

Insegnanti italiani sempre più stressati e alunni più aggressivi

La ricerca condotta da Arianna Ditta, psicologa, analizza il peso emotivo del rapporto con studenti problematici e che non riconoscono l'autorità

di SALVO INTRAVALIA

1. Attualità

Insegnanti italiani sull'orlo di una crisi di nervi. In classi che piuttosto rapidamente si stanno trasformando in ring dove si fronteggiano docenti sempre più stressati e alunni sempre più aggressivi. Quasi metà dei docenti che lavorano nelle scuole nostrane è in situazione di burnout di livello medio, e per un docente su cinque la situazione è già abbastanza grave.

Il campione di docenti intervistati nell'occasione accusa malesseri di ogni tipo - fisici e psichici - e, superato un certo livello di stress, difficilmente riesce a gestirlo in maniera efficace. Dallo studio effettuato emerge che il 24 per cento dei docenti in esame soffre di "esaurimento emotivo" di livello medio e il 20 per cento di livello alto. In altri termini, il 44 per cento degli insegnanti coinvolti nella ricerca accusa malesseri che vanno dall'ansia all'insonnia

e, nei casi più seri mal di testa, ulcera, mal di pancia, irritazione e tristezza. Lo studio ha analizzato anche la "depersonalizzazione" (freddezza, distanza emotiva) conseguente al burnout che colpisce con un livello medio-alto il 43 per cento del campione esaminato.

Ma perché così tanti docenti sono alla lettera "bruciati", esauriti?

2. Luci

Non trascurare il dono che è in te e che ti è stato conferito, mediante una parola profetica, con l'imposizione delle mani da parte dei presbiteri. Abbi cura di queste cose, dedicati ad esse interamente, perché tutti vedano il tuo progresso. Vigila su te stesso e sul tuo insegnamento e sii perseverante: così facendo, salverai te stesso e quelli che ti ascoltano.

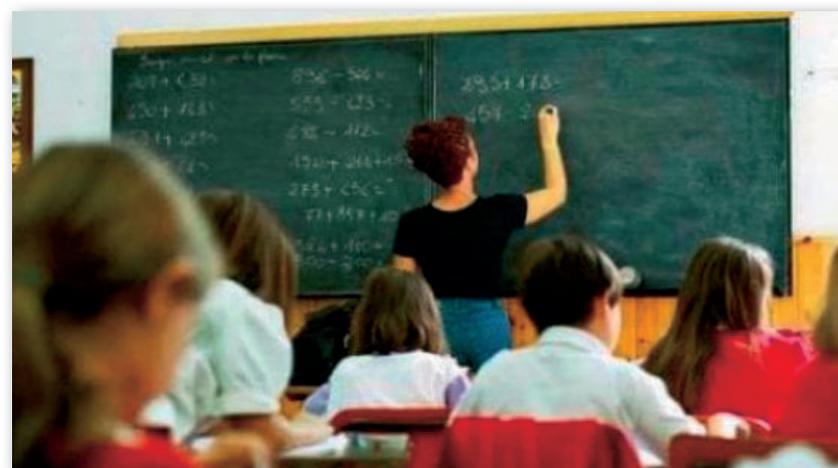
(Prima Timoteo 4,14-16).

Alla sera bisogna raccogliere il corpo, lo spirito, il cuore, consumati, dissipati fuori di se stessi: raccogliere la nostra vita dispersa e ritemprare le forze tutte alle loro vere sorgenti, del riposo, del silenzio, della preghiera. Il silenzio è riposo morale: onde la Sacra Scrittura arriva a dire: " Il saggio acquisterà la saggezza durante il riposo ". Certamente è necessario il riposo; ma il riposo è fratello del silenzio. Riposo morale è silenzio, e silenzio religioso è, per lo spirito, preghiera, adorazione e unione con Dio. Il riposo, morale e intellettuale, è un tempo di comunione con Dio e con le anime, e di gioia in questa comunione.

(San Luigi Orione, da Victoria, Buenos Aires, 14.2.1922).

3. Per riflettere

Per certi aspetti non sono d'accordo con Lévinas, che è un altro punto di riferimento per me quando parlo di cura, perché lui dice: tu devi ascoltare l'appello dell'altro quando l'altro ti chiama; tu devi rispondere all'appello e l'altro diventa più importante di te stesso e la tua disponibilità all'altro è una responsabilità che non ha fine; ma questo significa per me il delirio, perché noi non



possiamo dare una disponibilità infinita: questa può essere solo sul piano teoretico, nel senso che non è mai finita l'attenzione che dobbiamo dare all'altro, ma il tempo le energie sono finite ed è per questo che noi abbiamo bisogno, oltre a dare cura gli altri, di avere degli spazi per aver cura di noi perché se non abbiamo cura di noi non recuperiamo quella linfa dell'anima di cui abbiamo bisogno, necessaria perché la nostra parola sia parola vivente.

(tratto da Luigina Mortari, La Cura nella società complessa,

VIDEO

https://www.youtube.com/watch?v=_bTXn4c558I

dal minuto 24.25 sino a 25.43

La cura autentica è umana e umanizzante sia per chi la riceve sia per chi la offre. Abbiamo bisogno di cura in quanto il nostro corpo e la nostra anima hanno bisogno di sostentamento; abbiamo bisogno di cura quando il nostro corpo e la nostra anima si ammalano o sono feriti dalle esperienze; abbiamo bisogno di cura per dare forma al nostro essere possibile. Per definire queste esperienze fondamentali i greci utilizzavano tre parole diverse: *merimna*, per indicare la cura che conserva la forza vitale; *therapeia*, per indicare la cura delle ferite dell'esserci, sia nel corpo che nell'anima; *epimeleia*, per indicare la cura che fa fiorire le possibilità esistentive di ogni persona. La cura nella sua essenza risponde a una necessità

ontologica, la quale include una necessità vitale, quella di continuare a essere, una necessità etica, quella di esserci con senso, e una necessità terapeutica per riparare l'esserci.

(Luigina Mortari, Aver cura di sè, degli altri, del mondo)

4. Dialoghiamo

Ascolti te stesso per accorgerti di una eventuale situazione di stress e di esaurimento di energie? Nel caso, da quali indicatori e segnali deduci di essere in questa situazione?

Quali sono le forme (iniziative, tempi, etc.) con le quali ti prendi cura di te stesso?

Quali possibili forme di sostegno potremmo predisporre nel contesto delle nostre scuole e centri?

5. Cosa possiamo fare ora

Progettiamo un'esperienza di formazione/supervisione per i formatori, sostenibile e attuabile durante l'anno formativo.

6. Preghiera

Padre della Vita, Ti prego per tutti i ragazzi e le ragazze che mi sono stati affidati durante questo anno scolastico.

Sento forte l'importanza della mia responsabilità educativa, ma conosco anche i miei limiti e le mie incertezze.

Padre, donami una passione educativa che possa plasmare il mio pensare, il mio progettare, il mio agire; concedimi l'entusiasmo necessario per testimoniare l'amore del sapere, la gioia della collaborazione, la fiducia negli altri; rendimi capace di accogliere, guidare e incoraggiare chi si affida a me ogni giorno; donami la pazienza di attendere tempi educativi che non sono i miei e che tu solo conosci; fa' che la fatica, lo scoraggiamento e l'insuccesso non permettano di chiudermi in me stesso/a, ma mi aprano alla ricerca di prospettive sempre più ampie.

Padre, fammi comprendere che il mio essere un'insegnante è un grande dono.