

Riassunto del rapporto finale: *freelance*

freelance è un programma per la prevenzione delle dipendenze: prevede unità didattiche impiegabili in modo flessibile, e i docenti possono inserirlo nell'insegnamento in base alle loro esigenze in termini di tempo e di tematiche da trattare in classe. Il materiale didattico si basa sulle più recenti informazioni per quanto riguarda le conoscenze, le cifre e i fatti in relazione al comportamento di consumo e al comportamento a rischio. *freelance* è composto dai seguenti tre elementi:

- tematizzazione del consumo di tabacco, alcol e/o canapa, in unità didattiche scaricabili da Internet;
- il box di prevenzione, con brevi unità didattiche della durata di 10–20 minuti cadauna;
- concorso per la creazione di manifesti sul tema, che mettano in evidenza il nesso tra le dipendenze e la pubblicità.

L'Associazione svizzera dei responsabili cantonali per la promozione della salute (ARPS), sezione Svizzera orientale, in veste di promotrice di *freelance* ha conferito a:

- Istituto svizzero di prevenzione dell'alcolismo e altre tossicomanie (ISPA) – ora diventato: Dipendenze Info Svizzera, Losanna, e a
- gruppo di progetto dell'Istituto per il lavoro sociale di Rorschach (FHS)

l'incarico di eseguire una valutazione standardizzata dell'efficacia e una valutazione dei processi.

Valutazione dell'efficacia:

- dai risultati è emerso che soltanto nel 10 % delle classi non è stato utilizzato il box di prevenzione. Risulta dunque evidente che le brevi unità didattiche d'esercitazione sono ideali per venire inserite in modo semplice nell'insegnamento;
- il confronto tra le classi con partecipazione parziale e le classi di controllo, che non hanno preso parte al programma, dimostra che nel comportamento di consumo non sono individuabili grandi differenze;
- tra le ragazze è stato riscontrato che il consumo di tabacco (numero di sigarette fumate) nelle classi con partecipazione completa è diminuito notevolmente rispetto alle classi di controllo oppure alle classi con partecipazione parziale. Nelle classi di controllo il comportamento di consumo è aumentato considerevolmente;
- per quanto riguarda il consumo di alcol è invece emerso il quadro opposto: nelle classi con partecipazione completa, al momento della seconda indagine la quantità di alcol consumata era aumentata;
- consumo di canapa: tra i ragazzi il consumo è diminuito notevolmente mentre tra le ragazze è tendenzialmente aumentato;
- vale la pena osservare che le classi che hanno partecipato completamente al programma *freelance*, al momento della prima rilevazione denotavano il livello più elevato nel comportamento di consumo di tabacco, alcol e canapa. Le classi con partecipazione parziale avevano valori medi nel comportamento di consumo, mentre nelle classi di controllo si registrava sicuramente il livello più basso per quanto riguarda il consumo di queste sostanze.

«I docenti che, nelle proprie classi, si sono resi conto dell'esistenza di un problema di gravità da bassa a media legato al consumo delle tre sostanze, hanno partecipato quasi esclusivamente solo ad ambiti parziali del programma *freelance*: in genere hanno dimostrato interesse per il box di prevenzione. A grandi linee, in queste classi non è però emersa nessuna differenza per quanto riguarda il consumo delle tre sostanze rispetto alle classi di controllo» (ISPA, rapporto di valutazione, pag.4). Questo risultato non sorprende, visto che i successi nella prevenzione si palesano soprattutto allorquando, per un certo periodo di tempo, vengono regolarmente impressi input che tengono conto degli elementi sociali, emotivi e fisici. Per contro, fa piacere osservare la tendenza secondo cui, nelle classi con partecipazione completa, perlomeno tra le ragazze si registra chiaramente una riduzione del consumo di tabacco; lo stesso vale per il consumo di canapa tra i ragazzi, che è diminuito notevolmente.

È lecito affermare che, con una partecipazione completa al programma *freelance* (che corrisponde all'utilizzo di ca. 12 ore d'insegnamento), aumenta notevolmente la probabilità di indurre un cambiamento positivo nel comportamento di consumo. Sebbene l'impiego unicamente di alcune brevi unità modulari attinte dal box di prevenzione possa certo imprimere qualche impulso, tuttavia non sono stati riscontrati mutamenti nel comportamento di consumo. Occorre inoltre ancora chiarire in maniera più approfondita perché tra le ragazze è aumentato il comportamento di consumo in relazione all'alcol, nonché il consumo di canapa.

Valutazione dei processi

- Fondamentalmente i riscontri ricevuti sul programma e sulle singole unità modulari sono stati molto positivi. Alcune critiche sono state nondimeno espresse sul fatto che il «filo conduttore» tra le diverse unità mancasse o fosse troppo debole.
- Box di prevenzione: si tratta dell'elemento più apprezzato dell'intero programma, perché è versatile, di rapida applicazione e richiede poco tempo per la preparazione. Gli esercizi per il movimento proposti dal box hanno ricevuto apprezzamenti molto disparati, che spaziano da «buono scioglimento muscolare» a «difficili da capire». L'uso del bersaglio per freccette non è stato compreso da tutti: evidentemente, non sempre il testo esplicativo d'accompagnamento è stato letto.
- Unità didattiche: i riscontri sono stati prevalentemente positivi («buona documentazione, poco tempo da dedicare alla preparazione, molte cose andavano semplicemente stampate ed erano già pronte»). Critiche: quasi troppo univoche, in parte troppo materiale.
- Concorso per la creazione di manifesti: è l'unità più criticata, perché prevedeva troppa documentazione e le équipes designate dovevano investirvi troppo tempo (si sono dovute recare tre volte a San Gallo).
- Pagina Internet: diversificata, complessa, molto testo e materiale.

Le unità modulari e i contenuti di *freelance* nella maggioranza sono stati valutati come validi e giudicati all'altezza del loro impiego nella pratica. In sede di rielaborazione occorrerà sicuramente adottare il principio «con meno si ottiene di più»; bisogna accorciare alcuni elementi e allegare meno materiale di documentazione. Anche se il programma risulta abbastanza facile da comprendere, tuttavia nella maggior parte dei giudizi espressi viene caldeggiata un'introduzione o un'informazione personalizzata, sicuramente in grado di contribuire ad aumentare il grado di motivazione nell'utilizzo di *freelance*.

Suggerimenti formulati all'indirizzo degli organi specializzati coinvolti dell'ARPS, sezione Svizzera orientale:

Livello dei contenuti

- Migliorare l'armonizzazione dei moduli e tenere conto del «filo conduttore».
- Attribuire maggior peso alla trattazione dei temi relativi allo stress e al sovraccarico dovuto a pretese eccessive.
- Accorciare a livello di contenuto il modulo «concorso per la creazione di manifesti» e la pagina Internet.

Livello dei processi

- Impostare il canale comunicativo in maniera maggiormente personalizzata (workshop; un'introduzione personalizzata, sul posto).

Livello delle valutazioni

- Effettuare una valutazione dell'efficacia unicamente quando almeno 20 classi si impegnano a seguire un programma comparabile e strutturato.

Suggerimenti per le scuole

- Partecipazione completa a *freelance* (tempo mediamente dedicato: circa 12 unità didattiche, più il tempo necessario alla preparazione).
- Nelle classi con elevati comportamenti di consumo, oltre all'impiego di *freelance* verificare anche la necessità di procedere all'individuazione precoce e a interventi concreti, eventualmente in collaborazione con un organismo specializzato.

Suggerimenti per i committenti politici

- Promuovere la continuità e lo sviluppo ulteriore di *freelance* a livello di finanze e di personale.
- Raccomandare o attendersi l'uso di *freelance* quale programma per la prevenzione nella regione.