

Tra passione e delusione

Anna Di Gennaro

Lo stress professionale e il disconoscimento sociale del ruolo hanno portato ad un preoccupante aumento dei casi di burn-out tra gli insegnanti

Nell'era postmoderna della comunicazione in tempo reale, molto più delle numerose pubblicazioni scientifiche occorre ringraziare la giornalista Anaïs Ginori di *la Repubblica* che, il 14 febbraio 2010, ha scritto un ampio articolo significativamente intitolato *Nell'ospedale del professore malato di scuola - Un inquietante reportage dal nosocomio di La Verrière*. All'interno, inaspettatamente, un inserto di ben tre facciate corredate da un significativo titolo a caratteri cubitali: *Brucia maestro brucia - Un ospedale psichiatrico alle porte di Parigi accoglie e cura uno speciale tipo di malato: il prof che una scuola ormai fuori controllo sottopone a stress spesso insopportabili*.

IL PROFESSORE CAVALCATO

Finalmente uno spazio dedicato all'emergenza scuola, ma sconcertante ed eloquente è subito apparsa la scelta grafica del disegno a corredo. In un corridoio avanzano alcuni adolescenti a seguito del loro professore privo di testa. Dal collo, come in un fumetto, appaiono strane formule matematiche. Il prosieguito dell'articolo non lascia dubbi e propone un'altra immagine scioccante: questa volta la scenografia è ancor più cruda e i ragazzi cavalcano i loro stessi insegnanti, ormai ripiegati su loro stessi, ridotti a camminare in quadrupedia e incapaci di reagire.

Impaginazione provocatoria? Forse! Ma se l'obiettivo era quello di indurre il lettore a scorrere il drammatico contenuto dell'articolo, la redazione è riuscita pienamente a raggiungerlo.

Lo stereotipo dell'insegnamento come professione privilegiata grazie ai mesi di vacanza e alla mezza giornata lavorativa aveva bisogno di essere definitivamente sconfitto per ridare dignità alla professione più bistrattata negli ultimi decenni.

Nel blog <http://www.burnout.blogscuola.it/?p=133> si leggono alcune strazianti storie di pazienti vittime di quel corto circuito mentale noto col nome di *sindrome del burn-out*.

IL BURN-OUT DELL'INSEGNANTE

Quelli riportati nel box finale sono alcuni sintomi di sindrome da burn-out. Si tratta di una sindrome che colpisce particolarmente i lavoratori della scuola.

"Alcune categorie di lavoratori, a causa di particolari fattori stressogeni legati all'attività professionale, sono soggetti a rischio di sindrome del burn-out. Tale condizione è caratterizzata da affaticamento fisico ed emotivo, atteggiamento distaccato e apatico nei rapporti interpersonali, e sentimento di frustrazione. Autorevoli studi hanno accertato che tale affezione rappresenta un fenomeno di portata internazionale che ricorre frequentemente negli insegnanti. [...] Lo studio Golgota, partendo dall'analisi degli accertamenti sanitari per l'inabilità al lavoro effettuati dal Collegio Medico della ASL Città di Milano nel periodo 1/92-12/05 per un totale di 3.447 casi clinici, ha operato un confronto tra quattro macrocategorie professionali di dipendenti dell'Amministrazione Pubblica (insegnanti, impiegati, personale sanitario, operatori manuali). I risultati mostrano che la categoria degli insegnanti è soggetta a una frequenza di patologie psichiatriche pari a due volte quella della categoria degli impiegati, due volte e mezzo quella del personale sanitario e tre volte quella degli operatori manuali".¹

“ Sono insegnante di sostegno e quest'anno mi trovo a lavorare con un ragazzino con disturbo oppositivo-provocatorio che impreca, bestemmia, sbava, risponde male al prof e si agita sempre più a mano a mano che passano le ore. Sono al settimo mese di gravidanza e temo per la mia incolumità, temo che arrivi a farmi del male, dato che gli sto a 10 cm per 3 o 4 ore al giorno. Se lo si minaccia di dargli una nota o di mandarlo dal preside lui reagisce minacciando di infilarsi la punta del compasso nell'occhio o di buttarsi dalla finestra. L'altro giorno ho dovuto tenere da sola la classe per due ore per supplire una collega e, al mio ennesimo rimprovero, lui si è avvicinato alla finestra facendo l'atto di buttarsi giù. Psicologi e psichiatri sanno spiegare il disturbo, ma non ti dicono cosa fare. Nonostante abbia frequentato corsi in merito e cercato info in internet, non ho ancora trovato chi mi possa dire come ci si deve comportare, per uscirne incolumi! ”

Le assicuro, la situazione è davvero pesante.

PROPOSTE OPERATIVE

“Poca osservazione e molto ragionamento conducono all’errore. Molta osservazione e poco ragionamento conducono alla verità”.

(Alexis Carrel, premio Nobel per la medicina, 1908)

Sollecitata dalla domanda *Chi sono i nostri alunni?* rispondo specularmente: osserviamo i loro genitori e troveremo la risposta senza troppo ragionamento. Tuttavia, l'emergenza educativa impone a tutti di andare oltre e analizzare la realtà con l'indispensabile discernimento che proviene dalla visione olistica dello studente stesso in *relazione trina* con la sua scuola. Qualche esperto ha già ipotizzato la fine dell'istituzione intorno al 2015, immaginando che spetterà alla *touch generation* decretarne il lento ma inesorabile epilogo.

Dell'interessante argomento tratta ampiamente e lucidamente Giovanni Cominelli:²

“...Tra i ragazzi si allargano manifestazioni di depressione, aggressività, bullismo, senso di fallimento, abbandono precoce: 200.000 l'anno, secondo gli ultimi dati. E così anche gli insegnanti si interrogano sul senso e l'utilità della propria presenza in classe. La noia degli studenti sottoproduce nonsenso, impotenza, demotivazione, depressione, burn-out nei docenti. Mal di scuola. A tutti la scuola appare come irreale, un mondo a parte, che poco o nulla ha a che fare con la loro vita”.

“ Ho 50 anni e insegno da oltre 25 anni, di cui 21 nel medesimo liceo. Il mio rapporto con la scuola è sempre stato turbolento e doloroso, sebbene senza particolari problemi apparenti. Sono una docente stimata da colleghi e alunni (non ho mai capito perché). Di tanto in tanto, specie in occasione delle chiusure trimestrali, vengo colpita da accessi di ansia e disperazione, in genere scatenati da qualcosa che ho detto o che ho fatto a scuola e che mi appare un errore (culturale o relazionale) tale da suscitare un danno negli allievi grave e irrimediabile. Ciò si associa a (o da ciò scaturisce) un'insicurezza diffusa relativa alle operazioni di correzione dei compiti, valutazione delle prove, tenuta dei registri, ecc. In genere, passata la crisi, l'errore che l'aveva scatenata mi appare meno grave e il danno limitato. Ma poi il fenomeno si riproduce, più o meno frequentemente, in una catena ciclica che mi logora profondamente, mi imprigiona e che non riesco a spezzare. Dovrei correggere molti compiti, ma non riesco a lavorare. La mia vita familiare è compromessa dal mio disagio. Però oggi alle 14,00 andrò a scuola egualmente. L'esperienza del passato mi dice che riesco abbastanza tempestivamente a superare le crisi, a fare quello che devo, e a sistemare le cose alla meglio; ma ora sento anche il peso degli anni, degli sforzi reiterati e di una diminuita energia. Vorrei un consiglio e magari l'indicazione di un terapeuta esperto di queste problematiche poiché i terapeuti inesperti di scuola non capiscono, sottovalutano, frain-tendono ed io non posso più perdere tempo e danaro. ”



“ Sono un'insegnante di scuola dell'infanzia affetta da epatite C non grave; quest'anno ho iniziato una cura di interferone che ho dovuto sospendere per gravi effetti collaterali che, in parte, persistono (presincope, attacchi di panico). Mi stanno curando con antidepressivi e sto facendo numerose indagini per problemi alla schiena, sbalzi di pressione e stanchezza. Inoltre, mi vengono saltuariamente contrazioni muscolari involontarie. Oltre a questo è da parecchi anni che soffro nel lavorare a scuola, mi sento sempre insoddisfatta e frustrata, mi sento inadeguata e soffocata dalle responsabilità che non riesco a gestire. Ho il terrore di non mantenere il controllo con i bambini piccoli. Con i bambini, non riesco più a impormi, perché non ci credo io stessa. ”



Un paio di ricette - Occorre abbattere l'autoreferenzialità e l'incomunicabilità di istituzioni al collasso. Com'è noto, i primi a negare il proprio disagio sono spesso gli stessi docenti e i dirigenti preposti, unicamente intimoriti dal rischio di finire sui giornali a causa di episodi eclatanti, frutto dell'impreparazione e della scarsa conoscenza delle norme sulla gestione del rischio psicosociale. Sottovalutando questi rischi, la ricaduta dei loro effetti sugli alunni sarà sempre maggiore. Informare attraverso tutti i canali disponibili costituisce la miglior prevenzione.

Altrettanto auspicabile è l'istituzione di un anno sabbatico obbligatorio ogni sette di insegnamento, come negli USA. In Italia, godono del privilegio unicamente i professori universitari. La sua attuazione sortirebbe il duplice obiettivo dell'aggiornamento tecnologico in itinere obbligatorio per tutti e della riduzione del gap generazionale, causa di molte incomprensioni e demotivazioni di cui soffrono proprio i migliori docenti. L'epoca delle passioni tristi e della società liquida, del nichilismo e della pericolosa deriva relativista, oltre che dell'inerzia disarmante delle istituzioni, è pronta ad una nuova sfida epocale in cui Hannah Arent credeva fermamente, ed io con lei: *“Educazione è il punto in cui si decide se amiamo abbastanza il mondo per assumercene la responsabilità”*.

E ALLORA...

Se si considera che gli insegnanti tracciano alcune vie per la crescita dei nostri alunni/figli, il problema del loro *burn-out* non diventa solo il loro problema, ma anche quello della società e degli studenti stessi, persone in crescita e formazione. Se siamo interessati a costruire i nostri futuri alunni non possiamo non intervenire fornendo un supporto a coloro che per questi alunni rappresentano un modello. E questo supporto passa anche per la valorizzazione di un ruolo e per il recupero di un'autorevolezza che pare smarrita.

Note

¹ V. Lodolo D'Oria, *Quale rischio di patologia psichiatrica per la categoria professionale degli insegnanti*, <http://www.burnout.blogscuola.it/>.

² G. Cominelli, *La scuola è finita... forse. Per insegnanti sulle tracce di sé*, Guerini e Associati, Milano, 2009.

³ V. Lodolo D'Oria (a cura di), *Scuola di follia*, Armando Editore, Milano, 2005.

UN PICCOLO EXCURSUS

Per comprendere meglio la situazione è bene considerare che la popolazione degli insegnanti e la loro condizione di salute potrebbero essere rappresentabili con una piramide a tre piani.

L'apice - È composto da coloro che sono vittime di una psicopatologia franca, come molti di coloro che si considerano vittime di complotti. Si dovrà pensare, insieme al mondo medico-scientifico, ad individuarli, agganciarli e curarli affinché non arrechino danni a loro stessi e agli studenti ignari del rischio di logoramento mentale cui va soggetta la classe docente. L'intervento, ad opera di personale specializzato, deve tendere a perseguire la guarigione della persona.

Lo strato intermedio - È popolato da coloro che sono in condizione di *burn-out*. Per loro deve essere messo a punto quello che gli anglosassoni chiamano il *social support*, che si traduce nella creazione di strutture di ascolto, informazione, condivisione, counselling e, all'occorrenza, sostegno psicologico. L'obiettivo delle suddette iniziative consiste nell'evitare all'insegnante in difficoltà quei sentimenti di vergogna e isolamento, tipici della persona che si trova ad affrontare questa fase transitoria. Intervenire per tempo è fondamentale poiché la situazione, anziché regredire, può evolvere verso la patologia psichiatrica e giungere a far perdere le facoltà di critica e giudizio.

La base - Vi si trovano coloro che sono in buona salute. Ci si deve occupare di preservare la loro condizione che è a rischio di logoramento psicofisico. Formare e informare tutti i docenti e i loro dirigenti scolastici, potenzialmente a rischio essi stessi, prevenendo adeguatamente come indicano le recenti indicazioni legislative in tema di sicurezza negli ambienti di lavoro.³

Anna Di Gennaro - Coautore di *Scuola di follia* e specialista in *Strategie e tecniche di prevenzione della sindrome del burn-out negli insegnanti*.