

Marga Lalande Castro

Psicòleg (UB). Post Grau en Salut Mental per la Fundació Bosch i Gimpera (UB)
Formadora de Salut del Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya
Membre de la xarxa assistencial de l'àrea psicològica de l'Associació catalana de víctimes d'organitzacions terroristes (ACVOT. Creu de Sant Jordi 2007)
Núm. 47 COPC Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya

Burnout

El col·lectiu docent, l'encarregat de "construir" acadèmica i culturalment les persones del futur, juntament amb les famílies, pateix des de fa anys els efectes del **burnout** o "**estar cremat**".

El **burnout**, no és exclusiu dels mestres i professors/es sinó que el pateixen altres professionals de la societat actual, cada cop més condicionada per la competitivitat, la pressió del mitjans de comunicació, i la cultura de voler que tot sigui immediat.

Darrerament, un altre factor s'afegeix, i és la davallada que la figura del mestre, que abans feia por, per tant basada més aviat en una cultura autoritària, i que posteriorment, com un mecanisme dicotòmic, col·loca la figura docent a l'altre cantó, passant de ser l'autoritat, a prendre cos de "col·lega" amb l'alumne.

Com totes les generalitzacions, cal fer justícia i ser objectius, per tant, no caure en creences limitadores: és a dir, ni abans tots els professors/es eren autoritaris, ni després van ser tots tots i massa flexibles.

Tant és així que havia i hi ha autèntics gurús, mestres que van deixar i deixen la seva empremta...positiva. Però la realitat és una altra:
Actualment, cada cop és més freqüent l'afluència de professors a la formació en tècniques d'estrés, en aprendre habilitats socials que els facin tenir més credibilitat davant els alumnes i també davant els pares i mares.

Són aquestes, les famílies, les encarregades de transmetre els valors segons l'estil d'aquella família, segons les seves creences, i aquest fet ningú no l'hauria de qüestionar.

Però el que sí hauria de ser «de calaix» és que sempre hi haurà valors que són indiscutibles, com ara el respecte, la solidaritat, l'esforç per aconseguir allò que volem...

De res serveix dotar als professors de tècniques per mitigar el seu estrés i els alts nivells d'ansietat que s'estan detectant, de res servirà intentar racionalitzar **la por** que et manifesten quan s'acosta el dilluns i han d'anar al centre educatiu a treballar.
De res servirà, en definitiva, si després es troben sols, i lligats de mans i peus.
És un projecte col·lectiu de famílies, de l'administració educativa i dels mestres, el tornar a dignificar la professió.

Les novetats referents a la conversió dels estudis de mestre en 4 anys, l'actualització del CAP (Curs de capacitació pedagògica-ara CQP) són esperançadores.
L'aplicació de les noves tecnologies són un altre recurs que s'hauria d'anar incorporant a les aules per garantir un millor nivell d'atenció per part de l'alumnat.



Però no hi ha suficient: s'ha de tornar a transmetre des de les famílies i des de ben petits als nens i nenes, que els seus professors i professores seran els seus guies durant uns anys i com a tals guies, els haurem de respectar.

A la ponència es plantejaran les queixes més freqüents, les situacions més temudes per part del professorat i també part de les causes, així com les fonts d'estrés i quines propostes de millora es poden plantejar a curt i llarg termini.

Barcelona, 18 de juliol de 2007