

ADOLESCENTI • Scuola

Gli adolescenti trascorrono a scuola buona parte del loro tempo e tale esperienza può influenzarne il benessere e lo sviluppo. L'ambiente scolastico è in grado di supportare l'adolescente nel suo percorso di crescita, rappresentando una fonte significativa di sostegno sociale, favorendo l'acquisizione di competenze, autonomia, capacità di coinvolgimento e partecipazione.

Gli studenti che si percepiscono integrati nell'ambiente scolastico hanno migliori risultati di apprendimento e un

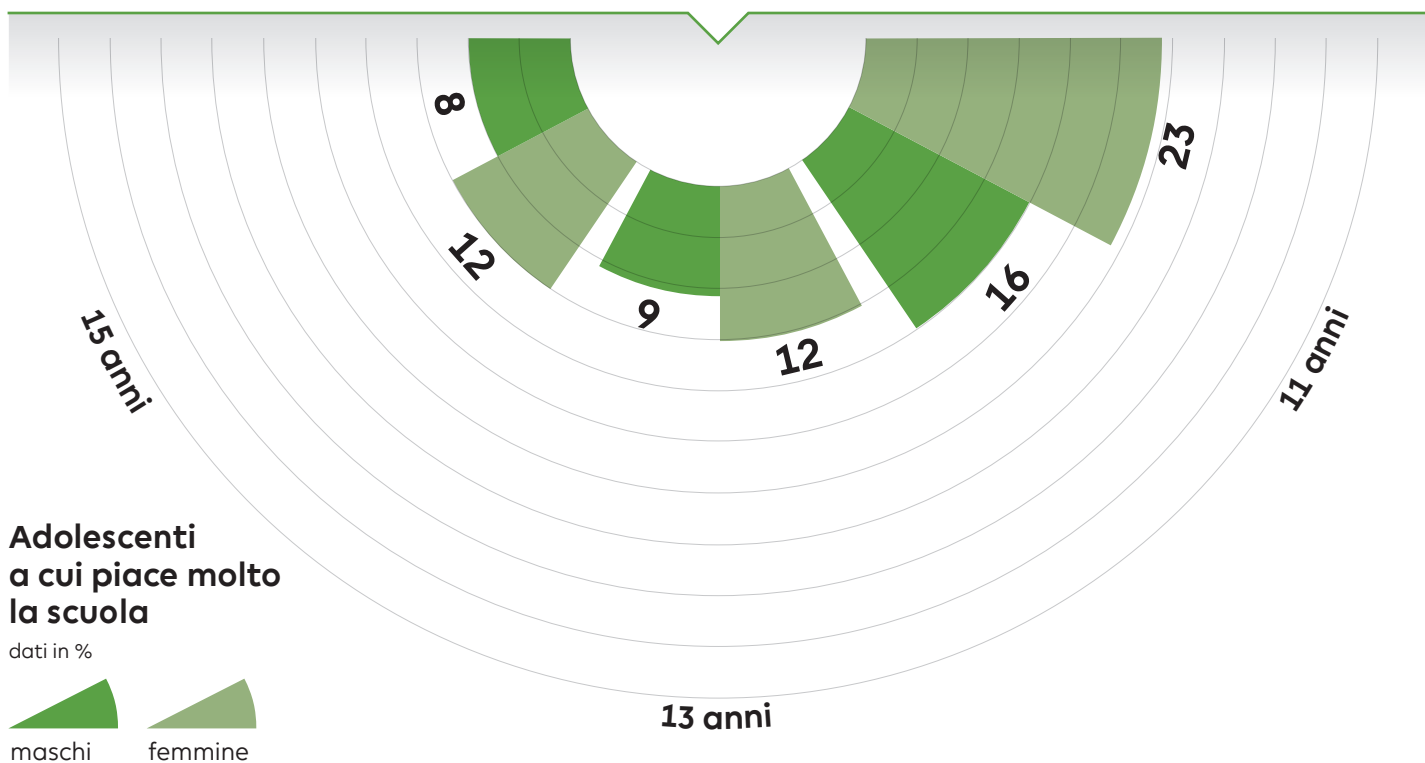
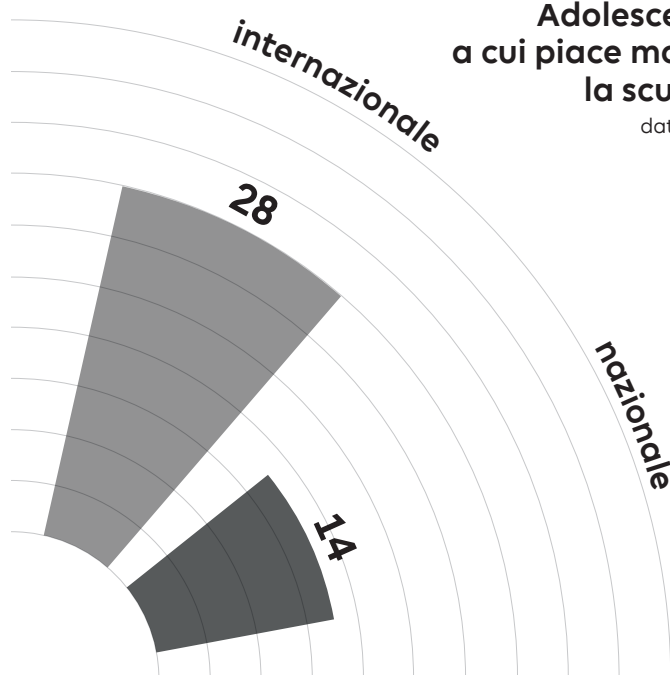
migliore benessere psicosociale. L'apprezzare la scuola è stato identificato come un fattore protettivo verso i comportamenti a rischio e non salutari come il consumo di alcol e il fumo di sigarette. La scuola può quindi contribuire positivamente alla salute dei suoi studenti favorendo esperienze positive, promuovendo il senso di appartenenza, coinvolgendo le famiglie, la comunità scolastica nel suo complesso e le organizzazioni del territorio.

Adolescenti a cui piace molto la scuola

Avere un rapporto positivo con la scuola aumenta le probabilità di successo scolastico e determina un miglioramento complessivo della qualità della vita degli adolescenti, contrastando l'adozione di stili di vita negativi.

In Italia, il gradimento della scuola, per tutte le fasce di età, risulta al di sotto della media internazionale che è del 28%. All'aumentare dell'età, si registra una diminuzione del "mi piace molto la scuola", soprattutto nel passaggio dagli 11 (16% nei maschi e 23% nelle femmine) ai 13 anni (9% nei maschi e 12% nelle femmine). Le maggiori differenze di genere sono state riscontrate tra gli 11enni, dove il 23% delle ragazze e il 16% dei ragazzi ha dichiarato di apprezzare molto la scuola.

Adolescenti a cui piace molto la scuola
dati in %



Adolescenti a cui piace molto la scuola
dati in %

maschi femmine

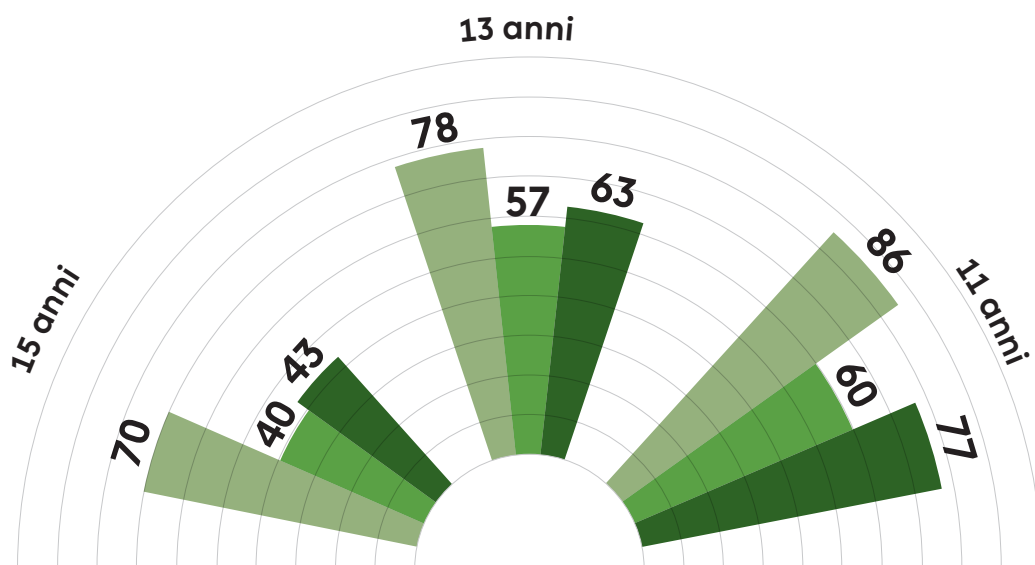
Rapporto con gli insegnanti

In adolescenza, una relazione positiva con gli insegnanti è considerata una delle componenti che maggiormente influenza l'adattamento comportamentale e il successo scolastico. Una buona relazione con gli insegnanti contribuisce inoltre a contenere i comportamenti aggressivi e rappresenta un fattore protettivo per i comportamenti a rischio.

In Italia, più della metà degli studenti dichiara di percepire che i propri insegnanti dimostrano interesse nei loro confronti (53%). Una percentuale superiore, circa 2 studenti su 3, riporta di fidarsi dei propri insegnanti (62%), mentre quasi l'80% dichiara di sentirsi accettato da essi. I risultati mostrano che la percezione del rapporto con gli insegnanti è più positiva tra gli 11enni e peggiora a 13 e a 15 anni.

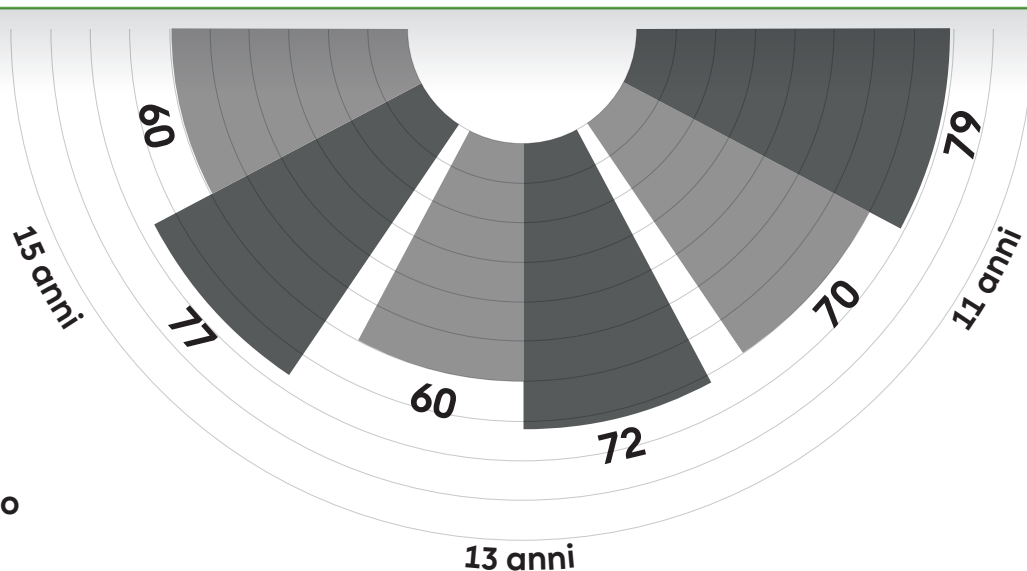
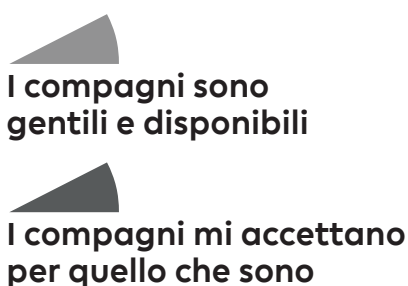
Adolescenti che hanno un rapporto positivo con gli insegnanti

dati in %



Adolescenti che hanno un rapporto positivo con i compagni

dati in %



Rapporto con i compagni

A scuola, anche il rapporto con i pari gioca un ruolo chiave nello sviluppo dell'adolescente, in grado di influire sul coinvolgimento degli studenti nelle attività scolastiche e sulla motivazione al raggiungimento di buoni risultati. Esiste un legame tra relazioni con i coetanei e rendimento scolastico: gli studenti con limitate relazioni con i compagni di classe tendono ad avere voti peggiori, avere amici a

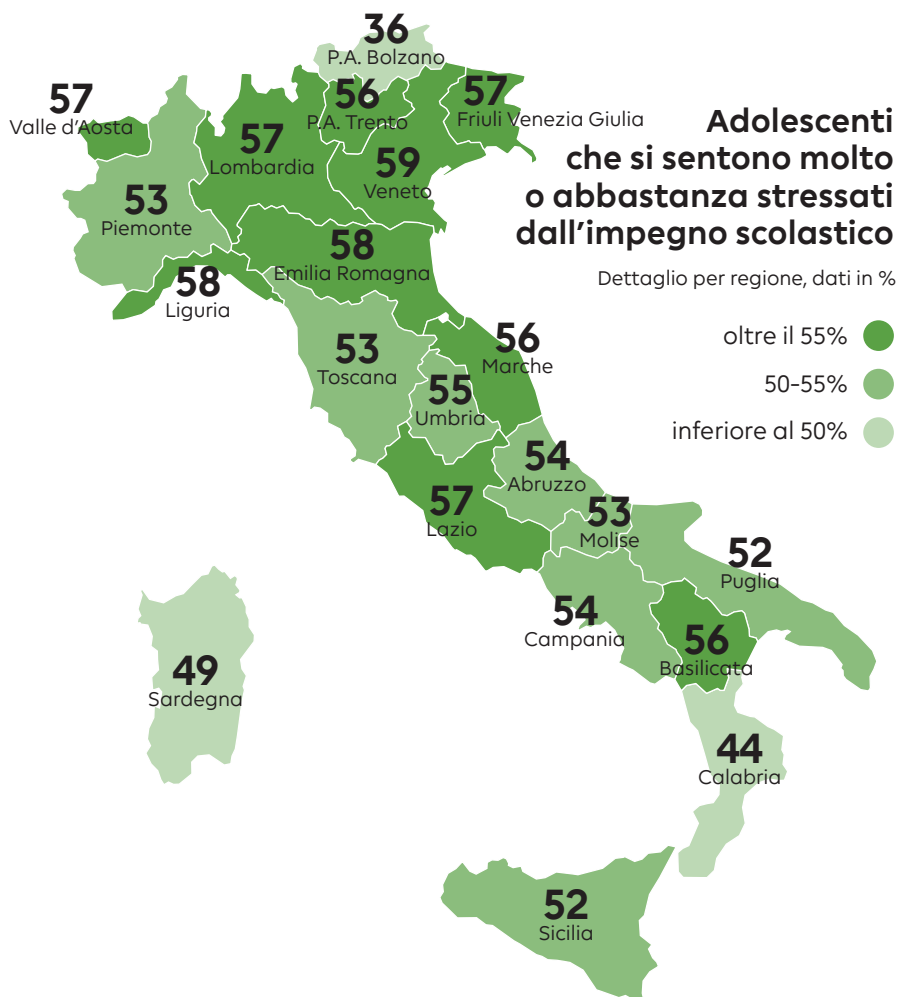
scuola sembra favorire lo sviluppo di comportamenti socialmente adeguati e l'impegno scolastico.

Il 75% degli studenti si sente accettato dai propri compagni, mentre il 63% ritiene che i compagni siano disponibili e gentili. I ragazzi hanno riferito livelli più elevati di sostegno da parte degli altri studenti rispetto alle ragazze e tali differenze di genere si acquisiscono all'aumentare dell'età.

Lo stress scolastico

Lo stress può nascere da situazioni in cui gli individui percepiscono che le richieste che devono affrontare superano la loro capacità di gestirle. In ambito educativo, lo stress è una risposta alle sollecitazioni del contesto scolastico: un suo eccesso può avere effetti negativi. Se non arginato, lo stress, si può accompagnare a comportamenti a rischio (fumare e assumere alcolici), a una maggiore frequenza di sintomi somatici (mal di testa e dolori addominali) e psicologici (disturbi del sonno). L'Italia, con un valore del 55% di studenti che dichiarano stress da impegno scolastico, si colloca al di sopra della media internazionale (44%). Un clima scolastico positivo e supportivo si è dimostrato in grado di contrastare la percezione di stress collegata allo studio e livelli inferiori di stress si associano a prevalenze maggiori nel gradimento per la scuola.

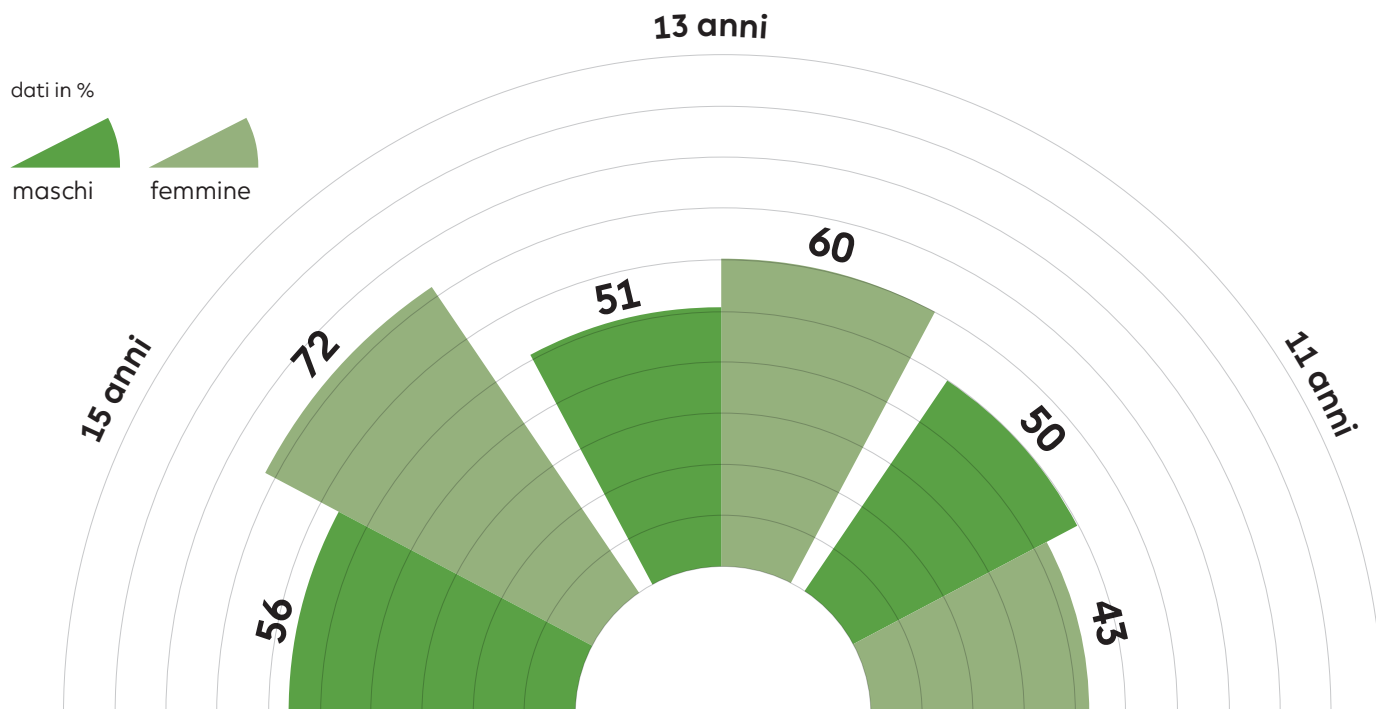
La Provincia Autonoma di Bolzano si caratterizza, in tutte le fasce d'età, per un basso livello di stress legato all'impegno scolastico (36% come livello medio complessivo).



Adolescenti molto o abbastanza stressati dall'impegno scolastico

Si può osservare come la sensazione di stress legata all'impegno scolastico cresca dagli 11 ai 15 anni, anche le differenze di genere si accentuano con l'aumentare dell'età. A 15 anni, le ragazze hanno riportato una prevalenza significativamente più alta di stress scolastico

rispetto ai ragazzi, attestandosi ad un 74% rispetto al 52% di questi ultimi. Questo dato colloca l'Italia, per questa fascia di età, ampiamente al di sopra della media internazionale, rispettivamente del 51% e 38%.



COME AGIRE

L'educazione e la salute, nella sua accezione più ampia, sono strettamente interconnesse: promuovendo la salute a scuola, è possibile raggiungere obiettivi educativi e sociali, favorendo il benessere dell'intera comunità scolastica.

A scuola il tema della salute può essere affrontato secondo un approccio globale e di equità, in

modo integrato ai percorsi educativi curricolari, per sviluppare conoscenze e competenze individuali e sociali, con una attenzione al contesto allargato che comprende le famiglie e la collettività.

La proposta delle Scuole che promuovono salute comprende le seguenti azioni:

Attenzione all'ambiente fisico e organizzativo:

- Definire policy scolastiche per la promozione della salute e del benessere attraverso la redazione di documenti di indirizzo.
 - Coinvolgere famiglie, studenti, docenti, personale e membri della comunità nella pianificazione di politiche scolastiche.
- Facilitare l'organizzazione di un ambiente favorevole alla salute.
 - Rendere disponibili ambienti sani e sicuri in cui promuovere l'apprendimento, il confronto e la partecipazione di tutti soggetti presenti nell'ambito scolastico.
 - Sfruttare gli spazi per praticare movimento e attività fisica.
 - Porre attenzione alla salubrità dell'aria.

Miglioramento dell'ambiente sociale

- Aiutare i ragazzi a sentirsi parte attiva dell'ambiente scolastico e favorire un clima positivo.
 - Coinvolgere gli studenti, anche attribuendo loro funzioni di leadership, provvedendo che le loro voci e opinioni vengano ascoltate.
 - Aiutare gli studenti ad esprimere le loro aspirazioni per il futuro e a definire gli obiettivi personali di sviluppo.
 - Impiegare attività didattiche collaborative e interattive: gruppi di discussione, didattica orientata alla soluzione di problemi, giochi di ruolo.
- Sostenere l'interazione tra i diversi attori coinvolti nel "sistema scuola".
- Offrire momenti di formazione per favorire:
 - l'uso di metodi d'insegnamento collaborativi e interattivi

- la costruzione di relazioni interpersonali positive, in particolare con gli adolescenti che stanno vivendo sfide personali o problemi sociali particolari (quali per esempio bullismo o situazioni di svantaggio fisico o familiare)

- Ampliare le attività che permettano agli studenti di conoscere culture diverse e favorire l'inclusione.

Promozione delle abilità psicosociali dei ragazzi

- Offrire attività di formazione per la promozione e lo sviluppo di competenze psicosociali (Life Skills) che possano aiutare i giovani a riconoscere il proprio valore personale, potenziare le risorse individuali, acquisire le capacità necessarie per gestire con consapevolezza scelte e problemi quotidiani.
- Favorire lo sviluppo di pensiero critico e riflessivo, nonché le capacità di lavorare in modo collaborativo.

Collaborazione con il contesto comunitario e i servizi socio-sanitari

- Coinvolgere le famiglie
 - Proporre momenti di incontro, a partire da quelli esistenti, per favorire lo sviluppo di scelte educative condivise.
 - Comunicare con le famiglie condividendo e ascoltando le aspettative reciproche di apprendimento e di comportamento.
- Collaborare con i servizi sanitari territoriali preposti alla promozione della salute e del benessere degli adolescenti, che possano fornire, in caso di necessità, prestazioni appropriate agli studenti.



HBSC (Health Behaviour in School-aged Children - Comportamenti collegati alla salute in ragazzi di età scolare) è uno studio internazionale svolto ogni 4 anni in collaborazione con l'Organizzazione Mondiale della Sanità per approfondire lo stato di

salute dei giovani e il loro contesto sociale. Nel 2018 hanno partecipato alla ricerca 50 Stati tra Europa e Nord America. In Italia, l'indagine ha coinvolto circa 59.000 ragazzi di 11, 13 e 15 anni.

 www.hbsc.org  www.epicentro.iss.it/hbsc