

Lessico del disagio

Renato Vignati

23-06-2003

Perché è necessario acquisire competenze emotive e sociali?

In quale misura le abilità emozionali costituiscono una risorsa irrinunciabile per prevenire il disagio e promuovere il benessere?

Come può essere realizzato un programma di educazione alle emozioni? Come sviluppare l'intelligenza del cuore?

Per rispondere alle domande, è utile iniziare da una osservazione che considera l'interazione dei processi razionali con le esperienze emozionali: *"...in un clima favorevole alla crescita, l'apprendimento è più profondo, procede più rapidamente...perché nel processo è investita l'intera persona, con sentimenti e passioni al pari dell'intelletto"* (Rogers, 1978).

Nell'ambito scolastico, appare evidente il ruolo centrale che i processi affettivi giocano nell'organizzare l'esperienza e il comportamento. In ultima analisi, *"...non si dà apprendimento senza gratificazione emotiva..."* (Galimberti, 2001).

Tuttavia, la concezione di una scuola e di un sistema didattico in sintonia con l'espressione dei bisogni e dei sentimenti, fondata sull'empatia e l'ascolto, sul clima relazionale che favorisce la crescita completa della persona e la risoluzione dei conflitti interpersonali, trova difficile realizzazione e incontra molti ostacoli sul suo cammino (Rogers, 1973).

Non mancano, in ogni caso, segnali positivi provenienti da programmi innovativi e da esperienze formative che mostrano come sia possibile costituire dei percorsi educativi validi per promuovere la conoscenza di sé e prevenire le manifestazioni di disagio e di malessere emozionale giovanile.

Nello sviluppo del corrente articolo sarà presentato, nelle sue linee essenziali e negli esiti, un **programma di alfabetizzazione emozionale**, realizzato presso una scuola superiore con la finalità di consentire agli studenti di esplorare il mondo delle emozioni e di apprendere le competenze che costituiscono l'Intelligenza Emotiva.

Siamo gli studenti della classe IBg dell'istituto geometri Carducci Galilei di Fermo ed abbiamo intrapreso questo progetto insieme alla professoressa Ercoli Beatrice, docente coordinatrice del progetto, ed insieme al dott. Renato Vignati. Abbiamo approfondito le nostre emozioni ed abbiamo capito le cause da cui esse sono generate, rendendoci più consapevoli dei nostri stati d'animo nelle relazioni con gli altri. Abbiamo interagito insieme all'esperto con le nostre opinioni e siamo stati molto contenti di questo servizio che ci ha reso la scuola e ci auguriamo che questo progetto possa essere intrapreso da altre scuole. Saremo contenti di aumentare il tempo di questo progetto per incrementare il coinvolgimento di un maggior numero di alunni
4 giugno 2003

Da psiconline.it