



Periodico italiano

■ **TECNOLOGIA**

**La tirannia  
dell'algoritmo**  
*La regolamentazione  
delle nuove tecnologie*

■ **ESTERI**

**Il Mediterraneo  
allargato:**  
*l'approfondimento  
geopolitico*

■ **CINEMA**

**Peppi Corsicato**  
*Il regista racconta  
'L'arte viva  
di Julian Schnabel'*

A close-up photograph of two hands shaking, symbolizing agreement or partnership. The hands are positioned in the center-right of the cover, with one hand appearing to be from a child or smaller person, and the other from an adult. The background is blurred, showing parts of white and blue clothing.

# Il bambino CONTESO





























### Con le emozioni si studia meglio a scuola

«**Come ti senti?**». Una domanda aperta, semplice, spesso abusata «**ma di cui** - spiega Peter Salovey, rettore della Yale University, negli Stati Uniti - **non ascoltiamo mai attentamente la risposta**». Una domanda che è alla base degli studi sull'intelligenza emotiva e dell'apprendimento sociale ed emozionale. «**Imparare a gestire le emozioni, controllandole ma non reprimendole** - afferma Salovey - **aiuta a diminuire situazioni di ansia, depressione e bullismo, ad essere creativi e migliorare i rapporti interpersonali**». Riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri, saper attribuirgli il giusto nome e imparare a gestirle. Nel 2013 a Firenze è partito il primo progetto europeo sull'intelligenza emotiva che negli Stati Uniti già coinvolge centinaia di scuole e aziende. La scuola scelta è stata l'Istituto comprensivo Le Cure con il programma Ruler, elaborato dall'Health, Emotion and Behavior Laboratory della Yale University e che prepara dirigenti scolastici, insegnanti, genitori e alunni a utilizzare efficacemente le emozioni riducendo lo stress e conducendo stili di vita sani e produttivi. Ruler, cioè righello. Come nome per un'iniziativa che dovrebbe migliorare la vita scolastica non suona invitante: sembra invochi il ritorno alle bacchettate sulle mani. In realtà, il metodo Ruler è la bandiera di un gruppo di psicologi della Yale University ([www.therulerapproach.org](http://www.therulerapproach.org)), diretti dal professor Marc Brackett, e propone l'esatto contrario: introdurre nella scuola una nuova alleanza fra intelligenza razionale e intelligenza emotiva, quella che ci permette cioè di comprendere gli stati emozionali nostri e degli altri. Ruler è infatti l'acronimo di Recognizing, Understanding, Labeling, Expressing and Regulating emotion (riconoscere, comprendere, definire, esprimere e gestire le emozioni) e spinge, appunto, a riconoscere le emozioni in se stessi e negli altri, comprenderne cause e conseguenze, definirle con un vocabolario più vasto, esprimerle in modo appropriato nei vari contesti, gestirle per raggiungere i propri obiettivi.??

Il percorso formativo di una durata media di due anni in Italia è stato condotto da Laura Artusio, ricercatrice dell'Università di Firenze in un dottorato di ricerca europeo in Psicologia del lavoro. «Consapevolezza, comprensione, classificazione, vocabolario emozionale e gestione delle emozioni sono alla base del Ruler - ha spiegato Laura Artusio, 30 anni, toscana e con alle spalle 3 mesi di ricerca a Yale e all'Università di Malaga - Il primo passo è formare gli insegnanti che poi dovranno inserire gli strumenti ricevuti nei loro programmi di studio». Nell'istituto comprensivo Le Cure, ad esempio, è stato collocato in ogni aula il **Mood Meter**: un quadrato diviso in quattro porzioni, di colori diversi e vari livelli in cui gli alunni devono posizionare se stessi a seconda se provino sensazioni di tristezza, serenità, allegria. «L'insegnante - spiega Marc Brackett, docente della Yale University tra gli ideatori del Ruler - chiede ai ragazzi come si sentono, ascolta le loro risposte e li aiuta a capire il perché e come gestire le loro emozioni». Un sistema che può applicarsi anche alle materie scolastiche: «Una professoressa di storia - continua Brackett - può spiegare agli studenti cosa stesse provando un personaggio durante una battaglia e i vantaggi o svantaggi ricevuti dal mancato controllo della sua intelligenza emotiva». Nell'educazione emotiva non c'è solo il Mood Meter. Le 'ancore' sono 4. C'è il **contratto emotivo**, una dichiarazione d'intenti che dirigenti, genitori, insegnanti e alunni si impegnano a mantenere. Il **Blueprint** invece è uno schema per risolvere problemi familiari, conflitti e disaccordi passati, situazioni difficili e future criticità. Se due studenti litigano, l'insegnante chiede a entrambi di rispondere alle domande del blueprint, esplicitando così le ragioni emotive del conflitto. Le risposte di uno vengono poi fatte conoscere all'altro, e questo permette a entrambi di capire il punto di vista dell'avversario. Nelle scuole il blueprint porta i bulli e le loro vittime a riflettere su ragioni e conseguenze dei loro comportamenti. I dati dimostrano che aggressività e ostilità vengano ridotti significativamente.

«**Come mi sento? Come posso migliorare il mio stato d'animo e quello degli altri?**» Sono le domande che si leggono nello schema. «*Nelle scuole in cui il progetto sull'intelligenza emotiva è già in fase avanzata - spiega Brackett - il clima in classe è più sereno, gli alunni (il percorso può adattarsi a tutti i tipi di gradi scolastici) più produttivi e solidali tra di loro*». L'ultimo strumento sono i **meta-momenti**, un processo in cui bambini e adulti imparano a riflettere sulle emozioni che provano, dandogli un nome ed empatizzando con quelle degli altri. **Raffaella Ugolini**

possibile replicare ciò che è stato fatto in America anche nelle scuole italiane dove, da qualche anno a questa parte, si è assistito ad un crollo dello standard educativo.

Abbiamo chiesto l'opinione di Loredana, maestra elementare dal 1985, che raccontandoci la sua esperienza quotidiana non si mostra molto convinta della bontà di questo metodo:

“L'educazione dei bambini”, ci spiega, “è diventata problematica. I bambini che arrivano a scuola non sono in grado di sostenere il confronto con gli altri. Fino a qualche anno fa” prosegue, “l'educazione emotiva e quella razionale dei bambini procedeva-

no di pari passo; ora molto spesso ci troviamo a gestire delle schegge impazzite, senza avere neanche il personale sufficiente per farlo, grazie ai continui tagli all'istruzione”.

Quando le chiediamo, infine, di individuare le responsabilità di questi comportamenti e una possibile soluzione, la risposta è secca: “Il problema sono i genitori, completamente assenti, che parcheggiano i figli davanti alla televisione e trascurano il tempo da trascorrere insieme: su di loro andrebbe fatta dell'educazione emotiva”.

GIORGIO MORINO

## Assicuriamo il Futuro e il Benessere dei Manager e delle Alte Professionalità



SOLUZIONI DI WELFARE INDIVIDUALE

- Area Professionale
- Area Salute
- Area Famiglia

DIRIGENTI

QUADRI

PROFESSIONAL

PENSIONATI

FAMIGLIE

Praesidium è specializzata nello studio, nella progettazione e nella gestione di programmi di welfare aziendale e individuale dedicati a Dirigenti, Quadri, Professional, Pensionati e loro Famiglie. Grazie a un'ampia gamma di soluzioni e a un servizio di consulenza personalizzato e flessibile, Praesidium è in grado di soddisfare sia le esigenze individuali, sia le esigenze delle aziende che intendono tutelare e incentivare il proprio management.

Con un unico obiettivo: il benessere dei manager di ieri, di oggi e di domani.

Via Ravenna 14 - 00161 Roma - Tel +39 06 44070640 - Fax +39 06 44070279  
[info@praesidiumspa.it](mailto:info@praesidiumspa.it) - [www.praesidiumspa.it](http://www.praesidiumspa.it)





























# Chi ci ama ci segue!



FACEBOOK  
[@periodicoitalianomagazine](https://www.facebook.com/periodicoitalianomagazine)



TWITTER  
[@PI\\_ilmagazine](https://twitter.com/PI_ilmagazine)



INSTAGRAM  
[www.instagram.com/periodicoitalianomagazine](https://www.instagram.com/periodicoitalianomagazine)



CANALE TELEGRAM  
[t.me/periodicoitalianomagazine](https://t.me/periodicoitalianomagazine)



ISSUU  
[issuu.com/periodicoitalianomagazine](https://issuu.com/periodicoitalianomagazine)



Il mensile *freepress* seguito da 200.000 lettori