

Le abilità personali nell'educazione: il Centro studi Podresca

Ravalico, Chiara

Undergraduate thesis / Završni rad

2019

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Pula / Sveučilište Jurja Dobrile u Puli**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:137:575498>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-04-24**



Repository / Repozitorij:

[Digital Repository Juraj Dobrila University of Pula](#)



Sveučilište Jurja Dobrile u Puli
Università Juraj Dobrila di Pola
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti
Facoltà di Scienze della Formazione

CHIARA RAVALICO

**LE ABILITÀ PERSONALI NELL'EDUCAZIONE: IL
CENTRO STUDI PODRESCA**

Tesina di laurea triennale

Pola, 2019

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli
Università Juraj Dobrila di Pola
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti
Facoltà di Scienze della Formazione

CHIARA RAVALICO

**LE ABILITÀ PERSONALI NELL'EDUCAZIONE: IL CENTRO STUDI
PODRESCA**

OSOBNE VJEŠTINE U ODGOJU: IL CENTRO STUDI PODRESCA

Tesina di laurea triennale

Završni rad

JMBAG / N. MATRICOLA: 0303060994

Redoviti student / Studente regolare

Studijski smjer / Corso di laurea: Predškolski odgoj / Educazione prescolare

Predmet/ Materia: Teorie pedagogiche dell'educazione prescolare/ Teorije predškolskog odgoja

Area scientifico-disciplinare: Pedagogia

Settore: Scienze dell'educazione

Indirizzo: Discipline pedagogiche

Mentor / Relatore: Doc. Dr. Sc. Andrea Debeljuh

Pola, febbraio 2019

Pula, veljača 2019.

IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisana Chiara Ravalico, kandidat za prvostupnicu predškolskog odgoja ovime izjavljujem da je ovaj Završni rad rezultat isključivo mogega vlastitoga rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio Završnog rada nije napisan na nedozvoljen način, odnosno da je prepisan iz kojega necitiranog rada, te da ikoji dio rada krši bilo čija autorska prava. Izjavljujem, također, da ni jedan dio rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Student:

U Puli, _____

DICHIARAZIONE DI INTEGRITÀ ACCADEMICA

Io, sottoscritta Chiara Ravalico, laureanda in educazione prescolare dichiaro che questa Tesi di Laurea Triennale è frutto esclusivamente del mio lavoro, si basa sulle mie ricerche e sulle fonti da me consultate come dimostrano le note e i riferimenti bibliografici. Dichiaro che nella mia tesi non c'è alcuna parte scritta violando le regole accademiche, ovvero copiate da testi non citati, senza rispettare i diritti d'autore degli stessi. Dichiaro, inoltre, che nessuna parte della mia tesi è un' appropriazione totale o parziale di tesi presentate e discusse presso altre istituzioni universitarie o di ricerca.

Lo studente

A Pola, il _____

IZJAVA
o korištenju autorskog djela

Ja, Chiara Ravalico, dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj završni rad pod nazivom „*Osobne vještine u odgoju: Il Centro Studi Podresca*“ koristi na način da gore navedeno autorsko djelo, kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu s Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima i dobrom akademskom praksom, a radi promicanja otvorenoga, slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama. Za korištenje autorskog djela na gore navedeni način ne potražujem naknadu.

U Puli, _____

Potpis

DICHIARAZIONE
sull'uso dell'opera d'autore

Io, sottoscritta Chiara Ravalico, autorizzo l'Università Juraj Dobrila di Pola, in qualità di portatore dei diritti d'uso, ad inserire l'intera mia tesina intitolata “*Le abilità personali nell'educazione: Il Centro Studi Podresca*“ come opera d'autore nella banca dati *on line* della Biblioteca di Ateneo dell'Università Juraj Dobrila di Pola, nonché di renderla pubblicamente disponibile nella banca dati della Biblioteca Universitaria Nazionale, il tutto in accordo con la Legge sui diritti d'autore, gli altri diritti connessi e la buona prassi accademica, in vista della promozione di un accesso libero e aperto alle informazioni scientifiche.

Per l'uso dell'opera d'autore descritto sopra, non richiedo alcun compenso.

Lo studente

A Pola, il _____

INDICE

Introduzione	7
I. PARTE TEORICA.....	8
1. L'intelligenza sociale	8
2. L'intelligenza emotiva.....	11
3. Il Centro Studi Podresca	21
4. Le abilità personali nell'educazione	21
4.1. L'abilità di relazione	26
4.1.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di relazione.....	28
4.2. L'abilità di comunicare	29
4.2.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di comunicare	31
4.3. L'abilità di comprendere	31
4.3.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di comprendere	32
4.4. L'abilità di attenzione	33
4.4.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di attenzione	35
4.5. L'abilità di ascoltare	36
4.5.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di ascolto	36
4.6. L'abilità di accettare	38
4.6.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di accettare	39
4.7. L'abilità di sentire ed esprimere le proprie emozioni.....	40
4.7.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di sentire ed esprimere le proprie emozioni	42
4.8. L'abilità di collaborare	42
4.8.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di collaborare	43
II.....	45
PARTE EMPIRICA	45
5. Descrizione della ricerca.....	46
5.1. Scopo della ricerca	46
5.2. I soggetti della ricerca.....	46
5.3. Metodologia della ricerca e lo strumento di rilevazione dei dati	46
5.4. Discussione dei risultati della ricerca	47
Conclusione	61
Bibliografia	62
Sitografia.....	62
Allegati	64
Riassunto	69

Sažetak	69
Summary.....	69

Introduzione

Il presente lavoro tratta il tema delle abilità personali nell'educazione che sono state trattate dal Centro Studi Podresca.

Ho scelto di affrontare questo argomento principalmente perché ritengo che le abilità personali siano molto importanti nel lavoro di un'educatrice. Penso che le abilità personali, se apprese nel modo giusto, possano migliorare e facilitare il lavoro di un'educatrice. Inoltre, credo che grazie ad esse, principalmente si possa arrivare ad una buona relazione con i bambini e questo porta ad avere un'atmosfera lavorativa positiva e di successo.

La tesi è suddivisa in cinque capitoli principali. Nei primi due capitoli vengono analizzate due teorie di Goleman, una sull'intelligenza sociale e una sull'intelligenza emotiva. Ho scelto di analizzare queste due teorie per poter capire e approfondire meglio quello che gli autori del centro studi Podresca ci espongono nei loro testi, e dunque per poter confermare ciò che essi ci dicono. Nel terzo capitolo si parla del Centro Studi Podresca in generale, di cosa si occupa e chi lo compone. Il quarto capitolo tratta delle abilità personali nell'educazione ossia di cosa esse siano, di come si possano applicare e insegnare nel modo più corretto. Il quarto capitolo si divide in sottocapitoli che elencano le abilità personali. Ogni abilità elencata viene analizzata e vengono proposti degli esercizi per i bambini, che aiutano a sviluppare tale abilità.

Infine, nel quinto capitolo vengono analizzati i dati della ricerca empirica, ossia un questionario da compilare che è stato consegnato ad un campione di genitori. Questo questionario ha lo scopo di capire cosa pensano i genitori delle abilità personali e se le ritengono importanti per avere una buona relazione con il proprio figlio.

I. PARTE TEORICA

1. L'intelligenza sociale

Alla fine degli anni Cinquanta David Wechsler, un'influente psicologo rumeno/statunitense, che creò le misurazioni del QI, ovvero del quoziente di intelligenza, aveva definito l'intelligenza sociale, non come tale, ma come un tipo di intelligenza generale applicata a situazioni sociali. (Goleman, 1996: 90)

Una comprensione più completa dell'intelligenza sociale deve prendere in considerazione anche altri tipi di atteggiamenti, come quelli „non cognitivi“. La capacità, ad esempio, di una puericultrice sensibile di calmare un bambino che piange solo con il giusto tocco rassicurante, senza dover pensare neanche per un attimo a cosa fare. (D'Amico, A., De Caro, T., 2008: 858,859)

“Gli ingredienti dell'intelligenza sociale possono essere suddivisi in due grandi categorie: *consapevolezza sociale*, ovvero ciò che percepiamo a proposito degli altri, e *abilità sociale*, ovvero il modo in cui sfruttiamo tale competenza.

La *consapevolezza sociale* si riferisce a un'ampia gamma di sensazioni: percezione istantanea dello stato d'animo di un'altra persona, comprensione dei suoi sentimenti e pensieri, capacità di “afferrare” situazioni sociali compresse.

Essa comprende:

- *Empatia primaria*: sentire con gli altri, percepire segnali emotivi non verbali.
- *Sintonia*: ascoltare con piena ricettività, essere sulla stessa lunghezza d'onda di un'altra persona.
- *Attenzione empatica*: capire i pensieri, i sentimenti e le intenzioni di un'altra persona.
- *Cognizione sociale*: sapere come funziona il mondo sociale.

L'abilità sociale nasce dalla consapevolezza sociale per consentire interazioni efficaci e prive di ostacoli. La gamma delle abilità sociali comprende:

- *Sincronia*: interagire omogeneamente a livello non verbale.
- *Presentazione di sé*: presentarsi in maniera efficace.
- *Influenza*: plasmare l'esito delle interazioni sociali.
- *Sollecitudine*: interessarsi ai bisogni degli altri e agire di conseguenza.”

(Goleman, "L'intelligenza sociale", Bur, 2006, p.91, "Cos'è l'intelligenza sociale?").

"Il *cervello sociale* è la somma dei meccanismi neurali che presiedono sia alle nostre interazioni sia ai nostri pensieri e sentimenti verso le persone e i rapporti in generale." (Goleman, 2006:14). La novità più importante in questo campo, dice che il cervello sociale rappresenta l'unico sistema biologico del nostro corpo che ci permette di entrare in sintonia con lo stato d'animo delle persone che ci circondano, e a sua volta ne viene influenzato. Tutti gli altri sistemi biologici invece compiono la maggior parte della loro attività in risposta a segnali che provengono dal corpo. I percorsi fatti dal cervello sociale, si differenziano invece per la loro ricettività al mondo generale. Tutte le volte che stabiliamo un contatto visivo con un'altra persona, i nostri cervelli sociali si intrecciano. (Goleman, 2006:14,15).

Il cervello sociale, come espone Goleman, è composto da un insieme di reti neurali ad ampio raggio che sono separate ma che comunque collaborano durante i nostri contatti con gli altri. Esso opera a livello dei sistemi, in cui queste reti neurali sparse vengono coordinate verso uno scopo unificante. Le caratteristiche di queste reti neurali che vengono coinvolte, dipendono dal tipo di interazione in cui siamo coinvolti. (Goleman, 2006: 323, 324)

Come già esposto, le interazioni sociali in cui veniamo coinvolti hanno una grande importanza. Goleman dichiara che esse svolgono un ruolo nella ricostruzione del nostro cervello, questa ricostruzione viene chiamata „neuroplasticità“. Grazie ad essa, gli eventi e le esperienze che vengono ripetute, scolpiscono la forma, le dimensioni, il numero di neuroni e le rispettive connessioni sinaptiche. Questa ricostruzione infatti deriva dal fatto che adattando molte volte il cervello a un dato registro, le nostre relazioni più importanti possono gradualmente modellare alcuni circuiti neurali.

"Queste nuove scoperte rivelano che le relazioni interpersonali hanno un impatto impercettibile, ma fortissimo, nel corso di tutta la nostra esistenza. Ma le stesse scoperte evidenziano le potenzialità rigenerative dei legami personali in ogni momento della vita. Ne consegue che il modo in cui entriamo in contatto con gli altri assume una rilevanza inimmaginabile." (Goleman, 2006:14,15).

Quando due persone interagiscono faccia a faccia, esiste un contagio che si propaga attraverso circuiti neurali multipli che operano in parallelo all'interno del cervello di ogni persona. Questi sistemi di contagio emotivo implicano tutta la gamma di sentimenti.

I momenti di contagio rappresentano un evento neurale molto importante: “la creazione di un legame funzionale fra due cervelli, di un feedback continuo che supera la barriera fisica fra i corpi. In termini di sistema, i cervelli “si agganciano“: l'output dell'uno diventa l'input che guida i processi dell'altro, creando momentaneamente ciò che potremmo definire un “circuito intercerebrale“. (Goleman, 20016: 45). Quando due persone riescono a connettersi in questo modo, la seconda adegua i suoi comportamenti ai cambiamenti della prima persona. Quando due persone stabiliscono questo tipo di legame, i loro cervelli percepiscono e ricevono un flusso ininterrotto di segnali che danno modo di creare un tipo di concordanza tra le due persone. Questo permette la sincronia di sentimenti, pensieri ed azioni. Questo tipo di sincronia avviene spontaneamente, i cervelli riescono a collegarsi senza dover dare una particolare attenzione o intenzionalità. Anche se non ci rendiamo conto di questa sincronizzazione, noi la traduciamo con grande facilità. (Goleman, 2006:45,46)

Per poter capire meglio come funziona il cervello sociale è necessario inoltre introdurre i *neuroni specchio*. Giacomo Rizzolatti, il neuroscienziato italiano che ha scoperto i neuroni specchio, spiega che questi sistemi “ci permettono di captare le menti altrui non attraverso il ragionamento concettuale, bensì tramite la simulazione diretta; con la percezione, non con il pensiero“. (Goleman, 2006: 49). Lo studioso ha concluso che i nostri sistemi nervosi “sono concepiti in maniera tale da essere captati da quelli altrui, così che possiamo provare le sensazioni degli altri come se fossimo nella loro pelle.“ (Goleman, 2006: 49)

Goleman spiega inoltre che, i neuroni specchio agiscono proprio come uno specchio, essi riflettono un'azione che osserviamo in un'altra persona e questo ci spinge a mimarla o a provare l'impulso di farlo. Le informazioni relative a ciò che vediamo si trasmettono ai nostri neuroni motori e questo ci permette di capire i gesti dell'altra persona come se fossimo noi a compierli.

Il nostro cervello contiene molti sistemi di neuroni specchio, che non servono soltanto a imitare le azioni, ma anche a capire quali intenzioni ha la persona che abbiamo davanti, a capire e intuire le loro emozioni e cogliere le implicazioni sociali delle azioni di questa persona.

Proprio per questo, le capacità sociali di una persona, dipendono dai neuroni specchio. Goleman lo spiega da due punti di vista diversi: nel primo punto di vista, l'autore spiega

che ripetendo ciò che osserviamo nella persona che abbiamo davanti, ci permette e ci serve a fornire una risposta adeguata e veloce. Mentre nel secondo punto di vista, ci spiega che i neuroni reagiscono al minimo indizio di un'intenzione a muoversi e proprio questo ci aiuta a capire e a cogliere le possibili motivazioni della persona che abbiamo davanti. Riuscire a capire e a percepire quello che l'altra persona intende fare e capirne il perché, come dice l'autore, offre informazioni sociali importanti, questo ci permette di anticipare tutti i possibili sviluppi.

Come si è detto prima, i neuroni specchio funzionano proprio come uno specchio e questo ci fa capire che hanno un ruolo essenziale nella modalità di apprendimento dei bambini. Infatti, come Goleman riconferma, già da tempo è dimostrato che l'apprendimento per imitazione è una delle principali vie dello sviluppo del bambino.

L'autore spiega che le scoperte sui neuroni specchio spiegano infatti per quale motivo i bambini riescano ad apprendere qualcosa soltanto guardando: attraverso l'osservazione, si imprime nel cervello una serie di emozioni, comportamenti e meccanismi di funzionamento della società. (Goleman, 2006).

Capire come funziona l'intelligenza sociale è molto importante per poter capire di conseguenza le abilità personali. Possiamo concludere che senza l'intelligenza sociale noi non saremmo capaci di creare delle relazioni, di capire le altre persone e dunque se a un educatore manca questo tipo di intelligenza, non può neanche trasmetterlo al bambino.

2. L'intelligenza emotiva

L'evoluzione ha dato all'emozione un ruolo molto importante nella psiche umana. Per capire il perché, i sociobiologi sostengono e spiegano che le nostre emozioni ci guidano ad affrontare situazioni e compiti molto difficili e importanti perché possano essere affidati al solo intelletto, come ad esempio una perdita dolorosa o i momenti di pericolo. Spiegano inoltre che ogni emozione, ci prepara a una data azione in modo caratteristico, ossia, ognuna di esse ci porta in una direzione che nel nostro passato si è rivelata efficace per superare delle sfide, situazioni che vengono a ripetersi diverse volte nella nostra vita. Il valore del nostro repertorio emozionale al fine della sopravvivenza, trova conferma nel suo imprimersi nel nostro sistema nervoso come

un bagaglio comportamentale innato. (Goleman, 1996: 11)

Goleman dichiara che tutte le emozioni sono, sostanzialmente, impulsi ad agire. Ossia sono dei piani d'azione che la nostra evoluzione ci ha fornito per gestire le emergenze che possiamo incontrare nella nostra vita. "La radice stessa della parola *emozione* è il verbo latino *moveo*, cioè «muovere» con l'aggiunta del prefisso "e –" «movimento da», per indicare che in ogni emozione è implicita una tendenza ad agire." (Goleman, 1996: 13). L'autore dice che ciò si osserva maggiormente nei bambini e negli animali, solo negli adulti si vede la separazione delle emozioni dalla reazione corrispondente. Per l'autore ogni emozione ha un ruolo unico con delle caratteristiche biologiche distintive proprie. Con i diversi metodi innovativi usati nella scienza per studiare il corpo e il cervello, i ricercatori hanno scoperto e stanno scoprendo altri dettagli fisiologici sul modo in cui l'emozione prepara il nostro corpo a un tipo di risposta:

- „Quando siamo in „collera“, il sangue ci affluisce alle mani e questo rende più facile afferrare un'arma o sferrare un pugno all'avversario; la frequenza cardiaca aumenta e una scarica di ormoni, fra i quali l'adrenalina, genera un impulso di energia abbastanza forte da permettere un'azione vigorosa.

- Se abbiamo „paura“, il sangue fluisce verso i grandi muscoli scheletrici, ad esempio quelli delle gambe, rendendo così più facile la fuga e al tempo stesso facendo impallidire il volto, momentaneamente irrorato(ecco da dove viene la sensazione che „si geli il sangue“). Allo stesso tempo, il corpo si immobilizza, come congelato, anche solo per un momento, forse per valutare se non convenga nascondersi. I circuiti dei centri cerebrali preposti alla regolazione della vita emotiva scatenano un flusso di ormoni che mette l'organismo in uno stato generale di allerta, preparandolo all'azione e fissando l'attenzione sulla minaccia che incombe per valutare quale sia la risposta migliore.

- Nella „felicità“, uno dei principali cambiamenti biologici sta nella maggiore attività di un centro cerebrale che inibisce i sentimenti negativi e aumenta la disponibilità di energia, insieme all'inibizione dei centri che generano pensieri angosciosi. Tuttavia, a parte uno stato di quiescenza che consente all'organismo di riprendersi più rapidamente dall'attivazione biologica causata da emozioni sconvolgenti, non si riscontrano particolari cambiamenti fisiologici. Questa configurazione offre all'organismo un generale riposo, e lo rende non solo disponibile ed entusiasta nei

riguardi di qualunque compito essa debba intraprendere ma anche pronto a battersi per gli obiettivi più diversi.

- „L'amore“, i sentimenti di tenerezza e la soddisfazione sessuale comportano il risveglio del sistema parasimpatico; in altre parole, si tratta della mobilitazione opposta a quella che abbiamo visto nella reazione di „combattimento o fuga“ tipica della paura e della collera. La modalità parasimpatica, che potremmo anche chiamare „risposta di rilassamento“ si avvale di un insieme di reazioni che interessano tutto l'organismo e inducono uno stato generale di calma e soddisfazione tale da facilitare la cooperazione.

- Nella „sorpresa“ il sollevamento delle sopracciglia consente di avere una visuale più ampia e di far arrivare più luce sulla retina. Questo permette di raccogliere un maggior numero di informazioni sull'evento inatteso, contribuendo alla sua comprensione e facilitando la rapida formulazione del migliore piano d'azione.

- In tutto il mondo l'espressione di „disgusto“ è la stessa, e invia il medesimo messaggio: qualcosa offende il gusto o l'olfatto, anche metaforicamente. Come già aveva osservato Darwin, l'espressione facciale del disgusto- il labbro superiore sollevato lateralmente mentre il naso accenna ad arricciarsi- indica il tentativo primordiale di chiudere le narici colpite da un odore nocivo o di sputare un cibo velenoso.

- La „tristezza“ ha la funzione fondamentale di farci adeguare a una perdita significativa, ad esempio a una grande delusione o alla morte di qualcuno che ci era particolarmente vicino. Essa comporta una caduta di energia ed entusiasmo verso le attività della vita in particolare per le distrazioni e i piaceri- e, quando diviene più profonda e si avvicina alla depressione, ha l'effetto di rallentare il metabolismo. La chiusura in se stessi che accompagna la tristezza ci dà l'opportunità di elaborare il lutto per una perdita o per una speranza frustrata, di comprendere le conseguenze di tali eventi nella nostra vita e, quando le energie ritornano, di essere pronti per nuovi progetti. Può darsi che un tempo questa caduta di energia servisse a tenere i primi esseri umani vicini ai loro rifugi- e quindi al sicuro- quando erano tristi e perciò più vulnerabili.“ (Goleman, *„L'intelligenza emotiva“*, Rizzoli, Milano, 1996: 13,14)

Goleman dichiara che questo tipo di inclinazioni biologiche a un certo tipo di azione vengono in seguito modellate dall'esperienza personale e dalla cultura in cui si trova

la persona. Un esempio potrebbe essere, quando viene a mancare una persona a noi molto cara, le emozioni che vengono ad esternarsi di solito sono la tristezza e il dolore. La differenza che viene a mostrarsi maggiormente è come questa persona esternerà questa tristezza e questo dolore in pubblico oppure privatamente, il che deriva dalla cultura in cui la persona si trova. L'autore infatti ci spiega che è proprio la cultura a darci i criteri con i quali le persone vengono classificate o non nella categoria di quelle "amate" delle quali si deve piangere la morte. (Goleman, 1996: 14).

Per poter capire ulteriormente come l'intelligenza emotiva agisce e funziona sulla mente umana è necessario introdurre i due tipi di menti. Goleman spiega che le persone hanno due menti: una che pensa e l'altra che sente. Queste due menti, che sono molto diverse tra di loro, interagiscono per costruire la nostra vita mentale. Goleman dichiara che la mente che pensa viene chiamata *mente razionale*, essa ci permette di essere consapevoli e di riflettere. Mentre la mente che sente viene chiamata *mente emozionale* ed essa è invece impulsiva, talvolta anche illogica. Il rapporto tra la mente razionale e quella emozionale varia di continuo, ovvero se un'emozione è molto intensa, la mente emozionale sarà quella dominante dunque quella razionale sarà inefficace. Goleman spiega che nella maggior parte delle volte queste due menti lavorano in armonia e le loro modalità di lavoro si integrano reciprocamente per guidarci nella realtà. Egli dice anche che solitamente c'è un equilibrio tra queste due menti, ossia l'emozione che si presenta alimenta e informa le operazioni della mente razionale, affinché essa rifinisca e, a volte, opponga resistenza agli input delle emozioni. Nonostante questo equilibrio però c'è da chiarire che queste due menti sono semindipendenti ossia, ognuna di esse riflette il funzionamento di circuiti cerebrali distinti sebbene interconnessi. (Goleman, 1996: 14,15).

Come abbiamo già detto, la mente emozionale è impulsiva e molto più veloce di quella razionale. Proprio perché è impulsiva essa passa all'azione subito, senza fermarsi a riflettere sul da farsi. Questa sua rapidità non dà spazio alla riflessione deliberata e analitica, che invece caratterizza la mente razionale. Essa è collegata alla sopravvivenza ossia al prendere una decisione molto veloce e importante per poter sopravvivere. Secondo l'autore le azioni che derivano dalla mente emozionale ci danno una sensazione di sicurezza molto forte perché ci fa vedere le cose in modo semplificato e immediato. L'autore espone inoltre, che l'intervallo tra il fattore che scatena l'emozione e l'esplosione dell'emozione può essere quasi istantaneo dunque

anche il meccanismo che valuta la percezione di tale fattore deve essere molto veloce. Come abbiamo capito dunque, la mente razionale ha bisogno di più tempo a differenza della mente razionale per registrare impressioni e per reagire, dunque per l'autore il primo impulso in una situazione emozionale viene dato dal cuore e non dal cervello. Ma esiste anche un altro tipo di reazione emozionale, che non è impulsivo, ma è più lento e ribolle nei nostri pensieri prima di portare a un sentimento. Questo secondo tipo di reazione è più deliberata e di solito siamo consapevoli dei pensieri che ci guidano verso di essa. (Goleman, 1996: 193, 194).

Un altro punto importante, che ci serve per analizzare il cervello emotivo è l'introduzione dell'amigdala. *L'amigdala* («mandorla» in greco) negli esseri umani, è un gruppo di strutture interconnesse, a forma di mandorla ed è posto sopra il tronco cerebrale vicino alla parte inferiore del sistema limbico. Esistono due amigdale, una su ciascun lato del cervello. L'ippocampo e l'amigdala erano due parti fondamentali del rinencefalo che, nel corso dell'evoluzione, diede origine alla corteccia primitiva e poi alla neocorteccia.“ (Goleman, 1996: 19). Oggi queste due strutture eseguono la maggior parte del lavoro di apprendimento e memorizzazione svolto dal cervello. L'autore dice che l'amigdala è specializzata in questioni emozionali, infatti ci fa osservare che se essa viene rimossa dal nostro cervello, si avrà un'incapacità di capire e valutare il significato emozionale degli eventi. Goleman sostiene che questo viene considerato un deficit e viene chiamato *cecità affettiva*. (Goleman, 1996: 19)

Gli psicologi Sternberg¹ e Salovey² hanno creato una concezione più ampia dell'intelligenza. Nella definizione dell'intelligenza emotiva, gli psicologi Sternberg e Salovey hanno incluso le intelligenze personali di Gardner e hanno esteso queste abilità a cinque ambiti principali:

1. *Conoscenza delle proprie emozioni*. L'autoconsapevolezza, la capacità di riconoscere un sentimento nel momento in cui esso si presenta. È la chiave di volta dell'intelligenza emotiva. La capacità di monitorare istante per istante i sentimenti è fondamentale per la comprensione psicologica di se stessi, mentre l'incapacità di farlo ci lascia alla loro mercé. Le persone molto sicure dei propri

¹Robert Stenberg, nato a New Jersey, l'8 dicembre 1949. È uno psicologo statunitense. Si tratta di uno dei maggiori studiosi attuali dell'intelligenza e dello sviluppo cognitivo. (<https://alchetron.com/Robert-Stenberg> , 15.01.2019, 14:00)

²Peter Salovey, nato nel Massachusetts, il 21 febbraio 1958. È uno tra i primi psicologiche ha studiato l'intelligenza emotiva(1990). (<https://alchetron.com/Peter-Salovey> , 15.01.2019, 13:49)

sentimenti riescono a gestire molto meglio la propria vita; esse infatti hanno una percezione più sicura di ciò che realmente provano riguardo a decisioni personali che possono spaziare dalla scelta del coniuge all'attività professionale da intraprendere.

2. *Controllo delle emozioni*: La capacità di controllare i sentimenti in modo che essi siano appropriati si fonda sull'autoconsapevolezza. Coloro che sono privi della capacità di calmarsi, di liberarsi dall'ansia, dalla tristezza o dall'irritabilità o scarsamente dotati si trovano a dover perennemente combattere contro sentimenti tormentosi, mentre gli individui capaci di controllo emotivo riescono a riprendersi molto più velocemente dalle sconfitte e dai rovesci della vita.
3. *Motivazioni di se stessi*. La capacità di dominare le emozioni per raggiungere un obiettivo è una dote essenziale per concentrare l'attenzione, per trovare motivazione e controllo di sé, come pure ai fini della creatività. Il controllo emozionale, la capacità di ritardare la gratificazione e di reprimere gli impulsi, è alla base di qualunque tipo di realizzazione. La capacità di entrare nello stato di *flusso* ci consente di ottenere prestazioni eccezionali di qualsiasi tipo. Chi ha queste capacità tende a essere più produttivo ed efficiente in qualunque ambito si applichi.
4. *Riconoscimento delle emozioni altrui*. L'empatia, un'altra capacità basata sulla consapevolezza delle proprie emozioni, fondamentale nelle relazioni con gli altri. Le persone empatiche sono più sensibili ai sottili segnali sociali che indicano le necessità o i desideri altrui. Questo le rende più adatte alle professioni di tipo assistenziale, all'insegnamento, alle vendite e alla dirigenza.
5. *Gestione delle relazioni*. L'arte delle relazioni consiste in larga misura nella capacità di dominare le emozioni altrui. Si tratta di abilità che aumentano la popolarità, la leadership e l'efficacia nelle relazioni interpersonali. Coloro che eccellono in queste abilità riescono bene in tutti i campi nei quali è necessario interagire in modo disinvolto con gli altri: in altre parole, sono veri campioni delle arti sociali.“ (Goleman, 1996:34,35).

Goleman ci spiega che ognuno di noi ha capacità diverse in ciascuno di questi cinque ambiti. Il nostro livello di capacità ha una base neurale e il nostro cervello è estremamente plastico, dunque anche se possono esistere eventuali carenze nelle capacità emozionali possono venir corrette.

Capire cos'è l'intelligenza emotiva e come funzioni, è essenziale per gli educatori, presenti e futuri. Goleman dichiara che gli educatori incontrano molto spesso questo tipo di problemi e conoscono i problemi che i turbamenti emotivi possono portare alla vita mentale. Quando gli alunni sono ansiosi o depressi, non riescono a imparare, quando si trovano con questo stato d'animo gli alunni non riescono ad assorbire informazioni né riescono ad applicarle. Per l'autore se le emozioni negative sono molto forti, fanno deviare l'attenzione della persona sulle proprie preoccupazioni, interferendo così sulla concentrazione. Quando le emozioni sono talmente forti da opprimere la concentrazione, viene annullata la capacità di memoria di lavoro, ossia l'abilità di memorizzare le informazioni importanti che ci servono per portare a termine un compito che stiamo facendo. La memoria di lavoro è una funzione esecutiva, ossia rende possibili tutti gli altri sforzi intellettuali. Essa si trova nella corteccia prefrontale ovvero il luogo in cui si incontrano sensazioni ed emozioni. Come abbiamo già detto, quando le emozioni negative sono forti è proprio l'efficienza della memoria di lavoro a rimetterci. Se le emozioni sono positive e motivanti, esse ci portano a realizzare i nostri obiettivi, e non c'è nessun disturbo per la memoria di lavoro. (Goleman, 1996: 71)

Per capire quanto le emozioni siano importanti e quanto interferiscano con la nostra vita mentale, Goleman ci espone due tipi di bambini. I primi sono quelli che hanno un atteggiamento positivo verso la vita, che hanno fiducia nelle loro capacità. Questi bambini derivano da famiglie che li incoraggiano. Mentre gli altri sono bambini che non hanno fiducia nelle loro capacità e che svolgono i loro compiti con poco entusiasmo. Questi derivano da famiglie che non li incoraggiano, che sono trascurate e caotiche. La differenza tra questi due tipi di bambini si inizia a vedere già nei loro primi anni di vita. (Goleman, 1996:131). Brazelton dichiara che queste capacità dipendono da come gli educatori e i genitori si rapportano e comportano con i bambini. (Boyer, E. L., Brazelton, T. B., 1977: 6)

Un rapporto del „National Center for Clinical Infant Programs” afferma che “spie efficaci del successo scolastico non sono il patrimonio nozionistico o l'abilità precoce nella lettura, ma piuttosto la misura di capacità emotive e sociali, ossia essere sicuri di sé e interessati, sapere quale tipo di comportamento ci si aspetta da noi e come trattarsi dall'impulso di comportarsi male, essere capaci di aspettare, di seguire istruzioni e di rivolgersi agli insegnanti per chiedere aiuto, ed esprimere le proprie esigenze andando d'accordo con gli altri bambini.” (Boyer, E. L., Brazelton, T. B., 1977)

Ci dicono che il fattore che ci dice che un bambino sia o no pronto per la scuola, dipende dalla conoscenza di imparare. Essi ci danno sette ingredienti fondamentali di questa capacità che sono collegati con l'intelligenza emotiva:

1. *“Fiducia.* Un senso di controllo e padronanza sul proprio corpo, sul proprio comportamento e sul proprio mondo; la sensazione, da parte del bambino, di avere maggiori probabilità di riuscire in ciò che intraprende di quante non ne abbia invece di fallire, e che comunque gli adulti lo aiuteranno.
2. *Curiosità.* La sensazione che la scoperta sia un'attività positiva e fonte di piacere.
3. *Intenzionalità.* Il desiderio e la capacità di essere influenti e perseveranti. Questa capacità è collegata al senso di competenza, alla sensazione di essere efficaci.
4. *Autocontrollo.* La capacità di modulare e di controllare le proprie azioni in modo appropriato all'età; un senso di controllo interiore.
5. *Connessione.* La capacità di impegnarsi con gli altri, basata sulla sensazione di essere compresi e di comprendere gli altri.
6. *Capacità di comunicare.* Il desiderio e la capacità di scambiare verbalmente idee, sentimenti e concetti con gli altri. Questa abilità è legata a una sensazione di fiducia negli altri e di piacere nell'impegnarsi con loro, adulti compresi.
7. *Capacità di cooperare.* L'abilità di equilibrare le proprie esigenze con quelle degli altri in un'attività di gruppo.“. (Boyer, E. L., Brazelton, T. B., 1977:12)

È molto importante che sia genitori che educatori sin dai primi anni di vita, diano al bambino sicurezza emotiva e incoraggiamento perché questi due fattori sono i fondamenti per imparare a casa, a scuola e durante il percorso della loro vita. (Boyer, E. L., Brazelton, T. B., 1977: 11)

Per poter insegnare questi tipi di abilità e dunque anche l'intelligenza emotiva, prendiamo in considerazione il programma della Scienza del sé, che viene applicato ormai già da venti anni. Prendiamo in considerazione questo programma proprio perché i contenuti di esso corrispondono alle componenti dell'intelligenza emotiva e alle abilità fondamentali che servono a prevenire i pericoli che minacciano i giovani. Uno dei contenuti che possiamo trovare in questo programma è l'insegnamento dell'autoconsapevolezza ossia la capacità di riconoscere i sentimenti, di costruire un

vocabolario per verbalizzarli, cogliere i collegamenti tra pensieri, sentimenti e reazioni. Avere la consapevolezza, come dice Goleman, di sapere se si prende una decisione in base a delle riflessioni o soltanto in base a un sentimento, ci può permettere di prendere in considerazione altre alternative di scelta. Secondo l'autore l'autoconsapevolezza può permettere alla persona di conoscersi meglio, ossia di riconoscere i propri punti deboli e i propri punti forti, e sapersi valutare con positività ma anche in modo realistico. Un altro contenuto che possiamo trovare in questo tipo di programma è come controllare le proprie emozioni, ma non solo, anche capire cosa si trova dietro a un dato sentimento e come controllare le emozioni negative. Goleman dice che in questo programma, inoltre, si cerca di dare molta importanza alla responsabilità delle proprie decisioni e degli impegni assunti. In questo programma inoltre vengono comprese le abilità di imparare ad ascoltare e a porre domande, distinguere ciò che qualcuno dice o fa e le proprie reazioni o i propri giudizi, essere sicuri di sé, imparare a collaborare, a risolvere i conflitti e a negoziare i compromessi. In questo programma non viene dato nessun tipo di voto, ma la vita stessa viene vista come un esame finale. (Goleman, 1996: 178).

Esistono inoltre altri tipi di programmi che insegnano ai ragazzi come usufruire dell'intelligenza emotiva e delle abilità che le appartengono, come il "Resolving Conflict Creatively Program"(Programma di Risoluzione Creativa dei Conflitti). Questo programma venne applicato dagli insegnanti nelle scuole della città di New York, negli Stati Uniti. Il programma venne applicato dalla prima classe alla dodicesima e all'ultimo anno della scuola dell'infanzia. Il RCCP (Programma di Risoluzione Creativa dei Conflitti) venne valutato dagli insegnanti prima e dopo la sua applicazione nelle classi. (Goleman, D., 2011)

Questo programma si focalizza sulle risoluzioni dei conflitti, mostra e propone alle persone alternative non violente per la risoluzione dei conflitti, insegna agli alunni le competenze per risolvere i conflitti, insegna ad apprezzare, a capire ed accettare le diverse culture e mostra che loro stessi possono avere un ruolo importante nell'avere un ambiente più pacifico. (Metis Associates, Inc., New York, 1990)

"Alla fine di questo programma, i ragazzi vengono valutati e appare che i ragazzi che hanno seguito i corsi di competenza sociale ed emozionale, ne hanno tratto un diffuso beneficio per la loro condotta dentro e fuori la classe e per la loro capacità di apprendimento. I risultati osservati sono:

- *Autoconsapevolezza emozionale*: migliore capacità di riconoscere e denominare le nostre emozioni; migliore capacità di comprendere le cause dei sentimenti; capacità di riconoscere la differenza tra sentimenti e azioni.
- *Controllo delle emozioni*: migliore sopportazione della frustrazione e controllo della collera; minor frequenza di umiliazioni verbali, scontri e disturbi in classe; migliore capacità di esprimere adeguatamente la collera, senza combattere; minor numero di sospensioni ed espulsioni; condotta meno aggressiva o autodistruttiva; sentimenti più positivi sul proprio io, sulla scuola e sulla famiglia; migliore capacità di affrontare lo stress; minor solitudine e ansia nei rapporti sociali.
- *Indirizzare le emozioni in senso produttivo*: maggior senso di responsabilità; maggiore capacità di concentrarsi sul compito che si ha di fronte e di fare attenzione; minore impulsività, maggiore autocontrollo; migliori risultati nelle prove scolastiche.
- *Empatia: leggere le emozioni*: migliore capacità di assumere il punto di vista altrui; maggiore empatia e sensibilità verso i sentimenti altrui; migliore capacità di ascoltare gli altri.
- *Gestire i rapporti*: migliore capacità di analizzare e comprendere i rapporti; migliore capacità di risolvere i conflitti e negoziare i contrasti; migliore capacità di risolvere i problemi nei rapporti; maggior sicurezza di sé e capacità di comunicare; maggior simpatia e socievolezza; comportamento più amichevole con i coetanei e maggior legame reciproco; maggior interesse da parte dei coetanei; maggior interesse e premura verso gli altri; minor individualismo e maggiore disposizione alla collaborazione in gruppo; maggior spirito di condivisione, di collaborazione e di disponibilità a rendersi utili agli altri; maggior democrazia nel trattare con gli altri." (Goleman, "Intelligenza emotiva", Rizzoli, Milano, 1996: 188)

Capire come funzionano l'intelligenza emotiva, quali sono le sue abilità, come usarle e quali tipi di programmi esistono è importante per capire come il modello del centro studi Podresca sia stato creato.

Nel capitolo che segue vengono esposte le informazioni principalmente inerenti agli alunni delle scuole elementari. Mentre nei capitoli successivi si avrà l'occasione di analizzare come nel centro studi Podresca abbiano ricreato questo tipo di

programmi/modelli per i bambini di età prescolare.

3. Il Centro Studi Podresca

Il Centro Studi Podresca è un'associazione culturale e di promozione sociale fondata a Prepotto il 20 marzo 2003 dai soci fondatori Silvana Tiani, Silvano Brunelli e Roberto Burlando.

Il Centro Studi Podresca, attraverso molti anni di ricerca sul campo, ha ideato l'approccio basato sullo sviluppo delle abilità umane introducendo conoscenze e metodi innovativi. Grazie alla padronanza delle abilità personali e delle abilità di relazione, diventa possibile collaborare in modo efficace nei progetti comuni in tutti gli ambiti della vita.

Le finalità del Centro Studi sono quelle di promuovere la crescita personale, sviluppare la qualità dell'educazione, contribuire all'innovazione nel lavoro e nella dimensione sociale. Cioè la ricerca e la formazione per l'innovazione nelle abilità umane, percorsi di studio, master in abilitazione alla docenza e progetti pilota per avviare buone prassi che possano contribuire in modo significativo alla qualità della vita. (<http://www.podresca.it/informazioni/>, 15.11.2018, 11:53)

4. Le abilità personali nell'educazione

La „Scuola delle Abilità“ è una ricerca innovativa dedicata allo sviluppo delle abilità personali per bambini e ragazzi. L'alto valore di questo programma formativo sta nell'offrire gli strumenti ottimali per conquistare una personalità completa cioè consapevole, che sa scegliere, capace, operativa, solare, generosa, felice. I punti cardine della ricerca sono costruire relazioni consapevoli basate sul pieno rispetto, sulla comprensione reciproca e sulla collaborazione, insegnare a ottenere i risultati con le proprie abilità, educare a vivere con valore. (Brunelli, 2014: 15)

Le abilità sono strumenti specifici deputati a ottenere un determinato scopo, secondo Brunelli “l'abilità è una conoscenza tradotta in azione allo scopo di ottenere un risultato”.(Brunelli, 2014: 68). Uno dei problemi con cui ci fa confrontare l'autore è la definizione di abilità che si viene ad incontrare. Infatti l'autore ci dice che spesso l'idea di abilità non comprende conseguire l'effetto voluto, ovvero si pensa che un'abilità

metta il soggetto in grado di agire, ma non necessariamente raggiungere il risultato. La conseguenza di questo tipo di pensiero è che tante persone si impegnano correttamente però soltanto un piccolo numero arriva al traguardo voluto. Brunelli dichiara che se l'applicazione di un'abilità non include la responsabilità di conseguire il risultato, si rivela incompleta ed inesatta. Si può chiarire questo concetto trovando la medesima logica in un principio della comunicazione che afferma che chi emette un messaggio è responsabile che esso arrivi al ricevente. L'abilità di esprimere un concetto non si esaurisce con la sola pronuncia delle parole pur intrise dell'intenzione di arrivare al destinatario, ma prosegue con la ricerca dell'effettiva comprensione. Soltanto quando l'ascoltatore conferma all'interlocutore di avere compreso, il suo compito è esaurito. Finché il ricevente non ha compreso, spetta all'emittente adoperarsi dispiegando le sue abilità. Qualora dopo numerosi tentativi non abbia conseguito la comprensione, egli riconosce e ammette la sua insufficiente capacità allo scopo.

Esiste un secondo tipo di errore che l'autore espone, ed è quello di pretendere a qualunque costo di ottenere il risultato. Egli spiega infatti che questo tipo di persone usano modalità scorrette per avvantaggiarsi sugli altri e garantirsi di tagliare per primi il traguardo. Questo tipo di persone usano questo tipo di comportamento proprio perché le sue abilità non sono sufficienti ad assicurare il risultato. (Brunelli, 2014: 69,70,71).

Brunelli allora ci espone qual è il modo corretto per applicare le abilità personali. Dichiara che ciascuna abilità va applicata con:

- “La scelta e la responsabilità di ottenere il risultato,
- Impegnandoci a ottenere il risultato mediante azioni corrette e leali,
- Con l'intima e sincera disponibilità a rinunciare in modo consapevole a raggiungere il risultato ad ogni costo.” (Brunelli, 2014: 72)

Inoltre l'autore sostiene che ottenere il risultato è importante, ma non è tutto. La sfida è ottenerlo senza ferire gli altri, senza provocare dolore, senza ingannare né rubare. Ottenere risultati applicando in modo corretto le abilità personali significa essere una bella persona, non solo agli occhi degli altri ma anche nella propria interiorità e nella percezione di sé. Infatti, Brunelli ci dice, che chi assapora la conquista dei suoi risultati

mediante la giusta applicazione delle abilità, sperimenta la vittoria e l'essere lui vincente. Sente fiducia, riconoscimento, piacere, stima, condivisione, appartenenza, fierezza e completezza. Il bene è grande a tal punto che è disinteressato a ottenere i suoi successi in modo diverso. Allora è importante capire che agire correttamente e con abilità è un insieme complesso di elementi:

- “Scegliere di agire coinvolgendosi completamente, originando il comportamento dall'individualità consapevole (*io scelgo*).
- Avere *un'intenzione* forte, consapevole e ben comunicata (*io voglio*).
- Possedere la *conoscenza* di come funziona l'abilità (*io so*).
- Assumere e mantenere *un'identità* adatta ad agire per lo scopo (*io sono*).
- Avere e nutrire la *motivazione* (*io ci tengo*).
- Esprimere *idee* e *sentimenti* capaci di alimentare l'abilità (*io penso, io sento*).
- Tenere un *comportamento etico*, senza ferire, senza rubare, senza ingannare sino a raggiungere il traguardo (*io agisco correttamente*).” (Brunelli, 2014: 75)

La ricerca sullo sviluppo delle abilità umane ha ricevuto e sta ricevendo importanti riconoscimenti e soprattutto ottiene grandi risultati pratici. La prima tappa era quella di creare un metodo che funzioni, ora si apre la seconda tappa che consiste nell'applicazione, nel tradurre la ricerca di laboratorio in esperienze quotidiane condivise. Mentre la difficoltà principale della prima tappa è consistita nel mettere a punto un metodo efficace, nella seconda fase la sfida consiste nell'applicare il nuovo potenziale con precisione, costanza e per un nobile scopo. L'impostazione adottata è ben definita: insegnare le abilità personali a bambini e ragazzi con l'intenzione di contribuire alla loro crescita sul piano umano, offrire loro conoscenze e strumenti per diventare belle persone, per essere individui consapevoli, capaci e felici. (Brunelli, 2014: 76,77)

Ciascuna persona usa le sue abilità, alcune in modo completo, altre solo in parte. Alcune in modo corretto, mentre altre rimangono disfunzionali. L'insegnamento delle abilità personali serve a guidare bambini e ragazzi nell'acquisire la piena padronanza di un alto numero di abilità. Grazie ad esse, saranno in grado di interagire in modo

intelligente con gli altri e sperimentare la vita con positività. Brunelli, espone il percorso corretto per insegnare le abilità, cioè spiegare la struttura e il funzionamento, eseguire gli esercizi, applicare nelle esperienze, ottenere risultati e infine crescere. L'autore dichiara che lo sviluppo delle abilità personali è sia una meta autonoma, fine a se stessa, sia un portentoso aiuto per ogni forma di apprendimento.

Cerchiamo allora di analizzare il percorso corretto per insegnare le abilità. Il metodo di lavoro inizia, come abbiamo già detto, conoscendo le abilità. Brunelli ci spiega che ciascuna abilità personale ha una forma e un funzionamento dove l'insegnante spiega e gli alunni comprendono. Le abilità, per le persone, sono naturali, per questo sin dalla nostra nascita vengono usate quasi spontaneamente. Ogni individuo è predisposto a usare le abilità in modo corretto, ognuno è predisposto a interagire con intelligenza nella vita. Lo studio è il percorso che offre a tali "semi" il terreno fertile per svilupparsi, crescere e giungere a compimento. L'insegnante ha il compito di spiegare con chiarezza che cos'è un'abilità, come è strutturata e come funziona. Ha inoltre il compito di rendere reale, attuabile l'abilità nel contesto presente. Un'esplorazione molto utile, ci dice Brunelli, consiste nell'osservare l'abilità: in quale stato si trova, in sé e negli altri. (Brunelli, 2014:93,94)

Una volta che queste abilità personali vengono comprese, la tappa successiva è quella di mettere in pratica le abilità comprese in una serie di esperienze. Il passaggio dalla teoria alla pratica è complesso ma anche necessario, esso richiede un contesto di sostegno. Per chiarire questo concetto, Brunelli spiega che ciascun essere vivente necessita del suo habitat e al suo esterno non sopravvive o ci riesce a stento, allo stesso modo succede per l'applicazione dell'abilità, occorre un ambiente adatto. Quando questo ambiente adatto manca, il bambino conosce l'abilità ma non ritiene di possederla. Spetta infatti all'educatore creare un contesto dove gli alunni abbiano l'opportunità di applicare le abilità personali che hanno compreso. Il tragitto dell'applicazione dell'abilità può essere lungo e difficile oppure facile e veloce, è molto importante correggere gli errori, perfezionare la precisione e l'intensità, controllare e verificare l'esattezza. La ripetuta applicazione costituisce una forza straordinaria e opera la trasformazione: il bambino acquisisce, si appropria e maneggia con sicurezza l'abilità. In questo modo l'individuo matura la certezza di possedere quell'abilità e di poterla applicare. (Brunelli, 2014: 95,96)

Come terza tappa, Brunelli, ha esposto l'ottenimento dei risultati. Infatti dichiara che, l'applicazione delle abilità personali produce risultati. La mancata applicazione delle abilità provoca carenze e problemi. Gli educatori possono fare alle nuove generazioni un dono di enorme portata, cioè offrire loro l'opportunità di scoprire lo stretto collegamento tra l'applicazione delle abilità e i risultati. Ogni bambino negli anni della crescita dovrebbe rendersi conto che, quando mette in atto un comportamento funzionale per il tempo necessario, ottiene il risultato voluto. Brunelli dichiara che quando l'abilità è stata compresa, applicata e più volte ha maturato risultati, diviene normale. Per il ragazzo diventa normale attuare il giusto comportamento, non bisogna ricordarglielo, chiedere che lo attui o addirittura costringerlo perché è già presente, accade con spontaneità. Brunelli spiega che per il bambino sapere che l'applicazione di un'abilità porta al corrispondente risultato è la maggiore motivazione che serve per poi passare alla conquista dell'abilità seguente. (Brunelli, 2014: 97,98).

Alla fine si arriva alla tappa della crescita. Le tappe precedentemente compiute, cioè comprendere l'abilità, applicarla, ottenere il relativo risultato, regalano un ulteriore successo, ossia la crescita dell'individuo sul piano umano. Il bambino in questo modo, non è soltanto contento di avere con successo completato un'impresa ma nutre e amplifica anche la sua gioia di vivere, diventa fiero di se stesso. I risultati raggiunti in modo corretto, attraverso l'applicazione delle abilità, elevano l'umanità. Le abilità personali sono strumenti che permettono di ottenere risultati nella vita e contemporaneamente aprono la strada al miglioramento interiore e maturare sul piano umano. (Brunelli, 2014: 98).

Dopo aver analizzato cosa sono le abilità personali e come insegnarle ai bambini cioè con quale metodo di lavoro, ritengo sia anche importante capire quali sono gli elementi di varia provenienza che giocano un ruolo importante sull'acquisizione delle abilità personali. Questi elementi sono, dichiara Brunelli, tutte le altre persone con cui siamo in relazione. L'educazione coinvolge molte persone con ruoli e compiti diversi, le loro abilità si sommano e convergono nel risultato, oppure divergono, annullando e vanificando il potere d'azione. Nell'educazione e nella formazione di un bambino, sono coinvolti direttamente e occupano un posto centrale "tre giocatori principali", come li chiama Brunelli, ossia il bambino, i genitori e gli insegnanti. Sviluppare le abilità personali è un processo complesso che avviene all'interno della condivisione, richiede che le persone coinvolte le conoscano e le mettano in pratica. Questa necessità deriva

dalla natura stessa della vita: ogni organismo è intimamente interconnesso con il suo habitat. Il bambino prima impara a comunicare in modo corretto, poi sperimenta questo *stile comunicativo* con l'insegnante, con i genitori e con i coetanei. L'esperienza della comunicazione corretta che raggiunge la comprensione si ripete in numerose e diverse relazioni e, in poco tempo, si afferma come abilità. Sperimentare un'abilità personale in diverse relazioni è l'aspetto che la fa maturare. L'abilità in questo modo si afferma con naturalezza, diventa forte e stabile. Brunelli racconta che fino ad oggi, non è stato sviluppato un percorso per sviluppare le abilità personali con una concezione trivalente, ossia che comprenda genitori, insegnanti e i coetanei del bambino. Infatti, spiega che molte volte insegnanti e alunni usano un metodo di lavoro efficace per sviluppare le abilità personali, mentre i genitori non vengono coinvolti e dunque diventa un metodo non efficace, con delle carenze. Brunelli dice che se ci poniamo la meta di offrire alle nuove generazioni un'elevata maturità sul piano personale, una maturità fondata sulle abilità umane, allora l'unica strada giusta è l'impegno congiunto di genitori, insegnanti e tessuto sociale. Infatti, la ricerca di Brunelli, propone un nuovo approccio di base ovvero lo studio e l'applicazione delle abilità personali quale processo formativo per tutti, per gli adulti e per i bambini insieme, in famiglia e a scuola. Promuove l'impegno finalizzato al raggiungimento di una meta prioritaria e di valore, ossia elevare la qualità delle esperienze formative. (Brunelli, 2014: 120, 121, 122).

4.1. L'abilità di relazione

La relazione tra due persone ha un punto di inizio, la prima volta in cui entrano in contatto, si vedono, si parlano. Portando l'attenzione al primo contatto con un altro individuo, ognuno scopre il grande valore dell'evento e la sua potenzialità. Nell'educazione ci sono numerosi momenti di inizio, come ad esempio quando i genitori entrano per la prima volta in relazione con il figlio, oppure la scoperta delle amicizie nell'infanzia, l'instaurare relazioni tra educatori e alunni. Ogni tipo di contatto con gli altri può essere come una sorgente. Inoltre, questo tipo di momenti di inizio, come ci dice la scrittrice Tiani Brunelli, sono dei veri momenti formativi in cui il bambino modella la percezione di se stesso (chi sono io, come sono) e degli altri (chi sono gli altri, come sono). Infatti, la Tiani Brunelli dichiara che questi primi momenti debbano essere momenti di accoglienza calorosa ed elevata per poter diventare un processo di crescita costruttivo.

L'azione migliore da originare nel momento dell'incontro con l'altro è un atto consapevole di riconoscimento, ossia essendo consapevoli di sé, divenire consapevoli dell'altro e del collegamento fra sé e lui. Da qui deriva una consapevolezza definita dalle parole: io sono, tu sei, noi siamo in relazione; io sono consapevole di te, tu sei consapevole di me, noi siamo consapevoli uno dell'altro. La consapevolezza in una relazione è molto importante inoltre perché diventa la fonte da cui nasce il riconoscimento (tu sei riconosciuto, io sono riconosciuto), il senso del rispetto (tu sei rispettato, io sono rispettato) e il vissuto del valore (tu hai valore, io ho valore). Sono proprio queste le qualità che caratterizzano la relazione: il riconoscimento, il rispetto e il valore. La consapevolezza infatti, arricchisce la relazione di intimità e di autenticità, pone le basi di un solido rapporto. (Tiani Brunelli, 2012: 15,16)

È essenziale inoltre, capire quale significato abbia una relazione per noi. Infatti, la Tiani Brunelli dichiara che, concepire il significato che diamo alle connessioni con le altre persone, vuol dire essere consapevoli del perché parliamo e ascoltiamo, vuol dire conoscere la ragione che ci spinge a stare vicino e interagire, implica avere cura di questa chiarezza personale. Infatti, proprio da questa consapevolezza prendiamo l'entusiasmo, l'energia e la persistenza. Di fronte alla difficoltà possiamo essere forti perché custodiamo in noi una ragione valida. (Tiani Brunelli, 2012: 17)

Dopo aver analizzato le prime caratteristiche delle relazioni, capiamo che, come dice l'autrice, entrare in relazione e instaurare un rapporto con gli altri può essere concepito come una vera e propria abilità. Il rapporto umano è come una strada a doppio senso. I vissuti scorrono in due direzioni: da noi verso gli altri e dagli altri verso noi. Entrare in relazione significa perciò avere l'impulso verso l'altro (io desidero conoscerti) e ricevere la sua intenzione (tu desideri conoscermi). La somma delle intenzioni che noi originiamo verso l'altro e delle intenzioni che l'altro ha nei nostri confronti, dichiara l'autrice, crea la forma che diamo alle nostre relazioni. Le intenzioni infatti sono quelle che tengono salda una relazione umana cioè la spinta verso l'altro (io desidero conoscerti e desidero essere conosciuto), l'impulso di risposta dall'altro (l'altro vuole essere conosciuto e vuole conoscermi). I bambini sono desiderosi di stare con gli altri e dunque entrano in relazione con spontaneità, esprimendosi e accogliendo gli altri. Proprio per questo loro desiderio di stare con gli altri e dunque di non rimanere da soli, la qualità dell'interazione occupa un ruolo decisivo. La crescita del bambino è una ininterrotta serie di incontri, scoperte ed esperienze che i bambini provano per la prima

volta. Iniziare a stare insieme con amore ed entrare in relazione con gioia è il miglior auspicio per le sfide che il bambino affronterà. (Tiani Brunelli, 2012: 19,20).

Dunque per far sviluppare l'abilità di relazione i punti chiave sono:

- La consapevolezza di sé e degli altri,
- Il riconoscimento cioè essere riconosciuti e riconoscere l'altro, quando il riconoscimento viene appagato dona benessere e serenità.
- Il rispetto, cioè essere rispettati e dunque anche rispettare l'altro.
- Il valore, come dice Tiani Brunelli, la relazione umana va vissuta con il valore, riconoscendo il valore degli altri e il proprio. (Tiani Brunelli, 2013).

4.1.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di relazione

Una delle esperienze che i ricercatori di Podresca ci propongono per sviluppare questo tipo di abilità è *il ponte della relazione*.

„Quando entri in relazione con una persona, guardala negli occhi. Assumi una posizione del corpo con la schiena dritta ed esprimi la tua fierezza. Sii aperto e curioso di conoscerla. Non ritirati e non alterarti, mostra te stesso così come sei. Tieni la tua attenzione sulla persona con cui sei in relazione. Sostieni l'attenzione che ricevi dall'altro. Senti che tu vai bene così come sei e che l'altra persona va bene così come è. Mostra che sei pronto ad avere uno scambio positivo!

- Svolgimento: si sta seduti l'uno di fronte all'altro, con la schiena dritta, in una posizione comoda. Prima si svolge l'esercizio con gli occhi chiusi e poi con gli occhi aperti. Si tiene l'attenzione su se stessi e si sente di essere in relazione.
- Indicazioni:
 - Assumi la posizione fisica con la schiena dritta
 - Riconosci di andare bene così come sei
 - Riconosci che anche gli altri vanno bene così come sono
 - Senti di essere a tuo agio nella relazione
 - Senti l'impulso di entrare in relazione con gli altri
 - Riconosci che anche gli altri vogliono entrare in relazione con te

-Apri gli occhi ed entra in relazione

-Tieni la tua attenzione sull'altra persona.“ (S. Brunelli, S. Tiani Brunelli, 2015: 40,41)



Fig.1: "Il ponte della relazione", fonte: S. Brunelli, S. Tiani Brunelli, 2015, pag. 41

- Si potrebbe inoltre, fare un esercizio simile per sviluppare questo tipo di abilità. Le indicazioni potrebbero essere le stesse soltanto che l'esercizio verrebbe svolto in gruppo. Un gruppo di bambini si potrebbero mettere seduti in cerchio, con una piccola palla a loro disposizione. L'esercizio si svolge così che, a turno i bambini si passano la palla. Quando la palla arriva da un bambino, esso parla di se stesso per un minuto circa e tutti gli danno attenzione. E così ogni bambino a turno. In questo modo si dà attenzione al bambino che tiene la palla e i bambini entrano in relazione.

4.2. L'abilità di comunicare

La relazione e la comunicazione sono funzioni fondamentali. Esse sono strettamente collegate. La padronanza della comunicazione rappresenta la condizione indispensabile per la chiarezza personale, per il successo e per una completa soddisfazione esistenziale. Una comunicazione insufficiente o distorta porta

all'insoddisfazione, alla solitudine e al dolore. Comunicare significa, come dichiara Brunelli, definire e determinare chi siamo e mostrarci, uscire nel mondo con tutte le qualità che ci contraddistinguono. Inoltre significa anche arrivare agli altri, raggiungerli e collegarci con loro come parte integrante di una rete di riconoscimento e quindi di appartenenza che diventa a sua volta luogo dove risiede la nostra umanità.

Essenzialmente noi comunichiamo perché, secondo Brunelli, abbiamo bisogno di essere compresi, comprendere gli altri, esprimere noi stessi, conoscere altre persone. Dunque penso sia importante anche capire che cosa produce la comunicazione. Come dice Brunelli, la comunicazione produce comprensione ossia, chi ha parlato si sente compreso e chi ha ascoltato sa di avere compreso. La comprensione è infatti molto importante sia per la comunicazione che, ovviamente, per la relazione. Questo tipo di unione favorisce la creatività e la collaborazione. Il fine della comunicazione è dunque produrre la comprensione. (Brunelli, 2014: 151,152)

L'abilità di comunicare correttamente con gli altri si sviluppa, come spiega la Tiani Brunelli, applicando il *ciclo di comunicazione completo* ossia: colui che parla esprime un messaggio, colui che ascolta riceve un messaggio, dopo aver ascoltato conferma di aver compreso, colui che ha parlato sa di essere stato compreso. Il ciclo prende avvio con le parole e si conclude con una nuova condizione ossia la comprensione. Quando il ciclo della comunicazione è completo ogni parola detta produce comprensione. Si previene così la nascita dell'incomprensione, del conflitto, della chiusura e della solitudine. I genitori oppure gli educatori, possono insegnare questo tipo di abilità mettendo appunto in pratica il ciclo di comunicazione completo con il bambino. Quando parla e si sente ascoltato, il genitore o l'educatore ringrazia per la comprensione ricevuta, quando ascolta conferma di aver compreso. La Tiani Brunelli dichiara che per rafforzare l'apprendimento del ciclo di comunicazione, l'adulto può disegnare su un cartellone due persone (colui che parla-colui che ascolta) e poi tracciare il percorso del messaggio. Può approfondire il tema spiegando quanto sia importante tentare di ottenere la comprensione ogni volta. (Tiani Brunelli, 2012: 28,29,30).

4.2.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di comunicare

Come abbiamo compreso, il ciclo di comunicazione completo è uno dei metodi più efficaci per sviluppare ed apprendere l'abilità di comunicare. Esso può venir inserito in ogni momento della giornata. Gli autori Tiani Brunelli e Brunelli ci propongono vari esercizi che possono essere svolti con i bambini, come ad esempio:

- **Esercizio di comunicazione:**

Indicazioni: Parla con l'intenzione che gli altri ti comprendano. Ascolta con l'intenzione di comprendere gli altri.

Domande: Che cosa ti piace? Che cosa è facile per te a scuola? Che cosa è difficile per te a scuola? Dimmi un tuo bisogno. Dimmi una cosa in cui sei bravo/brava. Che cosa vuoi che i tuoi amici comprendano di te? Che cosa vuoi che i tuoi insegnanti comprendano di te? (S. Brunelli, S. Tiani Brunelli, 2015: 45)

- **Comprendersi a scuola (intervista):**

Intervista i tuoi compagni di classe e gli insegnanti.

Poni le domande: Che cosa ti piace? Che cosa è facile per te? Che cosa è difficile per te?

Rispondi: Grazie. Ti ho compreso!

Lo stesso esercizio può essere fatto in famiglia. (S. Brunelli, S. Tiani Brunelli, 2015: 50)

4.3. L'abilità di comprendere

Tiani Brunelli dichiara che come la mancanza di dolore o di patologie rappresenta un parametro certo della salute fisica, allo stesso modo un indicatore sicuro del benessere nelle relazioni è sentirsi compresi e comprendere gli altri. Infatti, la comprensione, come lo abbiamo ripetuto più volte, è la materia prima della relazione. Essa permette la nascita delle amicizie, l'assimilazione delle nozioni scolastiche, il raggiungimento degli accordi e sostiene la formazione della personalità. Come dice l'autrice, una quantità sufficiente di comprensione invita a sapere di più, mentre una quantità insufficiente produce un effetto demotivante, ossia appaiono disinteresse e apatia. Ripetere il ciclo di comunicazione completo continuamente predispone una condizione positiva verso lo scambio interpersonale: "lo comprendo gli altri, gli altri comprendono

me". Un metodo semplice ma efficace per elevare la comprensione nei rapporti educativi è riconoscerla ed apprezzarla. Tiani Brunelli dice che è essenziale essere consapevoli del suo valore e di quanto sia importante per ottenere successi nelle diverse attività educative. Riconoscere la comprensione significa esserne consapevoli e apprezzarla aiuta a farla crescere. Con il passare del tempo per i bambini diventerà un valore e una meta da perseguire. Dando valore alla comprensione nelle relazioni diventa possibile trovare un accordo, rispettando tutte le parti, senza cadere nel conflitto. La Tiani Brunelli dichiara che in questo modo, nel bambino aumenta lo stato di benessere interiore che si manifesta con gioia, piacere di esprimersi, ottimismo ed allegria. Mentre nei processi di apprendimento cresce la motivazione ad imparare. Nello sviluppo della personalità prevale una logica propositiva. (Tiani Brunelli, 2012: 38,39).

4.3.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di comprendere

Gli autori Tiani Brunelli e Brunelli propongono esercizi molto semplici ed efficaci per sviluppare l'abilità di comprendere, come ad esempio:

- **“Le mie comprensioni”:**

Si propone al bambino una tabella in cui deve inserire, da solo o con l'aiuto dell'educatrice, le risposte alle seguenti domande: Cosa ho compreso dall'insegnante, cosa ho compreso di..., che cosa gli altri hanno compreso da me. (S. Brunelli, S. Tiani Brunelli, 2015, pag. 52)

- Si potrebbe fare con i bambini un semplice gioco di comprensione che chiamerò *Il gioco delle comprensioni*. Il gioco si svolge alla seguente maniera: i bambini si mettono in coppia, uno davanti all'altro. Ci sarà un cronometro che andrà avanti per due minuti. Un bambino a turno, parlerà di un dato tema per i due minuti cronometrati, mentre l'altro bambino lo ascolterà. Alla fine del tempo, il bambino che ascoltava dice all'altro bambino che cosa ha compreso. Alla fine si cambierà il turno dei bambini. Il gioco avrà diversi scopi, principalmente quello di comunicare e dunque spiegare che cosa si ha compreso, ma ci sarà anche l'ascolto, l'attenzione e in questo modo si avrà anche la costruzione di un certo tipo di relazione.

LE MIE COMPRENSIONI

<p>COSA HO COMPRESO DELL'INSEGNANTE</p>	
<p>COSA HO COMPRESO DI...</p>	
<p>CHE COSA GLI ALTRI HANNO COMPRESO DI ME</p>	

Fig. 2: "Le mie comprensioni", fonte: S. Brunelli, S. Tiani Brunelli, 2015, pag. 52

4.4. L'abilità di attenzione

La Tiani Brunelli sostiene che la personalità umana si sviluppa attraverso l'esperienza dell'imparare e nell'imparare l'attenzione svolge un ruolo centrale. Come il bambino concentra, mantiene e distoglie l'attenzione nelle sue esperienze rappresenta un fattore centrale nella formazione. Dunque, la qualità dell'attenzione determina quanto un bambino apprende e anche il livello delle prestazioni. Ogni essere umano è dotato di attenzione, dunque è importante svilupparla e avere la padronanza di essa. La padronanza dell'attenzione, infatti, si esprime con il piacere di dare attenzione, senza distrarsi, con la capacità di rimanere concentrati per un periodo più lungo, con la facilità a ricordare gli eventi e con la disponibilità a comprendere e a coinvolgersi. La Tiani Brunelli dichiara che ciò a cui scegliamo di dare attenzione esiste in noi e nella nostra

vita, mentre ciò a cui non diamo attenzione, non esiste in noi e nella nostra vita. L'attenzione è la materia prima con la quale la personalità si struttura e funziona. Educare richiede perciò, come dichiara l'autrice, una cura straordinaria affinché i bambini maturino la padronanza del loro flusso di attenzione. (Tiani Brunelli, 2014: 39,40)

La Tiani Brunelli dice che l'attenzione è paragonabile a una colla cioè incolla l'individuo alla sua esperienza. Le situazioni nelle quali i bambini trovano il modo di unire la loro attenzione all'attività incentivano i loro talenti. Per l'autrice esistono due tipi di flussi di attenzione, il primo è da sé verso l'oggetto e dall'oggetto verso di sé e nel rapporto umano da me verso gli altri e dagli altri verso di me. È essenziale che questi due flussi fluiscano in entrambi i versi. Una personalità completa pone in equilibrio entrambi i flussi ossia, io concentro l'attenzione sull'oggetto scelto, la mia attenzione è attratta da un oggetto. Si può dire che quanta attenzione il bambino mette in atto e usa definisce quanto egli può comprendere, imparare, ricordare ma anche con quale intensità si esprime.

Gli educatori possono mettere in atto varie azioni utili per incrementare l'attenzione dei bambini come quelle di:

- Dare più attenzione al bambino
- Coinvolgere l'attenzione con intensità, valore e piacere
- Insegnare il ciclo dell'attenzione
- Chiedere l'attenzione
- Apprezzare e ringraziare per l'attenzione ricevuta
- Equilibrare l'attenzione sugli oggetti, sulle esperienze e sulle persone. (Tiani Brunelli, 2014: 44).

È essenziale dunque capire qual è il ciclo dell'attenzione. Nel ciclo dell'attenzione ci sono essenzialmente tre passaggi: concentrarsi, mantenere l'attenzione e concludere. L'autrice dice che i primi cicli proposti saranno brevi, poi l'adulto ne aumenterà gradualmente la durata. Un esempio dato dall'autrice è quando la mamma insegna al bambino i nomi delle verdure e poi coinvolge la sua attenzione facendogli toccare le

foglie della verza e facendogli sentire l'odore delle carote. Di solito l'attenzione del bambino si sofferma per alcuni istanti su un oggetto, ma le esperienze che la mamma propone la intrattengono oltre al suo ciclo spontaneo. Con il passare degli anni l'attenzione potrà essere intrattenuta riflettendo su un argomento, ponendo domande di approfondimento, cambiando punto di osservazione e cercando soluzioni originali. Si tratta di un'abilità umana e bisogna insegnarla come tale, con richieste chiare e positive. Quando l'educatore chiede l'attenzione è importante che si esprima in modo propositivo, con una richiesta chiaramente orientata verso il risultato (Tiani Brunelli, 2014: 46).

4.4.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di attenzione

Un esercizio per sviluppare l'abilità di attenzione che ci propongono gli autori Brunelli e Tiani Brunelli è:

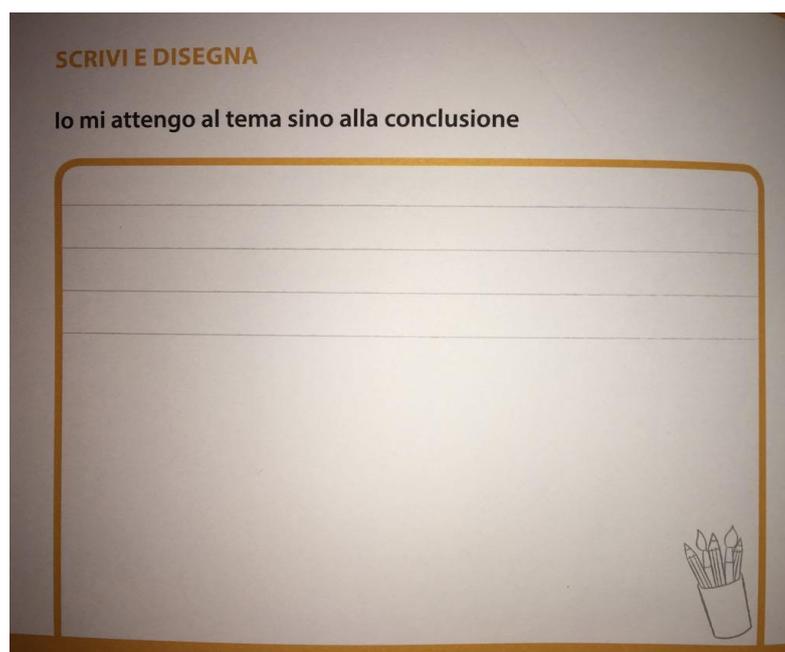


Fig. 3: "Scrivi e disegna", fonte: S. Brunelli, S. Tiani Brunelli, 2015, pag. 66

- **Attieniti al tema sino alla conclusione:**

Quando vuoi comunicare un messaggio, esprimi in modo chiaro quello che vuoi dire e spiega il tuo pensiero in modo completo. Prendi un tema e presentalo tutto, non divagare. Dare un ordine alle tue parole ti aiuterà a sapere quello che vuoi e a stare bene con gli altri.

- Dopodiché, l'esercizio viene elaborato e concluso con un disegno.

Un altro semplice gioco per sviluppare l'attenzione potrebbe essere quello di fare un *puzzle*. In questo tipo di gioco il bambino sceglie il puzzle che gli interessa di più, così il bambino focalizzerà automaticamente la sua attenzione sul gioco. La eserciterà, perché il puzzle richiede tempo, pazienza ed attenzione. Alla fine quando il bambino ricomponi il puzzle, ha un risultato e dunque prova piacere.

4.5. L'abilità di ascoltare

Ascoltare significa permettere all'altro di esprimersi ed accogliere ciò che egli ci vuole mostrare. Significa essere disposti a lasciarsi influenzare dall'altro ossia, dopo aver compreso qualcosa di nuovo la nostra visione delle cose può cambiare. L'ascolto, come dichiarano gli autori Brunelli, è un'azione attiva, è ricevere in modo attivo l'espressione dell'altro. Nella comunicazione infatti, vige il principio che le parole vanno *prese con un'azione*.

Il bambino apprende l'abilità di ascolto in base alle sue esperienze in cui viene ascoltato. Il modo migliore per insegnargli questo tipo di abilità è infatti quello di ascoltarlo. Gli autori dichiarano che l'ascolto viene influenzato dagli atteggiamenti delle persone che ci troviamo davanti. Se ad esempio un'altra persona parla, noi lo ascoltiamo e ci sentiamo annoiati e dunque aspettiamo con pazienza che finisca, probabilmente non riusciremo a cogliere qualcosa di interessante. Se invece ci chiediamo "Cosa vuole veramente dirmi questa persona?", ogni conversazione potrà risultare coinvolgente.

La natura dell'ascolto, infatti, determina in gran parte l'andamento di una conversazione e incide sul risultato finale: se ci sarà o meno comprensione, collaborazione e reciproco aiuto. Per un buon ascolto, ci dicono i Brunelli, ci vuole pazienza, disponibilità, apertura, apprezzamento dell'altro, riconoscimento delle possibilità positive che ogni relazione custodisce in sé. (Brunelli, 2002: 11)

4.5.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di ascolto

Gli autori ci propongono un esercizio per sviluppare l'abilità di ascolto in cui viene data al bambino una scheda con delle domande su cui riflettere e rispondere:

- **Parlare e ascoltare:**

Come voglio comunicare meglio con gli altri

Come mi sento compresa/compreso

Come voglio ascoltare gli altri mentre parlano

Come dico agli altri: "Ti ho compreso!"

Che cosa produce la comunicazione corretta

Che cosa ho imparato

- Alla fine, propongono una scheda in cui i bambini scrivono e disegnano per elaborare le informazioni.



Fig. 4: "Scrivi e disegna", fonte: S. Brunelli, S. Tiani, Brunelli, 2015, pag. 48.

- Un altro semplice esercizio che può essere fatto con i bambini è scegliere una storia che verrà loro letta. Dopo la lettura della storia si possono porre delle domande per capire quanto i bambini abbiano ascoltato e compreso oppure si può chiedere loro di rappresentare la storia graficamente. In questo modo si avrà la possibilità di esercitare l'abilità di ascolto.

4.6 L'abilità di accettare

La scrittrice Tiani Brunelli dichiara che accettare è l'abilità di essere disponibili a interagire con la realtà così come si presenta. Inoltre, ci spiega che questo tipo di abilità le persone la usano inconsapevolmente, non concepiscono l'azione di accettare come un'abilità. Allora, affinché una persona possa avvantaggiarsi del funzionamento esatto e completo di un'abilità, serve che essa venga applicata con un'intenzione consapevole che significa sapere di agire e ricevere l'effetto della propria azione. Accettare dunque significa dire sì alla realtà, soltanto per il fatto che esiste, perché è presente. L'accettazione inoltre, è indispensabile per un'interazione ottimale.

Come ci dice la scrittrice, accettare non è un atteggiamento passivo (lasciare che i fatti accadano) ma un'abilità di azione, è un atto interiore. Non si sviluppa in modo spontaneo ma è necessario insegnarla e anche apprenderla. La sua assenza, ci dice la Tiani Brunelli, causa effetti problematici, se manca l'accettazione emergono forzature (*devi*) e resistenze (*non voglio*) che talvolta impediscono di procedere e questo tipo di mancanza crea disagio interiore nelle persone. Allora, per riuscire nell'intento di insegnare senza costringere, si usa l'abilità di accettare, ossia l'apertura e l'accoglienza a tutto ciò che è presente in questo preciso momento.

Accettare esprime la posizione "io sono in relazione con te". La presenza dell'accettazione nel rapporto umano aiuta sia a beneficiare appieno dell'approvazione sia a sostenere la disapprovazione senza esserne sopraffatti. L'accettazione perché funzioni deve essere continuativa, se sono in relazione con il bambino, devo dimostrargli che io lo accetto sempre, questo porta ad avere una relazione positiva e dunque a non negare la relazione e la volontà di mantenerla integra. Perciò è molto importante dimostrare al bambino l'accettazione, come davanti a un impegno sincero svolge un compito parzialmente, in questo modo avremo la possibilità di ricevere accettazione anche noi. Quando un educatore ha cura nell'aumentare la propria abilità di accettare il bambino e le sue espressioni porta al risultato che anche il bambino, a sua volta, inizia ad accettare di più le comunicazioni rivolte a lui. In altre parole, nell'istante in cui il bambino accetta un'indicazione, diventa disponibile a rispettarla e allora le azioni concrete seguono senza intoppi. Inoltre, l'accettazione è la componente che permette il cambiamento. Questo perché la realtà è presente, può essere sbagliata, sgradevole, ingiusta ma siccome esiste, dobbiamo accettarla. Proprio grazie

alla disponibilità di accettare un evento attuale, si acquisisce la maestria di modificarlo se risulta necessario.

Insegnare questo tipo di abilità consiste in un metodo molto semplice, dare l'indicazione al bambino di tentare di accettare. Questo tipo di abilità, come abbiamo già detto, è un atto interiore dunque non può venir imposta e non dipende dalla volontà, ma è uno stato di apertura. Quanto sarà efficace l'indicazione di accettare dipende dall'effettiva accettazione dell'adulto. Quando l'adulto in modo consapevole e intenzionale, avrà davvero accettato tante volte il bambino, le sue parole saranno potenti ed efficaci. Il bambino potrà accogliere subito il suggerimento e diventare collaborativo anche se immerso nelle sue difficoltà (Tiani Brunelli, 2012: 81, 82, 89, 91).

4.6.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di accettare

Un esercizio che ci propongono gli scrittori Brunelli e Tiani Brunelli per sviluppare l'abilità di accettare ed esserne consapevoli è:

- **“IL PROGRAMMA CHE DECIDONO GLI ALTRI:”**

“Nel tuo orario giornaliero ci sono attività che decidono i tuoi genitori: l'ora dei pasti, l'ora per svegliarsi e per andare a dormire, stare insieme in famiglia.

Nel tuo orario giornaliero ci sono attività che decidono i tuoi insegnanti: l'orario delle lezioni, l'inizio, la conclusione e lo svolgimento del programma scolastico.

Sperimenta questi orari e attività con le tue abilità:

-accetta l'orario e l'attività

-comunica i tuoi bisogni e le tue caratteristiche

-tenta di fare il meglio possibile

-sii collaborativo/collaborativa

-impara dalle tue esperienze

-se necessario, proponi dei miglioramenti.” (S. Brunelli, S. Tiani Brunelli, 2015, pag. 80)

- Un altro semplice esempio di gioco per sviluppare l'abilità di accettare potrebbe essere il gioco della *“Palla avvelenata”*. In questo gioco il bambino ha la possibilità di sperimentare la sconfitta o la vittoria, e ha la possibilità di mettere in atto l'abilità di accettare la sconfitta oppure la vittoria.

Svolgimento del gioco: I bambini si dividono in due squadre di ugual numero, ad esempio squadra blu e squadra rossa. Ogni squadra avrà un suo capitano. Le squadre staranno all'interno di un campo rettangolare segnato da delle linee. Il capitano della squadra blu si troverà nella stessa parte del campo della squadra rossa. Mentre il capitano della squadra rossa si troverà nella stessa parte del campo della squadra blu. Ci sarà una palla a disposizione dei giocatori. Lo scopo del gioco è quello di lanciare la palla sui giocatori della squadra opposta. Chi viene colpito deve uscire dal gioco. Alla fine quando non rimangono giocatori nel campo, i capitani delle squadre giocano un contro l'altro.

4.7. L'abilità di sentire ed esprimere le proprie emozioni

Secondo l'autrice Tiani Brunelli, le emozioni hanno natura energetica e illogica, bisogna *sentirle*, non capirle o elaborarle con il ragionamento. Nell'abilità di vivere le proprie emozioni, l'autrice distingue tre passaggi:

- sentire l'emozione,
- esprimere l'emozione,
- lasciarla dissolvere.

Proprio per questi tre passaggi, essa dice che bisogna sentire ed esprimere l'emozione, non capirla e neppure controllarla. Quando sentiamo un'emozione possiamo guidare il nostro comportamento affinché sia ragionevole.

Il bambino, nella sua infanzia, sente le sue emozioni, è un evento che avviene automaticamente, emergono e lo travolgono. Succede anche che sente le emozioni delle persone vicine a lui. Se queste persone vicine a lui accoglieranno la sua espressione delle emozioni, il bambino continuerà a mostrarle, se invece le rifiuteranno, il bambino le reprimerà. Se il bambino soffoca o rifiuta i suoi sentimenti succede che perde gradualmente la capacità di sentire e sentendo meno è insicuro di quello che prova. Questo tipo di soffocamento delle emozioni può portare il bambino a sintomi fisici specifici come ad esempio la tensione in varie parti del corpo come il collo, la pancia oppure il mal di testa, sentirsi impacciati. Proprio per questo motivo è importante avere cura delle emozioni e di ciò che il bambino prova.

Esistono vari tipi di emozioni che possono essere suddivise in emozioni positive come la gioia, l'amore, l'allegria oppure negative come la rabbia, l'ira, l'odio, l'irritazione. La Tiani Brunelli afferma che la maturità della persona nel vivere le proprie emozioni inizia con la disponibilità a sentirle tutte, sia negative che positive, bisogna riconoscerle, accettarle e accoglierle. L'individuo assume la posizione: *io sento la sensazione che appare*.

Dopo aver sentito l'emozione, la seconda tappa è quella di esprimerla. La Tiani Brunelli dichiara che bisogna far uscire l'emozione, esternarla, non può rimanere dentro di noi ma deve necessariamente uscire. L'abilità di esprimere un'emozione non sta soltanto nel fatto di dirla o gridarla ma bisogna averne la padronanza. Questa padronanza consiste nel scegliere di non ferire sé e gli altri con la propria esternazione, scegliere di essere sinceri e di non fingere, rispettare il contesto fisico e sociale. La cosa importante nell'esternare le proprie emozioni, è quella di farlo in una relazione perché celare i propri sentimenti agli altri equivale a rimanere soli. L'abilità nell'esternare le proprie emozioni consiste nell'esprimere le emozioni guidando il comportamento. In poche parole, mostrare quello che sentiamo in modo ragionevole, rispettando sé, gli altri e l'ambiente circostante. È altrettanto importante anche accogliere le emozioni degli altri, serve anche a mantenere una relazione. Bisogna, come dice l'autrice, dare la disponibilità a restare vicino, a sentire quello che l'altro sente.

Alla fine, troviamo la terza tappa che consiste nel lasciar dissolvere l'emozione. Infatti essa dura per un lasso di tempo e poi si esaurisce. L'abilità a riguardo consiste nell'accettare la sua conclusione e lasciarla andare. È sbagliato creare un attaccamento alle emozioni o cercare di capirle ad ogni costo perché la natura delle emozioni non ha spiegazioni, esse appaiono, talvolta, senza ragione e senza ragione svaniscono. L'adulto può aiutare il bambino in questo percorso dandogli delle indicazioni precise e valide ossia dire al bambino di accettare di sentire questa emozione, esprimerla e poi lasciarla dissolvere. Il risultato finale sarà quello che le emozioni positive creeranno un senso diffuso di benessere mentre le emozioni negative non lasceranno alcun residuo. (Tiani Brunelli, 2014, pag. 103 – 106, 109 – 110)

4.7.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di sentire ed esprimere le proprie emozioni

Un contesto nel quale si potrebbe sviluppare questo tipo di abilità potrebbe essere l'amicizia. Gli autori Tiani Brunelli e Brunelli ci propongono il seguente esercizio, una scheda in cui il bambino può esprimere e sentire le proprie emozioni verso un amico.

- **“UNA MIA AMICIZIA”**

“Nome del mio amico o della mia amica: _____

Affinità: il piacere di stare insieme _____

Sicurezza: esprimersi con gentilezza, senza ferire _____

Coesione: il piacere di condividere _____

Sincerità: dire la verità _____

Dare e ricevere aiuto: _____

Una cosa bella della nostra amicizia: _____

_____” (S. Brunelli, S. Tiani

Brunelli, 2015, pag. 93)

- Un altro semplice esercizio che si può fare per sviluppare questo tipo di abilità è creare un *“Cartellone delle emozioni”* da tenere nella sezione. Su questo cartellone verranno inseriti i nomi dei bambini in una colonna, in un'altra colonna verranno inserite le emozioni come: felice, triste, arrabbiato, annoiato, compreso, incompreso, amore, odio. La funzione di questo cartellone sarà quello di segnare le proprie emozioni. Ogni volta che il bambino sentirà un tipo di emozione durante la giornata, andrà a segnalarla sul cartellone. In questo modo il bambino avrà la possibilità di sentire l'emozione, esprimerla segnandola sul cartellone, discuterne con l'educatrice e infine lasciarla dissolvere.

4.8. L'abilità di collaborare

Per fare in modo che l'abilità di collaborare funzioni e sia efficace, è essenziale prima che il bambino apprenda il ciclo di comunicazione completo, interagire senza ferire e che impari a dare e ricevere. Secondo l'autrice Tiani Brunelli, con il ciclo di comunicazione completo otteniamo la comprensione, con il reciproco rispetto maturiamo la sicurezza e rafforziamo la fiducia, il dare e il ricevere attivano lo scambio tra le persone. Solo quando vengono soddisfatti questi presupposti è

possibile attivare la collaborazione. La seconda tappa di questo percorso è il fine comune. La collaborazione tra due o più persone nasce nel momento in cui viene concepito un fine comune, che sarebbe un obiettivo che due o più persone perseguono insieme. Se si riesce ad arrivare a questo fine comune, viene elevata la qualità della vita del gruppo, si crea un contesto migliore capace di offrire maggiore benessere e molte opportunità.

Il fine comune, come dichiara l'autrice, va concepito, chiarito e comunicato, così si viene a creare un punto di partenza, ossia perché collaborare. Una volta scelto il fine, i componenti del gruppo prendono degli accordi, definiscono le regole per mantenere nel tempo il funzionamento e la lealtà del gruppo, ossia come collaborare. Poi si passa alla fase operativa in cui ogni componente del gruppo lavora su un compito e investe le proprie risorse per arrivare al fine comune. Superate queste fasi si arriva alla meta, al fine comune che diventa il bene comune.

L'esperienza della collaborazione suscita entusiasmo, perché, come dice la Tiani Brunelli, le abilità di ognuno sono messe in maggiore risalto dalle caratteristiche degli altri. La collaborazione stimola l'emancipazione di ogni individuo ed eleva la qualità delle relazioni.

L'autrice infine ci fa notare che l'analisi della collaborazione mette in evidenza quanto le abilità di base siano indispensabili. Infatti spiega che non è possibile avviare una collaborazione senza comprensione, apertura e scambio reciproco. (Tiani Brunelli, 2012: 75, 76, 77, 78, 79)

4.8.1. Giochi/esercizi per sviluppare l'abilità di collaborare

Un esercizio proposto dal Brunelli e la Tiani Brunelli per sviluppare l'abilità di collaborare in cui si propone di fare un accordo con l'intera classe, dove i bambini devono collaborare perché si arrivi al fine comune:

- **“LA CORDA DELL'ACCORDO NELLA NOSTRA CLASSE”**

“Un accordo in classe: _____

Scrivi come tu ti attieni all'accordo: _____

Scrivi come gli altri si attengono all'accordo:_____

Dopo una settimana: come ci siamo attenuti all'accordo?_____

Quale risultato abbiamo ottenuto?_____

Che cosa abbiamo imparato?_____”

(S. Brunelli, S. Tiani Brunelli, 2015, pag. 92)

- Un altro semplice esempio di gioco per sviluppare l'abilità di collaborare, potrebbe essere il gioco tradizionale della *staffetta*. In questo gioco i partecipanti creeranno degli accordi in cui si divideranno i compiti e creeranno delle regole da rispettare. Infatti, per la riuscita del gioco, tutti i partecipanti devono rispettare gli accordi e usare le proprie abilità per arrivare al fine comune. I partecipanti devono capire perché vogliono collaborare in questo gioco, come vogliono collaborare per poi arrivare al fine comune che sarà la vittoria.

II

PARTE EMPIRICA

5. Descrizione della ricerca

5.1. Scopo della ricerca

Lo scopo della ricerca è quello di capire cosa pensano i genitori delle abilità personali nell'educazione e quanta importanza diano ad esse nell'educazione dei propri figli. L'obiettivo di questa ricerca era quello di verificare qual è la realtà che si presenta nelle famiglie intervistate.

I risultati che prevedevo di ottenere non erano molto positivi, siccome supponevo che i genitori non conoscessero in modo adeguato le abilità personali perché ritengo che questo tema non sia ancora ben conosciuto negli ambiti famigliari.

5.2. I soggetti della ricerca

Il questionario è stato compilato complessivamente da 60 genitori i cui figli frequentano la scuola dell'infanzia "Girasole" di Cittanova e la scuola dell'infanzia "Fregola" di Buie, precisamente la sezione periferica di Momiano "Pratoline". Ho deciso di creare un questionario per i genitori perché i ricercatori del centro studi Podresca parlano molto del triangolo "genitore-scuola-bambino" e siccome durante l'analisi dei testi ho parlato molto della figura del bambino e della scuola, ho voluto anche scoprire qual è il pensiero dei genitori e se effettivamente si possa creare questo "triangolo".

5.3. Metodologia della ricerca e lo strumento di rilevazione dei dati

L'indagine empirica è stata fatta utilizzando il questionario in allegato.

Il questionario è composto da 15 domande: le prime quattro domande sono state formulate per capire la situazione familiare, mentre le altre sono state create appositamente per capire qual è il pensiero dei genitori riguardo le abilità personali. Ogni domanda si riferisce a una data abilità personale, la quinta domanda riguarda l'abilità di relazione, la sesta domanda riguarda l'abilità di comprensione, la settima domanda riguarda l'abilità di attenzione, l'ottava domanda riguarda l'abilità di ascolto, la nona domanda riguarda l'abilità di comunicazione e comprensione, la decima domanda riguarda l'abilità di accettare, l'undicesima domanda riguarda l'abilità di esprimere e accettare le emozioni, la dodicesima e la tredicesima domanda riguardano l'abilità di collaborare, mentre nella quattordicesima domanda si propone una tabellina in cui sono riunite tutte le abilità personali in cui i genitori possono valutare l'importanza di esse. Infine, nell'ultima domanda si propone al genitore di riflettere sulla relazione

con il proprio bambino e se vorrebbe fare un corso sulle abilità personali per migliorare il rapporto con il bambino.

5.4. Discussione dei risultati della ricerca

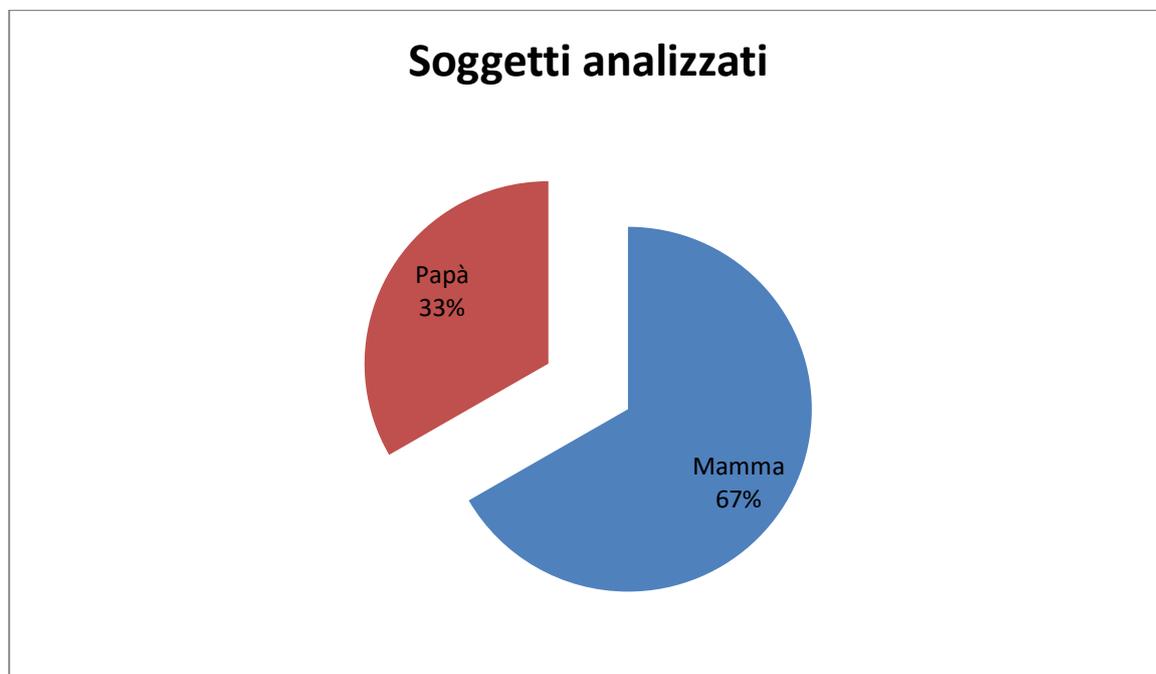


Grafico 1: soggetti analizzati

Come possiamo vedere nel grafico 1, il questionario è stato compilato da 40 mamme (67%) e 20 papà (33%). Il totale di 60 bambini si divide in 32 bambine (53%) e 28 bambini (47%) (grafico 2).

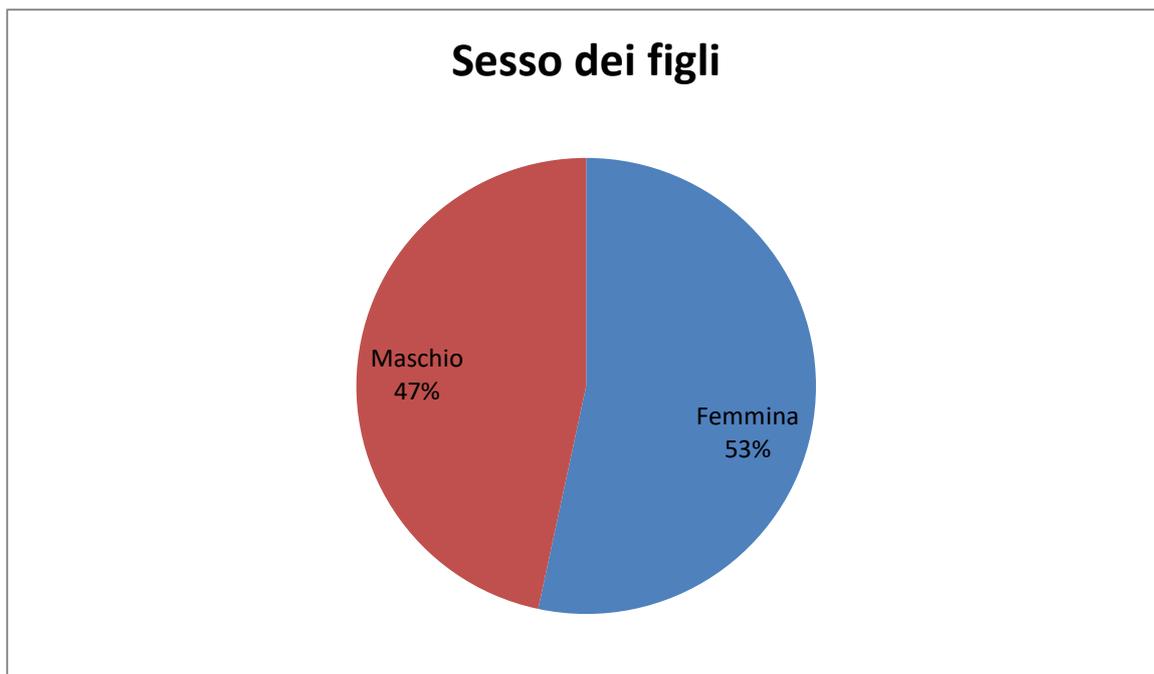


Grafico 2: sesso dei figli

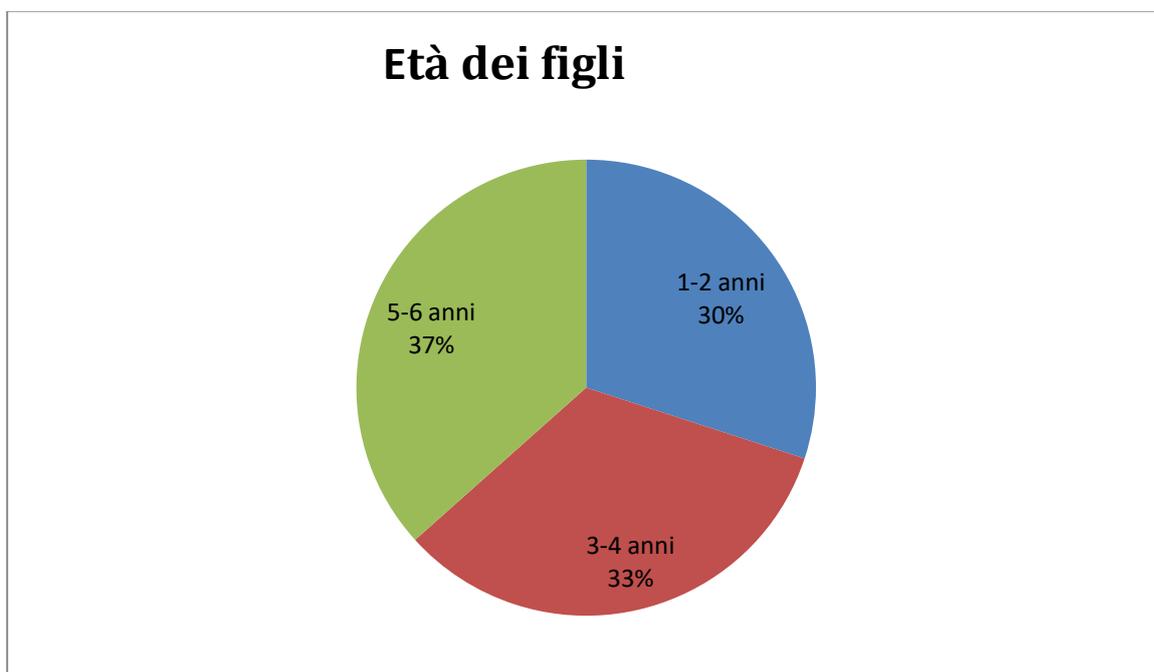


Grafico 3: età dei figli

Nel terzo grafico possiamo vedere che di 60 bambini, 18 bambini hanno tra i 1 e i 2 anni(30%), 20 bambini hanno tra i 3 e i 4 anni(33%) e 22 bambini hanno tra i 5 e i 6 anni(37%).



Grafico 4: presenza di altri figli

Nel quarto grafico, che risponde alla domanda se i genitori intervistati hanno altri figli, 40 genitori hanno risposto di sì (67%), mentre 20 genitori hanno risposto di no (33%). Dunque 40 bambini hanno fratelli e/o sorelle, mentre 20 bambini sono figli unici.

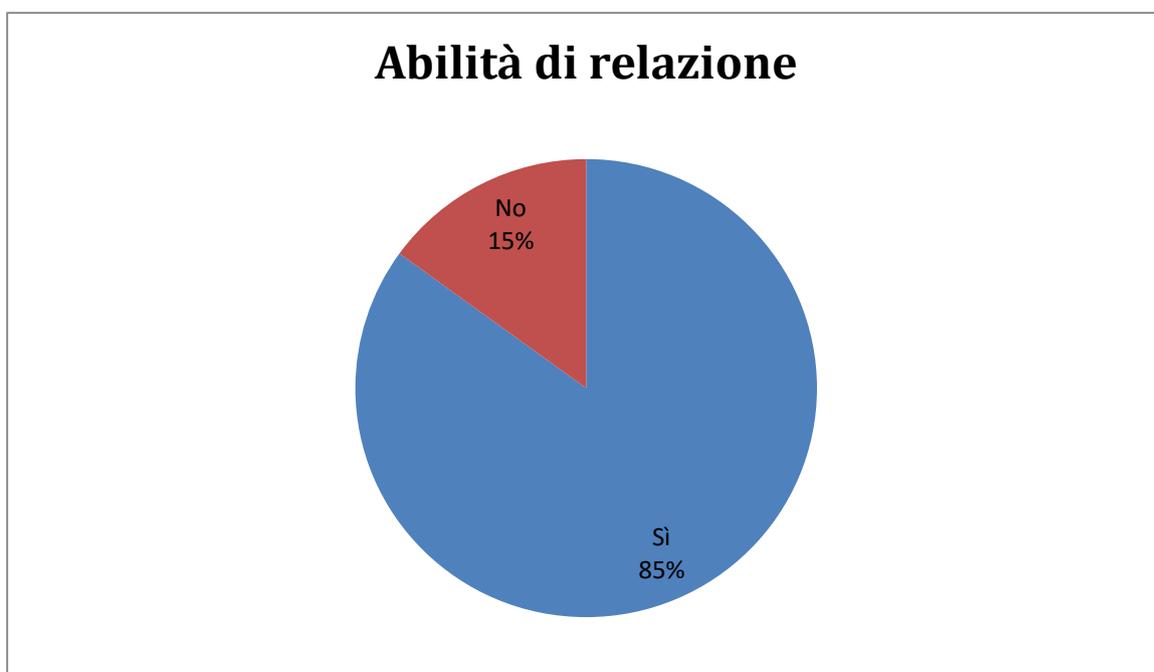


Grafico 5: abilità di relazione

Nel grafico 5, i genitori dovevano rispondere se quando comunicano con i loro figli, li guardano negli occhi e gli danno attenzione. 51 genitori hanno risposto di sì (85%) mentre 9 genitori hanno risposto di no (15%). Dunque, considerando che la presenza del comportamento indicato esprime l'abilità di relazione, possiamo osservare che, secondo le risposte, i genitori usano l'abilità di relazione con i propri figli e la maggioranza la ritiene importante.

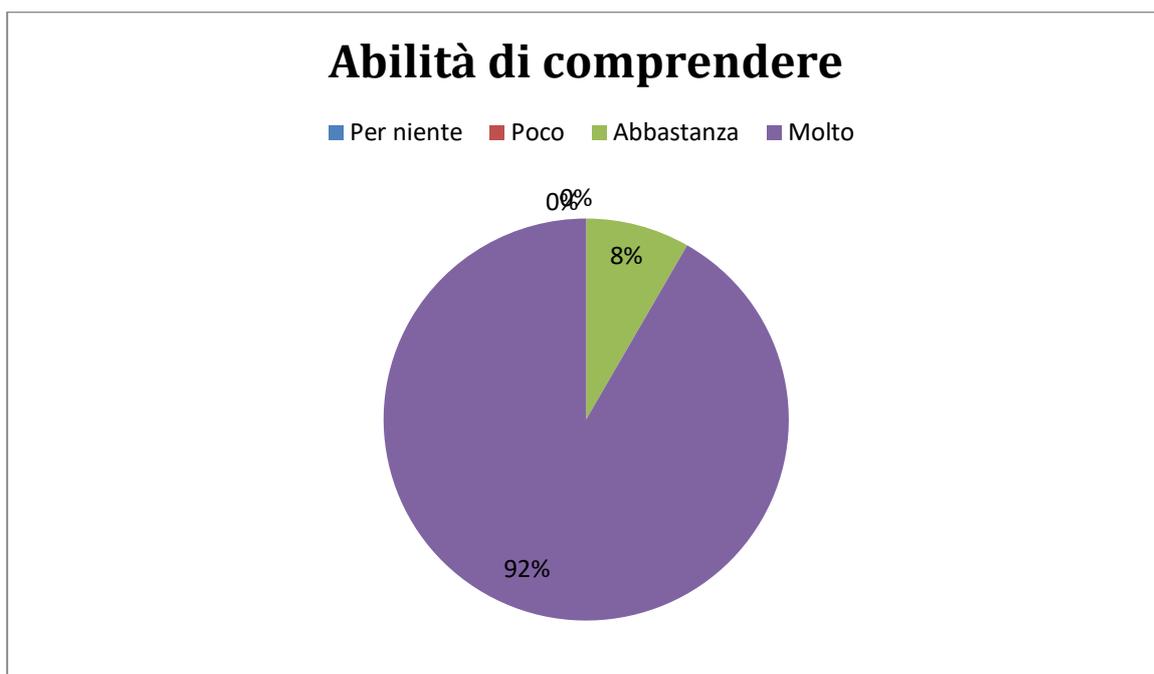


Grafico 6: abilità di comprendere

Alla domanda se ritengono importante confermare al proprio bambino di averlo compreso dopo aver avuto una conversazione con esso, 55 genitori hanno risposto che è molto importante (92%), mentre 5 genitori hanno risposto che è abbastanza importante (8%), nessuno dei genitori ha risposto che sia poco o per niente importante. Da queste risposte si può osservare che tutti i genitori ritengono che l'abilità di comprendere il proprio figlio sia molto importante. (grafico 6)

Abilità di attenzione

- Sempre, gli do sempre attenzione, non mi distraigo quando mi parla
- Spesso, a volte mi capita di perdere l'attenzione
- A volte
- Mai, mi distraigo facilmente

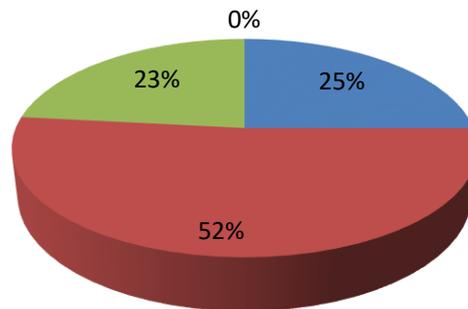


Grafico 7- abilità di attenzione

Nel grafico 7, vengono rappresentate le risposte alla domanda: "Quando parla o fa qualcosa con il suo bambino, quanto spesso tiene l'attenzione su di lui/lei?". 31 genitori hanno risposto che tengono l'attenzione spesso, ma a volte capita loro di perdere l'attenzione (52%), 15 genitori hanno risposto che tengono sempre l'attenzione sul proprio figlio (25%), mentre 14 genitori hanno risposto che tengono l'attenzione sul proprio figlio a volte (23%). Nessuno dei genitori ha risposto che non tengono mai l'attenzione sul proprio figlio. Questo grafico ci fa osservare che il 25% dei genitori intervistati danno completamente la propria attenzione ai figli mentre il 75% dei genitori danno attenzione ai propri figli in modo parziale.

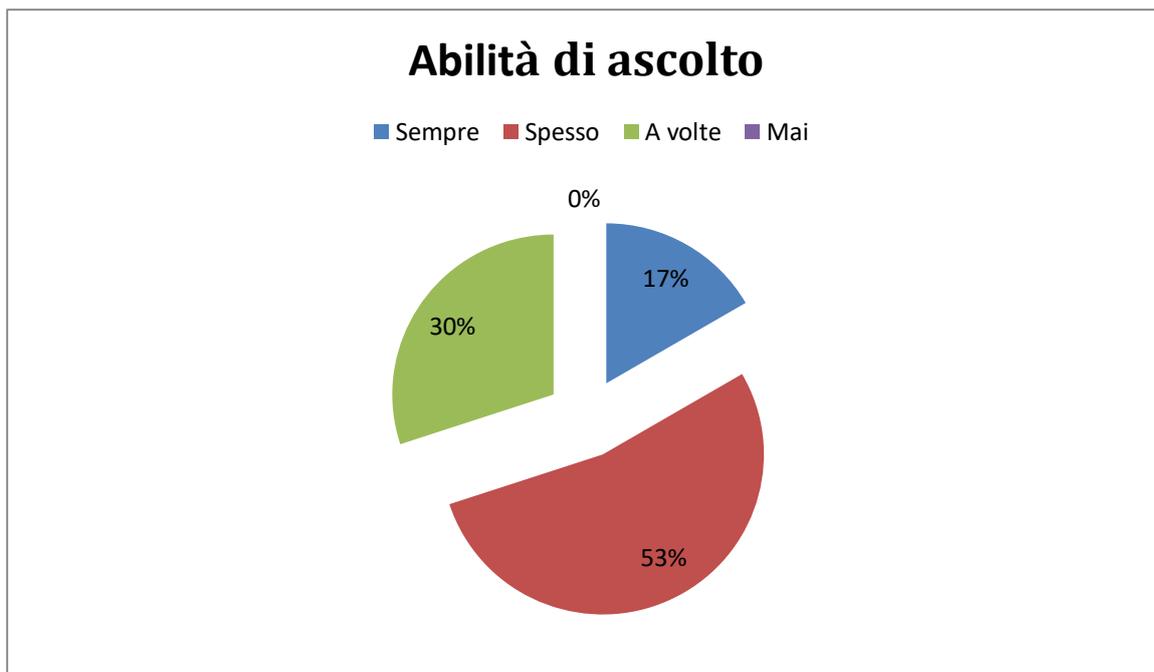


Grafico 8- abilità di ascolto

Nel grafico 8 ci vengono rappresentate le risposte alla domanda:” Quando suo/a figlio/a parla con lei, lo/a ascolta con pazienza fino alla fine senza interromperlo/a?”. Su 60 genitori, 10 hanno risposto che ascoltano sempre il proprio figlio fino alla fine senza interromperlo (17%), 32 genitori hanno risposto che spesso ascoltano il proprio figlio fino alla fine senza interromperlo (53%), 18 genitori hanno risposto che a volte ascoltano il proprio figlio fino alla fine senza interromperlo (30%), nessuno di essi ha risposto che mai non ascoltano il proprio figlio senza interromperlo (0%). Dunque, il grafico 8 ci permette di ipotizzare che il 17% dei genitori usa l’abilità di ascolto in modo corretto mentre il restante 83% usa l’abilità di ascolto in modo parziale.

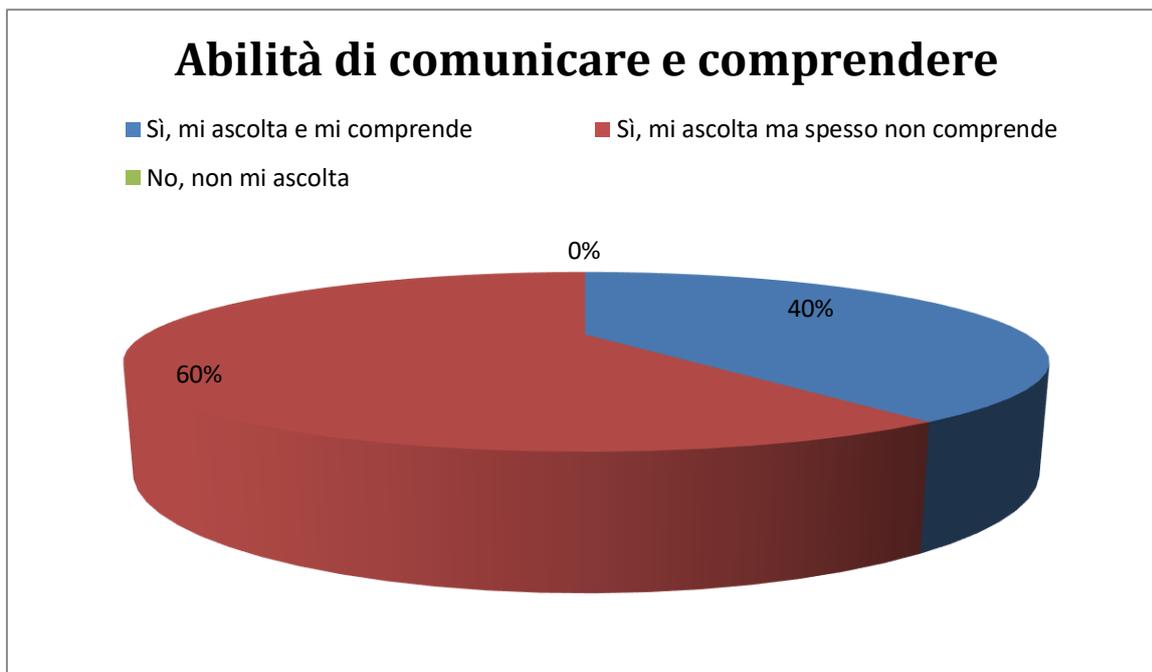


Grafico 9: abilità di comunicare e comprendere

Alla nona domanda in cui si chiedeva se quando il genitore parla con il proprio figlio, questo lo ascolta e comprende quello che il genitore ha detto, 36 genitori hanno risposto che il figlio ascolta, ma spesso non comprende quello che ha detto (60%) mentre 24 genitori hanno risposto che i figli ascoltano e comprendono (40%), nessuno di esso ha risposto che il figlio non ascolta (0%). Il grafico 9 dunque ci indica che probabilmente il 60% dei genitori non usano in modo adeguato l'abilità di comunicare e comprendere con i propri figli, proprio per questo succede che neanche il bambino sa usarle correttamente con il genitore. Soltanto il 40% dei genitori probabilmente usa correttamente queste due abilità con i propri figli.



Grafico 10: abilità di accettare

Con la decima domanda: "Quando suo figlio/a sbaglia lei:..." si voleva capire quanto il genitore sia disponibile ad accettare i comportamenti dei loro figli dunque se usano l'abilità di accettare. Il grafico 10 illustra che 34 genitori abbiano risposto alla domanda dicendo che rimproverano i loro figli facendogli notare lo sbaglio (57%), mentre 26 genitori hanno risposto che non rimproverano i figli, ma usano lo sbaglio come stimolo per una discussione (43%). Dunque si può concludere che, probabilmente il 43% dei genitori usa l'abilità di accettare in modo adeguato con il proprio figlio, accettando lo sbaglio che il figlio ha commesso e cercando di trovare una soluzione assieme. Mentre il 57% dei genitori, probabilmente, non usa in modo adeguato questo tipo di abilità ma rimprovera il bambino e gli fa notare l'errore.

Abilità di esprimere e accettare le emozioni

■ Lo sgrido per fargli capire che sbaglia ■ Tenta di capire la sua rabbia e di aiutarlo

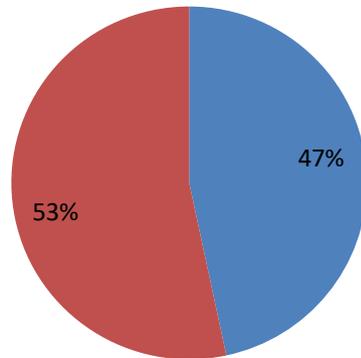


Grafico 11: abilità di esprimere e accettare le emozioni

Nel grafico 11 vengono illustrate le risposte alla domanda: "Quando suo/a figlio/a si arrabbia lei:", con questa domanda si voleva capire se i genitori usano l'abilità di esprimere e accettare le emozioni del proprio figlio. Su 60 genitori, 32 genitori hanno risposto che tentano di capire la rabbia del bambino e cercano di aiutarlo (53%), mentre 28 genitori hanno risposto che sgridano il bambino per fargli capire che sbaglia (47%). Il grafico 11 ci permette di osservare che il 53% dei genitori usa l'abilità di esprimere e accettare le emozioni, ossia accettano le emozioni del proprio figlio e cercano di comprenderle poi aiutano il bambino a esprimere queste emozioni. Mentre osserviamo che, probabilmente, il 47% dei genitori non usa in modo adeguato questo tipo di abilità.

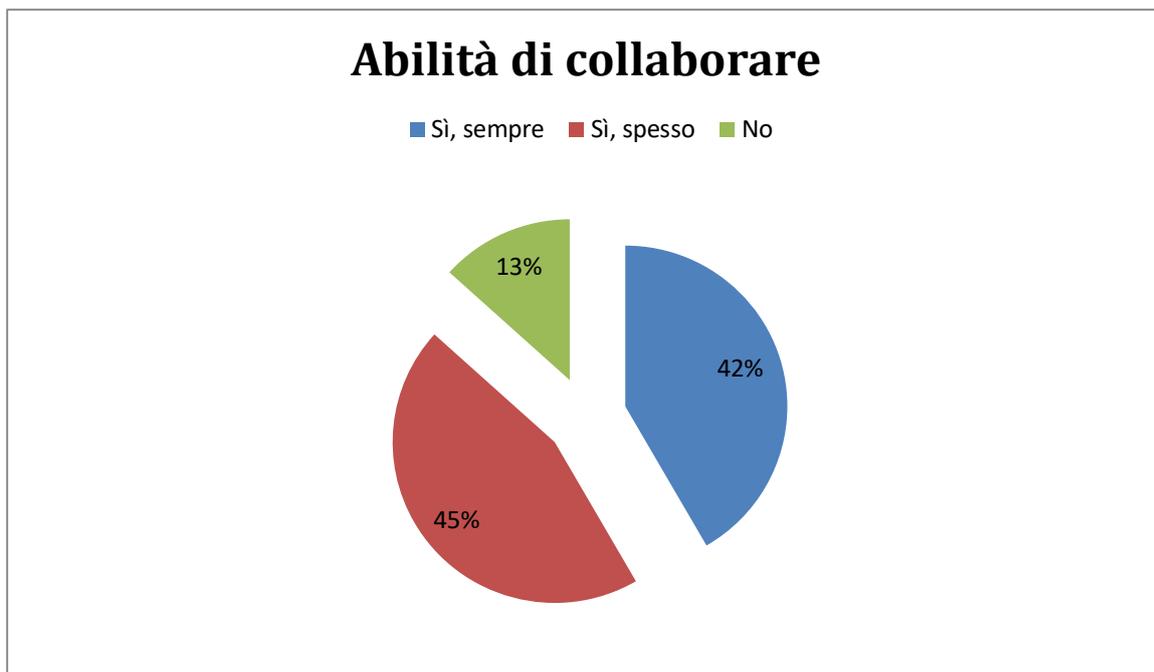


Grafico 12: abilità di collaborare

Nel grafico 12 vengono illustrate le risposte alla domanda “Quando fa qualcosa assieme a suo/a figlio/a, gli dice perché lo fate?”. 25 genitori hanno risposto che dicono sempre ai propri figli perché fanno una data cosa (42%), 27 genitori hanno risposto che dicono spesso ai propri figli perché fanno una data cosa (45%) e 8 genitori hanno risposto che non dicono ai propri figli perché fanno una data cosa (13%). Dunque si può ipotizzare che il 42% dei genitori usa l’abilità di collaborare, il 45% usa questo tipo di abilità in modo parziale mentre il 13% dei genitori probabilmente non applica questa abilità con i propri figli.

Abilità di collaborare

- Sì, ci dividiamo i compiti e mio figlio li rispetta
- Sì, ci dividiamo i compiti ma mio figlio non li rispetta
- No, non ci dividiamo i compiti, faccio tutto io

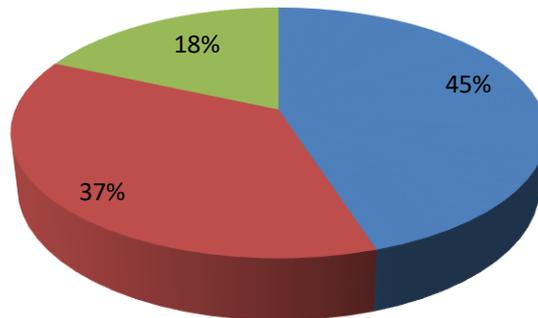


Grafico 13: abilità di collaborare

Nel grafico 13 vengono illustrate le risposte che riguardano l'abilità di collaborare, qui i genitori dovevano rispondere alla domanda: "Quando fa qualcosa con suo/a figlio/a, vi dividete i compiti?". 27 genitori hanno risposto che dividono i compiti con i figli e i figli li rispettano (45%), 22 genitori hanno risposto che dividono i compiti con i figli ma i figli non li rispettano (37%) e 11 genitori hanno risposto che non dividono i compiti ma fanno tutto loro (18%). Questo grafico ci indica che il 18% dei genitori probabilmente non possiedono l'abilità di collaborare e dunque non la usano con i propri figli, mentre il 37% usa questo tipo di abilità ma non nel modo giusto perché i loro bambini non riescono a rispettare i compiti mentre il 45% dei genitori usa in modo adeguato l'abilità di collaborare.

Tabella 1

	Per niente	Poco	Abbastanza	Molto
Accettare mio figlio così com'è e farglielo capire dicendogli "io ti accetto..."	0%	0%	48,3% (29 risposte)	51,6%(31 risposte)
Cercare di comprendere i suoi bisogni e farglielo capire ogni volta dicendogli "io ti comprendo"	0%	0%	43,3%(26 risposte)	56,6%(34 risposte)
Quando facciamo qualcosa assieme, spiegargli perché lo facciamo e dividerci i compiti	0%	13% (8 risposte)	35%(21 risposte)	51%(31 risposte)
Quando parla con me, dargli attenzione guardandolo negli occhi	0%	8,3%(5 risposte)	26,6%(16 risposte)	65%(39 risposte)
Quando mio figlio esprime un'emozione, accettarlo, aiutarlo ad esprimerla senza ferire nessuno.	0%	0%	26,6%(16 risposte)	73,3%(44 risposte)
Quando comunichiamo, ascoltare quello che ha da dirmi fino alla fine senza interromperlo e fargli capire che ho compreso quello che mi ha detto.	0%	0%	38,3%(23 risposte)	61,6%(37 risposte)
Quando sente il bisogno di dirmi qualcosa, ascoltarlo attentamente e con pazienza senza interromperlo.	0%	0%	26,6%(16 risposte)	73,3%(44 risposte)

Nella tabella 1 sono riunite tutte le abilità che sono state analizzate con l'intento di comprendere quanto i genitori le ritengano importanti per una buona relazione con i propri figli. Si può notare che a tutte le affermazioni i genitori hanno risposto in modo positivo con *molto importante* e *abbastanza importante*. All'affermazione "accettare mio figlio così com'è e farglielo capire dicendogli "io ti accetto..." 29 genitori hanno risposto con *abbastanza importante* (48,3%) mentre 31 genitori con *molto importante* (51,6%). Le risposte dei genitori indicano che secondo loro l'abilità di accettare è in media molto importante per la relazione con i propri figli. All'affermazione "cercare di comprendere i suoi bisogni e farglielo capire ogni volta dicendogli "io ti comprendo" 26 genitori hanno risposto con *abbastanza importante* (43,4%) mentre 34 genitori hanno risposto con *molto importante* (56,6%). Qui notiamo che i genitori probabilmente, danno molta importanza all'abilità di comprendere. All'affermazione "quando facciamo qualcosa assieme, spiegargli perché lo facciamo e dividerci i compiti", 8 genitori hanno risposto che sia *poco importante* (13%), 21 genitori hanno risposto che sia *abbastanza importante* (35%) e 31 genitori hanno risposto che sia *molto importante* (51%). In questa affermazione invece possiamo già notare delle piccole differenze, infatti il 13% dei genitori danno poca importanza all'abilità di collaborare mentre gli altri danno più valore a questo tipo di abilità. All'affermazione "quando parla con me, dargli attenzione guardandolo negli occhi", 5 genitori hanno risposto che sia *poco importante* (8,3%), 16 genitori hanno risposto che sia *abbastanza importante* (26,6%) e 39 genitori hanno risposto che sia *molto importante* (65%). Nonostante una piccola percentuale abbia risposto che l'abilità di relazione sia poco importante, un'alta percentuale di genitori ritiene che questo tipo di comportamento sia molto importante. All'affermazione "quando mio figlio esprime un'emozione, accettarlo, aiutarlo ad esprimerla senza ferire nessuno", 16 genitori hanno risposto che sia *abbastanza importante* (26,6%) mentre 39 genitori hanno risposto che sia *molto importante* (65%). Questo ci fa capire che la maggior parte dei genitori ritiene che l'abilità di esprimere ed accettare le emozioni sia molto importante per loro. All'affermazione "quando comunichiamo, ascoltare quello che ha da dirmi fino alla fine senza interromperlo e fargli capire che ho compreso quello che mi ha detto", 23 genitori hanno risposto che sia *abbastanza importante* (38,3%) mentre 37 genitori hanno risposto che sia *molto importante* (61,6%). Queste affermazioni ci fanno capire che il 38,3% dei genitori ritiene che le abilità di comprendere e di comunicare siano abbastanza importanti per loro mentre la maggioranza (61,6%) queste due abilità sono molto importanti per loro e per la

relazione con il proprio figlio. All'ultima affermazione "quando sente il bisogno di dirti qualcosa, ascoltarlo attentamente e con pazienza senza interromperlo", 16 genitori hanno risposto che sia *abbastanza importante* (26,6%) mentre 44 genitori hanno risposto che sia *molto importante* (73,3%). Queste affermazioni ci fanno capire che la maggior parte dei genitori (73,3%) ritengono che l'abilità di ascolto sia molto importante per avere una buona relazione con il proprio figlio. Inoltre, come si può vedere dalla tabella, nessun genitore ha ritenuto che queste abilità siano per niente importanti.

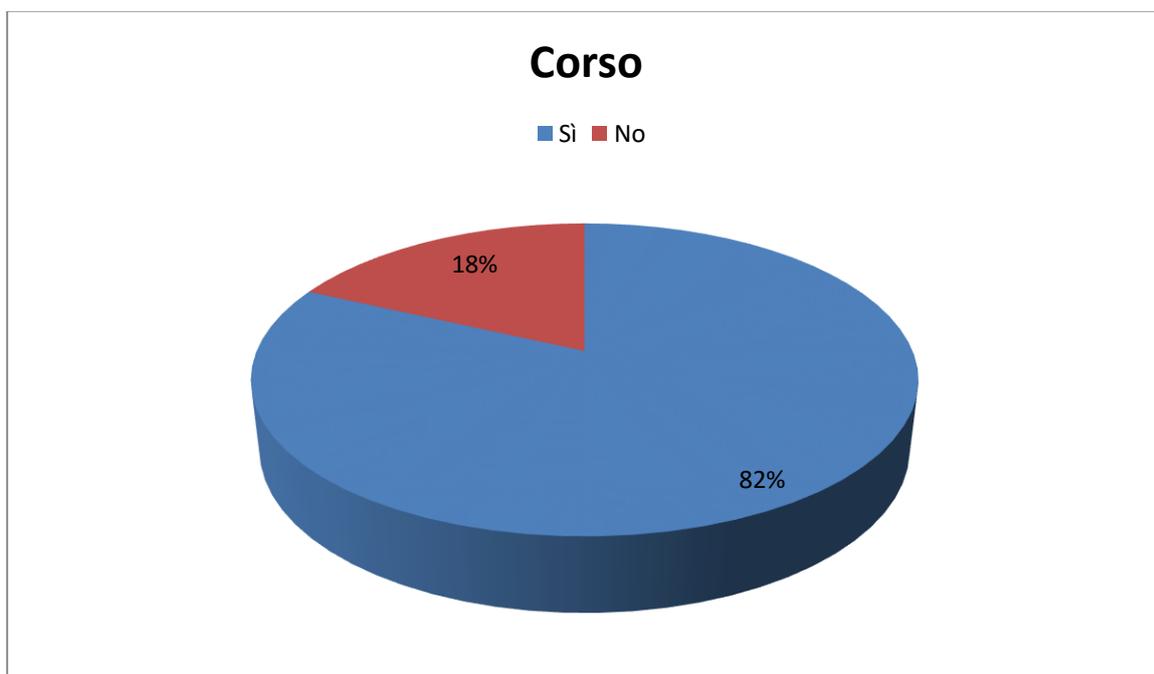


Grafico 14: corso

Nell'ultimo grafico (grafico 14) si è voluto vedere se i genitori sarebbero disposti a seguire un corso per poter migliorare la relazione con i propri figli. 49 genitori hanno risposto che lo seguirebbero (82%) mentre 11 genitori hanno risposto che non lo seguirebbero (18%). Ritengo sia un riscontro molto positivo perché dimostra che gli intervistati vorrebbero migliorare la relazione con i propri figli.

Conclusione

Con l'analisi del tema delle abilità personali nell'educazione ho voluto approfondire e migliorare le mie conoscenze, ma ho anche voluto usarlo come esempio positivo nell'educazione per capire come con semplici modalità si possa ottenere dei risultati positivi e validi che si possono usare nella crescita di ogni bambino.

Tutti i bambini hanno diritto ad essere delle persone indipendenti e autonome e penso che con l'insegnamento delle abilità personali sia possibile arrivare a questo obiettivo.

Come è stato esposto nel presente lavoro, le abilità personali, se insegnate e messe in atto nel modo più adeguato, possono migliorare notevolmente la vita del bambino. Penso che proprio questo debba essere lo scopo di un'educatrice, far crescere dei bambini che stiano bene con se stessi, che siano capaci e che sappiano affrontare la vita futura. Il centro studi Podresca ci propone una varietà di modalità per arrivare a questo obiettivo.

Da questo lavoro di tesi ho potuto apprendere quali siano, in parte, le basi per comprendere le abilità personali, ossia l'intelligenza sociale ed emotiva. Questi due tipi di intelligenze ci permettono di capire quali sono le basi per poter mettere in atto tali abilità. Ho appreso anche cosa siano le abilità personali e quali metodi e tecniche si possono usare per metterle in atto nell'educazione di un bambino. Ho potuto osservare quale sia il pensiero dei genitori riguardante questo tema e anche qual è la realtà educativa nelle famiglie intervistate.

Penso che il tema delle abilità personali non sia ancora molto ben conosciuto nell'ambito dell'educazione, infatti il questionario proposto ci permette di ipotizzare che i genitori non ne sono ancora completamente a conoscenza. Vengono usate ma in modo parziale e non adeguato. Proprio per questo è stato ancora più importante analizzare questo tema. Bisognerebbe rendere più coscienti i genitori e forse anche educatori, che le abilità personali sono molto importanti per uno sviluppo completo e che perciò dovrebbero venir insegnate e applicate maggiormente con i bambini di più.

Bibliografia

Brunelli, S. (2014), *Le abilità personali nell'educazione, fondamenti teorici e metodologici*, Udine: Podresca Edizioni

Brunelli, S. Tiani Brunelli, S. (2015), *Le abilità per imparare*, Udine: Podresca Edizioni

Brunelli, S. Brunelli, S. (2002), *L'arte di educare, Lezione Nona, Le abilità di relazione*, Udine: Orizzonti Edizioni

Goleman, D.(2006), *Intelligenza sociale*. Milano: Rizzoli

Goleman, D.(1996), *Intelligenza emotiva*. Milano: Rizzoli

Tiani Brunelli, S. (2012), *Insegnare le relazioni*, Udine: Podresca Edizioni

Tiani Brunelli, S.(2013), *Esprimere e conoscere se stessi*, Udine: Podresca Edizioni

Tiani Brunelli, S.(2014), *Lo sviluppo della personalità*, Udine: Podresca Edizioni

Tiani Brunelli, S.(2012), *Le abitudini di vita*, Udine: Podresca Edizioni

Sitografia

Boyer, E. L., Brazelton, T. B., "Heart start, The Emotional Foundations od School Readiness, 1977 <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED352171.pdf>, pagina 6,11,12, 13 consultato: 13.12.2018, 14:39)

D'Amico, A., De Caro, T., „L'intelligenza emotiva: Rassegna dei principali modelli teorici, degli strumenti di valutazione e dei primi risultati di ricerca“, *Giornale Italiano di Psicologia*, Gennaio 2008, consultato: 14.12.2018, 13:51, https://www.researchgate.net/publication/233776786_L'intelligenza_emotiva_rassegna_dei_principali_modelli_teorici_degli_strumenti_di_valutazione_e_dei_primi_risultati_di_ricerca

Goleman, D., „Intelligenza emotiva. Che cos'è e perché può renderci felici“, Bur, Rizzoli, 2011, https://books.google.hr/books?id=Pg01GtNqRZwC&pg=PT286&lpg=PT286&dq=Programma+di+Risoluzione+Creativa+dei+Conflitti+linda+lantieri&source=bl&ots=UlrSDf rnC&sig=wYv-BKXJEV7_pN6r0D5LxleSIFk&hl=hr&sa=X&ved=2ahUKewjC_tnH6pzfAhXRaIAKHd

[mEAlgQ6AEwAHoECAcQAQ#v=onepage&q=Programma%20di%20Risoluzione%20Creativa%20dei%20Conflitti%20linda%20lantieri&f=false](https://www.google.it/search?q=Programma%20di%20Risoluzione%20Creativa%20dei%20Conflitti%20linda%20lantieri&f=false) , consultato: 13.12.2018, 14:05).

Metis Associates, Inc., New York, NY, “The Resolving Conflict Creatively Program: 1988-1989. Summary of Significant Findings.”, 1990, <https://eric.ed.gov/?id=ED348422> , consultato: 13.12.2018, 14:17

Peter Salovey, <https://alchetron.com/Peter-Salovey>, 15.01.2019, 13:49

Robert Sternberg, <https://alchetron.com/Robert-Sternberg>, 15.01.2019, 14:00

Allegati

QUESTIONARIO SULLE ABILITÀ PERSONALI NELL'EDUCAZIONE

Gentili genitori,

Il seguente questionario serve per la raccolta di dati per la stesura della Tesi di laurea triennale sul tema „*Le abilità personali nell'educazione: il Centro Studi Podresca*”. Il questionario è anonimo ed i dati che verranno ricavati saranno utilizzati soltanto ai fini della ricerca e non saranno messi a disposizione di terzi.

Vi chiedo gentilmente di compilare il questionario indicando con una crocetta la risposta che ritenete adeguata.

Vi ringrazio anticipatamente per la collaborazione e per il prezioso aiuto per il contributo al mio lavoro di ricerca.

1. Compilatore:

- Mamma
- Papà

2. Sesso di vostro/a figlio/a:

- Maschio
- Femmina

3. Età di vostro/a figlio/a:

- 1-2 anni
- 3-4 anni
- 5-6 anni

4. Ha altri figli?

- Sì
- No

5. Quando comunica con suo/a figlio/a, lui lo/a guarda negli occhi e gli/le da attenzione?

- Sì
- No

6. Quanto è importante, nella conversazione con suo/a figlio/a, confermare di averlo compreso?

- Per niente
- Poco
- Abbastanza
- Molto

7. Quando parla o fa qualcosa con il suo bambino, quanto spesso tiene l'attenzione su di lui/lei?

- Sempre, gli do sempre attenzione, non mi distraigo quando mi parla.
- Spesso, a volte mi capita di perdere l'attenzione
- A volte
- Mai, mi distraigo facilmente.

8. Quando suo/a figlio/a parla con lei, lo/a ascolta con pazienza fino alla fine senza interromperlo/a?

- Sempre
- Spesso
- A volte
- Mai

9. Quando parla con suo/a figlio/a, lui/lei ascolta e comprende quello che gli ha detto?

- Sì, mi ascolta e mi comprende
- Sì, mi ascolta ma spesso non comprende
- No, non mi ascolta

10. Quando suo/a figlio/a sbaglia lei:

- Lo rimprovera facendogli notare lo sbaglio
- Non lo rimprovera, ma lo usa come stimolo per una discussione

11. Quando suo/a figlio/a si arrabbia lei:

- Lo sgrido per fargli capire che sbaglia
- Tento di capire la sua rabbia e di aiutarlo

12. Quando fa qualcosa assieme a suo/a figlio/a, gli dice perché lo fate?

- Sì, sempre

Sì, spesso

No

13. Quando fa qualcosa con suo/a figlio/a (es. un dolce, riordinare, preparare la tavola per la cena, ecc.), vi dividete i compiti?

Sì, ci dividiamo i compiti e mio figlio li rispetta.

Sì, ci dividiamo i compiti ma mio figlio non li rispetta.

No, non ci dividiamo i compiti, faccio tutto io.

14. Secondo lei quanto le seguenti azioni sono importanti nella relazione con suo/a figlio/a? (mettere una crocetta sulla risposta che ritiene corretta)

	Per niente	Poco	Abbastanza	Molto
Accettare mio figlio così com'è e farglielo capire dicendogli "io ti accetto..."				
Cercare di comprendere i suoi bisogni e farglielo capire ogni volta dicendogli "io ti comprendo"				
Quando facciamo qualcosa assieme, spiegargli perché lo facciamo e dividerci i compiti				
Quando parla con me, dargli attenzione guardandolo negli occhi				
Quando mio figlio esprime un'emozione, accettarlo, aiutarlo ad esprimerla senza ferire nessuno.				

Quando comunichiamo, ascoltare quello che ha da dirmi fino alla fine senza interromperlo e fargli capire che ho compreso quello che mi ha detto.				
Quando sente il bisogno di dirmi qualcosa, ascoltarlo attentamente e con pazienza senza interromperlo.				

15. Sarebbe interessato a seguire un corso per migliorare la comunicazione e il rapporto con suo/a figlio/a?

- Sì
- No

DICHIARAZIONE DI LETTORATO

Io, Tamara Tomasich, professoressa di Lingua e Letteratura italiana, dichiaro che la Tesi di Laurea Triennale intitolata “Le abilità personali nell’educazione: Il Centro Studi Podresca“ dell’autrice CHIARA RAVALICO è stata lettorata secondo le regole della lingua italiana.

Data

28 gennaio 2019

Firma del lettore

Tamara Tomasich

Riassunto

In questa tesi ho analizzato le abilità personali nell'educazione che ci propone il Centro Studi Podresca. Lo scopo di questo lavoro era quello di analizzare quali sono le abilità personali, da cosa vengono composte, qual è il metodo giusto per metterle in atto e perché sono importanti. Quello che si è concluso è che le abilità personali sono importanti per uno sviluppo completo del bambino. Per poter essere insegnate, per prima cosa l'adulto deve possederle e dunque deve fare da esempio. I ricercatori di Podresca ci propongono anche degli esercizi che possono aiutare lo sviluppo di tali abilità. Infine si è voluta fare una ricerca su tali abilità, si è proposto di fare un questionario per i genitori al fine di capire quanto le ritengano importanti nell'educazione dei propri figli e se le usano con essi.

Sažetak

U ovome sam završnome radu analizirala osobne vještine u odgoju, koje nam Centar Studija Podresca predlaže. Cilj ovoga rada je analiza osobnih vještina, od čega se one sastoje, koja je metoda rada preporučena u ovome slučaju, te važnost iste. Iz ovoga rada, zaključeno je to da su osobne vještine vrlo važne kako bi se postigao potpuni razvoj djece. Prije svega osoba, koja želi biti odgajatelj, treba posjedovati takve vještine, te biti primjer. Istraživači Podresca nam predlažu nekoliko vježbi, pomoću kojih možemo razviti takve vještine. Naposljetku se provelo istraživanje osobnih vještina, predloženo je da se sastavi upitnik za roditelje, kako bi se zaključilo koliku oni važnost pridodaju osobnim vještinama te koriste li ih sa vlastitom djecom.

Summary

In this thesis I analyzed the personal skills in education, which are suggested by the Podresca Study Center. The purpose of this work was to analyze personal skills, what they consist of, what is the right method to use and their importance. What was concluded, was the importance of this personal skills for a full development of the child. To be a teacher, first of all you have to have those personal skills and therefore be the role model for the children. The Podresca researches suggest some exercises which are helpfull in the development of this skills. In conclusion, we conducted a research based on these skills, using a questionnaire for the perents, so we could understand how much importance they give to personal skills and whether the perents

are using them with their own children.