

Qualità di vita al lavoro e benessere del docente

Ruolo del docente

19 agosto 2011

Convegno

La promozione della salute nella scuola

Nicola Grignoli

psicologo

dottore in bioetica

Servizio di psichiatria e psicologia medica (SPPM) OSC
Istituto interdisciplinare di ricerca in medical humanities (IRIEMH) EOC

Ruolo del docente

1. Qualità di vita del docente

- teoria dello stress, del benessere e della qualità di vita lavorativa del docente
- il vero il falso Sé a confronto in ambito scolastico
- il ruolo relazionale e il ruolo istituzionale

2. Rappresentazioni a confronto

- “La scuola si ascolta”, esempi da un lavoro di ricerca
- due casi esemplari, strategie di adattamento

Conclusioni e proposte concrete

1. Qualità di vita del docente

Salute mentale

Vittorio Lodolo D'Oria

PAZZI PER LA SCUOLA

Il burnout degli insegnanti a 360°:
prevenzione e gestione in 125 casi



"Al termine dei seminari c'è sempre qualcuno che chiede se è vero che a insegnare si diventa matti, oppure solo i matti fanno gli insegnanti. La mia risposta: 'Sono vere entrambe le cose, ma il problema è che non sono note'."

D'Oria 2010

Lo stress del docente

- definizione di Kyriacou & Sutcliffe

“Una reazione soggettiva negativa al lavoro, che minaccia l'autostima dell'insegnante e il suo benessere. Lo stress percepito dagli insegnanti è solo in parte associato negativamente alla soddisfazione lavorativa...dunque alcuni insegnanti dichiarano risentire un forte stress ma un'alta soddisfazione lavorativa.”

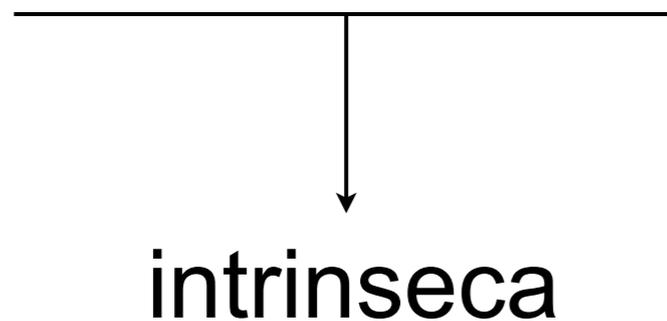
Kyriacou&Sutcliffe 1987

Soddisfazione e insoddisfazione al lavoro

- l'ipotesi bifattoriale di Herzberg:

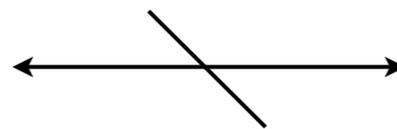
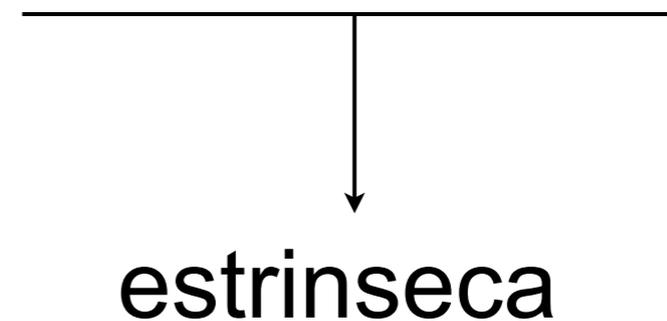
- ▶ soddisfazione sul lavoro

- raggiungimento
- riconoscenza
- responsabilità
- carriera
- lavoro in sé



- ▶ insoddisfazione sul lavoro

- politica dell'amministrazione
- supervisione
- relazioni interpersonali
- condizioni di lavoro
- salario



Soddisfazione e insoddisfazione del docente

- discussione dell'ipotesi bifattoriale di Herzberg in ambito scolastico:
 - ▶ il ruolo istituzionale fa parte del lavoro in sé
 - ▶ caduta dell'aspetto intrinseco/estrinseco
 - ▶ dunque: irrealistico concepire il lavoro di docente solo con la relazioni agli allievi
 - rischio di allontanare le aspettative dalla realtà della professione di insegnante

Morale e distress

- altri termini per comprendere la soddisfazione lavorativa del docente:
 - ▶ *morale*: energia, entusiasmo, spirito di gruppo e fierezza che i docenti sperimentano a scuola
 - ▶ *distress*: stress negativo
 - ▶ il distress sembra essere parzialmente indipendente dalla soddisfazione, dal benessere e dalla qualità di vita al lavoro!

Un modello della qualità di vita al lavoro del docente

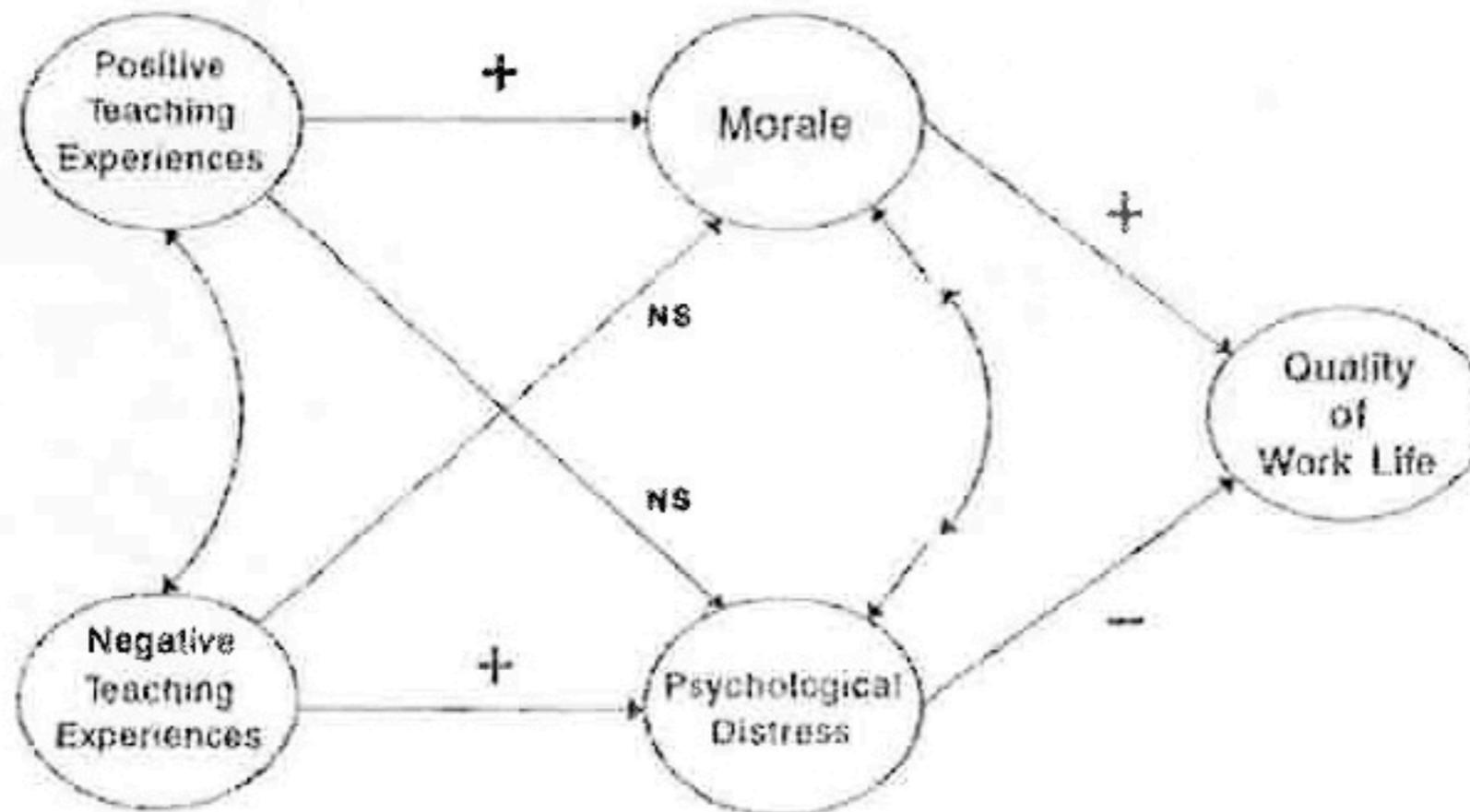


Figure 1. Theoretical model of teacher quality of work life. ('+' indicates significant positive relationship; '-' indicates significant negative relationship; 'NS' indicates non-significant relationship.)

La qualità di vita al lavoro del docente

- **7 criteri secondo la letteratura:**
 1. **Rispetto:** dalle figure di rilievo (amministrazione di sede e cantonale, famiglie, comunità)
 2. **Partecipazione:** nei processi decisionali che aumentano l'autonomia e il controllo del docente
 3. **Interazioni:** frequenti e stimolanti con i colleghi

Louis 1998

La qualità di vita al lavoro del docente

- **7 criteri secondo la letteratura:**
 - 4. Efficacia:** dimostrata con procedure adeguate
 - 5. Autoformazione:** aggiornamento professionale e sviluppo di interessi e capacità
 - 6. Risorse:** adeguate per il lavoro (ambiente, servizi)
 - 7. Individuale:** *congruenza fra gli obiettivi personali e dell'istituzione*

Helping profession

- professioni che richiedono un particolare impegno emotivo nel farsi carico dei problemi altrui
 - ▶ *therapeutic profession (medici, infermieri, psicologi e psicoterapeuti)*
 - ▶ *helping professions (avvocati, assistenti sociali, educatori, insegnanti, sacerdoti, poliziotti)*
- un mestiere di relazione: mettersi in gioco
- lavoro e gestione emozionale
- ma, dalla relazione con gli allievi alla relazione con le famiglie, con l'istituzione, con la società...

Relazione con gli allievi

Gruppo di lavoro Identità professionale del docente

- rete di riferimento per le tre fasce di popolazione scolastica:
 - ▶ allievi della scuola dell'obbligo
 - ▶ allievi minorenni delle scuole post-obbligatorie
 - ▶ allievi maggiorenni

Relazione con le famiglie

- ridare alla famiglia una responsabilità civica, cioè quel ruolo di primo responsabile dell'educazione dei propri figli (complicità educativa):

“La stessa “istituzione scuola” deve profilarsi come punto di riferimento per lo sviluppo di un progetto/contratto pedagogico rispettoso delle differenti culture, per il quale genitore e allievo stesso si assumono parte della responsabilità.

Tutti devono essere però attenti alla diversa connotazione che questa visione può assumere. Non si intende qui la scuola come servizio.”

Il nuovo ruolo del docente

“Il docente deve essere - pur nei limiti di ciascuna persona - in qualche modo un maestro e non un semplice facilitatore o trasmettitore di nozioni; da interprete di norme sociali e trasmettitore di una cultura standardizzata, il docente deve divenire ***professionista dotato di una solida preparazione specifica e di un'elevata autonomia progettuale e creativa.***

Le trasmissioni standardizzate delle conoscenze, forse per certuni più tranquillizzanti, che comunicano contenuti pensati per individui medi, non sono più adeguate.”

Autonomia e creatività

“Si avverte oggi - non a caso in sintonia con un passaggio delicato della storia della scuola e della professione docente - l'esigenza di un piano di sviluppo professionale solidamente costruito attorno alla ***figura dell'insegnante come mediatore intellettuale e culturale.***”

Un ruolo da definire



Essere sé stessi in un nuovo ruolo



- il falso Sé di Winnicott

“Un’organizzazione difensiva della personalità che ha come funzione di proteggere, come un involucro, il vero Sé dalle minacce esterne e che costituirebbe una difesa estrema nei confronti della depressione.”

Baldoni 2003

- ▶ falso Sé adattativo per il comportamento sociale
- ▶ falso Sé patologico come un adattamento eccessivo

Vero e falso Sé



- costituzione del falso Sé:
 - ▶ imitazione: antenati, famiglia, amicizie, società
 - ▶ difesa: soffocamento del vero Sé per evitare ansia e depressione
- implicazioni sul lavoro:
 - ▶ manco di motivazione e creatività
 - ▶ rigidità di adattamento
 - ▶ manco di strategie di coping per affrontare le difficoltà

La scelta lavorativa sana

Fig. 1 - La scelta lavorativa sana



La scelta lavorativa nel falso Sé

Fig. 2 - La scelta lavorativa nel falso Sé patologico



2. Rappresentazioni a confronto

La scuola che si ascolta

- inchiesta dell'*Ufficio studi e ricerche* su mandato del DECS nel 2002 sulla qualità della scuola e possibili miglioramenti
 - ▶ nel 2006 inviati 5862 questionari all'insieme degli attori del sistema scolastico cantonale, tasso di risposta 42%
 - 800 docenti
 - 450 studenti
 - 200 dirigenti
 - 900 genitori
 - 122 maestri di tirocinio

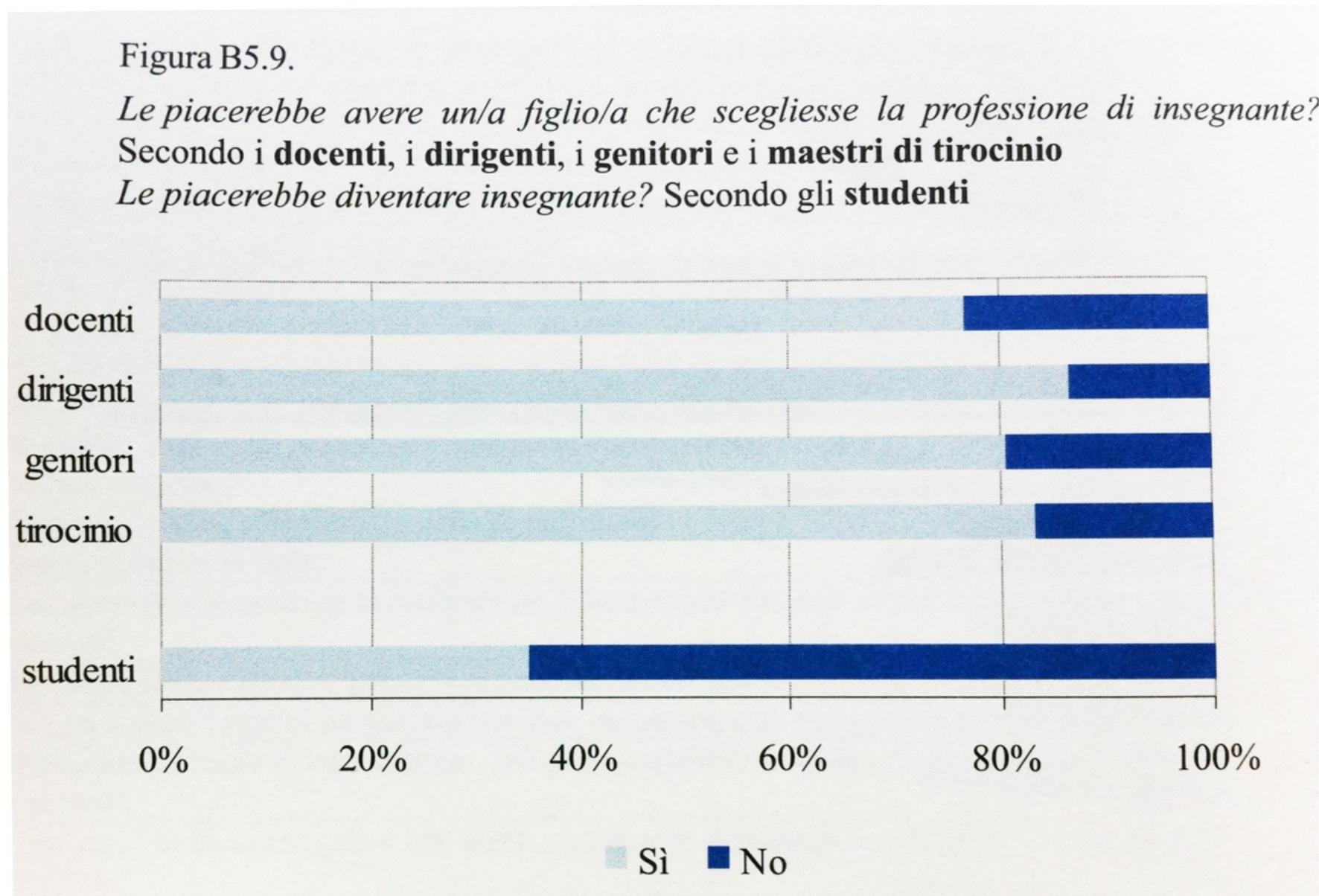
La scuola che si ascolta

- immagine del docente e attrattiva della professione:

“Nel caso della professione di insegnante, le indagini nazionali a livello europeo (Eurydice 2004) mostrano che le percezioni degli insegnanti non sembrano coincidere con quelle delle altre persone: spesso i docenti godono di una considerazione migliore di quanto pensino.”

La scuola che si ascolta

- attrattività della professione di insegnante in TI:



La scuola che si ascolta

- attrattività della professione di insegnante in TI:
 - ▶ la percentuale dei docenti che rispondono in maniera affermativa a questa domanda é superiore tra coloro che hanno un minore numero di anni di insegnamento alle spalle
 - ▶ i docenti che insegnano nelle scuole medie sono meno numerosi a rispondere in maniera affermativa, soprattutto rispetto a coloro che operano nelle scuole professionali e nelle scuole dell'infanzia

La scuola che si ascolta

- attrattività della professione di insegnante in TI:
 - ▶ 83% ha specificato i motivi per diventare o non diventare insegnanti:
 - 30% degli studenti motiva la scelta dichiarando di aver già scelto un'altra strada
 - 20% non ritiene averne le competenze
 - 10% di docenti e dirigenti cita un'immagine negativa della professione
 - 1%-3% di studenti e genitori

Due casi esemplari



Due interviste

- intervista semi-direttiva con griglia di domande:
 - ▶ *diventare docente*
 - 1) *Si ricorda quando ha deciso di voler diventare docente?*
 - 2) *Quali erano le sue motivazioni principali?*
 - 3) *Si ricorda la sua prima lezione, c'è qualche episodio particolare che mi vuole raccontare?*
 - 4) *Quali sono state le difficoltà iniziali nell'insegnamento?*
 - ▶ *restare docente*
 - 5) *Le sue ambizioni verso l'insegnamento sono cambiate nel tempo?*
 - 6) *Quali sono le sue maggiori soddisfazioni oggi?*
 - 7) *Quali sono le attrattive della sua professione educativa?*

Due interviste

- intervista semi-direttiva con griglia di domande:

- ▶ *stress*

8) *Quali emozioni associa alla propria attività lavorativa?*

9) *L'insegnamento può essere considerato un lavoro stressante?*

10) *Quali difficoltà incontra quotidianamente?*

11) *Quali strategie utilizza per affrontare queste difficoltà?*

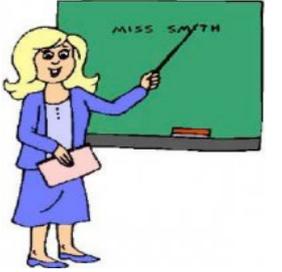
12) *Di che tipo di supporto avrebbe bisogno per poter lavorare meglio?*

- ▶ *qualità di vita*

13) *Come definirebbe la sua qualità di vita attuale?*

14) *Quanto conta il lavoro nella sua qualità di vita, come si concilia con la vita privata?*

La scelta della professione



- predisposizioni, vocazioni e ideali della professione:

“La gente mi diceva: dovresti insegnare! Mi è sempre piaciuto il rapporto con i ragazzi (...), sono sempre stata metodica e precisa. Gli altri hanno riconosciuto in me una predisposizione, una vocazione.”

“Sono fondamentali per me l’idea del trasmettere, riuscire a riformulare il sapere per gli altri, avvicinare le persone alla materia. E’ il piacere della risposta della gente alla disciplina, di condividere i miei interessi e le mie passioni.”

“Avevo bisogno di qualcosa di più sicuro, di più stabile a livello finanziario.”

La scelta della professione



- imitare ed essere un modello:

“Decisi in prima elementare. Mi piaceva la maestra, avrei voluto esser al suo posto.”

“Mi attirava lavorare con la gente, ho sempre bisogno di stare con la persone. Chiaramente a scuola c'è un altro contatto, un po' diverso. Nel senso che è un rapporto autorevole, più che autoritario, e bisogna cercare di essere quasi un modello.”

Un ruolo emotivo



- la prima lezione oggi:

“E’ stata una supplenza. Mi chiama il direttore della scuola arti e mestieri per una lezione in una materia diversa dalla mia specializzazione. Quando arrivo mi dice che si tratta di persone già formate, che diventeranno tecnici dell’edilizia. Mi accompagna alla classe e trovo ad aspettarmi venti muratori più adulti di me.”

“Oddio ho paura, voglio scappare! Questa è stata la prima cosa che ho pensato.”

“Però poi siamo entrati, mi ha presentato, e ha fatto da tramite tra me e gli allievi, questo manca a chi inizia oggi. In questo modo io ho trovato subito un aggancio con la mia materia. E’ partita benissimo...”

Una ruolo emotivo



- la prima lezione ieri:

“Ero imbarazzatissima, mi aspettavo dei quindicenni com’ero io, invece mi sono trovata davanti persone posate, benvestite, truccate: mi sono trovata di fronte dei giovani adulti. Mi sono un po’ spaventata, mi sono detta cosa racconto a questi qua al di là del programma? E’ stato molto imbarazzante il primo giorno di scuola.”

“Mi ricordo inoltre che entrò una collega anziana e mi disse, cosa fai qui vai al tuo posto. No, io sono l’insegnante, risposi.”

Una ruolo cognitivo



- gestire le ambizioni e le aspettative sul campo:

“Diciamo che le ambizioni iniziali son rimaste, ho però dovuto modificare il contenuto dell’insegnamento. Prendiamo per esempio una prova scritta...mi ricordo che mentre correggevo le prime verifiche mi arrabbiavo tantissimo, ero delusissima, mi mangiavo il fegato, avevo proprio mal di stomaco. Perché partivo dal presupposto che avevo dato tanto per spiegare determinati punti e non ritrovarli era una delusione. Proprio qui ci sarebbe dovuto essere la riconoscenza, il frutto del mio lavoro.”

Un ruolo cognitivo



- gestire le ambizioni e le aspettative nel tempo:

“Io vado in pensione tra poco, quindi non ho più grandi ambizioni. Anche perché la scuola non è un luogo dove far carriera. Ma fonti di soddisfazione ci sono, magari con gli allievi che si incontrano.”

“Cambiare quello che non piace nella scuola è un’illusione, o perlomeno non è facile. Mi ricordo però di aver potuto lavorare sotto una direzione che mi lasciava molta autonomia nell’insegnamento. Le condizioni materiali erano pessime ma libertà di azione e capacità di decidere ne hanno fatto un periodo molto bello. Il ruolo del docente era valorizzato, dalla direzione, che riconosceva le capacità e la creatività dei docenti. Oggi mi pare più difficile organizzare delle iniziative individuali.”

Lo stress del docente



- **il carico lavorativo:**

“Sicuramente é un lavoro stressante. Perché ti viene chiesto tantissimo e le emozioni che provi variano in maniera radicale, dalla gioia a momenti commoventi. Una mole di lavoro enorme, il peso della responsabilità.”

- **il carico istituzionale:**

“La fatica più grande non è all’interno della classe, quindi con i ragazzi, ma all’esterno. Quello che proprio non sopporto è tutto il carico che ci viene dato al di fuori dei ragazzi, ed è troppo, troppo. Progetti, correzioni, voti, riunioni, tutto quello che è legato al sistema scolastico. Il problema secondo me è che siamo poco ascoltati e poco consultati. Arrivano queste decisioni dall’alto che non sempre ci piacciono. Serpeggia dunque uno scontento fra i docenti, che non proviene certo dagli allievi.”

Lo stress del docente



- il carico lavorativo:

“Sì, certamente. Prima di tutto perché la classe richiede un sacco di energia. Poi il docente si porta anche a casa i problemi.”

- il carico istituzionale:

“Infine la mole di lavoro è aumentata. Molte correzioni, si corregge in continuazione, ma non solo...caricano sempre di più. Per esempio Berna impone i progetti didattici interdisciplinari che vengono fatti al di fuori delle ore di lezione, che vengono riconosciuti con uno sgravio di mezz'ora per seguire moltissimi allievi. Alla fine diventa pesantissimo a livello burocratico, con rapporti e non rapporti. Secondo me è sempre di più e un giovane alla fine si stufa, o decide di non fare un tempo pieno, con uno stipendio da fame. Una grande mole di lavoro didattico e soprattutto burocratico.”

Qualità di vita



- un bilancio inaspettato:

“Non buona. Io ho deciso che l’anno prossimo lascio parte della percentuale scolastica e torno in parte alla mia attività professionale. E non certo per gli allievi: è troppo l’impegno istituzionale. Ho capito che se voglio fare bene questo mestiere devo trovare un altro equilibrio.”

- un bilancia squilibrata:

“E’ difficile conciliare lavoro e vita personale. Sono motivata a cercare il mio spazio in maniera più decisa. A scuola ti caricano all’infinito, se tu ad un certo punto non sei capace di dire stop, non ce la fai...”

Qualità di vita



- un bilancio in discesa:

“Considerando l’età sono un po’ stanca, ma non faccio una vita pessima, mi ritengo ancora privilegiata. Ma c’è questa stanchezza, e in certi momenti anche demotivazione. Dipende anche da quello che faccio, all’inizio dell’anno scolastico avrei risposto magari diversamente. Non posso dire che sono una persona scontenta della sua vita e del suo lavoro ma sento che sta peggiorando con il tempo.”

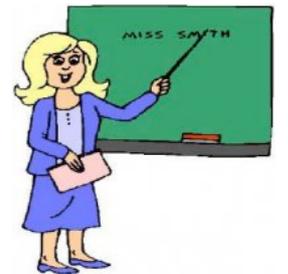
- un bilancia squilibrata:

“Non riesco più a fare delle attività ricreative, non ne ho più la forza. Gli ultimi anni sono più stanca, con l’età ci si stanca più facilmente. Comincio a pensare quando potrò avere il tempo anche di fare altro.”

Curare la propria salute

- ricercare un'igiene di vita:

“Le strategie banali per me sono, andare a letto presto per essere carica il mattino. Poi sport. Quindi igiene di vita, certo.”



- ricercare un equilibrio fra vita professionale e vita privata:

“Cerco di ritagliarmi dei momenti di svago, di solitudine, leggo. Importante è anche avere qualcuno a casa che ti capisca in queste cose. “

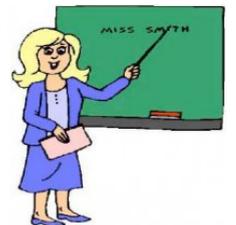


Un nuovo ruolo di supporto

- un sostegno al docente (supporto in parallelo):

“Soprattutto il primo anno bisognerebbe essere accompagnati maggiormente, avere delle figure che possono seguire chi entra nell’insegnamento.

Ci vuole una figura di riferimento per i docenti. Come c’è per gli allievi ci dovrebbe essere per i docenti. Perché noi siamo in mezzo, fra gli allievi e la direzione.”



“Sarebbe utile un accompagnamento pedagogico offerto da un docente con più esperienza.”

“Sarebbe interessante per due motivi. Si da una mano ai colleghi più giovani, che a loro volta possono portare novità, ispirazione e motivazione ai più anziani. Manca una figura di questo tipo, queste discussioni avvengono in maniera informale, di sfuggita, nell’aula docenti che non è il luogo adatto.”



Conclusioni e proposte concrete

Sostegno e prevenzione

Gruppo di lavoro Identità professionale del docente

“Sono da promuovere le occasioni di discussione e confronto fra gli insegnanti, come pure le azioni volte a valorizzare il ruolo e il prestigio del docente, sia nelle dimensioni legate all’insegnamento che in quelle riferite alla promozione della cultura e della ricerca scientifica.”

Proposte operative

Gruppo di lavoro Identità professionale del docente

a) Nei casi più gravi di stress e prima di una soluzione ritenuta anche definitiva (richiesta AI) va facilitata la **ricerca di soluzioni alternative** all'interno della scuola o, eventualmente, nell'amministrazione cantonale, introducendo se del caso degli incentivi mirati per favorire la mobilità professionale

b) E' inoltre senz'altro utile che il docente possa contare sull'**assistenza di consulenti** preparati sia dal punto di vista pedagogico-didattico, sia da quello psicologico, in modo da affrontare in modo adeguato i casi più problematici (supervisione). Nei casi di violenza subiti dal docente appare infine opportuno introdurre tempestive misure di sostegno psicologico

Progetto di sostegno ai docenti in difficoltà (DECS 2010)

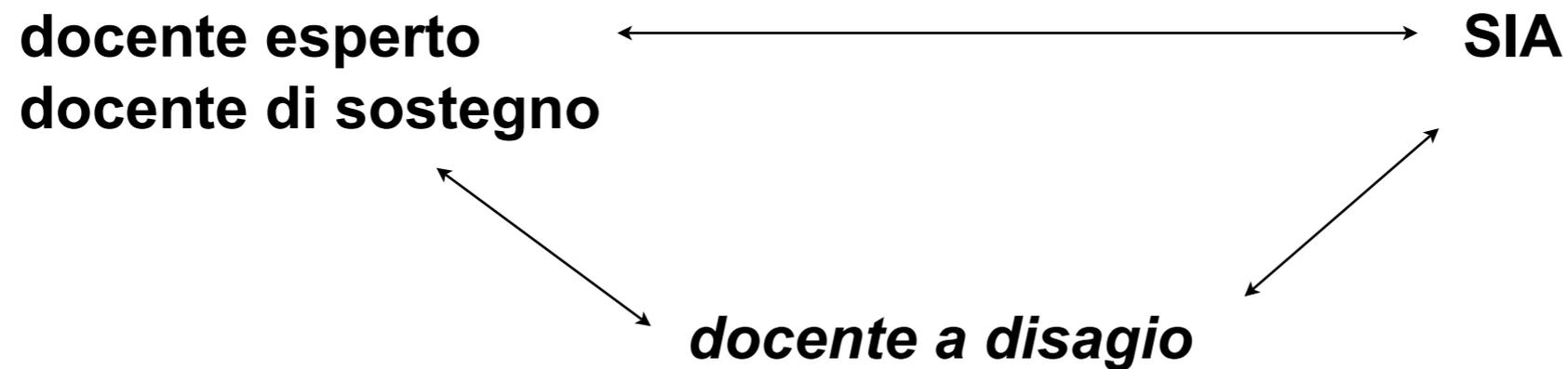
- *School Improvement Advisor/researcher (SIA)* Ostinelli 2007
 - ▶ motivato per il miglioramento della realtà scolastica
 - ▶ presente nella scuola part-time (5-6h settimanali)
 - ▶ coordina in sede iniziative e progetti che interessano docenti e istituti scolastici
 - ▶ aiuta e consiglia l'istituto scolastico nelle iniziative di miglioramento della qualità a livello pedagogico e relazionale
 - ▶ si occupa di aspetti di miglioramento dell'insegnamento e della gestione delle relazioni con colleghi e allievi, assistendo i docenti

Progetto di sostegno ai docenti in difficoltà (DECS 2010)

- *School Improvement Advisor/researcher (SIA)* Ostinelli 2007
 - ▶ conduce un'azione costante destinata a favorire uno sviluppo positivo del clima d'istituto
 - ▶ partecipa alle attività interdisciplinari (gruppi di lavoro) tra docenti e alle attività di rete relative a situazioni problematiche
 - ▶ assiste gli insegnanti in modo non invasivo, riguardo situazioni di sviluppo professionale e personale
 - ▶ opera in funzione di un miglioramento sostenibile dell'offerta formativa
 - ▶ svolge attività di insegnamento ausiliarie (supplenze, lezioni tematiche, ecc)

Proposte concrete

- un sistema di sostegno e di prevenzione:



+

Servizi medico-sociali
(Laboratorio
psicopatologia del lavoro)

+

Istituzione scolastica (direzione, ispettore)

Proposte concrete

- una gestione degli obiettivi del docente:

funzione didattica



- insegnamento della materia
- valutazione dell'allievo
- apprendimento

funzione educativa



- relazione pedagogica
- sviluppo delle risorse dell'allievo
- integrazione sociale

?

docente di classe o docente pedagogico o consulente pedagogico

Docente funambolo



Discussione

grazie per l'attenzione

nicola.grignoli@ti.ch