

## Recenti ricerche sul livello di burnout nei docenti italiani

Riportiamo ora i dati di **due recenti ricerche non ministeriali** che si sono preoccupate di valutare **il livello di burnout nei docenti italiani**.

“I dati emersi dall’indagine dell’**Osservatorio sul Benessere dei Docenti dell’Università di Milano-Bicocca**, ci dicono che quasi il 50% degli insegnanti è a rischio burnout, mentre il 20% soffre di presenteismo: si ostina cioè a rimanere sul posto di lavoro anche al di là dei propri obblighi o a prescindere dalle condizioni di salute. Una sorta di monitoraggio continuo che il laboratorio *Health & Sustainability* del dipartimento di Psicologia dell’Università Milano-Bicocca ha avviato per indagare il benessere dei docenti, a partire del 2007 a Milano, per estenderlo nelle edizioni del 2009, 2014, 2018 a tutta la Lombardia a cadenza biennale.”

**Gli ultimi dati disponibili sono riferiti al 2022 e hanno coinvolto 5847 insegnanti di 449 scuole.**

“Il 48% dei docenti – spiegano i ricercatori di Milano-Bicocca – presenta livelli critici in almeno uno dei tre indicatori principali di burnout e il 4,6% è a forte rischio, avendoli tutti e tre a un livello critico. I dati sul **presenteismo** indicano che solo un insegnante su 4 non ha mai lavorato quando per ragioni di salute avrebbe fatto meglio a rimanere a casa”.

### Ma cosa s’intende con il termine presenteismo?

È una condotta lavorativa in cui la persona tende ad essere sempre attiva, presente e coinvolta nelle attività legate al proprio lavoro anche quando non dovrebbe, ad esempio perché in cattivo stato di salute.

Un dato preoccupante, che rappresenta un campanello d’allarme per la salute mentale di una categoria fondamentale per la nostra società.

**Le condizioni lavorative degli insegnanti presentano delle differenze tra scuole e i diversi gradi di istruzione.**

I docenti delle scuole primarie riportano una situazione migliore rispetto ai colleghi delle secondarie, con migliori condizioni lavorative, maggior supporto del dirigente e una maggiore soddisfazione del proprio lavoro.

I **docenti più a rischio burnout** sono quelli delle superiori, in particolare quelli dei licei; i **docenti più giovani** invece tendono ad essere più soddisfatti del proprio lavoro e a soffrire meno di presenteismo.

Nella ricerca si sottolinea ancora che, rispetto alle indagini precedenti, migliorano salute percepita e abitudini di salute per quanto riguarda l'alimentazione e il consumo di tabacco; relativamente all'attività fisica, i livelli sono migliorabili ma non critici: "Una percentuale molto bassa di insegnanti – scrivono gli studiosi – sembra invece mettere in atto comportamenti protettivi per la propria salute mentale". Se le condizioni lavorative appaiono buone (anche se migliorabili), peggiora il "sovraccarico lavorativo" e emergono fatiche nella gestione della disciplina. Rilevata, infine, anche la necessità di una formazione continua, in particolare sulla didattica per contesti plurilinguistici e multiculturali e sulla didattica per competenze trasversali" (Fonte Associazione Nazionale Docenti, 2024).

E sempre nel **2024** sono state riportate le testimonianze di molti docenti e **l'Osservatorio Nazionale Salute e Benessere dell'Insegnante** ha confermato che addirittura il **67 per cento degli intervistati** (su un primo campione di 2.500 docenti distribuiti in tutta Italia) **soffre di burnout**; più della metà avverte un basso senso di efficacia professionale; oltre il 30% degli insegnanti ha dichiarato che nell'ultimo anno, a causa dello stress accumulato ha manifestato difficoltà a portare a termine il lavoro, ridotto il numero delle ore di sonno, assunto sostanze (sigarette, alcol, caffè).

**Non solo usura psico-fisica ma anche frustrazione**: il 90% ritiene di essere sottopagato, di non avere un adeguato riconoscimento dalla società, in molti casi anche dalla propria famiglia. E dice di non sentirsi sufficientemente apprezzato dal proprio dirigente scolastico. "Su 100 richieste 80 riguardano il conflitto con il proprio dirigente: i docenti denunciano di essere lasciati soli, ad esempio, nella gestione di casi difficili, di fronte a genitori o studenti violenti, Ma sono in aumento anche invidie ed episodi di violenza verbale tra docenti" (E. Forte, 2024).