

PROMOZIONE DELLA SALUTE NELLA SCUOLA

LINEE GUIDA VALIDE PER IL QUADRIENNIO 2011-2015

Riflessioni e proposte operative

Forum per la promozione della salute nella scuola

Introduzione

Bilancio di 4 anni di attività:

- Iniziative e progetti in corso
- Protagonisti e destinatari della promozione della salute nella scuola

Definizione degli ambiti di intervento:

- dimensione teorica
- dimensione individuale
- dimensione sociale
- dimensione ambientale

Auspici per la stesura delle linee guida quadriennio 2011-2015

Raccomandazioni:

- per i progetti
- per gli istituti
- per i docenti
- per i genitori
- per le strutture

Auspici politici per la legislatura 2011-2015

Conclusioni

Introduzione

L'attuale documento fa riferimento al testo *Promozione della salute nella scuola: priorità e linee guida*¹, redatto dal *Forum per la promozione della salute nella scuola* nell'ottobre 2007 che si prefiggeva di:

- tradurre in proposte concrete i principi contenuti nella *CARTA della promozione della salute nella scuola in Ticino*², redatta dal *Forum* nel giugno 2005;
- delineare delle priorità per il quadriennio 2007-2011.

Già nel quadriennio scorso, tenuto conto degli interventi allora in essere, il *Forum* aveva fissato delle priorità ed elaborato delle proposte operative concrete.

La richiesta di fissare delle priorità aveva permesso di delineare alcuni temi principali meritevoli di ricevere un'adeguata attenzione. I membri del *Forum* erano però consapevoli che questi temi erano solo indizi di un disagio spesso invisibile e sommerso.

Partendo dal sintomo specifico, si trattava quindi di ampliare la riflessione per:

- affrontare direttamente il disagio a livello delle cause ambientali;
- promuovere la salute con strategie di tipo generale;
- individuare azioni di prevenzione più specifiche e meglio confacenti;
- convincere le varie componenti scolastiche della necessità di una presa a carico diretta dei singoli problemi verificatisi.

Ci sembra opportuno riprendere e riproporre alcuni di questi passaggi in quanto il quadro teorico, che mantiene inalterata tutta la sua validità, costituisce tuttora l'asse portante della nostra azione.

L'istituzione scuola, ed è questo un dato di fatto che ben volentieri riconosciamo, ha compiuto notevoli sforzi per promuovere la salute delle proprie componenti. Molti sono gli esempi che mostrano con quanto impegno le diverse sedi scolastiche hanno promosso e portato avanti progetti e azioni concrete nell'ambito della promozione, della prevenzione e dell'educazione alla salute. Maggiori dettagli e informazioni si possono ottenere consultando la banca dati contenuta nel sito www.ti.ch/infodoc.

La scuola è oggi inevitabilmente confrontata con problemi sociali sempre più marcati ed è chiamata a dare risposte concrete a questioni molto diversificate:

- violenza (compresa quella subita o diffusa tramite le nuove tecnologie),
- comportamenti alimentari scorretti,
- mancanza di movimento,
- consumo di sostanze psicoattive,
- comportamenti sessuali inappropriati,
- risposte troppo spesso inadeguate, del mondo degli adulti e
- "burn-out" dei docenti.

¹ <http://www4.ti.ch/fileadmin/DSS/DSP/FSS/PDF/PrioritaLD2007.pdf>

² <http://www4.ti.ch/fileadmin/DSS/DSP/FSS/PDF/CartaPromozioneSalute.pdf>

La preoccupazione maggiore del *Forum* rimane comunque quella di stimolare e invitare le Autorità superiori a voler sostenere i diversi insegnanti in questo loro impegno, permettendo loro di proseguire adeguatamente in questa direzione.

Bilancio di 4 anni di attività

Iniziative e progetti tuttora in corso

Le costanti riflessioni, volte a monitorare gli interventi già in atto, hanno permesso di meglio capire il quadro della situazione attuale in materia di progetti di promozione della salute e di prevenzione. Sono stati presi in considerazione unicamente quelli portati a conoscenza dei membri del Forum, ben coscienti che ne esistono altri sicuramente altrettanto validi.

L'analisi della situazione attuale evidenzia quanto segue.

- Molti temi ritenuti di attualità sono affrontati tramite progetti più o meno specifici, incoraggiati e sostenuti anche dal *Forum* stesso. Tra questi si individua che:
 - o alcuni progetti, partendo da un tema specifico, propongono una riflessione molto più estesa e portano ad affrontare importanti aspetti di promozione della salute, prendendo in questo modo in considerazione il disagio che sta alla base di un sintomo più specifico (ad esempio le mostre interattive “Conflitti, litigi e... altre rotture” oppure “Gente come noi” che mantengono sempre alto il loro valore propositivo e riscontrano sicuro interesse);
 - o alcune proposte hanno riscontrato buon successo grazie anche al fatto che i fruitori sono stati coinvolti fin dall'inizio, diventando così i veri protagonisti dell'esperienza (p. es. “Movimento e gusto con l'equilibrio giusto” o “Musica con le orecchie”);
 - o solo alcuni progetti sono autenticamente di promozione della salute. Ci riferiamo in special modo a “Rete delle scuole che promuovono la salute” (Radix), “Promozione dei diritti dei bambini” (Pro Juventute), “Star bene a scuola, è possibile?” (DECS) (progetto concluso).
- Proposte preventive rivolte in particolare ai docenti, spesso affetti da “burn-out”, vanno perseguite e ulteriormente sviluppate.
- Il problema dei comportamenti sessuali inappropriati da parte degli allievi e delle risposte da parte degli adulti spesso inadeguate, resta prioritario e trova indicazioni di intervento nel Rapporto GLES³. Il *Forum* auspica che si sappiano trovare precise applicazioni e strategie di implementazione a queste preziose indicazioni operative e settoriali.

Questo ultimo grande tema, sempre di stretta attualità, viene affrontato dal secondo Gruppo di lavoro per l'educazione sessuale nella scuola (GLES2) che ha il compito di

³ Rapporto redatto nel 2006, su mandato del *Forum*, dal Gruppo di lavoro per l'educazione sessuale nella scuola; il documento può essere consultato sul sito del *Forum* alla pagina:

<http://www4.ti.ch/fileadmin/DSS/DSP/FSS/PDF/GLES2006-finale.pdf>

contribuire all'implementazione delle Linee guida per l'educazione sessuale nella scuola⁴. Dalla sua creazione, nel 2009, il gruppo ha lavorato principalmente su 2 assi:

- formazione e aggiornamento docenti
- progetti e materiali didattici.

Nell'anno scolastico appena concluso, una parte importante delle attività e delle risorse del GLES2 sono state impegnate nell'accompagnamento e nella supervisione di una decina di progetti di educazione sessuale che sono stati realizzati in otto scuole medie e in due scuole elementari. La particolarità principale di questi progetti è quella di essere tutti inseriti in un programma più ampio di formazione (aggiornamento) per i docenti, strettamente collegato con la pratica. Si tratta di un progetto pilota sperimentato dal GLES2. Il *Forum* raccomanda di continuare ad investire risorse in questo settore in modo da poter proseguire le sperimentazioni.

In questi quattro anni il *Forum* si è incontrato 2-3 volte all'anno. In ogni riunione sono stati presentati aggiornamenti in merito ad attività cantonali e dell'amministrazione pubblica su temi di competenza del *Forum*. La parte principale della riunione prevedeva ogni volta l'approfondimento di un tema di attualità (priorità e linee guida, bilancio delle attività del *Forum*, analisi dei bisogni della scuola ticinese, prevenzione della violenza giovanile, movimento e attività fisica in Ticino, piano di intervento in caso di arresto cardiaco improvviso, mediazione scolastica, nuove tecnologie, le risorse emotive nella scuola). La seduta si concludeva regolarmente con la presentazione di progetti proposti e realizzati nelle scuole del nostro cantone. In questi quattro anni non vi sono state richieste formali da parte delle Autorità scolastiche al *Forum* che, si ricorda, è un organo unicamente consultivo.

Protagonisti e destinatari della promozione della salute nella scuola

In generale si osserva che i progetti esistenti sono principalmente orientati verso la promozione del benessere degli allievi.

Il *Forum* riconosce l'importanza di questo tipo di progetti e raccomanda di sostenerli e incoraggiarli. Ritiene comunque necessario proporre di fare un ulteriore passo e di orientare azioni concrete volte anche alla promozione del benessere dei docenti. Recenti indagini, svolte non solo a livello ticinese, hanno messo in evidenza l'esistenza di un marcato disagio in questa categoria professionale.

Le ragioni che giustificano queste nuove azioni sono molteplici:

- i docenti sono componenti della scuola tanto quanto gli allievi; vi rimangono più a lungo e quindi contribuiscono in modo più duraturo al benessere della scuola;
- il benessere del docente si riflette su quello dell'allievo: un docente che sta bene avrà maggiore disponibilità e serenità nell'occuparsi dei propri studenti e nell'affrontare eventuali loro disagi;
- la scuola, per docenti e direttori, è un luogo di lavoro e promuovere la salute sul posto di lavoro, oltre ad essere un obiettivo cantonale, rappresenta anche uno degli assi di intervento principale di Promozione Salute Svizzera (Salute psichica e stress);

⁴ Le linee guida dipartimentali (DECS 2008) sono state estrapolate dal Rapporto GLES (2006); sono consultabili sul sito Scuoladecs all'indirizzo:

http://www4.ti.ch/fileadmin/DECS/DS/CDC/SCUOLADECS/Educazione/Linee_guida_educuzione_sessuale_nelle_scuole_%20ott_2008.pdf

- occorre rendersi conto della complessità e dell'importanza del ruolo degli operatori scolastici e offrire loro un sostegno professionale per affrontare le situazioni difficili.

Ci si rende conto di come sia ancora molto difficile parlare di promozione della salute e prevenzione a livello di docenti. E' comunque importante considerare che una sede o un docente per stare bene devono saper riconoscere le difficoltà presenti nell'istituto e affrontarle per tempo cercando e attivando le risorse necessarie.

Il *Forum* non può sottacere il tema della promozione della salute dei docenti, nell'ottica di contribuire a riequilibrare le strategie e gli interventi anche a favore di questa componente scolastica.

Coerentemente con queste riflessioni, il *Forum* ha contribuito attivamente all'organizzazione del convegno cantonale "La promozione della salute nella scuola" che si terrà il 19 agosto 2011. Diversi interventi dei relatori presenti alla giornata sono orientati volutamente alla promozione della salute dei docenti. Le numerose iscrizioni lasciano supporre un'apertura e un interesse al tema.

Definizione degli ambiti di intervento

Dimensione teorica

Per le sue modalità operative, il Forum fa specifico riferimento ad alcuni aspetti generali interenti la salute, presentati nella *CARTA per la promozione della salute nella scuola in Ticino*.

"La promozione della salute nella scuola

(come nella società) è un processo che deve favorire la partecipazione di tutti gli individui – da soli e in gruppo – e rafforzarne l'autonomia, la responsabilità e il reciproco sostegno, garantendo nel contempo giustizia ed equità.

La promozione della salute mira a rafforzare la capacità degli individui di agire – da soli o con gli altri - per mantenere e migliorare la propria salute, permettendo loro di acquisire motivazione, conoscenze, competenze e consapevolezza." (...)

*"La **promozione della salute** è trasversale alle singole discipline (materie) ed è presente in ogni atto educativo e in ogni interazione nel vissuto quotidiano della scuola. Essa necessita, inoltre di momenti di tematizzazione specifica che devono essere inseriti in un progetto condiviso e coerente." (...)*

"La scuola agisce sui determinanti di sua pertinenza per diventare progressivamente luogo dove:

- *ci sia convivialità, benessere e partecipazione;*
- *ci siano tempi e spazi per l'ascolto e la relazione;*
- *siano riconosciute e valorizzate le risorse e le competenze di ognuno;*
- *siano incentivate e sviluppate risorse collettive per l'analisi e la soluzione dei problemi;*
- *i fattori di rischio siano identificati, affrontati e , se possibile, ridotti;*
- *gli individui possano dare il meglio di sé.*

Si è consapevoli che questa descrizione rappresenta un punto d'arrivo e che le dinamiche interne alla scuola sono pure contraddistinte da possibili contrasti, conflittualità, incoerenze, ecc."

(da: "CARTA della promozione della salute nella scuola in Ticino" Forum per la promozione della salute nella scuola, Bellinzona, giugno 2005).

Questi orientamenti premettono di articolare le riflessioni attorno alle diverse dimensioni che riguardano la qualità di vita a scuola.

Dimensione individuale

Per agire su questi fattori, occorre migliorare le competenze individuali e sociali dei diversi attori scolastici. In questo senso sono già stati messi in atto diversi interventi, progetti ed azioni, che il *Forum* ovviamente sostiene ed incoraggia, volti ad aumentare le risorse degli allievi.

Si vorrebbe che si facesse qualcosa di più per quanto attiene alle risorse umane dei docenti. Da esperienze sul territorio, suffragate anche da indagini più teoriche, sembra emergere un loro dichiarato bisogno di sostegno. Identità e ruolo degli insegnanti sono messi in crisi da richieste sempre più eterogenee e apparentemente estranee alla professione. In particolare manca un largo consenso sulla concezione del ruolo dell'insegnante che, per taluni, non è più circoscritto all'insegnamento di una materia, ma comprende anche l'educazione, la socializzazione degli allievi e, spesso, anche la gestione dei loro problemi personali.

Dimensione sociale

In questo ambito sono considerati i diversi aspetti del vivere insieme: le relazioni e le comunicazioni tra le diverse componenti della scuola, dei diversi attori tra di loro, ma anche tra la scuola e l'ambiente circostante.

Il *Forum* ha già avuto modo di sottolineare, a più riprese, l'importanza del ruolo del docente di classe, della buona gestione dell'ora di classe (in particolare nella scuola media) e degli spazi pedagogici concessi dal monte-ore. Sono elementi che permettono di ricavare uno spazio ufficiale sia per la gestione delle relazioni, sia per la riflessione, l'approfondimento e la ricerca di possibilità di miglioramento. Per gli allievi e per i docenti l'ora di classe dovrebbe essere anche uno spazio privilegiato in cui promuovere condizioni e dinamiche favorevoli alla promozione della salute.

Vale certamente la pena rilevare come non tutti i docenti si sentano preparati ad affrontare temi legati al benessere e alle relazioni sociali. Al momento dell'assunzione non vengono loro richieste particolari competenze in questo ambito. Questo tipo di preparazione non può nemmeno essere garantita una volta per tutte all'inizio della formazione, ma è il risultato di un processo di apprendimento costante, a diretto contatto con gli allievi e con le problematiche da loro suscitate.

Nell'ambito della promozione della salute, sia i docenti, sia i quadri scolastici in generale, denotano spesso mancanza di formazione specifica, e senza una preparazione adeguata, è difficile andare oltre iniziative sporadiche e occasionali. Diverse ricerche hanno infatti mostrato l'influenza della formazione dei docenti sul loro coinvolgimento in attività e progetti di educazione e di promozione della salute.

E' importante rilevare anche le sempre crescenti difficoltà vissute dai **genitori** che si sentono spesso soli e con pochi punti di riferimento solidi nell'esercizio del proprio compito educativo.

Dimensione ambientale

Questo aspetto comprende il contesto fisico scolastico: aule, spazi, localizzazione della scuola, infrastrutture più generali, organizzazione dei servizi, ecc..

Se è vero che una delle principali componenti del benessere a scuola è il clima d'istituto, fisico ed emotivo, anche gli spazi a disposizione e l'ambiente architettonico, dato da luce, colori, materiali, suoni, hanno la propria importanza e influenzano il clima scolastico sia

per gli allievi, sia per gli insegnanti. Sovraffollamenti in spazi ridotti e/o troppo rumorosi costituiscono fattori aggiuntivi di stress.

Auspici per la stesura delle linee guida quadriennio 2011-2015

La promozione della salute:

- deve costituire esplicitamente uno degli obiettivi della scuola
 - o perché è un diritto delle sue componenti di stare e sentirsi bene;
 - o perché rappresenta un mezzo per ottenere un miglioramento delle condizioni di insegnamento/apprendimento;
 - o perché permette una maggiore efficienza ed efficacia del sistema scuola.
- deve essere una dimensione integrata nella vita d'istituto e va completata da azioni di educazione alla salute e di prevenzione che si esprimono con iniziative di istituto o di classe su temi specifici (alimentazione, rispetto degli altri, educazione sessuale, ecc.).

La prevenzione dei problemi specifici e la presa a carico delle situazioni conclamate sono strettamente complementari.

Il *Forum* raccomanda caldamente di continuare ad impegnarsi prioritariamente nell'implementazione delle linee guida definite in ambito di educazione sessuale nella scuola (Rapporto GLES), attraverso una chiara strategia operativa.

Raccomandazioni

A. per i progetti

Si raccomanda di:

- favorire il coordinamento dei diversi progetti e il loro modo di integrarsi in un concetto più ampio di promozione della salute nella scuola;
- sostenere soprattutto i progetti più completi nell'ottica della promozione del benessere e che coinvolgono tutte le componenti scolastiche: autorità, direzione, docenti, genitori e allievi;
- mantenere e potenziare i progetti che, anche partendo da un problema specifico, hanno una modalità d'approccio molto ampia portando, le riflessioni su importanti aspetti di promozione della salute e considerando così il disagio quale centro del problema;

B. per gli istituti

- formulare degli indirizzi chiari agli Istituti, precisando la necessità di:
 - o promuovere iniziative volte a migliorare il clima d'Istituto;
 - o realizzare attività di prevenzione sulla base delle indicazioni del *Forum* e della *CARTA della promozione della salute nella scuola in Ticino*;
- stimolare tutti gli istituti scolastici affinché si dotino di un progetto educativo di istituto (PEI) che preveda anche obiettivi (valutabili) di promozione della salute. Nel PEI devono essere definite le priorità dell'istituto e le iniziative che l'istituto intende proporre, anche fra gli adulti, per promuovere il benessere;

- definire, in ogni istituto, un organismo (o una persona di riferimento) incaricato di monitorare la situazione in merito alla promozione della salute e di promuovere iniziative interne.

C. per i docenti

- valorizzare l'importanza del ruolo del docente di classe attraverso le modalità più adeguate;
- favorire la possibilità per i docenti che lo desiderano di ricorrere a percorsi di consulenza o di supervisione con esperti esterni alla scuola;
- favorire i percorsi di promozione della salute nella scuola nel corso della formazione di base e continua dei docenti ed esplicitare questo concetto nei loro compiti educativi;
- sviluppare la formazione e il sostegno per i direttori d'istituto e introdurre nella loro formazione il concetto di promozione della salute nella scuola, favorendo anche le opportunità di consulenza o di supervisione ai direttori;
- introdurre il concetto di promozione della salute anche nella preparazione di altri quadri scolastici (esperti, ispettori, capigruppo).

D. per i genitori

- sostenere le offerte formative per i genitori, in modo particolare tramite la CCG (Conferenza Cantonale dei Genitori) e le Assemblee dei genitori;
- favorire la comunicazione tra la scuola e i genitori in un confronto positivo costruttivo.

E. per le strutture

- In caso di sedi in costruzione o in fase di ristrutturazione, il *Forum* raccomanda che siano rispettati gli spazi fisici ed emotivi di ognuno prevedendo criteri di valutazione d'impatto sulla salute (VIS) nell'analisi dei progetti in concorso.

Auspici politici di legislatura 2011-2015

Il *Forum* evidenzia alcune misure che dovrebbero essere sviluppate e realizzate attraverso progetti pilota:

- continuare a favorire e a sostenere l'implementazione delle linee guida in materia di educazione sessuale nella scuola elaborate dal GLES;
- dare continuità operativa alle linee guida definite nel 2003 con il documento *Consumo e abuso di sostanze che creano dipendenza. Compiti e responsabilità della scuola* affinché continuino ad essere un punto di riferimento aggiornato per i docenti e per altri operatori scolastici;
- valorizzare l'importanza del ruolo del docente di classe;
- offrire consulenza e supervisione ai docenti;
- introdurre il concetto di promozione della salute nella formazione dei docenti e dei direttori;
- monitorare le iniziative di promozione della salute nella scuola.

Conclusione

I membri del *Forum* sono persuasi dell'importanza della promozione della salute nella scuola come strumento di crescita individuale e sociale. Continueranno ad operare con impegno, tenendo ben presente la *CARTA della promozione della salute nella scuola*, per la piena applicazione di questo strumento. Sono infine disposti a collaborare per la rielaborazione e l'avanzamento operativo delle misure proposte, fermo restando che le stesse debbano comunque essere assunte dagli Uffici, dagli Enti e dalle associazioni competenti.