

**STRESS A SCUOLA**

**MIGLIORARE  
L'ORGANIZZAZIONE:  
PROPOSTE DI INTERVENTO**

**Ricercazione partecipativa:** intervento a livello organizzativo/di gruppo in grado di diminuire lo stress lavorativo, ridurre o stabilizzare l'esaurimento emotivo e il cinismo.

Favorisce:

L'aumento del controllo sul lavoro

La collaborazione e il dialogo tra i superiori, supervisor e colleghi.

Nel contesto scolastico il decreto legislativo 81/2008 offre l'opportunità di inserire anche la valutazione (e gestione) dello stress e dei rischi di natura psicosociale.

Il Gruppo regionale SPISAL del Veneto in collaborazione con il MIUR, ha elaborato un metodo di valutazione e gestione dello stress lavoro-correlato nella scuola che consiste nella valutazione e gestione dei rischi SL-C.

# Promozione del senso civico nei contesti lavorativi

**Senso civico:** adozione di comportamenti cortesi e rispettosi all'interno del gruppo di lavoro.

Influenza lo stato di *strain* o *engagement* dei lavoratori e gli esiti che ne derivano;

Effetti positivi in termini di soddisfazione tra i lavoratori e il miglioramento del clima interpersonale → civility spiral.

# Il “mentoring”

**Mentoring:** metodologia formativa che fa riferimento ad una relazione uno a uno tra un soggetto con più esperienza, definito *mentor*, e uno con meno esperienza, definito *mentee*.

**Obiettivo:** sviluppare nel *mentee* competenze di varia natura per favorirne la crescita personale e professionale.

È uno strumento utilizzato all'interno dei programmi di avvio alla professione docente, per aiutare i nuovi docenti nell'acquisizione di una professionalità pratica.

Altre forme di supporto: *peer mentoring* che interessa due lavoratori con la stessa anzianità lavorativa, dove la facilità di comunicazione tra due colleghi ha un ruolo principale all'interno di questa pratica.

# Soluzioni sociali per un problema sociale

Lo strumento delle **comunità professionali di apprendimento** ha avuto un'ampia diffusione grazie alla formazione e allo sviluppo professionale di insegnanti e dirigenti scolastici.

Alla base di queste comunità vi è l'assunto che gli scambi condivisi all'interno di gruppi sociali siano il modo per:

Sviluppare competenze lavorative;

Fronteggiare problematiche lavoro-correlate;

Riflettere sulle pratiche di insegnamento quotidiane.

# Sviluppo professionale

Un modo per intervenire, in ambito scolastico, è migliorare la qualità del lavoro e dei rapporti lavorativi.

Tali percorsi hanno l'obiettivo di introdurre in classe una innovazione didattica.

Questo approccio è conosciuto come “***input, pratica e riflessione***”:

Studio dei modelli didattici in forma laboratoriale;

Pratica dei modelli nel contesto delle classi;

Sessioni di osservazioni e feedback individuali e di gruppo.



# Coaching cognitivo

Insieme di strategie finalizzate alla promozione di abilità di pensiero e capacità di soluzione dei problemi.

È basato su 4 principi:

Pensieri e percezioni producono il comportamento;

L'essenza dell'insegnamento è prendere decisioni;

Impegno e disponibilità a modificare il proprio modo di pensare;

Le persone possono crescere da un punto di vista cognitivo.

È presente una continua focalizzazione sulle rappresentazioni mentali di un compito, per comprenderlo al meglio e poterlo modificare, migliorandolo.