

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 16 - numero 3294 di mercoledì 09 aprile 2014

Scuola: stress, burnout e identikit dell'insegnante a rischio

Disponibile in rete un documento che si sofferma sui rischi del personale docente di sviluppare patologie psichiatriche. L'identikit dell'insegnante a rischio, i sintomi del burnout, i fattori di rischio psicosociale e di rischio stress.

Gravellona Toce (VB), 9 Apr ? Secondo alcune ricerche la categoria dei **docenti nella scuola** risulta **particolarmente esposta al rischio di sviluppare patologie psichiatriche**.

Di fronte a questi risultati è evidente quanto sia rilevante una idonea valutazione del rischio stress lavoro correlato e dei rischi psicosociali nella scuola.

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[AC6001 ?#>

Torniamo a parlare di stress nel mondo della scuola in relazione a quanto contenuto in un documento, pubblicato sul sito dell' I.C. Gravellona Toce, dal titolo **"Personale scolastico - formazione sui temi della sicurezza - rischi psicosociali e stress lavoro-correlato"**.

A proposito di patologie psichiatriche e di burnout, il documento riprende alcune indicazioni tratte dal volume **"Scuola di follia"** di V. Lodolo D'Oria che ricordano come in Italia la "famiglia educa sempre meno e delega sempre più la scuola: cioè gli insegnanti". Tuttavia i genitori se riconoscono la difficoltà e la fatica del proprio essere educatori, "la negano ai precettori dei propri figli". E gli stessi insegnanti non si rendono conto che il loro mestiere comporta il logoramento psicofisico: **"chi educa e insegna spende, nel bene o nel male, un mare di energie e di conseguenza, a seconda delle risorse personali e delle capacità di gestirle, ciascuno può andare dapprima incontro a situazioni di stress**, ed in seguito, passando attraverso il burnout, scivolare nella psicopatologia".

Nel documento che presentiamo si ricorda che con il termine **"rischi psicosociali"** si può intendere "l'insieme delle variabili organizzative, gestionali, ambientali e relazionali che possono causare un danno psicologico, sociale o fisico alle persone" (Cox & Rial-Gonzales, 2002). E tali rischi possono "determinare effetti negativi in termini di efficienza e di immagine a livello organizzativo, economico, sociale e ambientale" (De Carlo, Falco & Siragusa, 2008).

Sono riportati alcuni **fattori di rischio psicosociale**:

- **aspetti ambientali**: rumorosità; vibrazioni; variazioni di temperatura, ventilazione, umidità; carenze nell'igiene ambientale;
- **caratteristiche del lavoro**: a) **contesto del lavoro** (funzione e cultura organizzativa; ruolo nell'organizzazione; sviluppo di carriera; modalità di presa di decisione, stili di gestione e di controllo; relazioni interpersonali; mobilità e trasferimenti; equilibrio tra lavoro e vita privata); b) **contenuto del lavoro** (tipo di compito; carico, ritmi e orari di lavoro).

Il documento si sofferma anche sulla definizione e sulla diffusione dello **stress**.

Riguardo a quest'ultimo aspetto si riportano i dati di una **indagine sulle condizioni di salute e di lavoro di lavoratori italiani** (Fondazione Europea di Dublino, 2006):

- Stress 27%;
- Mal di schiena 24%;
- Fatica complessiva 24%;
- Dolori muscolari 23%;
- Mal di testa 17%.

Sono riportati anche i **fattori di rischio riguardo allo stress** con riferimento a:

- **fattori oggettivi:** Organizzazione e processi di lavoro (pianificazione dell'orario di lavoro, grado di autonomia, grado di coincidenza tra esigenze imposte dal lavoro e capacità/conoscenze dei lavoratori, carico di lavoro, ecc.); Condizioni e ambiente di lavoro (esposizione ad un comportamento illecito, al rumore, al calore, a sostanze pericolose, ecc.); La comunicazione (incertezza circa le aspettative riguardo al lavoro, prospettive di occupazione, un futuro cambiamento, ecc.); Fattori soggettivi (pressioni emotive e sociali, sensazione di non poter far fronte alla situazione, percezione di una mancanza di aiuto, ...);

- **fattori soggettivi:** Percezione soggettiva di stress (distress psichico); Manifestazioni emotive (ansia, tensione, irritabilità, Insicurezza ...); Manifestazioni cognitive (difficoltà di concentrazione, scarsa memoria ...); Comportamenti disfunzionali (abuso di alcol, tabagismo, farmaci ...); Comportamenti sintomatici di stress (aggressività, fuga, Isolamento ...).

Infine il documento si sofferma sulle **forme "estreme" di disagio negli ambienti di lavoro**, con riferimento al **burnout** e al **mobbing**.

Con il burnout siamo di fronte a una " forma particolare di stress lavorativo, che fa sentire chi ne è colpito senza via d'uscita, 'bruciato', 'consumato dal proprio lavoro'".

Il burnout "colpisce le 'professioni d'aiuto': infermieri, medici, insegnanti, assistenti sociali, poliziotti, operatori di ospedali psichiatrici.

Questi i **sintomi del burnout**:

- "esaurimento emotivo: sensazione di essere svuotato e annullato dal proprio lavoro;
 - spersonalizzazione: atteggiamento di allontanamento e di rifiuto nei confronti degli utenti;
 - ridotta realizzazione personale: percezione della propria inadeguatezza al lavoro, e sentimento di insuccesso nel proprio lavoro;
 - sintomi somatici: senso di stanchezza ed esaurimento, tachicardia, cefalee, nausea, insonnia, ecc.;
 - sintomi psicologici: depressione, bassa stima di sé, senso di colpa, sensazione di fallimento, rabbia e risentimento, alta resistenza ad andare al lavoro ogni giorno, indifferenza, negativismo, isolamento, sospetto e paranoia, rigidità di pensiero e resistenza al cambiamento, cinismo, atteggiamento colpevolizzante nei confronti degli utenti".
- È frequente l'abuso di alcool o di farmaci.

Riportiamo, in merito al rischio di sviluppare patologie psichiatriche, alcuni **tratti caratteristici dell'insegnante a rischio** con riferimento ai risultati di uno studio condotto tra gli insegnanti della provincia di Milano (da cui prende il via il libro di Lodolo D'Oria):

- "anzianità di servizio (superiore ai 20 anni, *"quasi a testimoniare lo stretto legame tra usura psicofisica e insegnamento"*);
- aggressività (verso colleghi, studenti, genitori e dirigente);
- mania di persecuzione (effetto di mobbing riflesso);
- trasferimenti frequenti;
- assenze (con frequenza crescente, per numero e quantità, con l'aggravarsi del quadro psicopatologico);
- accanimento verso eventuali studenti disabili".

Generalmente l'insegnante a rischio: "ha bassa autostima, è costantemente preoccupato e si sente incompreso. Tende ad isolarsi, possiede una vita privata povera di stimoli, manifesta comportamenti ossessivo-compulsivi, a loro volta dettati da un perfezionismo esasperato. È tipicamente ansioso, nevrotico, impulsivo, litigioso, ambizioso, incapace a mediare, aggressivo, ostile, idealista e con una forte componente onirica, che lo sgancia dalla realtà".

Infine ricordiamo che il documento si sofferma anche sulla valutazione del rischio stress e sul **Benessere Organizzativo**.

In particolare il benessere organizzativo è inteso come "la capacità di un'organizzazione di promuovere e mantenere il benessere fisico, psicologico e sociale dei lavoratori. Un costrutto multidimensionale, determinato e influenzato da diversi fattori, sia a livello individuale e di gruppo, sia organizzativo".

" Personale scolastico - formazione sui temi della sicurezza - rischi psicosociali e stress lavoro-correlato", IC Gravellona Toce - Sistema di Riferimento Veneto per la Sicurezza nelle Scuole (formato PDF, 705 kB).

Tiziano Menduto



Questo articolo è pubblicato sotto una [Licenza Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

www.puntosicuro.it