DOPPIOZERO

Vacci piano prof

Daniele Martino
2 Aprile 2024

Un professore che si avvicina alla pensione non è circondato di gran rispetto; “la saggezza dell’anziano” resiste se l’anziano continua a darsi da fare come un matto, cercando un poco di attenzione nel formicaio dell’informazione; deve fare post, scrivere libri, deve guidare complessi progetti che nessun giovane collega intende pilotare perché gli costerebbero un mare di tempo e una goccia di compenso una tantum a settembre, una miseria al netto delle trattenute. Non si è circondati di stima o di ascolto, in quanto portatori di qualche sapienza utile, perché ogni docente lotta quotidianamente per tornare a scuola domattina, e ciascuno si fabbrica la sua sopravvivenza, che in pedagogese viene definita “strategia”. Nessuno può fare passi falsi, o verrà implacabilmente sottoposto a procedimenti disciplinari dal dirigente scolastico e dai suoi collaboratori, o da colleghi che intendono compiacere gli uni e l’altro, ossessionati da quel che occorre fare per non avere guai, o che è opportuno fare per avere quella compiacenza che servirà per un permessino o per un ponte un po’ più lungo, ogni tanto.

Resistere trent’anni

I docenti che conosco, prossimi alla pensione, sono gonfi di stanchezza, di scetticismo, di remi in barca, ma possono ormai sbottare in omeriche risate, possono provare tenerezza per i giovani colleghi e per gli studenti. Francamente, pensare che un collega di 35 anni dovrà insegnare per altri trent’anni prima di tagliare il traguardo inorridisce. Il dispendio di energia psichica che costa ogni mattinata o giornata a scuola non è comprensibile da chi non faccia questo lavoro. C’è uno svuotamento dinamico (quello che viene dalla interazione con le classi) e c’è uno svuotamento avvilito (quello che spompa con le riunioni, le circolari, i rischi legali, gli attacchi di genitori pieni d’odio “a prescindere” verso i docenti…). Se dovessi scrivere come Rilke al giovane Kappus, o come Lincoln al maestro di suo figlio, o come don Milani a una professoressa, avrei talmente tanti consigli da dare e da non dare che la lettera potrebbe essere lunga 500 pagine, o completamente bianca, vuota, sostituita da un abbraccio e da un sorriso, e dal motto che ho messo a punto per me, per sopravvivere ancora qualche anno: “Vacci piano”. Senza esclamativo, tranquillamente.

L’arte, giorno per giorno

Gaetano Cotena è psicologo, psicoterapeuta e docente di Scienze umane. Per De Agostini/UTET ha pubblicato la riedizione del suo *Insegnare senza farsi male*, e il nuovo *Quello che gli studenti non dicono*. In Italia nel 2024 gli unici docenti veramente preparati al mestieraccio sono i neolaureati in Scienze della Formazione Primaria, i nuovi maestri. Studiano cinque anni, e molta della loro formazione è già spesa in esperienze di tirocinio sul campo: non solo libri ed esami, ma lavoro con i bambini, conoscenza della realtà della scuola primaria del loro territorio, interazione interessante o tremenda con i colleghi già di ruolo. Per Cotena è impensabile che qualsiasi docente possa cominciare ad insegnare se non ha fatto prima un tirocinio sperimentale. E ha ragione. Insegnare o educare? Insegnare ed educare? Educare insegnando? Oggi cosa occorre per rendere sensato il tempo di un minorenne in una classe? Per non essere divorati dal burn-out?

formazione docenti

Gaetano Cotena

Prefazione di Laura Parolin

INSEGNARE SENZA FARSI MALE

Le competenze emotive e relazionali del docente e la prevenzione dello stress in classe

Il portato emotivo del contatto quotidiano con decine di minorenni è gigantesco: non c'è un solo istante, non c'è una sola interazione che non metta in gioco chi sono io, cosa faccio io, come mi vedono e percepiscono loro, e cosa accettano di me docente adulto, che per loro sono "la scuola", il primo mondo reale che frequentano al di fuori del teatrino iperprotettivo e fanatico delle minifamiglie piccolo-borghesi. I libri di Cotena sono brevi, e molto pratici: danno suggerimenti utilizzabili. Ne ho memorizzati alcuni che ritengo di importanza capitale per me e per tutti coloro che da poco sono entrati nel mestiere e soffrono le prime disperazioni serali; scrivo un mio *Manoscritto trovato a Baltimora*:

Non perdere mai le staffe, ovvero, non ingaggiare duelli sfidanti con un allievo che si oppone a te o a tutto; maneggiare la tua rabbia ti permette di maneggiare poi la rabbia altrui; non è mai in gioco il tuo "Ego", il tuo valore, ogni istante: ogni istante avrà le sue regole e il suo contesto, e non sarai mai né meraviglioso né pessimo;

(Cotena chiama "situazioni elastico" i buchi neri di stress dove possiamo finire in casi del genere; il buco nero più frequente, anche tra colleghi adulti, è quello che nel 1968 Karpman ha definito come "triangolo vittima-salvatore-persecutore", ovvero un loop di emozioni sragionanti e di vendette pulsionali che può portare a veri e propri disastri ambientali).

Non svalutare, deridere, motteggiare MAI uno studente; c'è sempre una piccola sfaccettatura del suo poliedro che puoi ammirare, motivare, incoraggiare; chiedi, entrando in classe: "come state?", "come va?" senza partire come un treno a testa bassa nella didattica del giorno; entra, guardali, attendi che si calmino e ti vedano, sorridi, e fatti percepire come un nuovo player nel gioco.

Ascolta, se richiesto di ascolto, ma non dare mai consigli, ripeti piccoli mantra come "ti capisco", "c'è qualcosa che posso fare per te?", non affondare nella relazione 1:1 motivato dalla tua sindrome "io ti salverò"; ne verresti stritolato a boomerang, perché lo studente si sentirà invaso e ti rigurgiterà, prima o poi; non puoi cambiare nessuno neanche con un caring generoso; noi lanciamo salvagenti.

Regola fondamentale è "non nuocere"; impara che nel lavoro del docente l'accadere più importante è l'imprevedibile, il non programmabile, dentro cui ti troverai sempre senza un copione. Se qualcosa di inopportuno accade devi chiedere a lui o lei "perché lo stai facendo?", "perché hai detto questo?" Chiunque si risveglia a quel punto alla consapevolezza del suo agito.

Se vogliamo danzare un po' di emotività con i nostri allievi occorre masticare bene qualche accorgimento: i ragazzi hanno diritto di parlare, di esprimersi, di dialogare, ma il nostro ruolo sarà «stare alla giusta distanza» per indicare cosa sia una "buona vita" costruita da noi per noi, giorno per giorno.

Ha scritto una studentessa liceale, in un questionario somministrato da Cotena:

Vorrei che il docente sapesse apprezzare le piccole cose di noi alunni, non pensare alle grandi cose e solo se abbiamo capito o meno. Vorrei che sapesse apprezzare ogni piccolo gesto che facciamo, che non si fiondi in classe a fare subito l'appello. Io personalmente, quando entra un prof, vorrei sempre chiedere "come sta?" "Cosa ha fatto ieri?" "È stanco?" perché secondo me non sono solo dei professori, ma sono delle persone con cui passiamo la maggior parte del tempo. E sapere se è stanco o stressato farebbe piacere alla classe, perché si entrerebbe in una relazione dove ci si sente a casa perché siamo tutti esseri umani e tutti abbiamo delle difficoltà, non solo noi alunni, ma dovrebbe sapere anche come stiamo noi alunni, perché abbiamo tutti molte difficoltà, a seconda dei periodi, e sentirci appoggiati da un prof non ci farebbe sentire soli.

Un abbraccio per il vecchio prof

Gli ultimi miei tre mesi a scuola sono stati molto tristi, deludenti. Sono stato assente più volte per periodi di malattia. Tornavo e non avevo le forze. Resistevo qualche giorno e poi mi fermavo di nuovo. Uno di quei giorni stavamo parlando di disciplina, di studio, di dovere… e io – spossato – fissando il vuoto ho detto: "Credo di essere diventato pigro…" Una studentessa prontamente ha detto: "No, prof! Lei non è pigro, lei è solo stanco!"; quanto delicata, gentile, compassionevole, empatica, è stata con me quella ragazzina? Giorni

dopo, quando sono tornato con energie ritrovate, sempre lei è venuta ad abbracciarmi mentre stavo seduto alla cattedra. È difficile che questo si possa insegnare in un corso universitario, o verificare in una prova concorsuale. Ma nella “Lettera a un giovane professore che deve arrivare alla pensione” la metterò, ‘sta storiella.

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio è grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto.
Torna presto a leggerci e SOSTIENI DOPPIOZERO

---

formazione docenti

Gaetano Cotena

Prefazione di Laura Parolin

QUELLO CHE GLI STUDENTI NON DICONO

Dalle loro parole alla costruzione dell'intimità emotiva in classe