

Far crescere l'intelligenza emotiva e le Social Emotional Skills nell'IeFP

Riflessioni, approcci e sperimentazioni per delineare un format metodologico che coinvolga insegnanti e studenti

CHIARA BONUZZI¹

Competenze socio emotive e percorsi educativi

L'importanza dello sviluppo delle competenze socio emotive durante il percorso educativo è già cosa nota da tempo ma si è mostrata in modo inequivocabile durante la crisi pandemica degli scorsi anni. In quei drammatici mesi si è assistito ad una vera e propria rivoluzione dei metodi didattici. Non è stata la comunicazione digitale in sé a fare la differenza, piuttosto in molti casi, laddove è stato possibile attivare collegamenti efficienti ed efficaci, le piattaforme digitali hanno stimolato insegnanti e studenti a non arrendersi di fronte a situazioni avverse e a sostenersi reciprocamente. Laddove si sono visti impegno, motivazione, empatia, capacità di gestire le emozioni, di imparare a lavorare insieme per raggiungere uno scopo comune, le cose sono andate avanti senza intoppi. Si è sperimentata quindi l'importanza dell'Intelligenza Emotiva (IE) e delle competenze ad essa correlate ed è maturata la consapevolezza che l'insegnamento di queste *skill* deve rappresentare una scelta consapevole e programmatica del sistema scolastico e formativo italiano. L'educazione socio emotiva costituisce infatti il bagaglio essenziale per affrontare il viaggio più importante, quello della vita e diviene requisito sempre più indispensabile per entrare e rimanere nel mondo del lavoro. Lo sviluppo delle competenze socio-emotive ha effetti positivi non solo sulla gestione delle emozioni e delle relazioni, ma anche sulle prestazioni cognitive dei ragazzi, sulla motivazione ad apprendere, sulla loro salute mentale e fisica, mantenendo i vantaggi anche nella vita adulta. Non vi sono più dubbi sul fatto che l'IE può e deve essere allenata nel contesto scolastico/formativo. Sicuramente è però necessario un ecosistema educativo, perché la scuola, come soggetto unico, non può assumersi tutta la responsabilità

¹ Esperta nel campo del design di servizi formativi ed educativi, Coach e Consultant EQ Education (SIX Seconds Italia, The Emotional Intelligence Network).

dell'educazione alle competenze della vita anche se rimane però un attore privilegiato ed è, per sua natura, il contesto preferenziale per insegnare e osservare le SES (*social emotional skills*) nel loro formarsi e realizzarsi. Per questo motivo bisogna cercare di fornire alla comunità educante anche dell'istruzione e della formazione professionale (IeFP) metodi efficaci e strumenti utili per allenare queste competenze in modo efficace e duraturo. Le domande che ci si pone sono: quale prospettiva prediligere? Quale approccio adottare? Il presente articolo ha come obiettivo, dopo aver illustrato i costrutti teorici che sono alla base del concetto di IE e dell'apprendimento socio emotivo, quello di condividere alcune esperienze realizzate per cercare di identificare i punti chiave che dovrebbero essere parte di una proposta di intervento nell'IeFP.

Intelligenza emotiva (IE): un concetto di recente sviluppo

Il concetto di *Emotional Intelligence* è stato molto dibattuto in passato e tutt'ora rappresenta oggetto di ricerca. Con l'affermarsi della convinzione che gli aspetti cognitivi potevano spiegare solo una parte dei risultati ottenuti dalle persone, le emozioni hanno iniziato ad acquisire una posizione predominante nel contribuire a caratterizzare la vita e il comportamento dell'essere umano, e questa idea si è diffusa nelle più svariate discipline: dalla psicologia, alla medicina, alle scienze neurologiche, alla filosofia fino a raggiungere anche l'economia. Lo psicologo Thorndike nel 1920 fu il primo ad attribuire un significato al concetto di intelligenza emotiva definendola come "la capacità, utilizzata da uomini e donne, ragazzi e ragazze, di agire con saggezza nelle relazioni umane". Negli anni successivi l'interesse per questo tema si attenua fino a quando viene ripreso, a partire dagli Anni 80, con il pensiero di Gardner². L'autore all'interno delle sette tipologie di intelligenza da lui identificate, ne distingue due appartenenti alla sfera personale: l'intelligenza interpersonale (gestione delle relazioni) e l'intelligenza intrapersonale ovvero la gestione di sé. Questa distinzione si rivela fondamentale per riprendere e supportare l'orientamento precedente sviluppato da Thorndike e rappresenta la base su cui poggiano le nuove teorie. L'intelligenza emotiva è quindi un concetto di recente sviluppo, nato per indagare il campo delle emozioni e per comprendere il ruolo che esse svolgono per il benessere dell'individuo e come influenzano i suoi comportamenti. Definita in modi differenti, essa presuppone l'esistenza di differenze nelle modalità con cui gli individui processano le infor-

² GARDNER H. (1983), *Frames of mind. The theory of multiple intelligences*, basic books, New York City, 2011.

mazioni connotate emotivamente (Mayer, Salovey 1997) ed è composta da una serie di competenze necessarie per riconoscere, gestire ed utilizzare le emozioni. Comprendere a fondo le ragioni delle proprie emozioni, saperle esprimere, gestirle ed essere in grado di canalizzarle nei momenti difficili, sono competenze chiave nella vita degli individui che permettono di fronteggiare situazioni di conflitto e di esprimere i propri stati d'animo. L'IE abbraccia l'abilità di percepire accuratamente, valutare ed esprimere le emozioni, di capire e/o provare sentimenti, di comprendere le emozioni e di regolarle per promuovere la propria crescita emozionale ed intellettuale (Salovey, Mayer 1997)³. Partendo dal lavoro di Salovey e Mayer, Daniel Goleman ha reso celebre il concetto di intelligenza emotiva tramite il suo libro di carattere divulgativo *Emotional Intelligence*⁴. Questo lavoro ha contribuito ad attirare l'attenzione di molti studiosi sulla materia e ha dato il via ad una serie di contributi che hanno conferito maggiore scientificità al costrutto IE. Secondo Goleman, l'intelligenza emotiva è un fattore estremamente importante che può rappresentare un indicatore più potente del QI nel predire il successo degli individui in molte situazioni. Egli descrive l'intelligenza emotiva come la capacità di riconoscere i propri sentimenti e quelli degli altri allo scopo di auto motivarsi e gestire le emozioni in modo appropriato nelle relazioni interpersonali. Essa si fonda sulle competenze che permettono agli individui di utilizzare le proprie emozioni in modo intelligente per attivare comportamenti appropriati. L'IE facilita l'espressione di altri tipi di intelligenza dal momento che le emozioni possono ostacolare o potenziare le capacità di pensare, risolvere problemi, fare progetti e, in questo senso, l'intelligenza emotiva determina quanto si è abili nello sfruttare le proprie capacità, comprese quelle intellettuali. L'approccio di Goleman si focalizza sulle opportunità di sviluppo delle competenze emotive e sociali: egli sostiene che le competenze di IE non siano talenti innati, ma abilità apprese (Goleman 2002). Infatti, queste possono essere acquisite con programmi formativi adeguati e il loro sviluppo consentirebbe di migliorare le performance (Goleman 2008).

L'apprendimento socio emotivo⁵

L'educazione nel mondo scolastico e formativo si è focalizzata per lungo tempo solo sulla dimensione cognitiva dei processi di insegnamento e di apprendimento, sui contenuti e sulle tecniche più adatte per il raggiungimento di buoni

³ MAYER J.D. - P. SALOVEY (1997), What is emotional intelligence? In P.Salovey & D.J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-34).

⁴ GOLEMAN D. (1996), *Intelligenza emotiva: che cosa è e perché può renderci felici*, Milano, Rizzoli Ed., 2011.

⁵ Il capitolo è tratto da BOMBIERI ROSI (2021) *Social emotional learning- il valore dell'educazione socio emotiva a scuola*, Verona, Cortina, 2011.

risultati e performance sul piano della conoscenza, dedicando scarsa attenzione alla sfera affettiva o addirittura considerandola un ostacolo⁶.

Questo tipo di impostazione deve essere considerata alla luce della cornice culturale occidentale che ci appartiene, che per tradizione, ha inteso le emozioni come elementi irrazionali, in assoluta contrapposizione alle risorse cognitive della persona. Attraverso le scoperte scientifiche delle neuroscienze, ci si è resi conto (in ambito educativo ma anche in altri contesti come quello sanitario) della necessità di un approccio mirato alla comprensione della sfera emozionale e ad una necessaria integrazione tra i due livelli, quello del pensare e quello del sentire. Negli ultimi decenni si è sviluppata quindi una crescente consapevolezza rispetto alla crucialità dei fattori emotivi nelle realtà educative e scolastiche, non solo in riferimento agli obiettivi di apprendimento ma anche per la maturazione formativa del soggetto.

Il costrutto del SEL (*social emotional learning* = apprendimento socio emotivo) nasce nel 1994 negli Stati Uniti, ad opera di un gruppo di educatori e ricercatori riunitesi presso il Fetzer Institute per discutere sulle modalità più adeguate ed efficaci per lo sviluppo delle competenze socio-emotive a scuola. L'obiettivo del gruppo era quello di sviluppare strategie di intervento che permettessero di operare non solo lo sviluppo delle SES dei bambini e dei ragazzi, ma anche un'azione di prevenzione rispetto alle diverse problematiche giovanili (bullismo, salute mentale). Al termine di tale discussione è stato fondato il Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL), organizzazione che rappresenta il riferimento a livello internazionale in tema di SEL, e che mira a garantire la qualità dei progetti sulle competenze socio emotive dall'infanzia alle scuole superiori, fornendo supporto a tutte le figure che gravitano attorno al mondo educativo nella realizzazione di buone pratiche basate sull'evidenza⁷.

Il CASEL ha definito il SEL come il processo attraverso il quale giovani e adulti «[...] acquisiscono e applicano le conoscenze, le abilità e le attitudini per sviluppare identità sane, gestire le emozioni e raggiungere obiettivi personali e collettivi, sentire e mostrare empatia per gli altri, stabilire e mantenere relazioni di supporto e prendere decisioni responsabili e attente»⁸. È interessante notare che il SEL non coinvolge solo i bambini e i ragazzi, ma comprende anche un lavoro di formazione rivolto alle loro figure di riferimento.

Secondo il CASEL i programmi devono sviluppare cinque gruppi di competenze socio-emotive, alle quali fa riferimento la gran parte della letteratura:

- consapevolezza di sé (*self-awareness*): capacità di comprendere le proprie emozioni, i propri pensieri e valori, e il modo in cui questi influenzano il comportamento nei vari contesti;

⁶ OATLEY K. (2007), *Breve storia delle emozioni*, Bologna, Il Mulino, 2015.

⁷ www.casel.org.

⁸ <https://casel.org/what-is-sel>.

- capacità di gestirsi (self-management): capacità di gestire efficacemente emozioni, pensieri e comportamenti in diverse situazioni, e capacità di raggiungere obiettivi;
- consapevolezza sociale (social awareness): capacità di empatizzare e di rispettare gli altri, inclusi coloro che provengono da background, culture e contesti diversi;
- capacità relazionali (relationship skills): capacità di stabilire e mantenere relazioni sane e supportive e di affrontare efficacemente ambienti con diversi individui e gruppi;
- capacità di prendere decisioni responsabili (responsible decision-making): capacità di operare scelte di cura e costruttive riguardo al comportamento personale e alle interazioni sociali in diverse culture.

Nella seguente tabella si possono osservare le 5 aree di competenza ed il rapporto tra il loro contenuto e gli obiettivi che si prefiggono⁹:

Skill socio emotiva	Contenuto sintetico	Contenuto esteso
Consapevolezza di sé	Comprendere le proprie emozioni, pensieri e valori, e come essi influenzano il comportamento nei vari contesti	Valutare attentamente punti di forza e di debolezza dell'individuo, avere una mentalità positiva e possedere un senso di autoefficacia ben radicato ed ottimismo. Alti livelli di autoconsapevolezza richiedono l'abilità di riconoscere come i pensieri, i sentimenti e le azioni siano interconnessi
Autogestione	Gestire efficacemente emozioni, pensieri e comportamenti in diverse situazioni e raggiungere obiettivi	Prevede l'abilità di rimandare la gratificazione, gestire lo stress, tenere sotto controllo gli impulsi e perseverare nelle sfide al fine di raggiungere obiettivi personali ed educativi
Consapevolezza sociale	Empatizzare e rispettare gli altri, inclusi coloro che provengono da background, culture e contesti diversi	Prevede la comprensione delle norme sociali di comportamento e riconoscere le risorse e i supporti familiari, scolastici e comunitari
Capacità relazionali	Stabilire e mantenere relazioni sane e supportive e affrontare efficacemente ambienti con diversi individui e gruppi	Comunicare chiaramente, ascoltare in modo attivo, cooperare, resistere a pressioni sociali inadeguate, negoziare i conflitti in modo costruttivo e cercare aiuto quando serve
Capacità di prendere decisioni responsabili	Fare scelte di cura e costruttive riguardo al comportamento personale e alle interazioni sociali in diverse culture	Prevede la capacità di considerare gli standard etici, problemi di sicurezza, accurate norme comportamentali per comportamenti a rischio, fare valutazioni realistiche delle conseguenze di varie azioni e tenere in considerazione la salute e il benessere di sé e degli altri.

⁹ La descrizione seguente è tradotta dal sito <https://casel.org/wp-content/uploads/2020/12/CASELSEL-Framework-11.2020.pdf>.

L'immagine seguente riporta, inoltre, le cinque aree di competenza che secondo il CASEL devono essere oggetto dei programmi SEL, i target coinvolti e la tipologia di "engagement" richiesta.



Il CASEL orienta il raggio d'azione del SEL in modo piuttosto ampio: coinvolge infatti studenti, insegnanti, dirigenti, la comunità scolastica, gli educatori e le famiglie. Tale approccio è fortemente connesso alla strategia dello *School Wide Positive Behaviour Support*, volta a dare una risposta alle problematiche comportamentali degli studenti attraverso un lavoro di supporto a più livelli e un intervento integrato del personale scolastico e della famiglia. Ciò che viene raccomandato quando si decide di proporre un programma di apprendimento socio emotivo nelle scuole, può essere riassunto nei seguenti punti:

- proporre un approccio di formazione graduale, step by step, coordinando adeguatamente le varie attività;
- promuovere forme attive di apprendimento secondo una visione dello studente come protagonista del proprio apprendimento;
- dedicare un tempo adeguato all'acquisizione e lo sviluppo delle skills di riferimento;
- mirare a obiettivi di apprendimento e competenze chiare ed esplicite.

I programmi SEL sviluppano skills preziose per l'apprendimento e per stare bene nel contesto scolastico; essi sono però estremamente utili anche per il benessere complessivo dei ragazzi, andando ad incidere positivamente sulle loro tappe di vita future. Secondo una ricerca dell'OCSE (2014), le SEL sono importanti perché producono effetti:

- a medio termine sui rendimenti scolastici e nel contrasto a devianza e comportamenti a rischio;
- a lungo termine nel mercato del lavoro;
- cumulativi, in termini di benessere complessivo.

I benefici dei programmi SEL si riversano sugli studenti ma anche sugli insegnanti. Promuovere e attuare a scuola un programma di apprendimento socio-emotivo crea un clima migliore in classe, abbassa i livelli di stress, aumenta la motivazione e la soddisfazione dei docenti e fa crescere l'efficacia della didattica. Molto lavoro è stato fatto nella ricerca sul SEL ed è cresciuta esponenzialmente la consapevolezza della centralità della promozione delle competenze socio-emotive a scuola. Un crescente numero di studi sta dimostrando come programmi rigorosamente realizzati favoriscano atteggiamenti positivi, comportamenti prosociali e rendimento scolastico anche dopo che gli studenti non vi partecipano più, permettendo lo sviluppo di strumenti interiori adeguati a ottenere risultati di successo nella vita.

■ Alla ricerca di una modellizzazione per l'IeFP: le opportunità, le sfide e le direzioni

Le opportunità e sfide aperte, se vogliamo applicare ciò che fino ad ora è stato presentato al contesto dell'IeFP, riguardano le seguenti principali e macro-direzioni.

Direzione "1"

La valorizzazione del lavoro sull'IE e sulle SES, con un sempre maggiore riconoscimento del SEL come parte integrante della mission educativo-formativa IeFP, introducendo adeguate ed effettive modalità di "messa a terra", oltre che spazi e tempi ad esso dedicati, in attuazione a quanto previsto dall'Accordo sancito della Conferenza delle Regioni e delle Province Autonome del 2019¹⁰.

¹⁰ Le Regioni e le Province Autonome attraverso l'Accordo del 18 dicembre 2019 hanno sancito il pieno valore formativo delle dimensioni personali, sociali, di apprendimento e imprenditoriali di cui alle Competenze chiave europee. Al punto 2 dell'Accordo infatti si sancisce che: *«le Regioni e le Province autonome assumono le dimensioni personali, sociali, di apprendimento e imprenditoriali di cui alle corrispondenti Competenze chiave europee ex Raccomandazione del Consiglio del 22 maggio 2018, correlate alla classificazione europea di abilità, competenze, qualifiche e occupazioni (E.S.C.O.) e specificate nell'Allegato 2), parte integrante del presente Atto, quali risorse da promuovere a livello formativo in connessione con le competenze culturali di base e tecnico professionali delle Figure e dei relativi indirizzi di Qualifica e Diploma professionale».*

L'Accordo, la cui applicazione effettiva non è stata ancora oggetto di specifico monitoraggio da parte delle Regioni e delle Province Autonome, prevede infatti:

- che le Regioni e P.A. procedano con proprie disposizioni e nell'ambito delle proprie regolamentazioni alla definizione di criteri ed elementi minimi metodologici per avviare nel triennio formativo 2020-23 una sperimentazione avente ad oggetto: lo sviluppo formativo e la valutazione intermedia e finale delle dimensioni personali, sociali, di apprendimento e imprenditoriali; il loro posizionamento rispetto ai livelli QNQ/EQF (III in riferimento al percorso triennale e IV in riferimento al quarto anno o al percorso quadriennale), sulla base degli elementi minimi specificati dall'Accordo stesso;
- che l'acquisizione da parte degli allievi e la valutazione delle suddette dimensioni non costituiscono requisito per l'ammissione all'esame finale, né oggetto di certificazione sugli Attestati finali di Qualifica e Diploma professionale e sull'Attestazione intermedia delle competenze, ferma restando la possibilità per le Regioni e P.A., sempre in via sperimentale e nell'arco del triennio formativo 2020-23, di definire forme di loro messa in trasparenza in termini di informazioni aggiuntive sui suddetti Attestati;
- che gli esiti della sperimentazione possano costituire elementi utili anche ai fini di una valutazione di prospettiva sulla standardizzazione ed elevazione a "livello essenziale di prestazione" delle dimensioni personali, sociali, di apprendimento e imprenditoriali per i percorsi IeFP.

Direzione "2"

L'individuazione, declinazione e attivazione di progetti mirati per la IeFP, partendo anche dalle *best practices* attuate nei sistemi regionali che si sono mossi nella piena attuazione del citato Accordo del 2019, che puntino a specifiche strategie di formazione di insegnanti e formatori coinvolti nello sviluppo delle loro competenze socio emotive in quanto gli esiti del lavoro sulle SES degli allievi dipende molto dai fattori emotivi che coinvolgono anche la persona dell'insegnante, dalla relazione che egli instaura con i discenti, dalle relazioni tra questi, dalle dinamiche che caratterizzano l'organizzazione e la leadership dell'Istituzione formativa.

La necessità di un lavoro progettuale sul piano delle "nuove e future connessioni IeFP", nello specifico sul raccordo educativo-formativo sinergico in chiave di "salvaguardia e rafforzamento ulteriore dell'esperienza umana", valore fondante l'IeFP, affinché Intelligenza Artificiale (IA) ed Intelligenza Emotiva (IE) cooperino per promuovere ed assicurare più elevati livelli di *Ben-Essere* di allievi, docenti e dell'intera comunità formativa.

Direzione “3”

La riformulazione del concetto di lavoro dell’insegnante e l’evoluzione del tutoring basandosi su un modello di coaching, con nuovi approcci guidati dalle “specialità” di ogni allievo, orientati all’allenamento continuo delle soft skill, all’aumento del senso di responsabilità nei confronti del proprio apprendimento ed al suo successo in chiave di crescita personale e professionale. Di un possibile modello di coaching per gli allievi che frequentano la IeFP ne parliamo in un successivo contributo di Rassegna CNOS.

Una prima “buona pratica”: IE e SES a supporto della formazione degli allievi in un percorso quadriennale IeFP

La sperimentazione che ENAIP Trentino sta portando avanti dal 2022 all’interno di un percorso quadriennale di diploma professionale IeFP¹¹ è stata pensata per rispondere alle sfide sopra citate. Si è deciso di operare nella logica di una forte integrazione dell’intelligenza emotiva e delle SES nel contesto formativo, coinvolgendo sia gli insegnanti che gli allievi. Si è partiti dal presupposto che gli insegnanti devono essere formati e che la formazione su un tema così delicato e complesso non può basarsi solo sulla trasmissione di contenuti, conoscenze e tecniche “preconfezionati”, ma deve orientarsi a dotare insegnanti e figure educative di strumenti riflessivi ed emotivi, che li supportino nel far fronte alle situazioni sempre uniche e particolari delle realtà formative¹². Queste, infatti, necessitano di capacità emotive, di pensiero, di porsi in una prospettiva che sempre si pone delle domande, più che di soluzioni già predisposte fuori dal contesto. I docenti sono stati coinvolti quindi nella formazione e nei processi di certificazione per EQ Educator proposti da Six Seconds¹³ per essere più efficaci nell’insegnare, di modellare e integrare il Social Emotional Learning (SEL) nella loro pratica quotidiana di insegnamento. La formazione prevede che i docenti vengano guidati nella promozione della loro crescita interiore e nello sviluppo di una maggiore consapevolezza emotiva per migliorarne la soddisfazione per il

¹¹ Percorso di Diploma quadriennale per Tecnico dei servizi di promozione ed accoglienza (Lak.e6) attivato nei suoi tre indirizzi (ricettività turistica; agenzie turistiche; convegnistica ed eventi culturali) presso il Centro di Formazione Professionale Enaip di Riva del Garda.

¹² In particolare, in questa sperimentazione quadriennale nella quale il curriculum formativo è articolato in tre macro-aree di formazione ed attività di apprendimento: “io esploratore”, “io e gli altri”, “io e il mondo professionale”.

¹³ <https://italia.6seconds.org/>

lavoro e per valorizzarne il ruolo. Attraverso l'utilizzo di specifici *assessment*, i formatori partendo da sé stessi, lavorano quindi sulla propria intelligenza emotiva per poter poi apprendere una metodologia efficace per implementare le attività SEL all'interno delle proprie classi. Infine, i docenti imparano a comunicare efficacemente il valore del SEL ai genitori, ai colleghi e a tutta la comunità educante, svolgendo la funzione di "agenti di contaminazione". Parallelamente al lavoro svolto con gli insegnanti, fin dal primo anno gli allievi vengono guidati da un professionista esperto IE in un percorso di rafforzamento delle SES, che li porta a lavorare sullo sviluppo della propria intelligenza emotiva e delle cinque aree CASEL. Una parte delle attività rivolte agli allievi viene svolta come gruppo classe, mentre una parte viene riservata ad incontri di carattere individuale (attraverso la metodologia del coaching), in cui i discenti possono avvicinarsi, analizzare e comprendere meglio il proprio stato emotivo, equilibrando i propri atteggiamenti a seconda delle situazioni ed iniziando a riflettere attivamente sui propri scopi ed obiettivi. I risultati fin qui raggiunti dalla sperimentazione sono incoraggianti nella nuova "prospettiva IeFP", quella di aumentare il proprio valore in termini di inclusività, di promozione personale e sociale. Lo testimoniano le motivazioni prevalenti all'iscrizione al percorso quadriennale sempre meno ancorate alla prospettiva di acquisire competenze in uno specifico ambito professionale e maggiormente orientate a poter vivere un'esperienza educativo-formativa che dichiara, attua e mette in trasparenza lo sviluppo di competenze socio emotive per stare Bene "a scuola" e "nella vita".