



Co-funded by  
the European Union

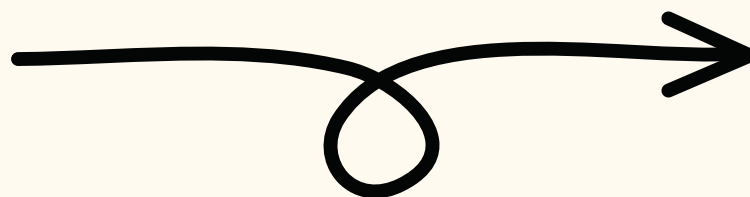


AGDISTIS



Sintomi e conseguenze

# Sindrome da burnout



Istituto d'Istruzione Superiore  
*Margherita Hack*

2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432



Co-funded by  
the European Union

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

### Editore

Maria Chiara Di Francesco Skill Up

### Autore

ELizabeth Papaduli, IIS Margherita Hack

Questa pubblicazione è stata realizzata con il supporto finanziario della Commissione Europea nell'ambito del Progetto Erasmus + "AGDISTIS - Emotional Intelligence and intervention in non-normative behaviour and gender bullying", No. 2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432

© Giugno 2024 - INDEPCIE, Mehmet Sinan Dereli Ortaaokulu, Skill Up Srl, VAEV R&D, Colegio Séneca S.C.A, Istituto d'Istruzione Superiore "Margherita Hack".

### Attribuzione, condivisione nella stessa condizione



(CC BY-SA) : Si è liberi di condividere - copiare e ridistribuire il materiale in qualsiasi mezzo o formato e di adattare - remixare, trasformare e costruire sul materiale per qualsiasi scopo, anche commerciale. Il licenziante non può revocare queste libertà a patto che si rispettino i termini della licenza nei seguenti termini:

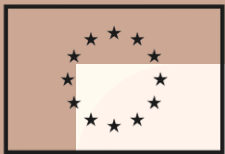
Attribuzione - è necessario dare il giusto credito, fornire un link alla licenza e indicare se sono state apportate modifiche.

Possibile farlo in qualsiasi modo ragionevole, ma non in modo da suggerire che il licenziante approvi voi o il vostro uso.

ShareAlike - Se il materiale viene remixato, trasformato o modificato, è necessario distribuire il proprio contributo con la stessa licenza dell'originale.

Nessuna restrizione aggiuntiva: non è possibile applicare termini legali.

2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432



Co-funded by  
the European Union

# Burn Out

Il termine burnout è stato coniato originariamente negli anni '70 per descrivere le conseguenze di "forte stress e alti ideali" nelle professioni assistenziali. Si tratta di settori in cui molti sentono un alto livello di finalit  morale, una dedizione a fare la differenza e un impulso ad andare oltre. L'Organizzazione Mondiale della Sanit  ha recentemente ridefinito il burnout come "una sindrome legata allo stress lavorativo cronico che non   stato gestito con successo". Nel nostro mondo frenetico   diventato un rischio molto pi  comune.





Co-funded by the European Union

esaurimento e alterazioni del sonno

palpitazioni e vertigini

difficoltà nelle relazioni

difficoltà a concentrarsi

scarso rendimento lavorativo

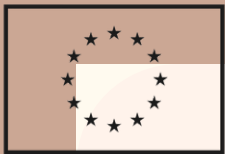


# SEGNI DEL BURNOUT

sbalzi d'umore

frustrazione

problemi di stomaco e intestino



Co-funded by  
the European Union

# Burn Out

Questa sindrome influisce sul lavoro in classe, avendo un notevole impatto sulla qualità dell'istruzione e questo impatto può andare da uno scarso o assente rinforzo positivo, a lezioni di apprendimento sgradevoli, a relazioni negative tra studente e insegnante.

Può anche avere effetti sia sull'apprendimento degli studenti, derivanti dalla scarsa motivazione all'insegnamento, sia sull'insegnante, abbassando i suoi livelli di salute mentale ed emotiva, compromettendo così la sua efficacia in classe.





Co-funded by  
the European Union

# Burn Out

Gli insegnanti sono per lo più sovraccaricati di lavoro e sottopagati, e di conseguenza alcuni nuovi insegnanti lasciano il lavoro entro i primi cinque anni di insegnamento.

Gli insegnanti hanno bisogno di un supporto psicologico per apprendere meccanismi di coping che li aiutino a regolare le proprie emozioni, a ritrovare il piacere di lavorare e a fornire agli studenti gli strumenti necessari per un nuovo processo di apprendimento di successo.





Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**AGDISTIS**

**GRAZIE!**



Istituto d'Istruzione Superiore  
*Margherita Hack*

2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432