

Gli insegnanti italiani e il burnout

Italian teachers and burnout

Luisa Vianello

Università Ca' Foscari, Venezia - luisa.vianello@unive.it

ABSTRACT

The research has as its object the study of teachers' burnout. In particular, has been planned an in-depth study of the syndrome in Italy. The research took place in 2014 through an online questionnaire that included 5 thematic areas: background data for collecting teachers personal and school information; Copenhagen Burnout Inventory; Self-Efficacy; School-Level Environment; open questions on the perception of discomfort in the management of the class, colleagues, parents, administration and further proposals to improve their work. There was a response rate of 68% on 1541 submissions. From the collected data, regarding burnout, it emerged that 42% of the sample has a level 0 of burnout, ie a low score, while 31% has a level 3, with a high score in all 3 investigated areas (personal, work, users).

Il lavoro di ricerca ha come oggetto di studio la sindrome del burnout negli insegnanti. In particolare è stato previsto uno studio approfondito della sindrome nel territorio italiano. La ricerca si è svolta nel 2014 attraverso un questionario online che comprendeva 5 aree tematiche: dati di sfondo per la raccolta di informazioni personali e sulla scuola dei docenti; Copenhagen Burnout Inventory; Self-Efficacy; Clima di scuola; domande aperte sulla percezione del disagio nella gestione della classe, dei colleghi, dei genitori, dell'amministrazione e ulteriori proposte per migliorare il proprio lavoro. Su 1541 inviti di compilazione c'è stato un tasso di risposta del 68%. Dai dati raccolti, per quanto riguarda il burnout, è emerso che il 42% del campione ha un livello 0 di burnout, ossia un punteggio basso, mentre il 31% ha un livello 3, con un punteggio alto in tutti e 3 gli ambiti indagati (personale, lavoro, utenza).

KEYWORDS

Burnout; Teachers; Self-Efficacy; Online; Risk.
Burnout; Insegnanti; Autoefficacia; Online; Rischio.

1. Le politiche educative di riferimento

Il burnout è un fenomeno molto studiato dalla letteratura internazionale, molto meno nella letteratura italiana fino al 2013.

Il contesto della ricerca nasce dalle indicazioni da seguire per la politica educativa dell'Italia esposta dal Consiglio Europeo per Europa 2020.

Nello specifico è stato dichiarato: "Sussiste l'esigenza di garantire un insegnamento di qualità elevata, offrire un'istruzione iniziale adeguata ai docenti e uno sviluppo professionale continuo agli insegnanti e ai formatori e rendere l'insegnamento una scelta di carriera allettante" (Europeo, 2009, p. 28). Ogni Stato ha avuto l'obbligo di indirizzarsi verso il miglioramento della qualità e dell'efficacia dell'istruzione e della formazione.

L'Italia, purtroppo, spicca per negligenza, non riuscendo ad occuparsi in maniera conforme dei problemi educativi del nostro paese. L'insegnamento non è una carriera allettante, è caratterizzato da numerosi elementi stressanti come il carico di lavoro, la percezione della caduta di prestigio, l'eccessiva femminilizzazione della categoria, i continui e repentini cambiamenti legislativi a cui il personale docente deve attenersi (Cavalli & Argentin, 2010).

La professione insegnante è considerata una "helping profession" (come ad esempio gli psicologi o gli infermieri in campo medico), per cui i docenti sono a strettissimo contatto con gli studenti, ma è l'unica in cui si sta con gli stessi studenti per almeno 4 ore al giorno, per 5 giorni a settimana, per cicli che vanno anche fino a 5 anni. Nessun professionista accoglie per così tanto tempo i suoi utenti a gruppi di 20 o 30 contemporaneamente (Lodolo D'Oria, 2009).

Il burnout si inserisce in questo contesto, ma non come stress, bensì come una sindrome vera e propria che coinvolge l'intera persona sia dal punto di vista fisico che emotivo.

2. Il costrutto del burnout

La sindrome del burnout è una condizione di disadattamento particolare che capita nelle professioni di aiuto a causa di un intenso coinvolgimento emotivo e motivazionale. Lo squilibrio porta ad un esaurimento emozionale, a frustrazioni e stanchezza. Le conseguenze sono negative sia per la persona che per tutte quelle con cui si relaziona. La massima esperta mondiale è Cristina Maslach, la quale lo ha teorizzato per prima, definendolo un esaurimento emozionale che "può presentarsi in soggetti i quali, per professione, si occupano della gente" (Maslach, Jackson, Leiter, Schaufeli, & Schwab, 1976). I fattori principali sono tre: l'esaurimento emotivo, inteso come risposta adattiva disfunzionale dinanzi alle eccessive richieste dovute al contatto con la gente, in cui l'individuo si stente sopraffatto e non riesce a ricaricarsi emotivamente; la depersonalizzazione, caratterizzata da atteggiamenti di rifiuto nei confronti delle persone che si rivolgono all'operatore e da una fredda indifferenza anche verso il lavoro stesso; la ridotta realizzazione personale, riferita alla ridotta motivazione al successo, ad un senso di inadeguatezza in cui decade la stima di sé.

Nella ricerca è stato utilizzato il modello proposto da Kristensen (Kristensen, Borritz, Villadsen, & Christensen, 2005), il quale ha ideato anche un nuovo strumento idoneo al rilevamento dati. Il costrutto di riferimento si basa sulle stesse dimensioni proposte dalla Maslach ma propone l'esaurimento emotivo e fisico come unico e fondamentale rispetto agli altri due, che si caratterizza in tre ambiti: quello personale (considerato anche per i non lavoratori), uno specifico legato al lavoro e uno legato all'utenza.

Quando si viene colpiti dal burnout - e la particolarità è che difficilmente ci si accorge di esserne colpiti - lo stress raggiunge livelli così alti che si “scoppia”. È un crescendo in cui ci si sente completamente esauriti, sia fisicamente che emotivamente, non si ha alcun interesse per il proprio lavoro e si tende a non organizzare quello che si deve fare.

3. Definizione delle ipotesi

La categoria dei docenti risulta essere in difficoltà, scarsamente informata sui rischi di salute e del lavoro stesso, sfiduciata nei confronti delle istituzioni, dei sindacati e dei mass media. La scelta di indagare più a fondo il burnout nasce proprio dalla necessità di una maggiore chiarezza sull'argomento e di dati oggettivi soprattutto in vista del riconoscimento della professione come usurante.

Sono state proposte le seguenti ipotesi di ricerca:

1. Tra gli insegnanti con un elevato livello di burnout non ci sono differenze di genere;
2. I docenti che hanno un alto livello di burnout appartengono a tutti gli ordini di scuola;
3. I docenti che insegnano da un maggiore numero di anni hanno un livello più elevato di burnout.

Oltre al Copenhagen Burnout Inventory (Kristensen et al., 2005) lo strumento predisposto per la ricerca ha considerato altre 4 aree, per verificare le diverse dimensioni del disagio degli insegnanti (Simbula & Guglielmi, 2010), ed in particolare il rapporto tra burnout e autoefficacia (Friedman, 2003).

Lo strumento risulta pertanto così composto: Dati di sfondo con una raccolta di informazioni personali e sulla scuola dei docenti; Copenhagen Burnout Inventory (Avanzi, Balducci, & Fraccaroli, 2013); Teacher Self-Efficacy scale, (Schwarzer & Hallum, 2008; Skaalvik & Skaalvik, 2010); Clima di scuola (Fischer & Fraser, 1990). Infine sono state inserite 5 domande aperte sulla percezione del disagio nella gestione della classe, nei rapporti con i colleghi, con i genitori, con l'amministrazione e una domanda finale per proposte di miglioramento del proprio lavoro.

La compilazione del questionario è stata individuale, tramite invio per mail nella casella di posta elettronica personale. È stata usata la piattaforma Limesurvey che ha permesso la costruzione e successiva compilazione online, raccolta e salvataggio di tutti i dati.

4. Verifica delle ipotesi

Sono stati inviati un totale di 1541 inviti. Di questi 950 insegnanti hanno risposto completamente al questionario. Ne sono stati raccolti altri 131 mancanti solo dell'ultima parte di domande aperte, raggiungendo un totale di 1081 questionari utili (70%) per le analisi delle scale di riferimento.

Il campione raggiunto risulta essere formato dall'82,5% di donne, con età superiore ai 45 anni (61%). Per quanto riguarda gli ordini di scuola: 6% scuola dell'infanzia, 22% scuola primaria; 29% scuola secondaria di primo grado e 43% scuola secondaria di secondo grado. Il 77% risulta essere di ruolo. Si è ottenuta una rappresentanza di ogni provincia italiana con eccezione solo di Aosta, Bolzano, Isernia, Nuoro, Sondrio e Teramo.

Per quanto riguarda il livello di burnout è necessario precisare che nel questionario CBI vengono considerati tre livelli: il livello 0 corrisponde a nessuna delle tre scale con punteggio superiore a 50; il livello 1 corrisponde ad una scala con livello superiore a 50; il livello 2 corrisponde a due scale con punteggio superiore a 50; il livello 3 con tutte e tre le scale con punteggio superiore a 50.

Il livello di burnout del campione è stato rilevato ad un livello 0 per il 42%, ad un livello 1 per il 14,8%, ad un livello 2 per il 12,2% e ad un livello 3 per il 31% del campione. Il profilo dei 327 casi di docenti con livello 3 è rappresentato principalmente da docenti della scuola secondaria di secondo grado che lavora con più di 25 alunni per classe.

Per quanto riguarda la verifica delle ipotesi (analisi eseguite con il supporto del programma SPSS) si conferma che: in nessun livello di burnout risulta essere significativa la differenza di genere; c'è una distribuzione equa di burnout in tutti gli ordini di scuola; gli anni di insegnamento risultano essere collegati in modo significativo al burnout, più aumentano gli anni più il livello sale.

Dai dati di sfondo sono emerse altre realtà interessanti legate al burnout, che è stato messo a confronto con alcune variabili raccolte. Il tempo per arrivare a scuola non rappresenta una variabile significativa; lo svolgimento di ruoli attivi all'interno della scuola risulta essere significativa, poiché chi svolge attivamente queste funzioni risulta essere meno a rischio burnout; la numerosità delle classi impatta notevolmente, per cui chi ha più di 25 alunni rischia direttamente un livello 3 di burnout.

5. Conclusioni

La grande sfida della ricerca era la somministrazione di un questionario online, ma la risposta è stata più che positiva ed ha permesso di raccogliere molti dati di sfondo oltre che i dati strettamente legati al burnout. Le domande di ricerca sono state suggerite proprio dalla situazione mediatica che sta subendo la scuola. La ricerca è comunque antecedente alla stesura della Legge 107 del 2015 sulla Buona Scuola, per cui non tiene in considerazione gli ennesimi cambiamenti portati dalla sua introduzione.

I dati confermano comunque la situazione di difficoltà che sta attraversando in questo momento la scuola italiana per cui continuare ad aumentare gli anni lavorativi non aiuterà gli insegnanti a lavorare meglio, ma anzi potrebbe incrementare il livello di burnout. Lavorare in classi troppo numerose è sicuramente uno svantaggio, non avere un supporto adeguato alle difficoltà che devono affrontare i docenti (come educatori o psicologi o pedagogisti) è una mancanza che continuerà a dare il suo peso a livello di fatica emotiva.

Le prospettive future che possono svilupparsi riguardano: l'aggiornamento dei dati per il livello di burnout, anche ampliando il campione; scendere più nel dettaglio degli ordini di scuola; verificare l'impatto dell'ennesima riforma sugli insegnanti; considerare i numeri delle richieste di pensionamento nonché quelle di inidoneità.

Riferimenti bibliografici

- Avanzi, L., Balducci, C. & Fraccaroli, F. (2013). Contributo alla validazione italiana del Copenhagen Burnout Inventory (CBI). *Psicologia della salute*, 2, 120-135.
- Cavalli, A. & Argentin G. (2010). *Gli insegnanti italiani: come cambia il modo di fare scuola*.

- Terza indagine dell'Istituto IARD sulle condizioni di vita e di lavoro nella scuola italiana.* Bologna: Il Mulino.
- Europeo, C. (2009). Conclusioni del Consiglio del 12 maggio 2009 su un quadro strategico per la cooperazione europea nel settore dell'istruzione e della formazione (ET 2020). *Gazzetta Ufficiale dell'Unione Europea* (C119).
- Fisher, D. L., & Fraser, B. J. (1990). Validity and Use of the School-Level Environment Questionnaire (Report No. TM 014 790) East Lansing, MI: National Center for Research on Teacher Learning. (ERIC Document Reproduction Service No. ED 318 357).
- Friedman, I. A. (2003). Self-efficacy and burnout in teaching: the importance of interpersonal-relations efficacy. *Social Psychology of Education*, 6, pp. 191-215.
- Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B. (2005). The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work & Stress*, 19(3), 192-207.
- Lodolo D'Oria, V. (2009). *La Scuola paziente*. Roma: Alpes Edizioni.
- Maslach, C., Jackson, S. E., Leiter, M. P., Schaufeli, W. B., & Schwab, R. L. (1986). *Maslach burnout inventory* (Vol. 21, pp. 3463-3464). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Schwarzer, R., & Hallum, S. (2008). Perceived teacher self efficacy as a predictor of job stress and burnout: Mediation analyses. *Applied psychology*, 57, 152-171.
- Simbula, S. & Guglielmi, D. (2010). Depersonalization of cynicism, efficacy or inefficacy: what are the dimension of teacher burnout? *European Journal of Psychology of Education*, Vol. 25, 301-314.
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and Teacher Education*, 26(4), 1059-1069.

