

Comunicato stampa congiunto del 25.11.2021

Ospedale cantonale di Winterthur, Dipartimento Salute della ZHAW &  
Città di Winterthur

## **Stati di stress mentale negli allievi: i docenti desiderano più supporto**

**Nelle scuole gli insegnanti e gli educatori sono spesso confrontati a stati di stress mentale nei bambini e negli adolescenti. Per poter intervenire in maniera opportuna, il personale scolastico vorrebbe poter disporre di strumenti, mezzi didattici e materiale informativo. È ciò che mostra uno studio congiunto dell'Università di Scienze applicate Zurigo (ZHAW) e del Centro sociopediatrico (SPZ) dell'ospedale cantonale di Winterthur (KSW).**

Nel corso degli ultimi decenni gli stati di stress, le malattie e i disturbi (riassunti genericamente in: stati di stress) di origine mentale nell'età infantile e adolescenziale sono diventati uno dei problemi di sanità pubblica più impegnativi. «Fino al raggiungimento della maggiore età, quasi la metà dei bambini e degli adolescenti ne è interessata più o meno direttamente» afferma Kurt Albermann, co-responsabile dello studio e primario presso il SPZ. Durante la pandemia di COVID-19 saper gestire in modo adeguato gli stati di stress mentale è diventato più urgente che mai.

### **Solo un terzo si ritiene esperto**

Spesso gli insegnanti e gli educatori nelle scuole precedono persino i genitori e sono i primi a identificare questi stati di stress mentale. Tuttavia, non sempre si sentono in grado di valutarli correttamente e di gestirli nel modo adeguato nell'ambito della vita scolastica quotidiana. È ciò che ha concluso lo studio dell'Università di scienze applicate di Zurigo (ZHAW) e del Centro sociopediatrico dell'ospedale cantonale di Winterthur (KSW), condotto in collaborazione con il Consiglio scolastico centrale di Winterthur. Vi hanno partecipato, rispondendo a un'indagine, circa 570 membri del personale, fra insegnanti ed educatori, impiegati nelle scuole dell'infanzia, elementari e medie di Winterthur. Quasi tutti i partecipanti nei dodici mesi che hanno preceduto l'indagine, avevano avuto un'allieva o un allievo che manifestava uno stato di stress mentale; in media erano 4.7.

Appena poco più di un terzo dei partecipanti (il 34%), valutando il proprio grado di esperienza nell'occuparsi di allievi che manifestano stati di stress, si è detto esperto o molto esperto. Quasi un quarto (il 23%) si è detto poco o per nulla esperto in relazione a questo tema e il 42%, dichiarando di avere un'esperienza solo parziale, si è mostrato non del tutto sicuro. «Certo, per questioni precise relative alla salute mentale, in funzione del livello scolastico, la maggior parte dei partecipanti si sente capace di intervenire. Si rilevano però incertezze su alcuni punti, ad esempio in tematiche specifiche relative a disturbi come la suicidalità, la dipendenza al gioco o da Internet, ma anche nel richiedere l'intervento di uno

specialista al momento giusto» osserva la co-responsabile dello studio Julia Dratva, dell'Istituto di Scienze della salute della ZHAW.

### **Il personale scolastico vorrebbe avere maggiore supporto**

Per informarsi sugli stati di stress, i disturbi e le malattie di origine mentale dei loro allievi, i partecipanti ricorrono soprattutto a contatti personali (98%), siti Web (91%) e a mezzi d'informazione scritta (90%). Oltre all'ampliamento di offerte formative, gli insegnanti e gli educatori intervistati hanno espresso il desiderio di avere accesso a più corsi di perfezionamento e di poter ricorrere al supporto o ai consigli di specialisti esterni.

Il gruppo incaricato dello studio raccomanda perciò varie misure per rafforzare l'alfabetizzazione della salute mentale del personale scolastico. Come ha dichiarato Jürg Altwegg, Presidente del Consiglio scolastico centrale e consigliere municipale, «Il Consiglio scolastico centrale ritiene che vi sia una chiara necessità di prendere dei provvedimenti». Un gruppo di progetto composto da esperti e membri della direzione scolastica sta valutando come procedere. Si dovrà fare in modo che nelle scuole il tema della salute mentale possa essere affrontato apertamente e che possa essere inserito nelle ore di lezione così come avviene per l'«apprendimento sociale». Inoltre, l'offerta di strumenti, mezzi didattici e materiale informativo deve essere ampliata e occorre fornire supporto, supervisione e garanzia della qualità per attività auto-motivate. «Ciò presuppone una cultura scolastica che renda possibile l'acquisizione e il mantenimento di queste competenze» sottolinea Kurt Albermann.

Con lo studio, che ha visto coinvolto un gruppo di supporto ad ampio raggio della scuola di Winterthur, si sono raccolte per la prima volta in Svizzera informazioni riguardanti l'alfabetizzazione della salute mentale di insegnanti e di educatori e le conoscenze sulla salute mentale di questi ultimi relative agli allievi. «Winterthur non è affatto un caso particolare. In tutta la Svizzera il personale scolastico si trova confrontato alle stesse sfide» spiega Julia Dratva.

Lo studio è stato presentato il 25 novembre 2021 nell'ambito del 18o Simposio del centro socio-pediatrio del KSW sul tema «La salute mentale degli allievi».

Il rapporto finale dello studio può essere consultato sul [sito Web del progetto](#).

### **Contatto**

- Prof. Dr. med. Julia Dratva, Istituto di Scienze della salute, dipartimento Salute della ZHAW, tel. 058 934 63 72, e-mail [julia.dratva@zhaw.ch](mailto:julia.dratva@zhaw.ch)
- Dr. med. Kurt Albermann, Centro sociopediatrico (SPZ), Medicina pediatrica e adolescenziale, Ospedale cantonale di Winterthur, tel. 058 266 29 16, e-mail [kurt.albermann@ksw.ch](mailto:kurt.albermann@ksw.ch)



- Jürg Altwegg, Consigliere municipale tel. 052 267 55 11, e-mail [juerg.altwegg@win.ch](mailto:juerg.altwegg@win.ch), per eventuali richieste raggiungibile: giovedì 25 novembre 2021, ore 14:00 – 14:30
- José Santos, responsabile della comunicazione al dipartimento Salute della ZHAW, tel. 058 934 63 84, e-mail [jose.santos@zhaw.ch](mailto:jose.santos@zhaw.ch)