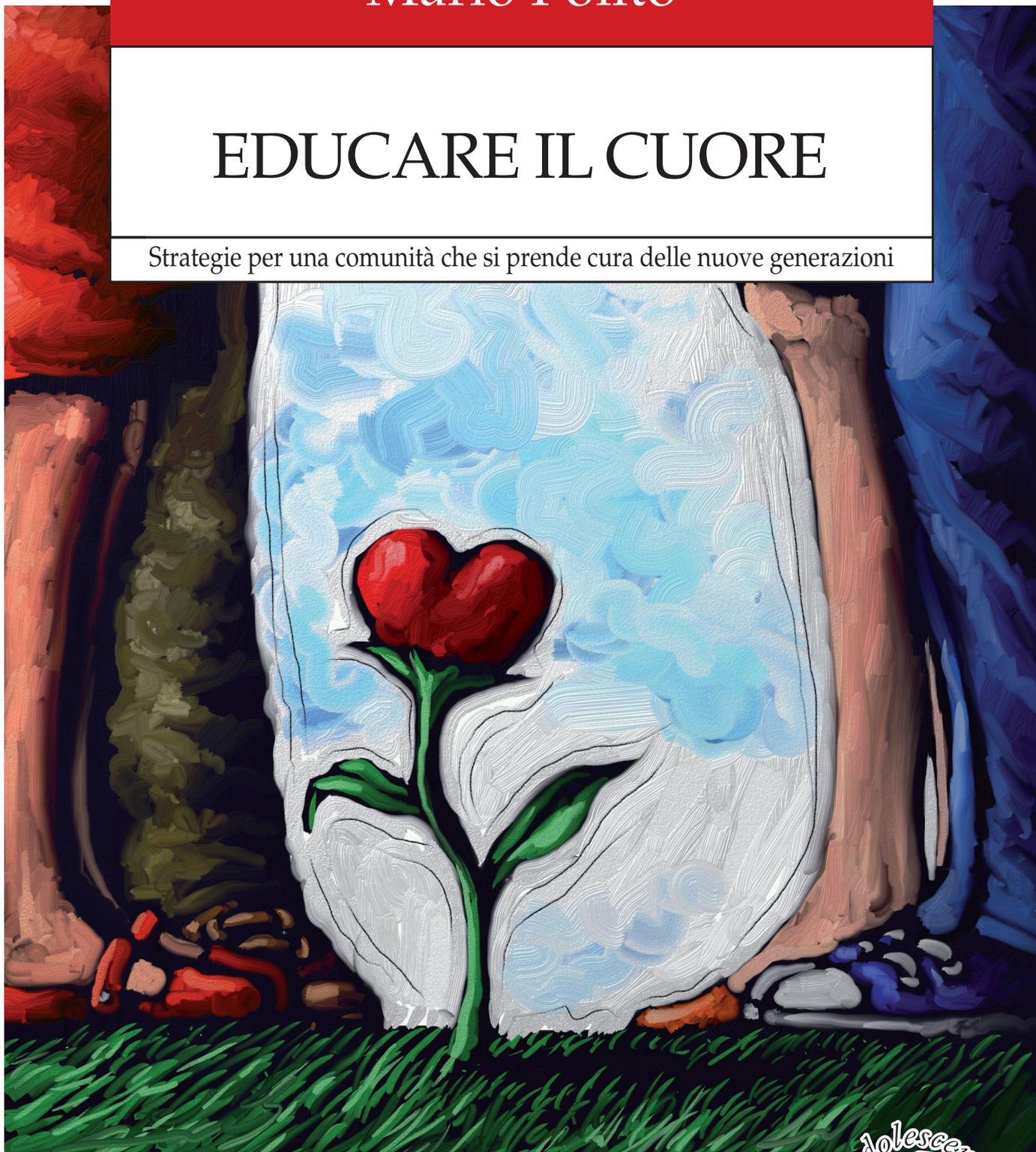


Mario Polito

EDUCARE IL CUORE

Strategie per una comunità che si prende cura delle nuove generazioni



edizioni la meridiana
partenze . . . per



Mario Polito EDUCARE
IL CUORE

Strategie per una comunità
che si prende cura
delle nuove generazioni

edizioni la meridiana

p a r t e n z e . . . p e r l ' a d o l e s c e n z a

Indice

Prefazione alla nuova edizione	7
Introduzione	9
Coltivare l'intelligenza del cuore	11
Obiezioni e difficoltà	27
Educare insieme la persona intera	47
L'intelligenza emotiva a casa, a scuola, nel mondo	63
Benessere emotivo e apprendimento	85
Le emozioni come conoscenza e motivazione	101
La classe come comunità	111
La cooperazione emotiva dei docenti	129
La cooperazione emotiva dei genitori	141
Conclusione	161
Bibliografia	163

La difficoltà dell'educazione emotiva con gli adolescenti

Alcuni insegnanti mi avevano segnalato le numerose difficoltà nell'attuare questo progetto di "Educare il cuore" con i loro studenti preadolescenti e adolescenti:

Come adeguare questa proposta formativa ai nostri adolescenti che vivono un quotidiano tumulto emotivo? Passano dalla più nera disperazione alla più illusoria sensazione di onnipotenza. Presentano musì e bronci prolungati per giorni e poi all'improvviso ridono e scherzano con un'irrefrenabile voglia di divertirsi a tutti i costi. Sono incapaci di rimandare qualcosa di piacevole e si sentono imprigionati da qualsiasi impegno o responsabilità. Non parlano delle loro emozioni, si chiudono ermeticamente e sbarrano l'accesso a noi adulti. Non vedo come si possa trarre qualcosa da loro sul piano emotivo.

È vero, gli adolescenti vivono un'impressionante tempesta emotiva dovuta all'impennata della loro crescita sia fisiologica sia psicologica⁶⁰. Ma proprio gli adolescenti hanno maggiore bisogno di leggersi dentro. Spesso vanno in crisi perché non si capiscono: si sentono in balia del corpo che si trasforma; si percepiscono come marionette agitate da impulsi aggressivi, erotici, che non riescono a controllare; vogliono essere simpatici e invece sprizzano antipatia; a volte sono teneri e a volte taglienti; in un momento si sentono euforici senza sapere perché e qualche minuto dopo distrutti interiormente; fanno le prime inebrianti esperienze di innamoramento e nello stesso tempo scoprono un vortice di ingiustizie, ipocrisie, violenze; aspirano alla felicità e vedono dappertutto difficoltà, ostacoli, inquietudine, infelicità; desiderano di poter conquistare il mondo, ma nello stesso tempo si sentono perseguitati da manie, fissazioni, pensieri ossessivi, orrendi che li spaventano. Alcuni

cadono in crisi di panico. Altri si deprimono. Altri diventano ansiosi. Altri perfezionisti. Altri diventano irresponsabili e mettono in pericolo la loro vita e quella degli altri. Altri si mettono nei guai con la legge. Molti di loro scambiano l'aggressività con l'affermazione di sé. Ricordo una studentessa che era andata dalla sua rivale in amore e l'aveva presa a schiaffi, tirato i capelli e picchiata perché insidiava il suo fidanzato. Un altro studente si era innamorato di una coetanea e in questa situazione del tutto nuova e sconvolgente si sentiva a disagio, tanto da maltrattarla per non sentirsi così coinvolto e diceva: "Devo essere più duro e cattivo con lei".

In breve, si sentono confusi e disorientati, scontenti di se stessi. All'interno di tutto questo scompiglio emotivo, lo studio è trascurato, la concentrazione si vanifica, i voti precipitano, il malessere a scuola aumenta.

Questi sono gli adolescenti che abbiamo a scuola. Proprio questi. Quando un insegnante entra in classe con la sua bella lezione, la sua perfetta unità didattica, si scontra con questo loro mondo. Come possiamo aiutare questi studenti a capire meglio se stessi e orientare l'attenzione sia sul proprio mondo interiore, ma anche sull'apprendimento e lo studio?

È una grande sfida pedagogica e didattica. Bisogna innanzi tutto stabilire una buona relazione educativa, dimostrando di comprendere il loro vissuto emotivo. Poi bisogna "inventare" un percorso didattico stimolante ed entusiasmante che sappia legare i contenuti di apprendimento disciplinare con la loro esperienza. O si crea questo legame cognitivo ed emotivo tra scuola ed esperienza personale o è impossibile conseguire un buon profitto nell'apprendimento.

Molti insegnanti obiettano:

Ma noi non abbiamo le strategie pedagogiche e didattiche per prenderci cura di questa indispensabile connessione tra scuola e vita. Ci

60. Strauch, 2004.

hanno insegnato che era sufficiente conoscere la propria disciplina. Invece non è vero. Non basta conoscerla. Bisogna saperla porgere e intrecciarla con la loro esperienza. Ma non sappiamo come si fa. Non si può improvvisare questa competenza specifica. Inoltre, non sappiamo rispondere alle loro domande: "Perché dobbiamo studiare questo? A che cosa ci serve nella vita o nel lavoro?". Non sappiamo proporre loro delle sfide e delle conquiste cui aspirare. Non sappiamo gestire i loro vissuti emotivi. Spesso nei nostri consigli di classe ci lamentiamo che non studiano, che non si impegnano, che non applicano le strategie di metodo che abbiamo offerto loro. Ci sentiamo impotenti. Molti di noi si rassegnano. Altri non riescono a gestire le classi per la confusione e i comportamenti scorretti e maleducati. Siamo convinti che sia necessario creare una relazione, ma questi adolescenti ci sembrano tanto lontani. Si sono allontanati da noi. O forse noi ci siamo allontanati da loro. Che cosa dobbiamo fare a questo punto? Usare le punizioni? L'abbiamo fatto, ma non ha funzionato. Bocciare? L'abbiamo fatto, ma non ha funzionato. Sgridare e rimproverare? L'abbiamo fatto, ma non ha funzionato.

La risposta più efficace è dedicarsi alla costruzione di una buona relazione educativa. Bisogna creare emozioni positive a scuola. Bisogna connettere l'apprendimento (ma anche l'insegnamento) con la sensazione di benessere, di crescita, di competenza. Il progetto "Educare il cuore" non è sinonimo di una lezione sulla emozioni, ma è l'impegno a creare un ambiente sereno per educare l'intera personalità dei nostri studenti. Significa riportare in classe le emozioni, i sentimenti, l'entusiasmo, la motivazione, l'intreccio tra scuola e vita reale.

La relazione educativa va costruita e ricostruita ogni giorno. Come? Imparando delle tecniche di comunicazione o di seduzione? No, ma imparando a essere educatori. A chi chiedeva quale fosse il segreto del successo della sua scuola e della sua pedagogia, don Milani rispondeva bruscamente che non possedeva una strategia o un metodo e diceva: "Non chie-

detemi che cosa l'educatore deve fare, ma come deve essere. Ecco il segreto del mio metodo". Quando la classe è ingestibile, non sono utili le strategie apprese su libri. È necessario invece porsi come educatori, coinvolgersi per agganciare gli studenti a sé, al proprio impegno didattico, entusiasmo educativo e dovere formativo. Prima bisogna agganciarli e poi possiamo stimolarli, scuoterli, essere esigenti e spremerli. Prima però il nostro interesse verso la loro persona deve raggiungere il loro cuore: "Desidero prendermi cura della vostra formazione per aiutarvi a conoscere e a coltivare i vostri talenti. Mi impegno a farvi diventare intelligenti, competenti ed esperti, perché il mondo ha bisogno del contributo di ciascuno di voi". In questo modo un insegnante si trasforma in educatore e convoglia in classe emozioni positive, entusiasmo, passione e cuore.

Educazione emotiva e competizione

Ricordo l'obiezione pungente di alcuni insegnanti e genitori che avevano paura che l'insistenza sulle emozioni positive fiaccasse l'animo dei loro studenti o figli. Mi chiedevano: "Perché nel progetto 'Educare il cuore' non esiste la parola competizione? Perché è negata, annullata o malvista?".

La competizione ha valore positivo quando è intesa come gioco e come confronto con l'altro. Molte persone si divertono a stabilire "Chi arriva prima a...", "Chi riesce meglio in...". Ma la competizione ha anche un valore negativo, quando è intesa (in modo paranoico) come una guerra contro l'altro ("O lui o io"), quando si tende a sopraffare per non essere sopraffatti, a distruggere per non essere distrutti, a ingannare per non

essere ingannati, quando prevale l'ossessione narcisistica ad essere il primo, il migliore, l'unico. Oltre a queste varie visioni della competizione, quella giocosa, quella paranoica e quella narcisistica, c'è una quarta concezione che ha perfino un grande valore etico. È quella che riguarda la competizione con se stessi, orientata al continuo perfezionamento di sé, coltivando le proprie potenzialità e sviluppando i propri talenti. Chi può dire di aver terminato questa gara con se stessi? Chi può dire di aver finito di migliorarsi o di aver coltivato tutte le sue potenzialità e talenti? Nessuno che sia ragionevole. La competizione più fruttuosa non è quella contro l'altro, per sentirsi superiore, quanto piuttosto quella con se stessi per migliorarsi ogni giorno di più, in un percorso in cui non c'è mai un traguardo definitivo, ma continue piccole mete in vista della propria formazione, crescita e autorealizzazione.

Un saggio taoista, Tranxu, dice:

Quando l'arciere tira senza ambire a un premio particolare, ha tutte le sue capacità; quando tira per vincere una fibbia d'ottone, è già nervoso; quando tira per un trofeo dorato, diventa cieco, vede due bersagli e perde la testa. Le sue capacità non sono andate perdute, ma il premio lo turba. Per lui è importante! Pensa più a vincere che a tirare e il bisogno di vincere gli toglie la sua abilità.

L'educazione emotiva e le regole crudeli del mondo

Alcuni insegnanti e genitori mi avevano fatto notare che le mie proposte erano sempre positive e, a loro parere, sembrava che negassero o nascondessero il volto crudele del mondo: "Perché in questo progetto non si parla di selezione. È un tabù? Perché nascondere ai nostri

ragazzi la dimensione reale del mondo? La selezione c'è. Perché ingannarli, dicendo invece che tutti ci vogliamo bene?"

Le leggi del mondo sono crudeli. È vero. Chi lo può negare? Ma possiamo pensare di poter cambiare il volto crudele del mondo. Come? Cominciamo dalla scuola. Valorizziamo la sua funzione formativa. Prima deve formare, dopo può essere selettiva. Se dovessimo dare un voto alla scuola sul piano della sua funzione formativa, raramente prenderebbe la sufficienza. Per questo dobbiamo dedicarci a sviluppare tutte le strategie didattiche e pedagogiche migliori per rendere la scuola pienamente formativa. Al contrario, assistiamo a un paradosso: la scuola seleziona bene, ma insegna male. Selezionare è facile. Basta organizzare un piccolo test a scelta multipla e si potrebbero selezionare in una sola giornata milioni di studenti. I risultati sarebbero scontati: la distribuzione a "curva a campana". Caratteristiche come quelle del peso o dell'altezza sono distribuite in questo modo: alcuni saranno molti alti, altri molto bassi, la maggioranza è composta di persone mediamente alte. La stessa distribuzione vale per il peso. Così per l'intelligenza: alcuni saranno poco intelligenti, alcuni molto e altri mediamente intelligenti. Perché spendere tanti soldi nella scuola per avere un risultato scontato?

La scuola non serve se deve selezionare. La scuola serve per formare. Qualunque sia l'intelligenza degli studenti, che cosa fa la scuola per sviluppare questo potenziale? Come rispetta le varie forme di intelligenza che ogni studente porta a scuola? Come si prende cura dei suoi talenti? Quali strategie didattiche e pedagogiche adotta per entusiasmare ognuno verso la conoscenza, l'esplorazione del mondo, della mente e del cuore dell'uomo? Quali metodologie escogita per formare, per motivare, per entusiasmare, per far amare lo studio e il sapere?

Una scuola che seleziona senza aver pienamente formato la mente e la personalità degli studenti,

è un'assurdità pedagogica, è una colossale ingiustizia contro l'umanità di ogni studente, è una violazione del diritto alla formazione integrale di ogni persona.

Come docenti, dove ci collochiamo? Desideriamo la crescita dei nostri studenti o ci consideriamo impiegati dell'Ufficio Selezione Nazionale? Per aiutare la crescita dei nostri studenti, dobbiamo continuamente formarci. Per fare i selezionatori, non si richiede da noi nessun corso di aggiornamento, basta essere capaci di consegnare un test a scelta multipla e avere una griglia per correggerlo. Lo potrebbe fare anche un ragazzino o un computer. La selezione c'è nel mondo. Chi lo può negare? Ma il compito della scuola è formare pienamente ogni studente per aiutarlo a sviluppare le proprie risorse e talenti, per poi realizzarsi come meglio crede nel mondo e affrontare la selezione, anche quella più dura.

Educazione emotiva e rispetto dell'autodeterminazione

Un insegnante si è dimostrato perplesso sul progetto di educazione emotiva perché temeva che limitasse l'autodeterminazione degli studenti. Si chiedeva: "Con questo progetto di 'Educare il cuore' non si insegnano anche dei contenuti emotivi? Non si rischia di orientare lo studente verso determinate emozioni rispetto ad altre?".

No. I contenuti emotivi non si insegnano ma si presentano. Si può dire: "Analizziamo questa favola e notiamo i contenuti presenti in essa. Analizziamo questo film e osserviamo il tema di questa storia. In quanti modi li possiamo leggere e interpretare? Come li valutiamo?".

Di fronte alle esperienze vissute dagli altri emergono le nostre riflessioni. Davanti a un film o a

una rappresentazione teatrale scaturisce il confronto con le nostre emozioni e si verifica spesso un effetto catartico (come sostiene Aristotele), perché ci siamo identificati con i personaggi, siamo entrati nella storia, abbiamo vissuto le emozioni contrastanti, ambigue, rappresentate nel racconto e dopo questo percorso, percepiamo una purificazione emotiva.

Il progetto "Educare il cuore" non vuole insegnare determinati concetti, quanto piuttosto insegnare a leggere i contenuti emotivi. È un progetto di alfabetizzazione emotiva. Insegniamo l'"abc" delle emozioni, per poi leggerle meglio in sé e negli altri. È come l'alfabetizzazione strumentale: forniamo a tutti la competenza della lettura, per poi lasciare a ciascuno la libertà di leggere qualsiasi cosa voglia. L'obiettivo del progetto è quello di orientare ogni studente verso la consapevolezza delle proprie emozioni, positive ed emotive, egoistiche e altruistiche, aperte verso gli altri e chiuse su se stesse. I contenuti dell'esperienza, presi dalla letteratura, dalla vita dei ragazzi, servono per focalizzare meglio i vissuti emotivi, discriminarli accuratamente, abbandonando frasi ed espressioni generiche e portando ogni studente a descrivere bene quello che sente. Dire "Mi sento soffocato da questa situazione", invece di dire genericamente "Sono stressato". Si tratta di stimolarli a usare termini specifici per raccontare la propria esperienza emotiva e saper accogliere e interpretare quella altrui.

Le emozioni della scienza e della scoperta

Quando propongo il progetto "Educare il cuore", succede spesso che qualche insegnante di scienze esponga la seguente obiezione:

Sono d'accordo con l'impostazione di valorizzare le emozioni a scuola. Comprendo che questo possa essere svolto bene con certe discipline come musica, letteratura, lingua, ma non capisco come possa essere applicato alla matematica e alle scienze. In matematica ci sono delle dimostrazioni che non sono emotive ma logiche. Ci sono delle teorie scientifiche che non si possono cambiare. Devi studiarle così come sono. Nell'insegnare matematica e scienze non possiamo attivare sempre le emozioni. Anzi, nel nostro lavoro, le emozioni possono essere di disturbo e interferiscono con il procedimento logico. Noi chiediamo un controllo delle emozioni. Abbiamo ricevuto un'impostazione cartesiana, che ci ha abituato a ricercare solo la logica e i procedimenti logici. Come facciamo ad applicare questo progetto a scuola? È un progetto che può essere applicato da altri insegnanti, ma non da noi.

Ho proposto ad alcuni insegnanti di matematica di descrivere cosa provano quando svolgono un esercizio di matematica che li appassiona. Già, li appassiona! Come si vede, emerge subito l'incontro tra matematica ed emozioni.

I più grandi matematici avevano un amore, una passione, per i numeri. Nella costruzione dei teoremi, nella gestione dei passaggi logici, ci sono emozioni, soddisfazioni, gratificazioni. I matematici non sono persone strane, asettiche, senza affetti o senza emozioni. Sono persone affettive, emotive, che amano la loro materia. Quando l'insegnante di matematica presenta un esercizio come sfida ed entusiasmo i suoi studenti, crea emozione. C'è emozione quando uno studente riesce a dire "Ce l'ho fatta". C'è emozione quando non ci riesce. Lo studente si esalta per la conquista e si deprime per l'insuccesso.

I migliori docenti di matematica amano insegnarla e proporla ai propri studenti in modo che anche questi possano amarla.

Molti scienziati hanno dedicato la vita alla soluzione di problemi. La scienza è stata per loro ricerca, confronto e sfida con l'ignoto, brivido di fronte all'imprevisto; ha avuto il sapore dell'estasi di fronte alle vette intraviste e ha il sapore

dell'amaro di fronte agli errori e insuccessi; ha generato inquietudini e notti insonni quando non riuscivano a trovare una via d'uscita, ha gonfiato il cuore di gioia di fronte ad un percorso di soluzione.

La scienza che l'insegnante deve proporre in classe è quella reale che vivono i ricercatori. Loro non vanno con il libro di testo in tasca. Gli scienziati si pongono problemi, cercano le sfide. Trovano delle risposte a delle incognite. Costruiscono ipotesi e poi le buttano giù, le scuotono per vedere se sono solide e stabili. Hanno entusiasmo per la ricerca. Non sentono la fame, il freddo, il tempo che passa, non sono distratti da interferenze, si concentrano, pianificano, progettano, controllano, si infiammano, si scoraggiano, cambiano direzione, ritornano sui loro passi, intraprendono un altro percorso.

La vita di ricerca richiede coraggio e il coraggio è un'emozione. Ci vuole tenacia che è un'emozione. Ci vuole amore per la sfida ed è emozione. Ci vuole un desiderio appassionato e la passione che sono emozioni. C'è la soddisfazione di aver scoperto qualcosa. C'è la delusione di aver scoperto una strada che non porta a nulla. Tutte queste sono emozioni. Un insegnante di scienze che si mette a descrivere soltanto quello che c'è scritto sul libro, non è un insegnante autentico. È un ripetitore. Non è difficile ripetere. È difficile entusiasmare. È difficile far amare la propria materia, ma è il modo migliore per insegnarla e farla apprendere.

Educazione emotiva e benessere spirituale

Un insegnante desiderava allargare il concetto di benessere dal piano psicologico a quello spi-

rituale. Ecco la sua domanda: “Perché in questo progetto non si parla anche di benessere spirituale? Perché rimanere solo sul piano orizzontale delle relazioni interpersonali e non si considera per niente la dimensione verticale del benessere spirituale del rapporto con Dio?”.

La dimensione del benessere spirituale esiste. Ma in questo progetto ci dobbiamo interrogare su come proporla ai nostri studenti in una dimensione educativa. Non si tratta di far loro delle prediche, ma di suggerire dei percorsi religiosi che conducano al benessere spirituale. Ci sono? Sono disponibili? Certamente, perché molte religioni parlano di benessere spirituale, anche se lo intendono in modo differente e spesso suggeriscono pratiche e percorsi molto diversi. Tuttavia oggi le religioni non sono così distanti tra loro come lo erano nel passato. Ad esempio, si possono incontrare con facilità persone di tutte le fedi: cristiane, protestanti, ebrei, musulmane, indu, taoiste, buddiste. Si possono trovare facilmente, leggere e confrontare i libri di meditazione cristiana e quelli di orientamento buddista. Ci dobbiamo chiedere in che modo possiamo creare un percorso religioso che non sia confessionale. La religiosità, infatti, non è solo praticare una religione, ma è soprattutto fare del bene, coltivare la solidarietà, costruire la giustizia, manifestare la gratitudine per la bellezza e la bontà del creato. Tale religiosità ampia e profonda che può essere accolta da chiunque, indipendentemente dalla sua specifica fede. D'accordo, ma come la presentiamo ai nostri studenti? Possiamo presentarla come una grande esperienza culturale, che ha dilatato in molte persone la consapevolezza della dignità di ogni essere umano, che ha insegnato delle vie per dare un senso migliore alla vita, che ha suggerito delle pratiche per dare un significato meno tragico alla sofferenza, al dolore e alla morte, che ha invitato tutti gli uomini a essere più solidali e giusti. Questa dimensione spirituale è un compito che coinvolge solo l'insegnante di

religione? No. A mio parere, è un compito che riguarda ogni docente che si interessi della formazione integrale di ogni suo studente, utilizzando tutte le risorse culturali dell'umanità e tra queste anche quelle spirituali.

L'educazione emotiva degli insegnanti

Alcuni genitori rilevavano una lacuna formativa degli insegnanti dicendo: “Come possono gli insegnanti educare gli studenti dal punto di vista emotivo, se non hanno ricevuto uno specifico tirocinio di educazione emotiva?”.

Certo, nessuno può dare quello che non ha. Gli insegnanti possono educare la dimensione emotiva (oltre che cognitiva) dei loro studenti se possiedono gli strumenti per farlo. Sul piano dei contenuti disciplinari hanno ricevuto una solida preparazione, ma sul piano pedagogico ed educativo non hanno ricevuto né buone teorie né buone strategie. È una lacuna che deve essere colmata a livello strutturale del curriculum della loro preparazione professionale, altrimenti questo “Progetto di educare il cuore” diventa solo una pia intenzione, vaga e impraticabile.

Si può apprendere a comunicare meglio le proprie emozioni. Si può imparare ad ascoltare bene gli altri e a mettersi dal loro punto di vista. Esistono numerosi percorsi formativi, convalidati dalla ricerca scientifica, sia a livello teorico, sia a livello dell'efficacia operativa. Naturalmente la formazione migliore è quella che integra le conoscenze con l'esperienza personale di consapevolezza. Gli insegnanti hanno bisogno di “lavorare su se stessi”, per comprendere per esperienza diretta il flusso delle loro emozioni, per saperle decifrare, comprenderle e gestirle. Questa dimen-

sione esperienziale manca a molti docenti e questa lacuna riduce il loro impatto educativo. Devono andare tutti in psicoterapia? No, ma tutti devono fare un percorso interiore per far fiorire la loro umanità, grazie agli strumenti culturali che possiedono. Queste abilità relazionali di saper incontrare l'altro, accoglierlo, contenerlo e guidarlo, sono indispensabili per tutte le persone che si interessano di educazione. Le devono possedere in alta misura anche i genitori (come vedremo nel capitolo "La cooperazione emotiva dei genitori").

La formazione pedagogica e didattica degli insegnanti deve essere curata maggiormente con sostanziosi investimenti e incentivi, perché tutti devono acquisire indispensabili competenze emotive e relazionali che non si possono improvvisare. Gli insegnanti sono quotidianamente in prima linea, in un intenso contatto con i vissuti emotivi degli studenti e, perciò, hanno bisogno di imparare a valorizzare la funzione fondamentale delle emozioni nell'insegnamento e nell'apprendimento.

Non è sufficiente la loro personale sensibilità. È tantissimo, ma non basta. È necessaria una preparazione specifica per apprendere numerose metodologie di ascolto, di dialogo, di accoglienza⁶¹, di contenimento, di orientamento nell'ambito delle varie emozioni, sia quelle tenere e sia quelle sconvolgenti. Hanno bisogno di imparare a comunicare bene nelle situazioni difficili o di conflitto e a guidare in modo positivo anche gli studenti dal comportamento scorretto e demotivato.

Non basta la loro buona volontà. È tantissimo, ma non è sufficiente. È indispensabile adottare indicazioni metodologiche che sono state convalidate dalla ricerca scientifica. Nelle situazioni più complesse, gli insegnanti devono saper orientare e guidare il proprio intervento con

solide strategie pedagogiche, oltre che con il buon intuito e la solida umanità del loro cuore. Come si raggiunge questa migliore preparazione pedagogica emotiva?

Solo con una migliore formazione iniziale e poi con la necessaria formazione continua, che naturalmente deve essere riconosciuta a livello giuridico e incentivata a livello economico.

Si dice che non ci sono soldi per la formazione. Se è così, allora bisogna concludere che il destino della scuola e delle nuove generazioni non interessa realmente alla classe dominante politica ed economica, nonostante le rituali declamazioni solenni e le immancabili promesse verbali. La mancanza di corposi investimenti per la formazione e per la scuola abbatte in partenza questi vari progetti sull'educazione emotiva e li fa sembra "utopistici". Cancella l'innovazione nell'insegnamento. Distrugge la personalizzazione del percorso di studi per ogni studente. Demotiva i docenti. Crea "classi pollaio" e allontana la prospettiva del successo formativo per tutti. È ridicolo chiamare con il dignitoso nome di "Riforma scolastica" il semplice e mediocre taglio alla spesa educativa. La scuola senza investimenti perde necessariamente di valore, di rispetto e di qualità, perché "Più tagli più tagli".

61. Peticari, 1996.

L'umanità come una sola comunità

Considerare “l'umanità come una sola comunità”⁹⁵ significa educarci a un'interdipendenza globale e considerare l'interconnessione planetaria di tutte le culture. Significa anche educarci alla complessità, attraverso un'attenta e accurata valorizzazione delle differenze. Questa educazione alla complessità non riguarda soltanto la dimensione cognitiva, ma anche quella emotiva. Siamo tutti interdipendenti e interconnessi. Quando qualcuno muore assassinato, è assassinata anche la nostra anima. Quando qualcuno è liberato dalla miseria e dalla malattia, anche la nostra anima cresce e si alleggerisce. Questa visione globale può aiutare ad affrontare e risolvere molti dei problemi che oggi ci affliggono.

L'educazione interculturale⁹⁶ diventa possibile attraverso lo sviluppo dell'intelligenza emotiva. Non si può conseguire l'educazione interculturale se non vi è un'educazione del cuore per accogliere l'altro, il diverso, il distante, lo straniero. Bisogna intendere l'educazione interculturale come l'educazione di tutti alla diversità. Non riguarda la diversità di qualcuno, ma la diversità che c'è in tutti noi. L'educazione interculturale ci può aiutare a considerare la diversità come ricchezza, non come minaccia. Attraverso questo percorso ci è più facile considerare la classe come una comunità di volti, ognuno dei quali ha una storia da narrare, un progetto da vivere, un sogno da realizzare.

L'essenza dell'etica si può sintetizzare come “presenza dell'altro dentro di noi”. Riconoscerlo come essere umano come noi, che ha gli stessi bisogni, diritti, che ama e soffre come noi, che ha bisogno di aiuto per crescere sereno,

95. Morin, 2001.

96. Luatti, 2009.

proprio come noi. Il senso di responsabilità verso il suo volto, riconosciuto analogo al nostro, sviluppa in noi il rispetto, l'accettazione, l'accoglienza e la responsabilità. Ci aiuta a considerarlo non come oggetto, mezzo o strumento, ma come persona.

È necessario educare il nostro cuore per essere capace di empatia con tutto il mondo, con tutte le culture. Si tratta di considerare l'altro come un altro se stesso⁹⁷. Da questa impostazione può emergere la fioritura della coscienza etica mondiale. Il sentirsi cittadini del mondo, il percepire che abbiamo un destino comune come umanità. Questo può essere raggiunto, passo dopo passo, all'interno della nostra scuola, se educiamo gli studenti a dilatare non soltanto la mente verso i problemi mondiali, ma anche il cuore.

Le conseguenze di un'educazione del cuore possono essere molto ampie e possono condurre a creare un impatto positivo anche sul piano giuridico ed economico, oltre che sociale e culturale. Si può pensare a un “diritto mite”⁹⁸ capace di valorizzare i diritti di crescita di tutte le persone, innestando il concetto di compassione anche nelle istituzioni politiche⁹⁹. Si può pensare a un'economia differente, non basata sul profitto, ma sul ben-essere¹⁰⁰, non sul PIL (Prodotto Interno Lordo), ma sull'interesse “simpatetico” delle persone. Per valutare la ricchezza di una nazione, non basta calcolare il PIL, ma bisogna valutare il ben-essere reale delle persone. Bisognerebbe proporre un altro parametro più rappresentativo del benessere di una nazione: il FIL che sta per “Felicità Interna Lorda”.

Alcuni insegnanti mi chiedono cosa possono fare di pratico per creare la consapevolezza dell'umanità come una sola comunità.

97. Ricoeur, 2002.

98. Zagrebelsky, 1992.

99. Nussbaum, 2004.

100. Sen Amartya, 1986.

Ecco alcuni suggerimenti:

- Un manifesto sui diritti umani e sulla loro violazione in varie parti del mondo.
- Una ricerca sulle mine antiuomo e un manifesto per la loro messa al bando.
- Un manifesto contro la guerra.
- Un manifesto contro il terrorismo.
- Una giornata ecologica.
- Un telegiornale per ragazzi su ciò che avviene nel mondo.
- Una collaborazione via Internet con altre scuole del mondo su alcuni progetti interculturali.
- Una riflessione sul tema “Che cosa lasciamo alle generazioni future? Una terra pulita o sporca?”.
- L’attuazione dell’interculturalità in classe.

Gli insegnanti incalzano subito: “Ma tutte queste cose le facciamo già. Che altro fare?”. Coltivare l’empatia verso l’altro e l’umanità in noi stessi.

Quando?

Sempre. Tutti i giorni. Con impegno e speranza. Con la grinta di chi guarda avanti, molto avanti.

Basta?

Sì, basta.

Un proverbio popolare afferma: “La speranza è una strada di campagna che si forma quando molta gente calpesta lo stesso terreno”.

Si impara ciò che si ama

Ricordo uno studente che a scuola andava male. In molte materie era insufficiente. Gli chiesi: “Quante ore al giorno dedichi allo studio?”.

Mi rispose: “Giornalmente dedico allo studio circa un’ora e mezza”.

Io aggiunsi: “Un’ora e mezza per dieci materie, circa meno di dieci minuti a materia. Pensi che questo sia sufficiente?”.

Lui: “No. I miei risultati a scuola mi fanno pensare che non è sufficiente”.

Sapevo che suonava molto bene il basso e gli chiesi: “Quante ore dedichi ogni giorno allo studio del basso?”.

Rispose: “Quattro ore. Devo suonare tutti i giorni, altrimenti...”.

Io: “Come valuti la tua bravura nel basso? Come suoni?”.

Lui: “A un buon livello, anche il prof dice che suono bene”.

Io: “Qual è la ragione?”.

Lui: “Perché ci dedico molto tempo”.

Io: “Rifletti. Qual è il motivo più profondo?”.

Lui: “Quando suono mi trasformo”.

Io: “E cioè?”.

Lui: “La musica la amo, mentre le altre materie no. E quindi non le studio e non le imparo”.

Per imparare bene bisogna amare la materia che si studia e bisogna essere diligenti. Riflettiamo sull’aggettivo “diligenti” o sull’espressione “essere diligenti”. “Diligente” deriva dal verbo latino *diligere* che vuol dire semplicemente “amare”. “Essere diligente” vuol dire “amare quello che si sta facendo” e di conseguenza farlo bene. “Essere uno studente diligente” significa “amare ciò che si deve studiare” e quindi apprenderlo bene. Ricordo una studentessa che di fronte a questo aggettivo “diligente” mi aveva domandato: “D’accordo su questo concetto di amare ciò che si studia. Riconosco che per me è vero per le materie che mi piacciono. Come faccio, però, se

una materia non mi piace per niente e non riesco proprio ad amarla? Come faccio ad apprendere se mi è antipatica? Se la odio?”.

Se si odia una materia, è impossibile apprendere, perché inviamo alla nostra mente un messaggio di chiusura totale. Ci impediamo di apprendere. È una nostra scelta emotiva, basata appunto sull’antipatia, sull’ostilità, sull’odio. Percepriamo lo studio di quella disciplina come una persecuzione minacciosa e intollerabile. Evitiamo ogni contatto con i suoi contenuti e fuggiamo lontano da essa. Di conseguenza accumuliamo molte lacune che ostacolano la comprensione e che ci procurano voti insufficienti. È possibile evitare questo ingorgo negativo di malessere emotivo e cognitivo? Sì. Come?

Una volta, da bambino, avevo chiesto a mio nonno:

“Come faccio a farmi piacere le cose che non mi piacciono, ad esempio, studiare e fare i compiti?”. “È semplice, Mario. Basta che te le fai piacere!”. “Come faccio, se non mi piacciono?”. “Ho capito, che non ti piacciono. Anche a me, molte cose non piacciono e le faccio lo stesso e spesso le faccio anche bene”. “Come fai?”. “Me le faccio piacere”. “Che cosa vuol dire?”. “Ad esempio, se non mi piace fare una certa cosa, un lavoro in campagna, un incontro sgradevole o una pratica amministrativa fastidiosa, mi parlo e mi dico che in ogni caso la devo fare. Quindi se la faccio contro voglia, sto male e la svolgo in modo sbrigativo e superficiale. Se invece la eseguo bene, vedo subito un buon risultato e mi dico che sono bravo. Questo è il primo vantaggio personale. Osservo che, se mi impegno un po’, posso avere subito una piccola dose di soddisfazione. Se poi mi impegno ancora di più, posso essere fiero di me stesso e dire che sono una persona in gamba, che sono coraggioso, che ho carattere, che ho forza di volontà, che so affrontare gli ostacoli. Come vedi, comincio a incoraggiarmi, cioè parlo positivamente al mio cuore e lo convinco a reagire meglio e questo è un grande vantaggio. Basta questa piccola gratificazione per impegnarmi ancora di più. Se continuo a insistere, osservo che miglioro i miei

risultati e quello che mi sembrava odioso cambia natura e diventa piacevole. All'inizio, diventa solo un po' piacevole, poi diventa sempre più positivo. Alla fine, però, riesco bene in quello che avevo intrapreso. Bisogna essere forti e resistenti soprattutto all'inizio, ma se stabilisci una sfida ("Vediamo se sono capace a superare queste difficoltà! Vediamo se ho carattere, disciplina, metodo, tenacia!"), puoi ottenere buoni risultati a scuola, ma il vantaggio più grande è la conquista di una grande forza di volontà e di un carattere molto disciplinato, grazie ai quali potrai ottenere qualsiasi cosa vorrai nella vita. Qualsiasi cosa. È questa la più grande soddisfazione, Mario. Lo sai che devi studiare: non puoi evitarlo. Se studi male, sei solo tu a pagare le conseguenze della tua ignoranza e della tua debolezza del carattere. Ma se stabilisci una sfida con te stesso e riesci a vedere qualche aspetto positivo nonostante le contrarietà e ti impegni nonostante le difficoltà, diventerai una bella persona, coraggiosa e anche intelligente. Quindi fatti piacere le cose che non ti piacciono. È un grande segreto delle persone intelligenti e coraggiose".

Questo principio di amare quello che si intraprende vale per tutti. Gli insegnanti possono migliorare la loro didattica, facendo amare la disciplina che insegnano. Gli studenti possono migliorare il loro apprendimento, stabilendo un forte legame tra studio e crescita personale, tra intelligenza e autorealizzazione, tra scuola e vita. Senza questo amore didattico, i docenti rischiano di proporre la loro materia in modo piatto, senza emozioni, senza brividi, senza passione, senza sfide e fanno scappare via la voglia di imparare. Senza questo amore per lo studio, gli studenti perdono l'opportunità di far fiorire la propria intelligenza, di capire e affrontare la complessità del mondo, di sviluppare i propri talenti, di autorealizzarsi, di dare gusto alla vita, di offrire il proprio contributo al miglioramento del mondo. La ricerca scientifica basata sulle neuroscienze¹¹³ ha stabilito una priorità emotiva sulla dimen-

sione cognitiva. Per essere molto intelligenti bisogna amare quello che si intraprende o quello che si studia. L'intelligenza si sviluppa in modo straordinario, se il cuore è aperto al desiderio di conoscenza¹¹⁴. Le chiavi dell'intelligenza sono nel cuore. Le radici di un'intelligenza elevata sono da ricercare nell'entusiasmo, nelle emozioni, nelle motivazioni.

Si impara tanto quanto si ama

Quanto ami le cose che stai facendo? Poco? Allora, le impari poco. Più le ami, più le impari. Ricordo un'adolescente che mi ha descritto un passaggio fondamentale della sua esperienza scolastica. Andava molto male a scuola, finché sua madre si è fatta avanti con determinazione dicendo:

"Tu non esci, finché non dimostri di aver studiato. Controllerò che tu abbia svolto questo tuo dovere".

Adolescente: "Così mi distruggi la vita".

Madre: "Ti stai distruggendo da sola la possibilità di conoscere, di diventare sveglia e intelligente. Hai il tempo per studiare e lo stai sprestando. Io voglio che lo impieghi bene".

Adolescente: "Ma così mi imponi quello che vuoi tu".

Madre: "Certo, mi sto imponendo non per me, perché non ci guadagno un bel niente. Lo faccio perché tu devi prenderti cura di te".

Adolescente: "Di fronte a questa ferma decisione di mia madre, mi sono messa a studiare dapprima malvolentieri, ma poi ho cominciato a vedere che, impegnandomi, comprendevo subito e, capendo meglio, ho provato le prime emozioni. Che bello fare i collegamenti tra ciò che sapevo! Che bello anticipare quello che l'insegnante stava spiegando! Queste emozioni mi hanno convinta che lo studio non era la tortura che credevo. Poteva essere qualcosa di emozio-

113. Goleman, 1996; 2006; Begley, 2007.

114. Polito, 2012d.

nante. Ho notato che mi piaceva. Non solo, ma poi ho visto anche dei bei voti che corrispondevano a questo mio nuovo impegno e nuove emozioni. È stato bello ricevere dei riconoscimenti. Pensare che prima consideravo la scuola una noia e gli insegnanti dei rompiscatole! Il rapporto con loro era pessimo. Adesso che li apprezzo, studio, la scuola mi sembra una bella opportunità che non voglio sciupare. Studio confrontando quattro o cinque libri differenti, per osservare come ogni autore presenta un tema. Questo mi dà molta soddisfazione e mi regala forti emozioni. Non c'è più bisogno che mia madre me lo imponga. Studio di più perché mi piace e so che mi fa bene. Certo, studiare è difficile, ma so che dopo la difficoltà giungono la gioia e la sensazione di conquista. Sono belle emozioni. Pensare che adesso gli insegnanti mi sono persino simpatici: io riesco a fare battute e loro scherzano con me. Seguo attentamente le loro lezioni. Le amo e voglio bene anche a loro, perché vedo il loro entusiasmo e la loro stima verso di me”.

La lezione come emozione

Le lezioni impregnate di emozioni diventano più incisive e più appassionanti¹¹⁵. Coinvolgono di più e sono percepite come più attraenti. Ricevono dagli studenti una maggiore attenzione.

La maggior parte degli insegnanti nota la differenza di attenzione che si verifica quando si passa dalla spiegazione formale a quella accompagnata dalle emozioni.

La lezione, per essere efficace, deve essere offerta come qualcosa di emozionante. Si devono sentire i brividi delle sfide conoscitive. Se mancano questi contenuti emotivi, la lezione diventa banale. Non coinvolge, non aggancia, anche se è proposta in maniera ricca dal punto di vista dei contenuti.

¹¹⁵. Polito, 2012d.

I contenuti disciplinari viaggiano bene solo su un percorso emotivo.

Un insegnante di qualità manifesta entusiasmo per la materia che insegna e amore per la crescita e la formazione dei suoi studenti. Parafrasando un detto popolare si potrebbe dire: “Dimmi quanto ami la tua materia e ti dirò quanto sei esperto; dimmi quanto ami i tuoi studenti e ti dirò quanto bravo sei a insegnare e a far apprendere”.

Le ingiustizie a scuola

Il clima di classe migliora quando fiorisce il senso etico (capacità di discriminare tra ciò che è giusto e ciò che è ingiusto); quando gli studenti sanno distinguere i comportamenti corretti da quelli scorretti e quando si orientano a coltivare il benessere del gruppo classe.

Per approfondire il tema di cosa sia giusto e ingiusto, un insegnante ha chiesto agli studenti di elaborare una lista delle ingiustizie a scuola. Ecco alcune delle loro risposte:

- Non sentirsi ascoltati né dai compagni né dall'insegnante.
- Non ricevere aiuto.
- Non ricevere gratificazioni per un compito ben svolto.
- Sentirsi esclusi.
- Essere rimproverati ingiustamente.
- Non sentirsi difesi dalle prepotenze.
- Sentirsi colpevolizzati per i propri limiti.
- Non essere creduti.
- Essere presi in giro.
- Essere offesi.
- Non essere valorizzati.

Un altro insegnante ha raccolto le frasi pronunciate dai suoi studenti che indicano delle ingiustizie a scuola.

Eccone alcune:

- “Non è giusto assegnare gli incarichi sempre agli stessi”.
- “Perché fa parlare sempre gli altri?”.
- “Perché richiama sempre me?”.
- “Mi hanno nascosto lo zaino”.
- “Mi ha offeso”.
- “Mi hanno preso in giro”.
- “Mi hanno rubato la merenda”.
- “Mi ha picchiato”.
- “Mi ha accusato ingiustamente”.

- “Non è giusto punire tutta la classe per colpa sua”.
- “Avevo chiesto prima io di parlare e invece ha fatto parlare prima lui”.
- “Lei dà sempre la colpa a me”.
- “Perché quando lui disturba, lei lascia correre e quando io mi distraigo un po' mi rimprovera sempre?”.
- “Perché punisce me e non lui?”.
- “Perché a lei sì e a me no?”.
- “Abbiamo fatto gli stessi errori. Perché lei ha un voto migliore del mio?”.
- “Perché non mi interroga mai, toccava a me!”.
- “Mi tocca il sedere”.
- “Voglio cambiare posto perché lui mi infastidisce”.
- “Mi dice le parolacce”.
- “È stato lui a cominciare”.
- “Non è giusto. Abbiamo troppi compiti per casa”.
- “Non è giusto improvvisare una verifica senza avvisare”.
- “Non è giusto che gli insegnanti facciano delle preferenze”.
- “Non è giusto assegnare troppi compiti durante le vacanze”.
- “Non è giusto avere più di una prova di verifica ogni giorno”.

Queste frasi risuonano molte volte nelle aule scolastiche e ci fanno comprendere quanto sia urgente un percorso formativo per migliorare il clima e le relazioni tra gli studenti, riducendo questi continui conflitti, incomprensioni e cattiverie. La riflessione sulle ingiustizie a scuola dimostra la necessità di stabilire delle regole di convivenza basate sul rispetto, la sensibilità, l'empatia, la solidarietà.



Perché a scuola si deve formare solo la mente e non il cuore? A ben pensarci è davvero strano che si apprendano un mucchio di cognizioni sulla scienza e sulla letteratura senza sapere nulla sulle emozioni del proprio cuore o senza imparare a leggere le emozioni degli altri. Può essere autentica l'educazione che trascura la consapevolezza di sé, l'empatia, la solidarietà? No. E, infatti, non lo è. Allora viene da chiedersi: qual è il costo di un'insufficiente intelligenza emotiva, di un'autostima ferita, di un'identità personale frantumata, di un'incomprensione reciproca? Lo sappiamo: intolleranza, odio, crudeltà, in fondo violenza. Non dall'ignoranza sul teorema di Pitagora o sulla legge fondamentale della chimica nascono le guerre ma dalla mancanza di sensibilità, giustizia, relazioni positive. Questo libro, attraverso un'articolata proposta metodologica arricchita da una vasta gamma di suggerimenti operativi, lancia una sfida provocatoria rivolta alle famiglie, come luogo di crescita emotiva comunitaria, e alla scuola, come comunità di apprendimento: rovesciare il luogo comune secondo il quale la scuola non si deve interessare ai bisogni del cuore. Una scuola estranea alla dinamica emozionale non serve alla vita. Non serve all'umanità. Semplicemente è inutile.

Mario Polito, psicologo e pedagogo, da 25 anni è formatore dei docenti delle scuole primarie e secondarie e conduce corsi sulla didattica, la comunicazione in classe e l'apprendimento cooperativo. È autore di alcuni libri sul metodo di studio, la memoria, la motivazione.

In copertina disegno di Fabio Magnasciutti

Euro 18,50 (I.i.)

ISBN 978-88-6153-293-9



9 788861 532939