

14 settembre 2020



## Scenari

# Scuola, i consigli a insegnanti e studenti contro ansie e paure da rientro

Come affrontare con serenità regole complesse? Come riallacciare la relazione con gli studenti? Ecco le risposte della psicologa Emanuela Confalonieri

Servizio di Chiara Di Cristofaro



Mai come quest'anno la ripartenza dell'anno scolastico porta con sé ansie, paure e incertezze. La riapertura delle aule, iniziata già da qualche giorno per i bambini più piccoli, prosegue in questi giorni per le scuole elementari, medie e superiori, tra rigidi protocolli di sicurezza anti-Covid e le emozioni contrastanti di chi rimette piede in aula dopo oltre sei mesi di anomala chiusura. Ansie e paure dei genitori, tra chi ritiene che le misure siano eccessive e chi pensa che andare a scuola sia troppo rischioso in termini sanitari, ma ansie e paure anche degli insegnanti, che si ritrovano con responsabilità nuove e inedite.

### La «doppia paura» degli insegnanti

«Per gli insegnanti le paure sono doppie quest'anno: ci sono quelle legate alle procedure organizzative, certo, ma anche e soprattutto quelle relazionali e didattiche». **Emanuela Confalonieri** è psicologa e docente in Psicologia dello sviluppo e dell'educazione presso l'Università Cattolica di Milano e nelle ultime settimane ha lavorato con docenti e insegnanti prossimi al rientro, proprio per gestire un momento complesso e difficile come questo. «La prima paura - ci racconta - è quella di riuscire a gestire dal punto di vista organizzativo la situazione tra ingressi, uscite, distanze, mascherine e via dicendo. Ma soprattutto i docenti che tornano in classe si chiedono, e ci chiedono, **come accogliere i bambini e i ragazzi**, superato l'aspetto della sicurezza. Come si ricrea il gruppo, come si sopperisce a riti e modalità e usanze che non possono essere riproposti, come riavviare e riannodare quel filo rosso che lega la classe». Molto, sicuramente, dipenderà anche da quanto quel filo si sia mantenuto attivo nella fase di lockdown, da che tipo di relazione c'è stata con gli allievi in quel momento.

### La psicologa: «Non dimentichiamo che gli adulti siamo noi»

«È un momento stressantissimo per tutti», sottolinea la professoressa Confalonieri, che è anche una delle voci della campagna *Lo Psicologo Ti Aiuta* dell'**Ordine degli Psicologi della Lombardia**. Stressante, però, soprattutto per gli adulti. «I ragazzi e i bambini sono più malleabili di noi - mette in evidenza Confalonieri - e non dobbiamo dimenticare mai che siamo noi gli adulti. Nei panni di un insegnante, se anche so di avere dei limiti imposti

su ciò che posso fare e che penso di riuscire a fare, è il momento di far sentire ai miei studenti che ce la facciamo. Che c'è molto che possiamo fare».

### **«Pensiamo a ciò che abbiamo, non a ciò che abbiamo perduto»**

La priorità per tutti, quindi, deve essere fare il possibile affinché i bambini e i ragazzi abbiano la possibilità di continuare ad andare a scuola. «È inutile - sottolinea la professoressa - ricordare ciò che si poteva fare “prima” e che ora non si può più. Concentriamoci su tutto quello che si può fare, che è tantissimo». Anche per gli insegnanti, quindi, come per i genitori, vale la regola secondo cui **«più l'adulto è sereno, più lo sono i bambini e i ragazzi»** in un circolo virtuoso che crea un clima costruttivo. «Siamo noi adulti a fare la differenza, - chiosa la psicologa - siamo noi, insegnanti e genitori, a dover dare un messaggio positivo. E a gestire le nostre ansie e le nostre fatiche».

### **Garantire la possibilità di andare a scuola come priorità**

Questo non significa negare le difficoltà, che ci sono, ma non vanno riversate sugli alunni o sui propri figli. Va ricordata la priorità: garantire il diritto allo studio, all'educazione e anche alla socialità, le dimensioni fondative e centrali della scuola, seppur con la rigidità delle regole anti-Covid. In questo, «ogni scuola ha la sua storia, ma abbiamo visto una grande attivazione di tutte le scuole di ogni ordine e grado e questo dovrebbe far superare anche questi primi momenti difficili». Secondo la professoressa è importante evitare che situazioni di fragilità, di difficoltà, in cui la povertà educativa è aumentata a causa della mancanza della scuola, peggiorino ulteriormente. «Soprattutto per questi bambini, ma non solo per loro, tornare a scuola significa garantire di nuovo un'occasione di crescita. Per alcuni significa tornare a respirare, è nostro dovere tenerlo presente», conclude Confalonieri.