

PROMOZIONE DELLA SALUTE NELLA SCUOLA

LINEE GUIDA PER IL QUADRIENNIO 2016-2019

Introduzione

Il *Forum* per la promozione della salute nella scuola (*Forum*) adotta ogni 4 anni delle *Linee Guida* allo scopo di definire le sue strategie operative e indirizzare la sua attività nel quadriennio a seguire.

Nell'attuale documento si definiscono principi, strategie e priorità per il quadriennio 2016-2019, facendo riferimento alle *Linee Guida* dei precedenti quadrienni e alla *CARTA della promozione della salute nella scuola in Ticino (Carta)*, redatta dal *Forum* nel 2005 e rivista nel 2015.

La salute è la capacità di adattamento, d'interazione e di autogestione delle persone e delle comunità di fronte alle sfide sociali, fisiche ed emotive poste dall'ambiente e dalle condizioni di vita.

Attraverso l'acquisizione di motivazione, conoscenze, competenze e consapevolezza, **la promozione della salute** mira a rafforzare la capacità delle persone e delle collettività, di agire – da soli e / o con gli altri – per sviluppare, mantenere e migliorare la propria salute e creare ambienti favorevoli. La promozione della salute 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 nella scuola è trasversale alle singole discipline (materie) ed è presente in ogni atto educativo e in ogni interazione nel vissuto quotidiano della scuola.

È su questi principi, contenuti nella versione aggiornata della *CARTA*, che il *Forum* definisce le sue linee guida quadriennali con l'intento di:

- tradurre in proposte concrete quanto contenuto nella *CARTA*;
- delineare delle priorità per il quadriennio.

La scuola è oggi confrontata con i problemi sociali di una società complessa e multiculturale ed è chiamata a dare risposte concrete a questioni molto diversificate (forme di violenza, comportamenti alimentari scorretti, mancanza di movimento, consumo di sostanze psicoattive, comportamenti sessuali inappropriati, uso/abuso delle nuove tecnologie di comunicazione, gioco d'azzardo, risposte troppo spesso inadeguate del mondo degli adulti, disagi e *burn-out* dei docenti) che spesso sono però solo indizi di altri disagi meno visibili.

L'istituzione scuola compie senza dubbio notevoli sforzi per promuovere la salute delle proprie componenti. Molti sono gli esempi che mostrano con quanto impegno i diversi istituti scolastici hanno promosso e portato avanti progetti e azioni nell'ambito della promozione della salute (prevenzione, promozione ed educazione della salute). Al di là di situazioni specifiche, la promozione della salute nelle scuole si realizza però pienamente e in modo estremamente efficace nella coerenza dell'attività quotidiana di ogni istituto e nella qualità del clima di lavoro che si è riusciti ad instaurare. Le riflessioni e le attività del *Forum* servono anche a collaborare con le Autorità scolastiche nel sostenere la scuola in questo suo impegno.

Situazione attuale

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. Sono stati presi in considerazione unicamente quelli portati a conoscenza dei membri del *Forum*, ben coscienti che ne esistono altri sicuramente altrettanto validi.

Dalla situazione attuale emergono i seguenti punti:

1. 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:
 - 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;
 - 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.
2. Proposte preventive rivolte alla promozione della salute e del benessere dei docenti oppure indirizzate a docenti che si trovano in situazioni di disagio o difficoltà (come ad esempio il progetto Linea) vanno perseguite e ulteriormente sviluppate.
3. Nel frattempo, dando seguito a una proposta del *Forum*, è stato istituito un gruppo di lavoro interdipartimentale per la valutazione di progetti nell'ambito della salute e del benessere nelle scuole, allo scopo di emettere un preavviso all'indirizzo del DECS sulla qualità di nuovi progetti da proporre nelle scuole.

Il *Forum* si incontra di regola due volte l'anno. In ogni riunione si presentano aggiornamenti in merito ad attività cantonali e dell'amministrazione pubblica su temi di competenza del *Forum*. La parte principale delle riunioni prevede inoltre l'approfondimento di un tema di attualità nell'ambito della promozione della salute. Le sedute si concludono regolarmente con la presentazione di progetti proposti e realizzati nelle scuole del nostro cantone e di ricerche svolte in altri cantoni svizzeri.

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 prevedere/orientare ulteriori azioni volte alla promozione del benessere dei docenti, delle direzioni e degli operatori scolastici. Recenti indagini, svolte non solo a livello ticinese, hanno messo in evidenza l'esistenza di situazioni di disagio in questa categoria professionale: al *Forum* sono stati ad esempio presentati i risultati di ricerche condotte nella Svizzera tedesca sulle possibili forme di disagio dei docenti e delle direzioni scolastiche.

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);
- 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 si incontrino tuttora difficoltà a parlare di promozione della salute e prevenzione rivolte a docenti, operatori e quadri scolastici. E' comunque importante considerare che una sede o un docente per stare bene devono saper riconoscere le proprie difficoltà e quelle presenti nell'istituto e affrontarle per tempo cercando/attivando le risorse necessarie.

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

Definizione degli ambiti di intervento

Dimensione teorica

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

“Attraverso l'acquisizione di motivazione, conoscenze, competenze e consapevolezza, la promozione della salute mira a rafforzare la capacità delle persone e delle collettività, di agire – da soli e / o con gli altri – per sviluppare, mantenere e migliorare la

propria salute e creare ambienti favorevoli.

La promozione della salute 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 nella scuola 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.

All'approccio trasversale deve essere assicurata una continuità nel tempo concordata fra le diverse materie e i docenti interessati.

L'azione della scuola ha dei limiti ed è comunque condizionata da fattori esterni sui quali non le è possibile intervenire direttamente.

Una cultura della promozione della salute nella scuola, condivisa dall'insieme degli attori, facilita interventi di prevenzione e protezione più specifici, in funzione dei bisogni esistenti o di quelli emergenti.

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.”

Questi orientamenti permettono 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 e 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. 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 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. Il docente, nella sua azione quotidiana e nel suo rapporto con gli allievi, offre inoltre un modello educativo che può influenzare fortemente le scelte e la crescita dell'allievo.

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. Ogni docente deve però essere ben consapevole di come il suo modo di porsi e di agire abbia un forte impatto sugli allievi: nessun insegnante può venir meno a questa responsabilità che, ovviamente, ha forti ricadute nell'ambito 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; senza una preparazione adeguata è però 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 promozione della salute.

E' anche importante rilevare 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; a questa realtà occorre contrapporre la costante ricerca di un'alleanza pedagogica tra docenti e genitori.

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 ad esempio fattori aggiuntivi di stress.

Raccomandazioni per la promozione della salute nella scuola

La promozione della salute:

- deve costituire esplicitamente uno degli obiettivi della scuola
 - perché stare e sentirsi bene è un diritto delle sue componenti ;
 - perché rappresenta un mezzo per ottenere un miglioramento delle condizioni di insegnamento/apprendimento;
 - 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.

Per garantire efficacia e qualità ai progetti è necessario

- favorire il coordinamento dei diversi progetti, in particolare tra i vari ordini di scuola, e la loro integrazione in un concetto più ampio di promozione della salute;
- sostenere i progetti che prevedono un coinvolgimento diretto delle diverse componenti scolastiche;
- mantenere e potenziare i progetti che, anche partendo da un problema specifico, hanno una modalità d'approccio più ampia con delle riflessioni che permettano di contestualizzare il problema in un'ottica generale di promozione della salute.

Gli istituti, tramite le Direzioni, sono invitati a

- formulare degli indirizzi chiari che facilitino:
 - la promozione di iniziative volte a migliorare il clima d'Istituto;
 - la realizzazione di attività di prevenzione sulla base delle indicazioni del *Forum* e della *CARTA della promozione della salute nella scuola in Ticino*;
- includere nei progetti educativi degli obiettivi di promozione del benessere e della salute in generale;
- valorizzare il ruolo del docente di classe, sottolineando l'importanza del suo contributo per la promozione della salute e del benessere;
- esplicitare che la promozione della salute è parte integrante dei compiti educativi di ogni docente, oltre a figurare nel nuovo Piano di studio della scuola dell'obbligo;
- favorire l'istituzione di figure/organi di riferimento per la promozione della salute

all'interno degli istituti (valorizzando per esempio il ruolo del docente di classe in questo ambito);

- favorire un confronto costruttivo tra la scuola e i genitori sui temi della salute.

Per favorire una cultura della promozione della salute nella scuola è importante che gli uffici dell'insegnamento e della formazione favoriscano

- la possibilità per i docenti che lo desiderano di ricorrere a percorsi di consulenza o di supervisione con esperti esterni alla scuola;
- la formazione e il sostegno per i direttori d'istituto e introducano nella loro formazione il concetto di promozione della salute nella scuola, favorendo anche le opportunità di consulenza o di supervisione ai direttori.

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.

Per il quadriennio 2016/19 si possono identificare le seguenti priorità:

- rafforzare il coordinamento, la raccolta/diffusione di buone pratiche coerenti con le linee guida negli interventi di promozione della salute;
- garantire la qualità dei progetti con l'aiuto del gruppo di lavoro istituito per la valutazione dei progetti nell'ambito della salute e del benessere nelle scuole;
- favorire la promozione della salute dei docenti, delle direzioni e degli operatori scolastici;
- favorire i percorsi di promozione della salute nella scuola nel corso della formazione di base e continua dei docenti;
- in occasione della costruzione o ristrutturazione di edifici scolastici, il *Forum* raccomanda di considerare in fase di progettazione la relazione tra spazi architettonici, benessere e salute (tenendo per esempio conto di criteri di valutazione d'impatto sulla salute o delle proposte formulate a proposito degli spazi educativi dal progetto di riforma della scuola dell'obbligo *La scuola che verrà*).

Il *Forum* e il comitato in particolare sono disponibili a collaborare con gli Uffici, gli Enti e le associazioni competenti, per la rielaborazione e l'avanzamento operativo delle raccomandazioni:

- tramite il gruppo di lavoro istituito per la valutazione dei progetti nell'ambito della salute e del benessere nelle scuole, assicurando all'autorità dell'istituto e

cantonale un supporto per valutare e garantire la qualità delle molte proposte che giungono in dipartimento, offrendo anche alle direzioni dei singoli istituti un giudizio affidabile sulla qualità dei progetti proposti;

- con la diffusione della versione aggiornata della *CARTA per la promozione della salute nella scuola in Ticino*;
- attraverso degli incontri informativi con gli organi scolastici;
- sostenendo l'implementazione del progetto di educazione alla sessualità e all'affettività nella scuola portato avanti dal GLES, assicurando che esso sia inserito nella promozione della salute a scuola.