

INCONTRO ONLINE

## «Impegno per migliorare la situazione» gli insegnanti riflettono sulla resilienza

● «L'atteggiamento mentale ottimista non è "andrà tutto bene", perché questo purtroppo non lo possiamo sapere. È tenere a mente che in qualunque circostanza, anche nella più difficile, c'è qualcosa che io posso fare per rendere la situazione migliore, per me o per gli altri». Questa è la resilienza, che è stata anche il tema del webinar organizzato dalle associazioni Genitori Piacenza 4, Oratori Piacentini, LabOratorio di Strada ODV, in collaborazione con il gruppo di formatori degli Educatori di Strada.

«Dal 2012 ogni anno teniamo



Marco Piccoli, uno degli educatori di strada intervenuti nel webinar

un incontro con gli insegnanti - spiega il relatore Maurizio Iengo, psicologo, psicoterapeuta e responsabile degli EdS - insieme al mio team quest'anno abbiamo deciso comunque di farlo, proponendo una versione online». Ma la partecipazione è rimasta invariabilmente numerosa: 250 docenti dalle scuole di Piacenza e provincia si sono iscritti alla videoconferenza, per ricominciare le lezioni con la più positiva delle predisposizioni mentali.

«Ci siamo basati sugli studi della psicologia positiva del dott. Martin Seligman, il nostro atteggiamento mentale influisce per forza di cose sul nostro comportamento e anche senza volerlo lo trasmettiamo a chi ci sta intorno: ai nostri figli, alunni e colleghi. Così come i bambini che non sento-

no parolacce dei genitori saranno meno inclini a dirle, anche noi siamo influenzati e influenziamo gli altri con il nostro atteggiamento mentale». L'atteggiamento di una persona resiliente non è quello di chi aspetta che le cose vadano bene, è quello di chi si adopera laddove sia possibile, per migliorare la situazione. «Un esempio che ho portato al corso è un estratto di "Uno psicologo nei lager" di Viktor Frankl, dove viene riportata la sua importante testimonianza: "Noi che abbiamo vissuto nei campi di concentramento possiamo testimoniare di persone che percorrevano le piazze d'armi o le baracche, dicendo una buona parola o regalando l'ultimo boccone di pane. Potrebbero essere stati pochi, eppure costituiscono una prova sufficiente a dimostrare che

all'uomo si può togliere tutto, eccetto una cosa sola, l'ultima libertà umana: quella di scegliere in ogni circostanza la propria vita"».

Il corso è dunque servito ai docenti a diventare consapevoli del proprio attuale atteggiamento mentale, «L'istinto porterebbe a reagire e a pensare in un certo modo, ma posso modificare un comportamento? Fortunatamente sì, il lavoro psicologico ci aiuta a comprendere i modi che abbiamo per cambiare i nostri vari punti di vista, incontrandone di altri e ampliando quelli che già abbiamo».

A metà anno, chi vorrà potrà partecipare ad un secondo incontro per verificare in che modo i consigli degli esperti siano stati applicati concretamente.

—Riccardo Foti