

# Raccomandazioni a sostegno della salute degli insegnanti\*

Ambiti di intervento per le autorità, le direzioni scolastiche e gli insegnanti

## La salute favorisce l'educazione

Le conoscenze teoriche confermano le esperienze pratiche: i problemi di salute dei docenti (e delle direzioni scolastiche) non dipendono solo dalle problematiche individuali, ma anche dalle esigenze e dal contesto professionale.\*\*

Gli interventi orientati alla promozione della salute dei docenti favoriscono la salute mentale e il benessere di tutti gli attori scolastici (personale e allievi).

Questi interventi rafforzano l'efficienza e la qualità della scuola.<sup>2</sup>

## Ottenere risultati

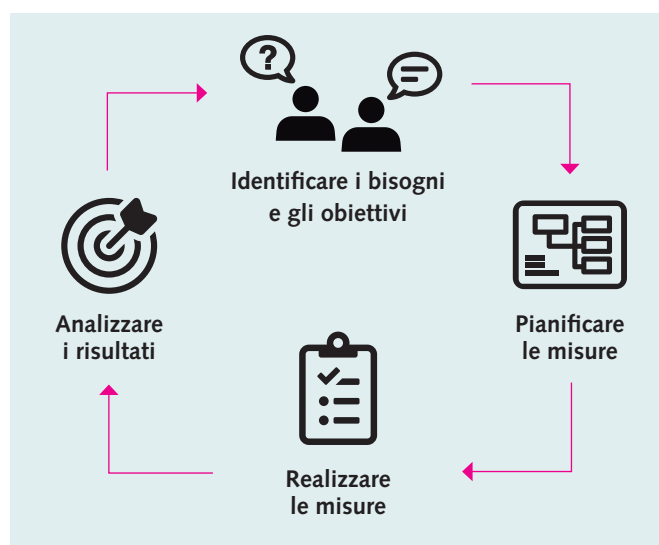
Le scuole sono coinvolte nella promozione della salute dei docenti a vari livelli. È indispensabile dapprima identificare e analizzare i bisogni e gli obiettivi da perseguire. In seguito occorre progettare delle azioni concrete e adeguate al contesto, le quali devono essere costantemente valutate e adattate in funzione del loro impatto.

Il sostegno e l'accompagnamento di un servizio esterno si sono rivelati fattori chiave di riuscita.

La promozione della salute è parte integrante del Progetto Educativo di Istituto (PEI) e si applica nella quotidianità.

Le possibili implicazioni sulla salute dei docenti, conseguenti ai processi avvenuti o in atto e alle decisioni prese all'interno di un istituto, devono pertanto essere tenute in considerazione. Un impegno chiaro da parte delle autorità, come la messa a disposizione di sufficienti risorse umane e finanziarie, costituisce una garanzia di successo. Una conduzione capace di integrare le dimensioni gestionali e quelle emotive (per esempio attraverso la partecipazione attiva, l'ascolto e

il sostegno individuali, la comunicazione, l'equità, la definizione dei ruoli, la condivisione degli obiettivi e delle prospettive) così come la cooperazione tra docenti e direzione sono dei fattori di riuscita.<sup>1,2</sup>



## Responsabilità condivisa

Il datore di lavoro è giuridicamente vincolato dall'assunzione di responsabilità in materia di protezione della sicurezza e della salute sul posto di lavoro, inclusa quella psichica.

Per favorire la lettura del testo, le misure volte alla riduzione dello stress e alla promozione delle risorse dei docenti sono

state suddivise in diversi ambiti di intervento, i cui confini non sono però sempre chiaramente delineati, ma possono sovrapporsi e influenzarsi reciprocamente.<sup>4,5</sup>

\* Molte delle raccomandazioni possono essere utili a tutto il personale della scuola.

\*\* In questo documento l'uso del genere maschile è usato quale forma neutra per non appesantire la lettura.

**Ambiti di intervento**

**Autorità**

**Direzioni scolastiche**

**Insegnanti**

### Gestione della salute nell'organizzazione scolastica

Le autorità conoscono le basi giuridiche in materia di salute e di sicurezza sul posto di lavoro e assumono la propria responsabilità come datori di lavoro. (p. es.: allestimento degli spazi, fornitura di materiali adeguati, rumore, qualità dell'aria)

Le autorità preposte assicurano una leadership che favorisce la salute. (riconoscimento, partecipazione, sostegno, fiducia, ...)

Per sostenere la promozione della salute del personale sono stanziate, in ogni sede scolastica, le necessarie risorse umane e finanziarie con un mandato chiaro in questo ambito.

Un servizio di ascolto e di sostegno indipendente (cantonale) è a disposizione degli insegnanti che lo desiderano.

### Organizzazione del lavoro, pianificazione delle risorse

L'introduzione di nuovi compiti rispetto al carico di lavoro abituale degli insegnanti va valutata in relazione alle risorse disponibili, prevedendo eventualmente l'attribuzione di risorse (umane e finanziarie) supplementari o una riduzione di altri compiti.

### Accompagnamento al cambiamento

L'introduzione di riforme è accompagnata da un'informazione chiara e dalla messa a disposizione di adeguate risorse materiali, finanziarie e umane. (p. es. persona di riferimento o supporto, supervisione alle direzioni scolastiche)

### Rafforzamento delle competenze e delle risorse nell'ambito della promozione della salute

L'autorità competente attribuisce alla direzione scolastica il mandato di rafforzare le competenze e le risorse del personale scolastico nell'ambito della promozione della salute. (p. es.: formazione continua, empowerment dell'équipe, ...)

### Rafforzamento del clima scolastico e di relazioni sociali positive

Il rafforzamento di un clima scolastico positivo è parte integrante del progetto di ogni istituto.

### Affrontare le situazioni complesse

Direzioni e insegnanti beneficiano di sostegno e di risorse specifiche (individuali e collettive) per affrontare le situazioni critiche.

La salute dei docenti è una dimensione ancorata negli orientamenti fondamentali della sede scolastica. (p. es.: linee guida, scelte operative, PEI, ...)

Le direzioni assumono una leadership costruttiva e responsabile. (p. es.: partecipazione attiva, sostegno individuale ai collaboratori, comunicazione, equità nel trattamento, condivisione di obiettivi e prospettive comuni, promozione della formazione continua, ...)

Il compito di occuparsi della promozione della salute nel proprio istituto è affidato a una persona, provvista di competenze e risorse appropriate, all'interno della scuola. (p. es.: sostegno alla direzione, comunicazione, sviluppo e implementazione delle misure)

La direzione dell'istituto garantisce il sostegno alla salute dei docenti attraverso verifiche periodiche dello stato delle risorse, del sovraccarico e della soddisfazione professionale, (fistituzione di una commissione promozione della salute, disponibilità di strumenti adeguati e consulenza di esperti, intervento precoce di fronte a segnali di malessere professionale)

Nel caso in cui le risorse di personale fossero ritenute insufficienti ad assumere nuovi compiti, è da prevedere la riduzione di altri incarichi o l'attribuzione di risorse supplementari.

Gli orari, le attività, l'attribuzione delle classi e le risorse disponibili a livello scolastico sono assegnati in modo equo e trasparente, tenendo conto delle specificità del lavoro a tempo parziale. Il carico amministrativo viene mantenuto il più possibile contenuto oppure delegato ad altri. (p. es.: risorse di tempo e di spazio, griglie orarie, appoggio scolastico)

Il lavoro in gruppo, la collaborazione e il sostegno reciproco sono incoraggiati e sostenuti. (p. es.: disponibilità di tempo e spazio, attività di team building, partecipazione a formazioni continue, colloqui con i docenti)

Sono predisposti spazi di distensione tranquilli, in cui non vi sia contatto con gli allievi.

Gli insegnanti sono coinvolti nei processi di riforma offrendo il loro contributo alla riflessione. Ogni cambiamento è pianificato e realizzato tenendo in considerazione le implicazioni e l'impatto che esso può avere sulla salute dei docenti.

Per una gestione efficace dei cambiamenti è importante considerare le esigenze degli insegnanti e predisporre il necessario sostegno.

Per far fronte ai cambiamenti nell'ambiente scolastico e per rafforzare le competenze degli insegnanti viene sostenuta e valorizzata la formazione continua. (in collaborazione con gli istituti preposti)

Il Consiglio di direzione promuove al suo interno un'attitudine favorevole alla salute. (p. es.: brevi pause, attenzione verso di sé e gli altri)

Gli interventi orientati al sostegno sociale sono parte integrante del vissuto quotidiano. (p. es.: sostegno a colleghi in difficoltà, condivisioni regolari su tematiche quali lo stress sul lavoro, scambio di documentazione e materiale, apprezzamento e riconoscimento tra colleghi)

La tutela degli equilibri tra vita privata e professionale viene regolarmente presa in esame. (p. es.: attraverso atelier di sensibilizzazione, formazione continua, gestione del tempo, dello stress, delle riunioni d'équipe, colloqui di bilancio annuali)

Le direzioni scolastiche incoraggiano relazioni positive tra le diverse componenti della scuola. (partecipazione, riconoscimento, valorizzazione, sostegno reciproco)

I conflitti con gli insegnanti sono affrontati tempestivamente adottando un approccio orientato alle soluzioni.

Successi e obiettivi raggiunti costituiscono occasioni propizie per mettere in evidenza il risultato degli sforzi comuni.

La formazione continua e lo scambio di esperienze tra docenti sulla gestione della classe sono favoriti e sostenuti in quanto strumenti di prevenzione.

Di fronte a circostanze difficili nella gestione di situazioni complesse con allievi e genitori, gli insegnanti sono sostenuti dalla Direzione (aiuto nella gestione delle relazioni con gli allievi e le famiglie e sostegno specifico all'insegnante).

Gli insegnanti sono corresponsabili della propria salute, collaborano alla definizione dei processi e delle attività e all'implementazione delle misure volte alla promozione della salute

Gli insegnanti prestano attenzione alle proprie risorse. Di fronte a una situazione problematica si attivano tempestivamente per discuterne con la Direzione o con uno specialista. Gli insegnanti si confrontano con colleghi e direzione sulle tematiche riguardanti il loro benessere e l'equilibrio tra vita privata e vita lavorativa.

Le competenze acquisite sul campo sostengono gli insegnanti nell'affrontare con fiducia le nuove sfide.

Gli insegnanti sfruttano attivamente le opportunità a loro disposizione per ridurre lo stress e rafforzare le loro risorse. (ad esempio collaborando con i colleghi sulla base di una ripartizione del lavoro, sostenendosi reciprocamente, partecipando a una formazione continua mirata)

Gli insegnanti affrontano tempestivamente i conflitti e contribuiscono attivamente alla ricerca di soluzioni.

Gli insegnanti sono consapevoli della possibilità di trovarsi confrontati con i propri limiti. Mantengono uno scambio solidale e considerano come un punto di forza la possibilità di chiedere aiuto precocemente.



## Fonti

<sup>1</sup> Sandmeier, A. & Mühlhausen, J. (2020). Was hält Lehrpersonen in der Schule? (WahLiS-Studie). Belastungen und Ressourcen auf Schulebene. Zenodo.  
→ Disponibile sur: [doi.org/10.5281/zenodo.3595206](https://doi.org/10.5281/zenodo.3595206)

Kunz Heim, D., Sandmeier, A. & Krause, A. (2014). Negative Beanspruchungsfolgen bei Schweizer Lehrpersonen. Beiträge zur Lehrerinnen- und Lehrerbildung, 32(2), 280–295.

<sup>2</sup> Achermann Fawcett, E., Keller, R. & Gabola, P. (2018). Importance de la santé des directrices et directeurs d'écoles et des enseignant-e-s pour la santé et la réussite scolaire des élèves. Zurich et Lausanne: Pädagogische Hochschule Zürich et Haute école pédagogique Vaud.  
→ L'argumentaire « La santé renforce l'éducation » est disponible sur: [www.radix.ch/PSE/La-sante-renforce-l'education/Plqib/?lang=fr](http://www.radix.ch/PSE/La-sante-renforce-l'education/Plqib/?lang=fr)

<sup>3</sup> Schoch, S. & Keller, R. (2017). Evaluation S-Tool in Schulen. Ein Pilotprojekt in der Deutschschweiz, Schlussbericht zuhanden von Gesundheitsförderung Schweiz. Zürich: Pädagogische Hochschule Zürich.

→ La *Feuille d'information* 28 de Promotion Santé Suisse est disponible sur: [promotionsante.ch/gestion-de-la-sante-en-entreprise/instruments-et-services/ecole-en-action.html](https://promotionsante.ch/gestion-de-la-sante-en-entreprise/instruments-et-services/ecole-en-action.html)

<sup>4</sup> Blossfeld, H. et al. (2014). Psychische Belastungen und Burnout beim Bildungspersonal. Empfehlungen zur Kompetenz- und Organisationsentwicklung. Munster: Waxmann.

<sup>5</sup> Kunz Heim, D. et al. (2015). Dossier sur la protection et la promotion de la santé des enseignants. Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH (Hrsg.).  
→ Disponible sur: [www.bildungundgesundheit.ch/app/download/14606731024/170818\\_Dok\\_zum\\_Schutz\\_der\\_Gesundheit\\_von\\_Lehrpersonen\\_word\\_FR.pdf?t=1503655592](http://www.bildungundgesundheit.ch/app/download/14606731024/170818_Dok_zum_Schutz_der_Gesundheit_von_Lehrpersonen_word_FR.pdf?t=1503655592)

Lang, R. & Rybnikova, I. (2014). Aktuelle Führungstheorien und -konzepte. Wiesbaden: Springer Fachmedien.

## Editori



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'interno DFI  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP

 **educazione+  
salute**  
Rete Svizzera

**Alliance**  
  
**PSE**  
Alliance pour la Promotion de la Santé  
des professionnels de l'École

## Redazione

  
**RADIX**

**n|w** Fachhochschule  
Nordwestschweiz



## Collaborazione

  
Verband  
Schulleiterinnen  
und Schulleiter  
Schweiz

  
CLACESO

**LCH** DACHVERBAND  
LEHRERINNEN  
UND LEHRER  
SCHWEIZ

**SYNDICAT DES  
ENSEIGNANTS  
ROMANDS** SER

 **EDK | CDIP | CDPE | CDEP |**  
Schweizerische Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren  
Conférence suisse des directeurs cantonaux de l'instruction publique  
Conferenza svizra dei direttori cantonali della pubblica educazione  
Conferenza svizra dals directurs chantunals da l'educaziun publica

 **éducation21**  
Bildung für Nachhaltige Entwicklung  
Education en vue d'un Développement Durable  
Educazione allo Sviluppo Sostenibile  
Furmaziun per in Svilupp Persistent

 Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

**hep/** haute  
école  
pédagogique  
vaud


**PHBern**  
Pädagogische Hochschule

**PH LUZERN**  
PÄDAGOGISCHE  
HOCHSCHULE

**phsz** **PH** SG

**PH  
ZH** PÄDAGOGISCHE  
HOCHSCHULE  
ZÜRICH

**profil** **Qualité**  
Allianz für Schulqualität  
Alliance pour la qualité à l'école

 **réseau d'écoles21**  
réseau suisse d'écoles  
en santé et durables

**ZEPRA** PRÉVENTION  
UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG

© Giugno 2020

### Informazioni

Forum per la promozione della salute nella scuola  
c/o Scuola media di Riva San Vitale  
6826 Riva San Vitale

tel. +41 91 816 47 11  
[forumsalutescuola@ti.ch](mailto:forumsalutescuola@ti.ch)