

## **Prof sull'orlo di una crisi di nervi A Milano, primo corso antistress**

**Formazione ai presidi per imparare a riconoscere i segnali del «burnout», il logoramento da insegnamento. Lo sportello: «Ci arriva un caso a settimana»**

**di Alessandra Dal Monte**

Un corso per spiegare ai presidi come gestire lo stress collegato al mestiere di insegnante. Come cogliere i primi segnali, come aiutare i docenti a uscirne, come tutelare la loro salute e il benessere dei ragazzi. Il primo strutturato in questo modo in Italia: gratuito (le spese le ha coperte l'Inps) e approfondito, con 48 ore di lezione in presenza e 32 online. Si è tenuto a Milano nelle scorse due settimane, coinvolgendo oltre 20 presidi lombardi, il ciclo di lezioni «Prevenzione e gestione dello stress lavoro-correlato nella scuola» organizzato dall'associazione Diesse Lombardia. «È la prima volta che si riesce a mettere in piedi un corso completo su questo tema - spiega Vittorio Lodolo D'Oria, medico esperto di "burnout" (esaurimento) nel mondo scolastico e tra i relatori del corso - Lo prendo come un inizio, un segnale di interesse, anche se il problema è tale che iniziative del genere dovrebbero essere attivate in tutto il Paese dalle istituzioni di categoria».

**Lavoro usurante**

Già: i casi in cui gli insegnanti manifestano segnali di stress non sono pochi. Anzi: «Ne vediamo sempre di più, negli ultimi due anni solo qui a Milano ne abbiamo avuti almeno uno a settimana», racconta Anna Di Gennaro, 61 anni, responsabile dello sportello «Io ti ascolto» per insegnanti in difficoltà aperto nel 2010 dall'associazione Diesse Lombardia. Docenti stanchi, stremati, che non riescono più a sopportare il peso del proprio lavoro e sono a rischio «burnout». «Un giorno è arrivata da me una professoressa disperata: da un po' di tempo non riusciva più ad andare a scuola volentieri, la classe la metteva a disagio. Una mattina è sbottata e ha rischiato di fare del male a un'alunna: la goccia che ha fatto traboccare il vaso del suo malessere e l'ha spinto a prendere in mano la situazione», spiega Anna Di Gennaro.

**La legge non rispettata**

Si tratta di una vera e propria patologia professionale, al pari della laringite cronica. Ma mentre questa è riconosciuta dalla legge, i disturbi psichiatrici no. «Non solo: nessuno ne parla, molti insegnanti non sanno nemmeno che la loro mansione può portare a problemi come ansia, depressione, psicosi», continua Di Gennaro. Per questo è necessario fare formazione: «I dirigenti scolastici devono saper riconoscere i segnali dello stress negli insegnanti - spiega Vittorio Lodolo D'Oria - In realtà sarebbero obbligati a farlo per legge: il

decreto 81 del 2008 impone ai datori di lavoro di monitorare il benessere del personale e di mettere in campo strumenti di prevenzione. Ma poiché lo Stato non ha mai stanziato risorse effettive, alla fine nessuno lo fa». Il risultato è un corpo docente sempre più stanco e provato: «Mi occupo di patologie da stress nella scuola dal 1992 – continua l'esperto - e in questi 20 anni le cose sono peggiorate tantissimo. Il ruolo dell'insegnante non è più confinato alla pedagogia, ormai il docente ha in carico anche l'educazione dei ragazzi visto che le famiglie sono assenti. Poi però i genitori sono sempre pronti a difendere i figli, mettendo l'insegnante sotto un fuoco incrociato di ruoli e di problemi».

«Vittime» trasversali

In questi anni anche la considerazione sociale degli insegnanti è peggiorata: «Vengono visti come dei fannulloni che fanno tre mesi di vacanza l'anno, gli stessi alunni li prendono in giro per il loro status. Questi stereotipi sono così forti che qualcuno addirittura si vergogna di dire che fa l'insegnante», aggiunge Anna Di Gennaro. Insomma, l'insieme dei fattori è davvero esplosivo e lo stress colpisce duro, indistintamente. «In media i problemi insorgono dopo 20-25 anni di servizio, a un'età di oltre 50 anni, per uomini e donne in egual misura - dice il dottor Lodolo - Questa parità dimostra come quello dell'insegnante sia davvero un mestiere logorante, perché normalmente in questa fase dovrebbero essere le donne, in menopausa, a soffrire di più di stress. Dunque non si può più fare finta di nulla».

4 marzo 2015 | 10:56