmettere.....(interessante registrare o video registrare)

Diventano padroni di un piccolo patrimonio di esperienza e conoscenze da utilizzare con altri: es. I genitori.

Problem-solving:

A) Devi prepararti per una gara, ma il tempo è poco, quindi decidi di:

B) La mamma rientra a casa dopo la spesa con un pacchetto che appoggia sopra la tavola senza dire niente e tu:

C) La scuola ha organizzato una gara fra le classi e gli studenti devono organizzarsi per fare le squadre:

D) Devi andare ad una festa di compleanno, ma la mamma ti chiede di mettere prima in ordine la tua stanza, cosa fai?

E) Un tuo amico si sente preso in giro dagli altri e te lo dice, tu con chi ne parli?

Consegna:

Ogni bambino raccoglie presso i genitori una storia scritta dal titolo “C’era una volta una famiglia di...”

La storia viene riportata in classe, letta insieme all’insegnante, successivamente trascritta dal bambino ed esposta.

#### ***Elaborazione grafica della favola da parte dei bambini:***

sceita delle diverse forme grafico-espressive (pittura, collage, plastico...) con cui rappresentare la favola del genitore.

1^ Consegna:

elaborare graficamente la vostra favola scegliendo i soggetti da inserire nel disegno, gli oggetti, lo sfondo, i dialoghi.

Dare un titolo alla favola

2^ consegna :

con l'insegnante si potranno scegliere una o due favole da drammatizzare , prendendo la favola come canovaccio

### **Mostra/spettacolo**

Incontro con genitori e bambini, allargato anche ad altre classi dove si presentano i lavori.

Consegna

Ogni classe elabora un invito, presenta la mostra e lo spettacolo senza l'intervento di nessun adulto.

### **Questionario di verifica delle conoscenze rispetto al fumo.**

Il questionario è stato costruito sulla base delle informazioni date attraverso il CD "Fumo city story" alle classi aderenti al progetto triennale "C'era una volta ...e poi vissero sani e contenti".

Contiene informazioni che i bambini hanno avuto modo di apprendere e discutere, in modi diversi, nel corso di questi tre anni.

Lo scopo è la verifica delle conoscenze acquisite ed il confronto con gruppi di controllo, di classi della stessa età, che non hanno partecipato al progetto.

Il questionario verrà somministrato, tramite un focus group, dalla conduttrice del progetto.

Si chiede ai bambini di coprire con un foglio le domande finchè non viene data la prima risposta e di segnare con la matita una croce sulla parola esatta. Si procede con le domande solo quando tutti hanno risposto.

## **La bimboteca**

di Roberto Piumini

**Ogni classe  
è una bimboteca  
Se vuoi ridere  
leggi un bimbo  
allegro**

**Se vuoi piangere  
leggi un bimbo  
triste**

**Se vuoi sapere  
leggi un bimbo  
saggio**

**Se vuoi indagare  
leggi un bimbo  
segreto**

**Se vuoi sognare  
leggi un bimbo  
poeta**

**Se vuoi cantare  
leggi un bimbo di  
musica**

