

Sviluppo emotivo nei ragazzi: come sviluppare l'intelligenza emotiva a scuola

Gli esperti, in ambito psico-pedagogico e neuro scientifico, ritengono che una buona **alfabetizzazione emotiva** sia possibile fin dai primi anni dello sviluppo e che possa avere un effetto preventivo proprio sui comportamenti più dannosi sia per il singolo soggetto sia per l'intera comunità: **dunque, prima si inizia, meglio è.**

Educare alle emozioni a scuola è un compito impegnativo e richiede al docente:

- **di credere che ogni persona sia un insieme di pensiero, emozione, azione e relazione;**
- **un cambio di prospettiva sul modo di fare didattica**, che tenga conto di come l'emozione può integrare e sostenere la cognizione, che comprende sia il sapere sia il saper fare;
- il tradurre questo "**cambio di prospettiva**" nella volontà di intraprendere un **percorso personale di riflessione sulla propria intelligenza emotiva**, per acquisire quel controllo sulle proprie emozioni necessario per porsi come modello e guida dei propri studenti;
- **una formazione specifica**... prima di avviare sperimentazioni sull'educazione dell'intelligenza emotiva dei propri studenti;
- infine, **l'inserimento nella quotidianità di strategie didattiche adeguate.**

Da alcuni anni l'educazione di tale competenza nelle scuole è oggetto di molte ricerche e studi.

Numerosi progetti e attività specifiche sono state sviluppate proprio in risposta ad un crescente interesse **sull'intelligenza emotiva** e sulle sue **enormi potenzialità nei processi di crescita e maturazione** degli studenti e delle studentesse.

Ricordiamo che il costrutto di **intelligenza emotiva**, inteso come **la capacità di riconoscere, comprendere, utilizzare e gestire le proprie e le altrui emozioni in modo consapevole**, è stato definito per la prima volta da **Salovey e Mayer nel 1990**. In particolare, questi autori la definiscono come **un aspetto dell'intelligenza legato all'empatia, alla motivazione, all'autocontrollo, alla logica, alla capacità di adattamento e di gestione delle relazioni sociali.**

Nel **1995**, poi, lo psicologo **Daniel Goleman**, con la sua opera **Intelligenza Emotiva**, ha reso popolare tale concetto considerandolo **la base di tutte le scelte essenziali che facciamo nella nostra vita.**

Ogni contesto scolastico dovrebbe, quindi, avere come compito principale quello di aiutare alunni/e, studenti e studentesse, a rispondere sia alle sfide connesse all'apprendimento sia a quelle legate alla costruzione di se stessi e delle relazioni con i pari, promuovendo lo **sviluppo emotivo e sociale.**

La classe, come gruppo di apprendimento, dovrebbe essere il luogo ideale per potersi incontrare e interagire, con la giusta attenzione sia alle componenti cognitive sia a quelle affettive e relazionali.

È necessario – spiega **Lucangeli** nel libro che contiene la sua interessante idea di insegnamento basata sulle emozioni positive – **che ogni insegnante conosca bene le emozioni che “transitano” nell’apprendimento: ci si può occupare di apprendimento solo se si comprende la potenza della sincronicità fra le informazioni e le memorie emozionali. (...) Se un bambino impara con gioia, la lezione si inciderà nella mente insieme alla gioia. Nella sua memoria resterà traccia dell’emozione positiva che gli dirà: “Ti fa bene, continua a cercare!”.**