

Modulo 3: Promozione della salute a scuola

Peer e outdoor education

Educazione sanitaria tra pari

❖ *PEER HEALTH EDUCATION*

L'educazione sanitaria tra pari è il processo di condivisione di informazioni relative alla salute da persona a persona tra i membri di una specifica comunità, al fine di acquisire le conoscenze e le competenze necessarie e facilitare i pari a prendere decisioni informate su questioni relative alla salute.¹

I dati disponibili suggeriscono che le persone hanno più probabilità di impegnarsi e cambiare i loro comportamenti legati alla salute se l'educatore appartiene alla loro stessa fascia demografica e affronta preoccupazioni simili.² La *peer education* è stata utilizzata efficacemente per modificare i comportamenti di salute in una varietà di contesti e a vari livelli di intervento. L'uso più diffuso dei *facilitatori peer* è stato quello di aumentare l'adozione di comportamenti a favore della salute. Oltre a sostenere gli individui a fare scelte salutari, l'informazione e l'educazione sono essenziali per socializzare i gruppi target a stili di vita corretti.

La metodologia dell'educazione tra pari presenta inoltre notevoli vantaggi nel perseguimento del principio di contrasto alle disuguaglianze di salute, che mira a garantire l'equità con riferimento sia ai determinanti prossimali (stili di vita, ecc) sia ai determinanti distali (condizioni socioeconomiche, istruzione, provenienza geografica, ecc).

Questo principio metodologico partecipativo può rivelarsi particolarmente efficace come strumento per raggiungere e coinvolgere le famiglie e la scuola nella promozione degli stili di vita salutari dei bambini e degli adolescenti, non solo all'interno del contesto didattico della classe, dove i pari sono gli alunni stessi, ma anche all'esterno, dove insegnanti, personale non docente e familiari costituiscono una collettività determinante della comunità scolastica.

- ❖ L'educazione tra pari all'interno della scuola fonda i propri orientamenti teorici e i propri presupposti metodologici sul riconoscimento e valorizzazione del ruolo centrale che il sistema dei pari assume nell'ambito dei processi evolutivi.³

Setting scolastico

Il *setting* in cui tradizionalmente sono realizzati i programmi di educazione tra pari è quello scolastico, ciò è dovuto all'importanza ricoperta da amici e coetanei in questa fase della vita, che rappresentano un punto di riferimento fondamentale per orientare comportamenti e scelte di salute e non. La scuola costituisce, inoltre, la fonte di amicizie più citata fra i giovani e i legami instaurati tra i banchi si mantengono a lungo, anche al di là dell'esperienza scolastica stessa. L'intervento a scuola aiuta a superare i ruoli tradizionali e l'asimmetria tra chi insegna e chi impara, offrendo a entrambi l'occasione di riconoscere il potere che gli studenti hanno nel determinare la propria salute.

- ❖ L'educazione tra pari è una delle tipologie di intervento raccomandate nell'ambito del "Modello di scuola che promuove salute" e nelle relative ricadute operative (programmi di prevenzione e Reti di Scuole) in riferimento allo sviluppo delle "competenze individuali".⁵

I programmi di educazione tra pari a scuola coinvolgono molti attori, giovani e adulti:

- gli educatori tra pari;
- gli altri studenti della scuola (i destinatari finali);
- gli insegnanti;
- i dirigenti scolastici;
- gli operatori socio-sanitari.

La *peer education* che si basa sul modello dell'*empowerment (empowered peer education)* prevede un lavoro di rete flessibile e dinamico fra tutti i soggetti interessati (istituzione scolastica, insegnanti, operatori socio-sanitari, risorse del territorio), in modo tale che i saperi di bambini e ragazzi si incontrino e si confrontino con i saperi dell'adulto in un rapporto di reciproca conquista e definizione della consapevolezza di sé e del controllo delle proprie scelte, decisioni e azioni.³ In particolare, gli insegnanti sono fondamentali per la buona riuscita dei programmi di educazione tra pari.

L'educazione tra pari prevede un insieme di attività la cui efficacia è influenzata dall'organizzazione scolastica e pertanto i dirigenti scolastici per la buona riuscita del programma dovrebbero mettere a disposizione tempo, strutture e risorse per le attività gestite dagli studenti e inserire l'educazione tra pari nel curriculum scolastico stesso.

Peer educator (educatori tra pari)

La *peer education* permette ai ragazzi di acquisire valore, competenza e dignità. I *peer educator* (educatori tra pari), in sostanza i promotori del processo di educazione tra pari, possono raccogliere e condividere informazioni in un modo che siano più applicabili, pratiche e attraenti, così da avere maggiori probabilità di apportare un cambio nel comportamento. In un'ottica di promozione della salute i *peer educator*, adeguatamente formati tramite modalità partecipative, attive e consapevoli, intervengono sui loro pari con l'obiettivo di potenziare atteggiamenti e competenze per:

- aumentare la consapevolezza sui rischi per la salute;
- incrementare il benessere psico-fisico-relazionale.⁴

L'appropriatezza delle caratteristiche degli educatori tra pari è l'elemento chiave per il buon esito del programma.

- ❖ I dieci elementi essenziali su ruolo e caratteristiche degli educatori tra pari⁵:
 1. assumono un ruolo "ponte" tra il mondo degli adulti o degli esperti e quello dei destinatari finali, traducendo i messaggi in un linguaggio più credibile e comprensibile;
 2. rappresentano un punto di riferimento che va oltre il momento formale di condivisione delle informazioni posseduto;
 3. agiscono come modelli proponendo comportamenti di salute innovativi rispetto alle abitudini del gruppo di riferimento, rendendoli accettabili e praticabili;
 4. devono possedere caratteristiche che li rendono simili ai destinatari finali (l'età non è sempre sufficiente, soprattutto nei contesti extra-scuola);
 5. devono avere capacità di *leadership*;
 6. devono essere dotati di empatia e buone capacità competenze relazionali;
 7. devono essere motivati a partecipare all'iniziativa, disponibili a seguire le "regole" del programma e avere il desiderio di mettersi in gioco;
 8. devono essere capaci di lavorare in gruppo;
 9. devono essere flessibili;
 10. devono essere in grado di mantenere coerenza tra quello che dicono e quello che fanno.

I vantaggi dell'applicazione dell'educazione tra pari arrivano a includere l'efficacia dei costi, l'adeguatezza culturale e un uso ottimale delle risorse. I benefici dei modelli di *peer educator* si estendono poi ai *leader* stessi del processo, che riportano miglioramenti nello sviluppo delle abilità, nello stato della comunità, nonché una maggiore attenzione per gli altri e una maggiore autostima.⁵

❖ I dieci elementi chiave di un programma di educazione tra pari⁵:

1. riconoscimento degli educatori tra pari da parte del gruppo di riferimento cioè i destinatari finali (con cui devono condividere aspetti che li rendano simili: età, status, esperienze, gruppo di appartenenza ecc.);
2. definizione dei criteri e dei metodi utilizzati per la selezione degli educatori tra pari;
3. predisposizione di un programma dettagliato di formazione degli educatori tra pari che deve contenere tanto l'apprendimento di aspetti specifici legati al tema di salute in oggetto quanto lo sviluppo di abilità trasversali utili per la gestione della ricaduta verso i destinatari finali;
4. utilizzo di metodi attivi e coinvolgenti nella formazione degli educatori tra pari e creazione di un clima che permetta la discussione anche di tematiche delicate;
5. sviluppo dell'*empowerment* degli educatori tra pari;
6. predisposizione di un *vademecum*/guida di riferimento per gli educatori tra pari;
7. condivisione degli obiettivi del programma con gli educatori tra pari che ricoprono un ruolo attivo e non di meri "trasmettitori" di informazioni;
8. pianificazione della ricaduta sui destinatari finali attraverso la definizione di tempi, messaggi, contenuti e strategie;
9. programmazione di momenti di monitoraggio e sostegno degli educatori tra pari durante la fase di ricaduta verso i destinatari finali e previsione di canali privilegiati di contatto in caso di emergenze;
10. nell'ambito scolastico: riconoscimento formale della figura degli educatori tra pari da parte del contesto (dirigente scolastico, organi collegiali, insegnanti), in grado di sostenere il ruolo, anche attraverso l'inserimento del programma all'interno del curriculum scolastico.

Un esempio di "buona pratica"

Un esempio⁶ di programma di educazione tra pari, nell'ambito della promozione della salute, si è svolto nelle scuole di un'area periferica della città di Napoli, in un contesto a forte disagio socio-economico, che mostra una delle più alte prevalenze italiane di obesità infantile. Gli interventi di promozione della salute degli ultimi anni non hanno mostrato un effetto rilevante, in particolare nelle fasce di popolazione più vulnerabili dal punto di vista socio-economico, senza ridurre, di fatto, le disuguaglianze di salute molto diffuse nel territorio campano.

Evidenze recenti hanno dimostrato il potenziale ruolo del coinvolgimento di gruppi di pari, più spesso madri, nel migliorare gli stili di vita dei propri figli, in particolare con l'utilizzo dei *social network*. In questo caso, è stato sperimentato un intervento basato su mamme *peer educator* nei confronti di altre mamme con lo scopo di promuovere le abitudini alimentari sane dei propri figli a scuola. L'intervento è stato realizzato in 16 plessi appartenenti a 8 scuole, coinvolgendo 116 classi per un totale di 2.336 bambini di età compresa tra i 3 e gli 8 anni.

I risultati raggiunti suggeriscono che, in un contesto particolarmente deprivato dal punto di vista socio-economico, l'intervento di madri *peer educator*, opportunamente coinvolte e formate, può contribuire a disseminare informazioni sull'alimentazione fra le altre madri e a migliorare le abitudini alimentari dei bambini a scuola. Tale strategia ha consentito di raggiungere, anche se in modo parziale, fasce della popolazione tradizionalmente "irraggiungibili" contribuendo a colmare importanti disuguaglianze di salute.

Educazione *outdoor*

L'espressione "*outdoor education*" significa educazione all'aperto e si riferisce a tutte le attività educative, anche non strettamente curricolari, che vengono svolte all'aperto da scuole, associazioni ed enti locali.⁷

I BENEFICI DELL'*OUTDOOR EDUCATION*

- ❖ Stare all'aria aperta insieme ai propri coetanei accresce le capacità sociali dei bambini e delle bambine che, messi in un contesto diverso da quello dell'aula scolastica, sono stimolati a stare in relazione con se stessi e con gli altri in modo differente. Inoltre, alcune attività aumentano la consapevolezza verso i temi del rispetto dell'ambiente, della percezione del sé nel mondo e del benessere psicofisico.

L'*outdoor education* è un orientamento pedagogico internazionale che si propone di valorizzare le esperienze basate sullo "star fuori" (*outdoor*). L'educazione all'aperto è un concetto comprensivo che può essere declinato in ambito scolastico ed extrascolastico anche nei termini di *outdoor learning* e *adventure education*, e si avvale di apporti e competenze delle discipline psico-socio-pedagogiche, del diritto, della salute, e dell'ambiente.⁸

L'*outdoor education* riguarda tutte le età, è inclusiva e può essere praticata nel contesto: urbano, extraurbano e naturale attraverso attività quotidiane ordinarie e attività straordinarie che richiedono una specifica progettazione.

È ampiamente dimostrato dalla ricerca scientifica che l'*outdoor education* contribuisce al miglioramento della qualità educativa e didattica nei contesti scolastici, del benessere psicofisico delle persone, delle autonomie del soggetto e del suo *empowerment*.

In generale, l'educazione *outdoor* non è alternativa all'educazione *indoor* che si svolge in aula ma deve integrarsi con essa attraverso tre elementi⁹:

1. **interdisciplinarietà o apprendimento intercurricolare:** fa riferimento al modo in cui gli elementi del curriculum formale possono essere combinati o "presi insieme", per fornire agli studenti esperienze più realistiche e rilevanti;
2. **contesti reali di apprendimento:** hanno una profonda attinenza con la vita attuale degli alunni al di fuori della scuola, perché si trovano nelle immediate adiacenze scolastiche e nel contesto territoriale del quartiere, e possono implicare la collaborazione con le organizzazioni della comunità;
3. **"agentività" degli alunni:** la capacità di agire attivamente nel contesto in cui si è inseriti, rendendo l'alunno più autonomo e aumentando la sua motivazione ad apprendere e a farsi coinvolgere.

Secondo un'analisi qualitativa che ha esplorato le esperienze di insegnanti e alunni che hanno preso parte a un programma di *outdoor learning* scolastico nel Regno Unito, l'apprendimento *outdoor* migliorerebbe l'apprendimento, la concentrazione e il comportamento degli alunni, con un impatto positivo sulla loro salute e benessere e sulla soddisfazione professionale degli insegnanti. Sono invece considerati fattori di ostacolo le richieste curricolari, la valutazione tramite test, le preoccupazioni in materia di sicurezza, le risorse necessarie e la fiducia degli insegnanti sulle proprie abilità e capacità di trasferire la didattica tradizionale dall'aula scolastica all'ambiente esterno. Un'adeguata formazione specifica per l'insegnamento e l'apprendimento *outdoor* aumenterebbe il livello di fiducia degli insegnanti e faciliterebbe l'implementazione di programmi di *outdoor education*.

I concetti chiave che accompagnano l'esperienza della didattica *outdoor* sono: **divertimento, inclusione e vivere il territorio.**

- ❖ Promuovere il movimento e l'attività all'aria aperta come parte integrante della giornata a scuola; promuovere l'esercizio della cittadinanza attiva; educare alla conoscenza e al rispetto dell'ambiente sono tutte azioni di promozione della salute che hanno un impatto positivo sul benessere dei bambini e degli insegnanti.

La pandemia può quindi rappresentare per il nostro Paese un'opportunità per costruire un nuovo modello di scuola aperta agli studenti, al territorio e alle famiglie, in un'ottica inclusiva e partecipativa.

Le linee guida emanate dal Ministero della Salute e dal Ministero dell'Istruzione durante la pandemia si sono focalizzate principalmente sui protocolli da adottare per la ripresa in sicurezza della didattica in presenza (distanziamento fisico, uso di mascherine, lavaggio delle mani), sulla rimodulazione degli orari e sulla riorganizzazione degli spazi nelle classi. Oltre a ciò, nel documento "Indicazioni strategiche ad interim per la prevenzione e il controllo delle infezioni da SARS-CoV-2 in ambito scolastico (anno scolastico. 2021-2022)"¹⁰ si raccomanda alle scuole di privilegiare, dove possibile, lo svolgimento della ricreazione, delle attività motorie e di alcune attività didattiche, all'aperto, valorizzando lo spazio esterno quale occasione alternativa di apprendimento.

Alla riapertura delle scuole si è quindi cercato di non perdere di vista l'obiettivo della promozione della salute nella scuola, rimodulando e ridefinendo le sue azioni e le sue pratiche. Il ritorno a scuola è diventato l'occasione per pensare a nuovi luoghi e modi di apprendimento, complementari a quelli tradizionali, nella natura e nella comunità.

- ❖ La scuola è uno dei *setting* più importanti per la promozione della salute e l'educazione *outdoor* è una modalità che risponde al bisogno di apprendimento e benessere dei bambini, considerando l'ambiente esterno come spazio di formazione.

Bibliografia

¹Sloane B, Zimmer C: The power of peer health education. *Am Coll Health* 1993, 41:241-5.

²Cameron A, Hesketh K, Ball K, Crawford D, Campbell K: Influence of peers on breastfeeding discontinuation among new parents: the Melbourne InFANT program. *Pediatrics* 2010, 126(3):e601–e607.

Duncanson K, Burrows T, Collins C: Peer education is a feasible method of disseminating information related to child nutrition and feeding between new mothers. *BMC Public Health* 2014.

³Dipartimento della Prevenzione - UFC Promozione della Salute, USL ToscanaCentro. Salute e Benessere a scuola. Luglio 2020.

https://www.uslcentro.toscana.it/images/banners/PdS/Salute_e_benessere_2020.pdf

⁴Qi - Questioni e idee in psicologia 54. La peer education per favorire il tutoring e la promozione della salute di adolescenti con DSA: l'esperienza della Cooperativa Oltremodo Onlus. Hogrefe Editore, 2018.

⁵Hibbs J, Sandmann L. Psychosocial impact of training and work experience on EFNEP paraprofessionals. *J Extension* 2011, 49(3):3FEA4.

⁶Vairano MP, D'Agnesse P, Iavarone F, et al. Madri peer educator nelle scuole in un contesto socioeconomico deprivato nel Sud Italia". *Ben - Iss*, giugno 2018.

<https://www.epicentro.iss.it/ben/2018/giugno/1>

⁷Save the Children. Outdoor education: che cosa si intende con educazione all'aperto e quali i benefici.

<https://www.savethechildren.it/blog-notizie/outdoor-education-cosa-si-intende-con-educazione-aperto-quali->

⁸Centro di ricerca e formazione sull'Outdoor education <https://scienzequalitavita.unibo.it/it/ricerca/centri-e-gruppi-di-ricerca/centro-di-ricerca-e-formazione-sull-outdoor-education-1>

⁹DORS. Apprendimento outdoor: scuola e promozione della salute per il nuovo anno scolastico.

https://www.dors.it/page.php?idarticolo=3485#par_3

¹⁰Istituto Superiore di Sanità, Ministero della Salute, INAIL, Fondazione Bruno Kessler. Indicazioni strategiche ad interim per la prevenzione e il controllo delle infezioni da SARS-CoV-2 in ambito scolastico (a.s. 2021-2022).