

MESSAGGI IN BOTTIGLIA

IL MALATO NON IMMAGINARIO

di Antonio Corò, da Pragma, 10/10/2003

Sono stanco, affaticato, irritabile e, allo stesso tempo, pronto ad accettare le angherie dei superiori e degli studenti senza profferire parola. Anche con i colleghi mi comporto allo stesso modo: accetto che dicano qualunque stupidaggine, e in generale nei confronti della scuola il mio atteggiamento è diventato distaccato, apatico, ma e volte anche rabbioso.

Non mi fido dei medici, ma, parafrasando Ornella Vanoni – “proviamo anche con i medici, non si sa mai” –, ho fissato un appuntamento con il mio dottore che in tre minuti mi presenta una diagnosi che non mi convince (“si riposi un paio di giorni, e passerà”). Comunque non mi dispiace staccare con la scuola per quarantotto ore e quindi seguo il suo consiglio.

Che faccio in questo primo giorno di riposo? Accendo il computer e navigo. E mi imbatto in un sito (*) dove, in pochi minuti, si squarcia il velo davanti ai miei occhi. È tutto quanto spiegato proprio lì, a chiare lettere:

“Alcune categorie di lavoratori, a causa di fattori stressogeni legati all’attività professionale, sono soggetti a rischio per la sindrome del burnout”. Mastico un poco l’inglese ma non capisco. Su un dizionario trovo che burnout significa “estinguersi”, “spegnersi”, “logorarsi per eccesso di lavoro” o “logorarsi conducendo vita dissoluta”. Escludendo – anche se non mi dispiacerebbe – quest’ultima ipotesi, le altre tre traduzioni incominciano a dare la sostanza del fenomeno da cui mi sembra di essere afflitto. Continuando la lettura scopro altri concetti interessanti. Lo studio Getsemani, analizzando gli accertamenti sanitari per l’inabilità al lavoro svolta dai Collegi Medici delle ASL Città di Milano, dal gennaio ‘92 al dicembre 2001, ha dimostrato che la categoria degli insegnanti è soggetta a una frequenza di patologie psichiatriche pari a due volte e mezzo quella del personale sanitario. Ma da cosa dipende la sindrome del burnout? Incominciamo dai sintomi, sempre prendendo a prestito quanto leggo nel sito: “Ansia, irritabilità, esaurimento fisico e psichico, panico, agitazione, senso di colpa, negativismo, riduzione dell’autostima e della capacità di ascolto.” E ce ne sono altri: “emicrania, sudorazioni, disturbi gastrointestinali, parestesie”. E si può continuare con alcune reazioni comportamentali che vedo spesso anche nei miei colleghi: assenze o ritardi sul posto di lavoro, chiusura al dialogo, ridotta creatività, ricorso a comportamenti stereotipati e sentimento di frustrazione dovuto alla mancata realizzazione delle proprie aspettative

Gli studi compiuti sul burnout degli insegnanti hanno ormai vent’anni ed hanno evidenziato anche la possibilità di perdita del controllo.

Fin qui i sintomi messi in evidenza dallo studio, ma le cause? Quali sono le cause?

Continuo con sempre maggior attenzione, stavo per scrivere ansia, la lettura del testo che mi appare a video e trovo:

la peculiarità della professione, (rapporti con studenti e genitori, classi numerose, conflittualità tra colleghi ecc.), la trasformazione della società in senso multiculturale, le riforme (sognate, fatte, abortite, rifatte, previste e non fatte), il livellamento del ruolo e la nuova esigenza di lavorare in team con gli altri. Tutto vero, però io non sono completamente soddisfatto delle risposte e mi sembra che manchi un tassello importante, quello che può dare completezza al quadro che sta emergendo. E mi rendo conto che una grande parte di responsabilità va addebitata a coloro che sono al governo, coloro che antepongono la realizzazione delle grandi opere o la legge Cirami all’impegno per la formazione delle generazioni future, coloro che non lesinano ulteriori finanziamenti alla scuola privata e nel contempo tagliano quelli per la scuola pubblica. Sì, in fondo le altre cause non sono nuove e sono riuscito a convivere senza manifestare

la sindrome del burnout, anzi, mettendo in evidenza quell'aspetto positivo che i ricercatori americani hanno trovato nella "malattia", cioè un ulteriore stimolo all'azione e il desiderio di modificare, anche in piccolo, il mio contesto lavorativo. Ma in questo caso proprio non è possibile pensare a modifiche dall'interno: la guarigione della mia sindrome dipende in buona sostanza da un'inversione delle scelte politiche nei confronti della scuola. Questa consapevolezza a poco a poco si fa largo, annebbia i caratteri sullo schermo e risulta nella sua completa e reale evidenza.

Domani interrompo la malattia e vado a scuola. Dirò tutto ciò ai miei allievi e tenterò di convincere anche i colleghi. "Quelli" possono pensare di riscrivere i libri di storia, ma non basterà. Certe verità su cosa significhi costruire la democrazia le posso dire anche a voce, razionalizzando la rabbia, e guarendo.

Vedi: www.casadellacultura.it/scuola/01_dati/003_burnout.php