

Protocollo interno per il “Contenimento dello stress a scuola”

Lo stress correlato lavoro ed in particolare il rischio di burnout sono stati oggetto di riflessione, autoformazione ed autovalutazione. Dall'analisi dei risultati è emerso che il rischio reale è normalmente collegato a condizioni psico-fisiche alterate. Al fine di contenere il rischio di stress si è proceduto nella stesura di un protocollo interno in cui sono stati messi in luce alcuni aspetti che possono contribuire a migliorare il clima dell'ambiente lavorativo, la collaborazione e la condivisione.

Elementi considerati importanti a livello individuale:

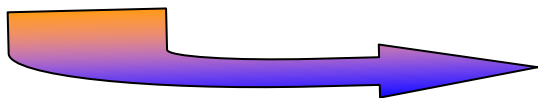
- + fattori sociali e personali del soggetto: personalità, sesso, tolleranza, aspettative professionali, suscettibilità, stile cognitivo, stile di vita, tenacia, livello socio-economico, situazione familiare, ...
- + fattori relazionali: rapporti interpersonali con i colleghi, con gli studenti e loro familiari, con il dirigente, con il personale ATA
- + fattori oggettivi organizzativi (o professionali): continui cambiamenti apportati dalle riforme scolastiche, precariato, ubicazione della scuola, carico di lavoro, numero di alunni per classe, numero di classi, numero di scuole in cui si opera, organizzazione degli orari, flussi di comunicazione interna, momenti di condivisione con i colleghi di classi parallele o delle stesse materie, stipendi, retribuzione degli incarichi.

Strategie individuate per superare le situazioni di possibile stress

1. stesura di protocolli di comportamento chiari e che non diano addito a dubbi o interpretazioni distorte a cui tutti si devono attenere
2. lettura del Regolamento d'Istituto e di Plesso e condivisione delle regole
3. accoglienza (disponibilità all'ascolto di colleghi, alunni e genitori, presentazione dell'organizzazione interna del plesso e dell'Istituto)
4. condivisione del problema, eventuale costituzione di gruppi di auto-aiuto
5. abitudine ad evidenziare gli aspetti positivi del lavoro e non concentrarsi solo su quelli negativi
6. verifica di gruppo dei risultati raggiunti/non raggiunti
7. organizzare corsi a livello professionale che favoriscano efficaci tecniche di gestione della classe
8. verifica della ricaduta di tali corsi sulla vita scolastica quotidiana
9. condivisione dei criteri per la formazione delle classi e la distribuzione/rotazione degli incarichi più impegnativi

Categoria n° 1 :

fattori sociali e personali del soggetto

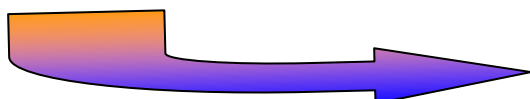


Strategie:

- Mostrare disponibilità nei confronti dei colleghi
- Prestare la giusta considerazione nei confronti dei problemi
- Dare la propria disponibilità per individuare e tentare soluzioni alternative
- Essere disponibili ad una elasticità d'orario e di servizio
- Evitare di gravare sull'orario del plesso e sulla qualità del servizio
- Trovare strategie di gratificazione reciproca
- Assumere atteggiamenti di considerazione nei confronti del lavoro degli altri
- Affrontare insieme il malessere individuale o collettivo

Categoria n° 2:

fattori relazionali



Strategie:

- Condividere con i colleghi di strategie da adottare nei confronti dei genitori
- Condividere con i colleghi di strategie da adottare nei confronti degli alunni
- Condividere con i colleghi di strategie da adottare nel gruppo degli operatori
- Trovare strategie affinché ognuno possa esprimere il proprio pensiero con serenità
- Saper contenere i propri spazi in modo da rispettare quelli altrui
- Trovare, nei limiti del possibile, momenti d'incontro al di fuori della scuola per migliorare la conoscenza reciproca
- Analizzare le carenze/ sofferenze ed eventualmente istituire gruppi di discussione e autoaiuto

Categoria n° 3:

fattori oggettivi organizzativi (o professionali)



Strategie:

- Organizzare l'orario in modo equo tenendo conto, ove possibile, delle esigenze di ciascuno (progetti – pomeriggi – orari spezzati – mense...)
- Suddividere tra le classi e gli insegnanti le adesioni alle diverse iniziative proposte alla scuola dall'esterno
- Creare gruppi di lavoro contenuti nel numero
- Istituire corsi di aggiornamento "significativi" in orario extrascolastico
- Distribuire equamente l'orario di ogni singolo insegnante sulle varie classi
- Stendere piani organizzativi di plesso a cui tutti si devono attenere
- Organizzare corsi a livello professionale che favoriscano lo sviluppo di efficaci tecniche di insegnamento e di gestione della classe
- Mantenere situazioni di dinamicità nello scambio delle informazioni tra insegnanti, personale ATA, dirigenza ...

UNITARIETA' DELL'INSEGNAMENTO: IL COORDINAMENTO DEONTOLOGICO

RAPPORTI TRA I MEMBRI DEL CC/GRUPPO

E' necessario procedere senza perdere di vista:

- **COMPORTRASI CON PROFESSIONALITA':**
Tenendo sempre presente il proprio ruolo e le peculiarità della propria istituzione

- **L'EDUCAZIONE AL DISSENSO:**
è importante formulare critiche costruttive, che evidenzino non solo gli aspetti negativi, ma anche quelli positivo della professionalità dell'altro. Il CC dovrebbe funzionare come "Sala degli specchi" , tale da offrire a ciascuno un riscontro di sé.

- **LA COMPRESIONE:**
il CC/Gruppo dovrebbe funzionare da contenitore delle ansie, delle angosce e delle incertezze garantendo da una parte la **reciprocità di aiuto** nell' analizzare, comprendere e risolvere i problemi del Team, senza trascurare quelli del singolo e dall'altra il **raffreddamento delle tensioni.**

E' opportuno stabilire preventivamente:

- i tempi per la discussione del problema emergente
 - la presa in carico del problema da parte del CC/GRUPPO
 - l'analisi puntuale del problema
 - il tentativo di soluzione del problema
-
- **L'ATTENZIONE ALLE COLLUSIONI:**
L'alleanza di due docenti a scapito del terzo e/o l'alleanza di insegnante e genitore/i contro terzi possono ridurre sensibilmente la coesione del gruppo

GRUPPI DI LAVORO CULTURA DEL GRUPPO

Per ottenere un buon funzionamento del gruppo è necessario tenere presenti:

➤ **CHIAREZZA**

esplicitare sempre e comunque il proprio punto di vista

➤ **CONFRONTO**

- necessità di avere rispetto per l'altro
- capacità di cogliere differenze e somiglianze dei diversi punti di vista in rapporto al proprio
- essere consapevoli dei propri limiti
- non farsi condizionare dall'educazione al consenso

➤ **NEGOZIAZIONE**

coniugazione/integrazione dei diversi punti di vista di tutti i membri (negoziante non è compromesso), in modo da pervenire ad obiettivi di team allargati e articolati in cui ciascuno possa riconoscersi e quindi possa collaborare al loro perseguimento.

PATTO D'INTESA CON IL DIRIGENTE SCOLASTICO

- informazione reciproca
- negoziazione
- condivisione delle regole e dei provvedimenti
- gestione comune dei problemi
- coerenza con i principi e le scelte indicate nel P.O.F.
- definizione ruolo degli attori del patto, in caso di conflitto