

Articolo tratto dal numero n 71 marzo 2017 de <http://www.lascuolapossibile.it>

## Docenti resilienti, competenti ed empatici

### Diventare "supereroi" per salvare se stessi e gli altri

*Inclusione Scolastica - di Presutti Serenella*



Molto spesso in questi ultimi anni nel ruolo di Dirigente scolastico mi sono imbattuta in problemi di **"tenuta emotiva"** nell'ambito del contesto scolastico, dove per *tenuta emotiva* si intende la capacità di identificare, affrontare e trovare soluzioni a problemi complessi con implicazioni emotive ed affettive delle persone che nella scuola ci vivono e/o ci lavorano.

Problematiche di questo tipo sono riconducibili a tutti gli episodi identificati come bullismo, per esempio, che riguardano direttamente i bambini, i ragazzi e le loro famiglie.

Ma le problematiche con implicazioni emotive riguardano anche e sempre più spesso i Docenti, i Dirigenti e gli altri operatori della scuola.

Situazioni "esplosive", così definite spesso dai Servizi sociali e dagli esperti di settore, sono vissute nelle classi quasi quotidianamente, richiedendo un'altissima capacità umana e professionale di risposta; si tratta di comportamenti aggressivi, nei confronti di se stessi e degli altri, mal gestiti, che hanno origine nei diversi sistemi famigliari e/o alimentati da modalità relazionali sbagliate all'interno delle classi.

Le complesse dinamiche che scaturiscono dalle *intemperanze*, se non addirittura *incontinenze*, emotive hanno radici profonde nelle esperienze di crescita di ognuno di noi, con particolare attenzione al **processo di attaccamento, perdita e separazione**, come emerso dagli studi di **John Bowlby**, psicologo e psicoanalista britannico (Londra, 26 febbraio 1907 - Isola di Skye, 2 settembre 1990), che ci ha dimostrato la necessità di esperire una **"base sicura"** nella costruzione delle relazioni affettive, per poi essere in grado di separarsi e affrontare nuove relazioni e stabilire nuovi legami in modalità positive ed equilibrate.

La base sicura è rappresentata dalla madre *in primis* per i bambini molto piccoli, e dai legami famigliari che sperimentiamo nell'infanzia e nell'adolescenza; le basi sicure, nell'accezione più generale e forse più rispondente all'evoluzione sociale in atto, possono essere le figure adulte significative che incontriamo sul nostro cammino di crescita e le relazioni che riusciamo a stabilire con queste.

E' interessante soffermarci a questo proposito sulla capacità di resilienza presente nei bambini e negli adulti, in ambito scolastico, per affrontare e risolvere positivamente problematiche, anche molto serie, che emergono da avvenimenti negativi.

**La Resilienza**, sostantivo femminile, secondo la definizione dell'Enciclopedia Treccani: *"nella tecnologia dei materiali, la resistenza a rottura per sollecitazione dinamica, determinata con apposita prova d'urto; prova di resilienza; valore di resilienza, il cui inverso è l'indice di fragilità..."* ha anche origini etimologiche dalla lingua Latina, *resilio*, rimbalzare, tornare indietro...da cinquant'anni circa *viene utilizzato dalle Scienze Umane, per indicare "quelle persone che, nonostante nella vita abbiano subito un "urto", abbiano cioè dovuto affrontare situazioni traumatiche di varia natura e intensità, hanno vissuto in seguito in modo inaspettatamente "positivo" senza incrementare fattori di rischio o giungere ad esiti psico-patologici"* (IUS M., MILANI P., 2011, pag.7)

**Vivere in modo inaspettatamente positivo**, per giunta riuscendo a non incrementare fattori di rischio e senza sviluppare un profilo psico-patologico è un comportamento resiliente, ma non è il risultato di una formula magica, piuttosto di un'alchimia di elementi propri dell'individuo e del sistema sociale; gli approfondimenti scientifici che hanno studiato questi aspetti ci riconsegnano un quadro di interazione "tra l'insieme di fattori (genetici, individuali, famigliari e ambientali) presenti prima, durante e dopo l'evento stressante che confluisce in un esito globale positivo" (op.cit., pag 7)

Quindi i resilienti non sono persone speciali, dotate di magici poteri, né tantomeno si tratta di supereroi; la capacità di resilienza si può coltivare e implementare, come altre risorse umane, interne ed esterne, presenti nelle nostre realtà.

Anche in quella che ci appare la più difficile, possiamo provare ad attivare tutti quei fattori di protezione per la crescita dei bambini, delle loro famiglie e delle comunità a cui appartengono. *"Nell'interiorità di ogni individuo, il trauma si trasforma in qualcosa di radicalmente diverso da quanto ci sarebbe potuto aspettare"*, dice **Massimo Ammaniti** nell'introduzione al libro di **Richard Mollica**, psichiatra statunitense tra i massimi esperti del trattamento della sindrome post-traumatica da stress, e studioso dei processi di resilienza, direttore dell'Harvard Program in Refugee Trauma, uno dei primi dedicati alle vittime di torture e violenze di massa, come le guerre. (MOLLIKA R.F., 2006, *Le ferite invisibili*, Milano, Il Saggiatore, pag.15)

Ancora Ammaniti sottolinea come la forza di persone fortemente provate (come per esempio i sopravvissuti allo tsunami) che trasformano il loro indicibile dolore in energia per andare avanti, utilizzano una forza non misteriosa, che è il potere biologico, psicologico e sociale dell'autoguarigione. Nessuna situazione difficile è senza soluzione, neanche i più terribili drammi, dunque...

I Docenti e tutti coloro che operano nelle scuole possono imparare la resilienza, allenando le sensibilità personali e il confronto all'interno dei contesti professionali e di vita; **nessuno si salva da solo, ma da solo può iniziare a fare il primo passo.** Ognuno poi, per competenza e per ruolo, può svolgere la sua parte nella costruzione di una risposta collettiva; è utile però conoscere la possibile interazione dei fattori di protezione nella crescita di un individuo, senza per questo giungere a conclusioni deterministiche...molto dipende appunto dalla combinazione di molti elementi tra loro.

**Norman Garmezy**, psicologo dello sviluppo dell'Università del Minnesota, suggerì attraverso le sue ricerche con gruppi di bambini svantaggiati socialmente una **tripartizione di questi fattori, individuali- famigliari -ambientali**, che possono rappresentare un punto di riferimento molto interessante in ambito scolastico, anche dal punto di vista dell'adulto- educatore resiliente- resistente. Di fronte alle situazioni più difficili, può intervenire mettendo in campo comportamenti intenzionali atti allo sviluppo di resilienza, accompagnando con una sorta di tutoraggio questi complessi processi di crescita.

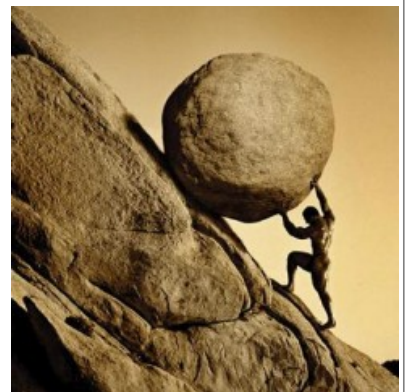
Tali comportamenti professionali possono essere riconosciuti in azioni riconducibili a:

- accogliere, dedicare tempo, riconoscere e conoscere;
- essere presente stabilmente e costantemente nel tempo educativo;
- valorizzare, stimolare capacità e curiosità;
- favorire le domande, accoglierle per ricercare insieme i significati sottesi;
- ascoltare con empatia, dialogare, favorire le forme di racconto, in particolare il racconto delle emozioni;
- ri-costruire la storia (ogni vita merita un romanzo);
- ricostruire e ricercare nuovi significati;
- raccontare storie che offrono modelli positivi;
- favorire il sostegno- tutoraggio tra pari;
- favorire il vivere momenti piacevoli tra adulti e bambini;
- ricercare momenti informali di scambio e di relazione con il gruppo;
- affiancare e non sostituirsi;
- agire a sistema, in rete con altri.

Nello scorrere la lettura di questi elementi, una riflessione si pone come prioritaria: *nulla di tutto questo non avviene già nei contesti educativi scolastici, quindi non esiste nulla di sconosciuto, che già non sia stato esperito e soprattutto non c'è nulla di straordinario in nessuna di queste azioni.*

**Cosa fa la differenza? Cosa rende possibile un intervento positivo, un esito felice piuttosto che un insuccesso?**

La risposta non può essere univoca, non può esistere come ricetta assoluta e panacea di tutti i mali; la risposta professionale vincente è soprattutto prima una risposta umana, fallace e correggibile. E' la combinazione, l'alchimia degli elementi che rende possibile un successo piuttosto che un insuccesso. E' il modo come mi pongo che





sopravanza l'importanza dei contenuti; è l'arte dell'incontro che viene esercitata innanzi tutto.

*"La forza interiore è la protezione più potente che hai. Non aver paura di assumerti la responsabilità della tua felicità". (Dalai Lama)*

Serenella Presutti, psicopedagogista e counsellor, Dirigente scolastico dell'I.C. via Padre Semeria di Roma