

Scuola - Salute - Sicurezza
Il burn-out dei docenti

di Franco Carlino

Le continue ed ininterrotte trasformazioni legislative degli ultimi anni, piovute sul mondo della scuola, hanno esercitato sull'organismo dei tanti docenti stimoli dannosi tali da provocarne tensione nervosa e un notevole logoramento sul piano fisico e mentale. Causa per la quale, oggi, ben 3 docenti su 4, secondo un'indagine, si sentono colpiti da *burn-out* facendone, quindi, considerare la cattedra un vero e proprio incubo. A renderlo palese è una ricerca sul disagio mentale, coordinata da Vittorio Lodolo D'Oria, medico ematologo, autore di diversi studi sul "burn-out" e responsabile dello sportello informatico per gli insegnanti. Lo studio molto articolato e complesso necessiterebbe di maggiore spazio, pertanto, mi limiterò a riferire su ciò che può essere utile come apertura di dibattito ed eventualmente ritornare a trattare l'argomento in un mio prossimo intervento.

La ricerca è stata realizzata attraverso la somministrazione di questionari ed ha interessato 5.264 docenti. Il 73% di questi, opportunamente contattati dall'esperto nel corso dei 56 corsi di formazione organizzati in 13 regioni d'Italia, allo scopo di verificare la loro consapevolezza e nel contempo trasmettere loro i metodi per prevenirne il logoramento psico-fisico dovuto all'insegnamento, ha ammesso di sentirsi stressato a causa del lavoro. L'indagine accurata rivela, altresì, che ciò che causa maggiore stress sul lavoro è determinata dagli studenti per il (26%), seguito dal rapporto relazionale che si ha con i loro genitori per il (20%), dai colleghi di lavoro per il (20%) e dal dirigente scolastico per il (2%). La rimanente parte, ossia il 32% crede che molto logorante sia l'insieme delle varie attività relazionali. La ricerca mette in luce altri aspetti. Per esempio il 50%, di quanti hanno ammesso di ritenersi vittima di questa patologia, ha precisato di sentirsi «decisamente» stressato, mentre «moderatamente» lo manifesta il 23%. Inoltre, il 27% dei docenti interpellati afferma di essere «sereno», il 59% fa sapere di sentirsi «in apprensione» e il 13% «in grave stato ansioso». Infine solo un'esigua percentuale pari all'1% dice di sentirsi «indifferente».

Il burn-out è una forma di stress che colpisce soprattutto alcune professioni definite di aiuto, tra cui i docenti, in quanto sottoposte a una duplice fonte di stress: quello propriamente personale al quale si associa anche quello della persona con la quale si instaura la relazione d'aiuto.

Questo tipo di patologia è una sindrome complessa, a volte sotterranea, poco riconosciuta da chi ne è affetto che si manifesta soprattutto attraverso una sintomatologia di affaticamento fisico ed un aumento del consumo di tabacco, ma anche con inappetenza, apatia e perdita di alcune capacità importantissime quali il trasporto affettivo e la capacità di suscitare e comunicare emozioni, il che per un docente è quanto dire, perché si allenta la capacità comunicativa ed interferisce sulla qualità di relazione importantissima per star bene e insegnare al meglio, con pesanti conseguenze e negative ricadute sui destinatari dell'azione pedagogica-didattica-educativa e sulla crescita dei minori, nel nostro caso gli alunni.

Quanto accennato, credo basti per farci comprendere come la professione dell'insegnante sia notevolmente esposta ad un forte logoramento psicologico e che esercitarla nel nostro Paese stressa, soprattutto se si è donna. Quanto viene fuori della ricerca apre a scenari poco rassicuranti.

Infatti, "secondo l'autore dello studio, si fa sempre più probabile l'ipotesi che dietro all'alta incidenza di malattie depressive e neoplastiche tra i docenti (nell'80% dei casi si tratta di tumore mammario a fronte dell'alta presenza femminile nel corpo docente che in Italia ha un'età media di circa 50 anni) vi sia proprio il disagio di stare per decenni dietro la cattedra, nel 99% dei casi senza alcuna prospettiva di carriera". Ciò nonostante, i primi a non rendersi conto dei rischi cui si va incontro sarebbero proprio i docenti. Altro elemento poco incoraggiante, secondo il prof. D'Oria, è rappresentato dal cambio dei rapporti sociali e della vita di relazione a cominciare proprio dalla famiglia, qualche anno fa elemento di cerniera e 'cuscinetto', preposta a bilanciare le tensioni accumulate sul lavoro e a adempiere da ammortizzatore per lo stress. Oggi tale attività presenta

molte lacune e la famiglia, che attraversa tempi molto difficili, è sempre meno considerato quale elemento di riferimento, per la nostra società. In tale contesto, anche il docente diviene sempre più vulnerabile e indotto verso atteggiamenti tipicamente ansiosi.

A conclusione di questo mio primo intervento credo sia necessario fare almeno una dovuta considerazione che scaturisce soprattutto dalla esperienza maturata sul campo. Mi preme precisare che la Scuola quando è interessata da tali forme di logoramento appare poco attrezzata a gestire la situazione che diventa nel tempo difficilmente gestibile, perciò, a volte pensa di risolvere il problema adottando provvedimenti disciplinari, che risultano quasi sempre inadeguati, mentre a mio parere è necessario intervenire preventivamente a monte con una maggiore ed adeguata comunicazione mirata a migliorare il lavoro e a prevenire il possibile disagio, anche se ciò richiede da parte della scuola e dagli enti preposti notevole attenzione, abilità e fatica.