

---

*Recensione a cura di Paolo Torresan*

AUTORI: **S. Mercer; H. Puchta**

TITOLO: ***Sarah Mercer and Herber Puchta's 101 Psychological Tips***

CITTÀ: **Cambridge**

EDITORE: **Cambridge University Press**

ANNO: **2023**

Probabilmente qualche lettore/lettrice avrà visto di recente il film "La sala dei professori", ambientato in una scuola media tedesca. Avrà probabilmente simpatizzato per l'insegnante-protagonista che, benché faccia leva su una metodologia che prevede un coinvolgimento attivo degli allievi, si trova invischiata in un serie di contrasti violenti sia con i colleghi che con l'amministrazione, che, infine, con gli studenti. Come all'interno di un gioco di specchi, la realtà pare riflettersi in immagini che divergono: per il lampo di un secondo si fa strada il dubbio, nella stessa docente, di non avere una percezione corretta delle cose.

Tuttavia si direbbe che lei ha sbagliato poco nelle sue azioni. Parrebbe, al contrario, che gli errori siano stati gli altri a farli, e che lei malauguratamente sia la vittima del caos che ne deriva. Eppure.

Eppure c'è qualcosa che non va. Ciò che le può essere imputato è infatti l'eccesso di zelo, nella forma di una difficoltà (o incapacità) a porre dei limiti. Si arriva, così all'assurdo, che lei stessa non acconsenta alle misure restrittive prese dalla scuola nei confronti del ragazzo che le ha arrecato dei danni. Lo spettatore-docente può sentirsi diviso: se opera in un contesto scolastico simile a quello descritto nel film, sa che non può agire come la protagonista, ma gli è impossibile tutto sommato giudicarla negativamente.

Vi è, insomma, del realismo nella pellicola. Il rischio di essere travolti in vortici emotivi tra le mura di una scuola è reale per molti docenti.

Sarah Mercer e Herbert Puchta, insegnanti di inglese con una solida formazione psicologica, offrono *tips* ("consigli") ai colleghi perché ciascuno possa vivere il proprio mestiere, senza il rischio di incorrere nel *burnout*.

La prima sezione del libro riguarda proprio il *benessere* dell'insegnante. In effetti, se un docente non sta *bene* con se stesso/a come può insegnare *bene*? Lo sfinimento psicofisico fa sì che i contenuti arrivino agli alunni come filtrati da un vetro opaco, gravati da una sensazione di pesantezza.

Oltre al benessere del docente, il volumetto ha per tema la gestione della classe e lo sviluppo dell'autonomia del docente. Entrano in gioco, a tal proposito, nozioni-chiave della psicopedagogia: metacognizione, ricognizione delle credenze, consolidamento dell'autostima, ecc., unite a pillole di saggezza in termini di *classroom management*: l'importanza del contatto visivo con gli alunni, l'uso meditato del silenzio, la rotazione dei compagni nel lavoro di coppia, l'uso di stimoli visivi – come poster e cartelloni – nella parete di fondo dell'aula, affinché non distraggano, e così via.

Diverse pratiche suggerite nel libro sono pure illuminanti; ne citiamo un paio:

- al fine di potenziare la ritenzione delle informazioni, si può chiedere agli studenti di scrivere 6 parole della lezione precedente di cui hanno ricordo e di formare delle frasi con esse (*tip 99*);
- per sostenere un atteggiamento positivo e proattivo, si può stimolare la classe alla formulazione periodica di frasi in cui ciascuno esprime la propria gratitudine per quanto imparato; le frasi possono essere depositate in un contenitore e lette a fine corso (*tip 83*);
- onde accrescere l'autostima in generale, ogni allievo può essere invitato a riflettere sui propri punti di forza (*tip 75*)

Nel complesso il volume costituisce un quadro di riferimento utile. Un consiglio che rivolgiamo a chi si appresta ad acquistarlo è di non leggerlo tutto d'un fiato per poi riporlo nella libreria. L'insegnamento che vi è trasmesso sarà tanto più efficace quanto più il docente che vi trarrà ispirazione ritornerà sui *tips* e li trasformerà in comportamenti e quindi, con il passar del tempo, in abitudini.