

PROGETTO *LIFESKILLS TRAINING*

LifeSkills Training Program è un programma educativo validato scientificamente nella **promozione della salute della popolazione scolastica**, dimostratosi in grado di ridurre a lungo termine il rischio di uso di alcol, tabacco, droghe e comportamenti violenti attraverso l'incremento delle abilità personali e sociali.

Il progetto mira quindi a rafforzare le abilità personali e sociali di ciascuno perché ognuno possa distinguere le situazioni sane da quelle a rischio. Con il progetto *Lifeskills* si impara più in generale a conoscersi, ad affrontare alcune emozioni come l'ansia e la rabbia e a saper gestire alcune situazioni comunicative. Non solo si lavora su di sé, ma il progetto offre spunti per conoscere gli altri, entrare in empatia e creare un sano e sereno ambiente di classe.

Il programma è stato sviluppato negli Stati Uniti dal Prof. Gilbert J. Botvin il quale sperimenta e verifica la validità del programma da oltre trent'anni. *Lifeskills training program* ha ricevuto riconoscimenti da numerosi enti e istituzioni del settore e viene promosso ormai da diversi anni dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

