

Risultati del questionario sul sentimento di benessere di docenti, genitori ed allievi

di Edo Dozio

L'indagine sul benessere esistente nel clima di alcuni istituti di scuola media ha avuto luogo nell'autunno 2000 quale prima fase di "Star bene a scuola, è possibile?" realizzato da sei istituti¹, nell'ambito del progetto "Scuole e salute", promosso dall'Ufficio federale della sanità pubblica. Nel presente testo illustriamo alcuni dei risultati emersi da tre questionari destinati ad allievi, docenti e genitori sul benessere soggettivamente vissuto all'interno degli istituti.

L'obiettivo che si è cercato di perseguire con il progetto "Star bene a scuola, è possibile?" è di promuovere una miglior conoscenza reciproca e una migliore comunicazione negli istituti scolastici per favorire un dialogo più costruttivo e un reale partenariato fra le tre componenti: allievi, docenti e genitori. Le attività d'insegnamento e di apprendimento svolte sotto una pressione emotiva eccessiva sono poco efficaci e causano dispersione di energie, di risorse e di potenzialità sia degli individui, sia dell'istituzione nella sua globalità. Il tema prioritario del progetto era la gestione dello stress, in particolare del distress o stress negativo, cioè di un livello di tensione superiore a quanto un soggetto è in grado di sopportare. Uno stress eccessivo causa una diminuzione dell'efficacia dell'insegnamento/apprendimento ma anche difficoltà di relazione fra i partner. Lo scopo del progetto era di cercare di superare le cause di eccessivo stress tramite una nuova negoziazione delle condizioni comunicative e relazionali tra i partner, per ri-creare delle condizioni di vita scolastica e familiare nelle quali il distress lasci il posto all'eustress (stress positivo inteso come quella tensione necessaria al buon svolgimento di un compito)². Il progetto "Star bene a scuola, è possibile?" ha voluto sostenere la progettualità di istituto, accompagnare gli attori del processo educativo verso una miglior consapevolezza dello stato di salute e di benessere di loro stessi e degli altri partner e migliorare le condizioni che favoriscono la costruzione di un quadro positivo all'interno della scuola. Una trasformazione delle abitudini e del comportamento è possibile se il quadro interpretativo e gli obiettivi perseguiti sono condivisi dalla comunità che vive nella scuola (insegnanti,

direzione, genitori e allievi). In sintesi, gli obiettivi del progetto erano di sviluppare la sensibilità verso il tema della salute di allievi e di docenti all'interno della scuola ed esplicitare le condizioni che facilitano un clima di benessere, migliorare la conoscenza reciproca dei diversi punti di vista esistenti su ciò che è favorevole alla salute e il miglioramento della salute a scuola tramite la realizzazione di alcune attività in ognuna delle scuole che hanno partecipato.

Il progetto si è articolato in tre grandi fasi. Una *prima fase* ha voluto creare le condizioni per lo sviluppo di nuove iniziative partendo da una sensibilizzazione al problema e dall'esplicitazione delle concezioni sul tema del benessere e della salute esistenti nei partner coinvolti. La *seconda fase* ha dato spazio a un approfondimento delle concezioni sulla salute e sulla promozione del benessere emerse nella prima fase, una loro rielaborazione affettiva e cognitiva allo scopo di creare all'interno degli istituti coinvolti una condivisione di base delle idee di fondo necessarie perché un lavoro comune sull'evoluzione delle abitudini di vita interne all'istituto fosse possibile. In particolare si è trattato di:

- analizzare e interpretare i risultati dei questionari utilizzati nella prima fase per la raccolta delle rappresentazioni;
- approfondire la riflessione con genitori e docenti sui concetti di salute in generale e del benessere a scuola in particolare.

Nella *terza fase* gli istituti coinvolti hanno realizzato progetti concreti negli ambiti risultati più problematici a seguito delle riflessioni svolte nelle prime due fasi. Ogni istituto ha sviluppato quindi delle iniziative proprie ed autonome che rispondessero a bisogni propri, non necessariamente coincidenti con quelli di altri istituti. Fra le attività della prima fase del progetto, la funzione di sensibilizzazione e di stimolazione dell'interesse verso il tema dello stress e del benessere è stata svolta dal questionario iniziale proposto a docenti, genitori ed allievi. Questo si concentrava sulla conoscenza delle impressioni sul benessere e sul disagio che docenti, genitori ed allievi risentono riguardo a loro

stessi e agli altri. Nelle varie parti del questionario ogni partner si è espresso su temi che lo riguardano direttamente e su temi che riguardano gli altri partner. Ognuno doveva dare la propria opinione sulla situazione attuale ed esprimere i propri desideri per condizioni diverse da realizzarsi in futuro. Per ogni domanda erano proposte diverse affermazioni rispetto alle quali si trattava di dare il proprio grado di accordo per mezzo di una scala a quattro livelli³. Nell'elaborazione dei risultati e nella presentazione che segue, i livelli sono stati ridotti ai due atteggiamenti di fondo di accordo *versus* disaccordo.

Il questionario è stato completato complessivamente dal 94% degli allievi ai quali è stato proposto (719 allievi), dal 77% dei genitori (587 genitori) e dal 70% dei docenti (153).

Nel resoconto che segue cercheremo di riassumere i principali risultati⁴ tralasciando i dettagli che si possono però ritrovare sul sito www.scuoladecis.ti.ch. Prima di entrare in materia dobbiamo ancora ricordare che le domande del questionario avevano lo scopo di portare i partner a riflettere sulla loro situazione e su quella delle altre componenti scolastiche. Non si tratta quindi di un questionario costruito a scopo di ricerca, ma per sollecitare la presa di coscienza del valore di benessere dei vari fattori che entrano in gioco nell'insegnamento, nell'apprendimento e nelle relazioni fra docenti, allievi e genitori e stimolare quindi la discussione fra le parti. Alcune delle domande sono state poste sia ai docenti, sia ai genitori, sia agli allievi.

Alcune delle opinioni espresse da docenti, genitori ed allievi

Nella prima parte era chiesto ai docenti di esprimersi sulla loro situazione d'insegnanti e sui fattori che la influenzano. Globalmente, il mestiere di docente è ritenuto impegnativo, faticoso, ma anche piacevole e gratificante. Stressante è considerato dall'87% dei docenti ma si svolge in una condizione di benessere per l'85% dei docenti. Alla domanda "Del mestiere di docente, cosa è stressante, cosa è causa di tensione negativa?", fra i 21 fattori proposti solo nove sono stati ritenuti causa di tensione

Risultati del questionario sul sentimento di benessere di docenti, genitori ed allievi

Tabella 1

% di accordo di	docenti	genitori
Esigendo maggior rispetto fra le persone	94	93
Accertando che il linguaggio sia compreso dagli allievi	94	93
Insegnando agli allievi come fare per imparare e riuscire	94	92
Legando maggiormente le lezioni alla vita quotidiana	87	88
Raggiungendo un maggior accordo fra i docenti sul modo di far scuola	79	73
Aumentando il tempo di relazione personale fra allievi e docenti	75	74
Facendo svolgere lavori più concreti agli allievi	74	74
Diminuendo le ore di lezione	58	26
Essendo più esigenti con gli allievi	51	39
Avendo un proprio spazio di lavoro o un ufficio a scuola	51	—
Aumentando la partecipazione dei genitori alle attività parascolastiche	42	43
Prestando maggiore attenzione agli allievi più bravi	34	14
Dando meno compiti	30	40

eccessiva. I fattori ritenuti stressanti sono stati “i problemi sociali fra gli allievi; i comportamenti degli allievi che disturbano il lavoro didattico” (86% di accordo), seguito da “le riunioni poco efficaci che suscitano un sentimento di perdita di tempo” (77%), “l'impressione che gli allievi imparano poco nonostante gli sforzi prodotti dai docenti” (74%), “la poca omogeneità nel far rispettare le regole comportamentali agli allievi” (63%), “il peso degli aspetti istituzionali quali la complessità dei programmi, la valutazione degli allievi, ecc.” (61%), “il sentimento di critica latente dei genitori e della società in generale” (55%), “la scarsità di gratificazioni; le poche possibilità di mobilità professionale, di carriera” (53%), “il conflitto fra l'ideale dell'apprendimento dell'allievo e le regole burocratiche della valutazione” (52%) ed ancora sulla valutazione “le differenze di concezione su come valutare gli allievi” (51%).

Lo stress, la tensione verso un compito non ha solo effetti negativi. La stragrande maggioranza dei docenti riconosce come “la ricerca di soluzioni didattiche adatte e rinnovate” (95%), “la relazione personale con ragazzi fuori lezione” (88%), ecc. siano fattori che creano uno stress sentito come positivo. Per i docenti lo star bene a scuola consiste principalmente nel fatto che “gli allievi siano interessati” (100% di adesione), “abbiano iniziativa e siano attivi” (96%) e “ci sia intesa educativa con la famiglia” (93%).

Ai docenti è stato pure chiesto quali aspetti del loro mestiere andrebbero migliorati affinché vi sia minor stress negativo: undici dei dodici fattori pro-

posti sono stati ritenuti da migliorare (mezzi per differenziare l'insegnamento, condividere maggiormente le strategie didattiche, avere meno costrizioni burocratiche, un miglior riconoscimento sociale, un progetto formativo più chiaro e condiviso con i colleghi, meno ore d'insegnamento e più preparazione in comune, direzioni più centrate sugli aspetti pedagogici, ecc.). A docenti e genitori è stato chiesto poi come sia possibile migliorare il clima di lavoro e il benessere a livello d'istituto (cfr. tabella 1).

Le proposte formulate per il miglioramento del clima d'istituto sono accolte da ambedue i partner quando esse concernono gli aspetti di relazione o l'insegnamento. Vi è naturalmente meno interesse da parte dei genitori per quelle misure che toccano invece gli aspetti organizzativi. Se il docente non si sente particolarmente stressato, né sente troppo il peso dei fattori di complessità che si manifestano nella scuola, ha per contro il sentimento che molto possa essere e vada migliorato, ed in questo è sostenuto dai genitori.

Per quanto concerne lo stress del docente, ricordiamo come nella nostra indagine era pure inserito il questionario di C. Maslach sul *burnout*. Una condizione di stress eccessi-

vo o di *burnout* si manifesta nei docenti (Lavanco e al., 2003) con una minor sensibilità nei confronti degli allievi, difficoltà relazionali con gli altri partner, percezione soggettiva d'inefficacia e bassa autostima. Dalla sintesi dei risultati si può notare come il grado di stress sia ben più elevato di quanto traspaia dalle risposte date alle altre domande. Tre sono le dimensioni con le quali è descritto il *burnout* dell'insegnante secondo l'impostazione di Maslach: l'esaurimento emotivo, la depersonalizzazione e la ridotta realizzazione personale. È sorprendente notare come più della metà dei docenti coinvolti abbiano un livello di *burnout* alto su almeno una delle tre dimensioni o scale citate sopra, mentre solo il 17% lo ha basso sulle tre dimensioni (cfr. tabella 2).

Dalle risposte esaminate fin qui, possiamo rilevare come i docenti intervistati sembrano accettare in larga misura le condizioni attuali del mestiere insegnante, desiderare invece parecchi cambiamenti sia nell'organizzazione scolastica, sia nel modo di assumere il ruolo di docente, sia nelle relazioni interpersonali, e sembrano essere in una percentuale piuttosto elevata a rischio di “esaurimento professionale”.

Un'ulteriore serie di domande era posta ai docenti a proposito degli atteggiamenti dei genitori. I docenti ritengono che quasi tutto ciò che succede a scuola sia sentito dai genitori come stressante (le valutazioni, le note, ciò che la scuola chiede ai figli, i compiti hanno consegne troppo difficili, ecc.). I docenti non ritengono invece stressanti per i genitori né il coinvolgimento richiesto, né le riunioni con gli insegnanti. Le richieste dei docenti verso i genitori vanno nel senso di una loro maggior collaborazione allo studio degli allievi e di sostegno al funzionamento della vita scolastica. In un'altra domanda si chiedeva a docenti e genitori quali

Tabella 2

docenti con un livello di burnout alto sulle tre scale	6%
docenti con un livello di burnout alto su due scale	19%
docenti con un livello di burnout alto su una scala	31%
docenti con un livello di burnout alto su almeno una delle tre scale	56%
docenti con un livello di burnout medio o basso sulle tre scale	27%
docenti con un livello di un burnout basso su tutte le tre scale	17%

fossero i fattori di stress più significativi per gli allievi, in altre parole quali erano gli aspetti della vita scolastica secondo loro maggiormente fonti di tensione, timori e ansie (cfr. tabella 3). I docenti ritengono che per gli allievi sia stressante praticamente tutto ciò che avviene a scuola o che ha a che fare con la vita scolastica. In effetti, pressoché tutte le affermazioni proposte hanno superato il 50% di accordo. La domanda non è risultata discriminante e ci si può chiedere perché tutti gli aspetti menzionati siano stati ritenuti così altamente fonti di eccessiva tensione. Diversamente, i fattori generatori di stress negli allievi che i genitori ritengono importanti sono molto meno numerosi di quelli individuati dai docenti. In termini invece più propositivi, è stato chiesto ai tre partner quali fattori potrebbero essere fonti di eustress, di benessere per gli allievi (cfr. tabella 4). Ancora una volta, praticamente tutte le proposte di modifica delle situazio-

Tabella 4

% di accordo di	docenti	genitori	allievi
Consegne più chiare e aiuto ai metodi di studio	95	82	90
Più variazioni nelle attività didattiche	92	73	86
Più contatto personale allievi-docenti	89	72	37
Controlli più continui e prove formative invece di esperimenti con nota	77	71	72
Attribuzione di maggiore responsabilità agli allievi	77	55	72
Lavorare su progetti che coinvolgono più docenti e più materie	74	44	82
Meno compiti a casa e più lavoro in classe	67	62	75
Maggior contatto scuola-famiglia	60	54	35
Meno docenti per classe	52	31	28

ni didattiche e scolastiche sono ritenute utili dai docenti per creare condizioni di tensione positiva. Miglioramenti nella didattica e nelle relazioni fra docenti ed allievi potrebbero creare condizioni di maggior benessere per gli allievi. Ci si può chiedere come mai la sensibilità dimostrata nel cogliere i fattori di impegno e di tensione per i diversi partner e la condivisione di gran parte dei suggerimenti di cambiamento proposti non diven-

Tabella 3

% di accordo di	docenti	genitori
I test, le prove, gli esperimenti	92	72
Il sentimento di non essere capito dagli insegnanti e/o dai genitori	92	61
Il clima scolastico disturbato o non coinvolgente	91	47
Le valutazioni e i giudizi di fine periodo	87	64
Lo studiare senza aver capito il senso di ciò che si studia	86	58
Il non capire ciò che il docente si aspetta	84	59
Il senso di abbandono e una scarsa autostima	83	38
La valutazione dell'impegno e del profitto scolastico	82	54
Le istanze e le aspettative di successo della famiglia e della società	82	47
La mancanza di stima e di accettazione reciproca con i docenti	81	44
L'assenza di motivazione personale	80	30
Gli allievi che disturbano e le cattive compagnie	77	62
L'ascoltare il docente per molte ore al giorno	77	47
Lo stile educativo della scuola diverso da quello della famiglia	76	24
L'impressione di non essere valorizzato nelle proprie attitudini	75	46
La monotonia dello stare seduto in aula	73	39
Il sentimento che i docenti non incoraggino e non sostengano gli allievi in maniera sufficiente	72	51
L'accettazione responsabile di doveri e sacrifici in funzione del profitto	70	54
Il sentimento che i giudizi dei docenti non siano equi	67	48
La differenza di stile e delle richieste dei docenti	67	49
Il pensare ai compiti da fare	66	49
La differenza esistente fra la valutazione ricevuta e la presunta padronanza del sapere	62	47
L'atteggiamento eccessivamente severo di certi docenti	60	48
Le proposte scolastiche che corrispondono poco agli interessi degli allievi	59	37
Il dover essere consapevoli dell'importanza dell'impiego scolastico	57	48
La confusione di ruoli e il lassismo vigente a scuola	56	28
La scarsa consapevolezza e responsabilità circa doveri e compiti	56	31
L'essere autonomi nella pianificazione dello studio	54	37

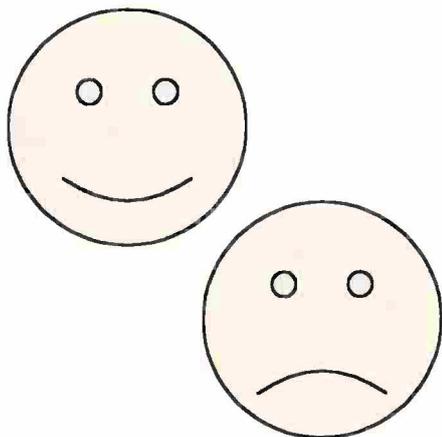
Note

1 I sei istituti di scuola secondaria inferiore ai quali si riferiscono i dati dell'indagine sono le scuole medie di Stabio, Breganzona, Lugano-centro, Minusio e Acquarossa e la scuola secondaria di Roveredo – Mesocco (GR). Il progetto è stato condotto da Luisa Ottaviani e Edo Dozio sotto la responsabilità di Francesco Vanetta.

2 Sul fenomeno dello stress e del burnout del docente molto è stato scritto. Le cause del sentimento di stress sono di diverso ordine. Vi sono fattori individuali, di ordine interno al soggetto (fragilità, insicurezza, sentimento di minaccia), fattori umani legati a situazioni contingenti (avvenimenti della storia personale), fattori personali (motivazione della scelta del mestiere, modalità di formazione) e fattori organizzativi (sicurezza dell'impiego, immagine sociale del docente, solitudine del docente, difficoltà di comunicazione negli istituti con i colleghi, i genitori). Altri fattori di stress rilevati nelle ricerche svolte ormai a livello mondiale sono la tendenza del docente ad agire da solo, la visione del lavoro come routine, la ripetizione anno dopo anno degli stessi contenuti, il timore delle scadenze, l'ossessione del programma, la paura del giudizio dei colleghi, la perdita del gusto dell'innovazione e del rischio in nome della conformità a un ipotetico modello medio, la fatica di essere colui che detiene sempre la verità e l'autorità. Come vedremo in seguito, e meglio ancora nei risultati completi, questi fattori non giocano sempre e ovunque. Nel nostro campione alcuni di questi fattori non sono ritenuti fattori negativi di stress.

3 I quattro livelli erano: per niente d'accordo, poco d'accordo, abbastanza d'accordo, molto d'accordo. I primi due livelli sono stati sintetizzati con "non d'accordo", gli altri due con "accordo". Le percentuali superiori a 50 indicano quindi un accordo da parte dell'interlocutore con le affermazioni proposte.

4 Un ringraziamento particolare va all'Ufficio studi e ricerche del DECS per la collaborazione nel trattamento dei dati dei questionari, al suo direttore Emanuele Berger e alla ricercatrice Kathya Tamagni Bernasconi.



gano o non siano già diventati realtà nella scuola ticinese. Quali sono le ragioni di tale discrepanza? Che cosa impedisce o rende difficile la realizzazione di queste modifiche? Nelle risposte riportate sopra è possibile confrontare le visioni dei tre partner. Interessante è notare come i fattori scelti come più atti a creare condizioni di eustress siano i medesimi fra le tre componenti. Fanno eccezione le proposte di un maggiore contatto fra docente e allievo e fra genitori ed allievo che sono bocciate dagli allievi i quali, manifestamente, non vorrebbero sentirli più vicini e quindi più presenti. Si richiede invece in modo evidente un maggior aiuto nei processi di apprendimento e nella didattica, così come un maggior rispetto reciproco nella relazione docenti - allievi. A proposito del clima interno all'istituto scolastico frequentato dai figli, i genitori esprimono un'opinione sostanzialmente positiva: "il senso della funzione della scuola è condiviso da direzione e docenti" (83% di accordo), "i giudizi e le valutazioni che vostra/o figlia/o riceve sono chiari e comprensibili" (81%), "i docenti dispongono di condizioni adeguate per lavorare in tranquillità" (76%), "vi è attenzione al benessere degli allievi" (75%) e anche "i docenti assumono in modo ottimale e coerente i loro impegni di docenti e educatori" (75%). I genitori ritengono che i docenti dispongano di buone condizioni di lavoro, lavorino bene con gli allievi e abbiano un buon livello di condivisione del progetto formativo della scuola verso gli allievi. I margini di miglioramento sono però pure ritenuti alti: "esigendo maggior rispetto fra le persone" (94%), "insegnando agli allievi come fare per imparare e riuscire"

(92%), "legando maggiormente le lezioni alla vita quotidiana" (88%), "aumentando il tempo di relazione personale fra allievi e docenti" (74%), "facendo svolgere lavori più concreti agli allievi" (74%) ed anche "raggiungendo un maggior accordo fra i docenti sul modo di far scuola" (73% di adesione). Anche gli allievi concordano sugli ampi margini di miglioramento delle condizioni di benessere tramite un diverso modo di agire dei docenti: "farci capire dove e perché sbagliamo e aiutarci a migliorare" (95% di accordo), "spiegare la lezione con esempi di attualità e in modo interessante per dei giovani" (93%), "rispettare gli allievi come persone" (91%), "spiegare chiaramente gli scopi della lezione e come fare per impararla" (89%), "usare un linguaggio e delle parole più semplici e comprensibili per gli allievi" (87%), ecc.

Conclusione

I risultati qui brevemente sintetizzati mettono in luce come vi siano prospettive diverse fra i tre partner, con una vicinanza maggiore fra docenti e allievi rispetto al punto di vista dei genitori. Allievi e docenti sono, per esempio, d'accordo di non aumentare l'intensità delle relazioni fra scuola e famiglia. I genitori sono mediamente più soddisfatti del benessere scolastico di quanto non lo sia chi partecipa alla vita interna della scuola. Se si poteva prevedere che gli allievi avessero dei desideri di cambiare certe abitudini scolastiche ritenute cause di eccessiva tensione, i docenti si sono mostrati molto sensibili al malessere scolastico e alle sue cause e hanno accolto un ampio elenco di aspetti da migliorare. Non resta ora che creare le condizioni favorevoli affinché l'evoluzione si possa realizzare.

Riferimenti bibliografici

- Di Pietro, M., Rampazzo, L. (1997). *Lo stress dell'insegnante*. Strategia di gestione attiva. Trento: Erikson Edizioni.
- Dozio, E. (2003). *Progetto Star bene a scuola, è possibile? Rapporto intermedio*. Bellinzona: Ufficio Insegnamento Medio.
- Dozio, E. (2003). *Un questionario sul clima di benessere nell'istituto di scuola media*. Bellinzona: Ufficio Insegnamento Medio.
- Lavanco, G., Novara, C., Iacono, G. (2003). L'insegnante in trappola. Stress e burnout nel mondo della scuola. *Psicologia e scuola*, 112, 3-12 e 113, 3-14.
- Maslach, C., Leiter, M. P. (2000). *Burnout e organizzazione*. Modificare i fattori strutturali della demotivazione al lavoro. Trento: Erikson Edizioni.
- Meazzini, P. (1997 - 98). Quando lo stress colpisce, ovvero fatti e misfatti dello stress nella scuola. *Psicologia e scuola*, 86 - 91.
- Rossati, A., Magro, G. (1999). *Stress e burnout*. Roma: Carocci editori.
- Tamagni Bernasconi, K. (2002). Evoluzione del sistema scolastico e trasformazione della professione insegnante: quali gli effetti sulla salute? *Scuola ticinese*, 253, 6-8.
- Wannenmacher, C. (2002). État de santé physique et mentale des enseignants: une approche scientifique. *Gymnasium Helveticum*, 3, 18 - 29.