

Emad Matta

OLTRE LA LEZIONE

L'INTEGRAZIONE AFFETTIVA
COME MOTORE DELL'INTERAZIONE
EDUCATIVA CONTEMPORANEA



AREA 11

SCIENZE STORICHE, FILOSOFICHE,
PEDAGOGICHE, PSICOLOGICHE

Il volume sostiene la tesi, suffragata da un'ampia letteratura, secondo cui il successo dell'apprendimento dipenda anche, e anzi essenzialmente, dall'integrazione armonica tra razionalità ed emotività, superando così la visione che ha storicamente subordinato l'affettività alla logica. Attraverso una gestione consapevole delle dinamiche relazionali, l'insegnante è chiamato a porsi come «cuore pensante» in grado di decodificare i bisogni profondi dell'allievo, spesso nascosti dietro i comportamenti, utilizzando l'ascolto attivo, l'empatia e una comunicazione non giudicante, al fine di costruire un clima di fiducia reciproca. La scuola, secondo quest'ottica, dovrebbe favorire, prima ancora che l'apprendimento delle nozioni, la maturazione personale: dovrebbe, cioè, diventare un luogo dove lo studente, liberato da paure e condizionamenti, possa trasformare gli ostacoli in risorse e percepire il valore autentico di sé e dell'altro.



Emad Matta

Sacerdote salesiano, è professore straordinario di Didattica presso l'Istituto Universitario Salesiano di Venezia (IUSVE), dove ricopre l'incarico di docente per i corsi di Psicologia della leadership e Psicologia dell'educazione.

Con Erickson ha pubblicato: *Lineamenti di psicologia dell'educazione* (Erickson, 2020), *Apprendimento cooperativo centrato sullo studente* (Erickson, 2022) e *Psicologia della leadership* (Erickson, 2023).



Pubblicazione scientifica validata
dal Comitato Scientifico della Collana

www.universityresearch.erickson.it

€ 13,00



www.erickson.it

INDICE

Introduzione	9
Capitolo 1	11
La dimensione emozionale nell'interazione educativa	
Capitolo 2	27
Ambiente scolastico come luogo di comunicazione complessa	
Conclusioni	47
Bibliografia	49

INTRODUZIONE

Il presente lavoro si propone di approfondire la sfera emozionale nell'interazione educativa, partendo dal presupposto che la società ha storicamente privilegiato una visione razionalistica dell'uomo, in cui le emozioni sono state per molto tempo considerate componenti negative da controllare. Tuttavia, la comunità scientifica è oggi concorde nel riconoscere che soltanto un'armonica fusione di razionalità ed emotività rende l'essere umano completo: l'intelligenza, l'affettività e l'emotività condizionano costantemente e in maniera determinante l'agire umano.

L'emozione si configura non più come semplice reazione fisiologica, ma come variabile che interagisce con tutti i piani dell'organismo, da quello neurologico a quello cognitivo e comportamentale, per configurarsi infine come elemento chiave dell'apprendimento, in quanto potente «fissatore» per l'apprendimento a lungo termine.

Un pilastro centrale dello studio è l'analisi transazionale,¹ che approfondisce i vari stati dell'Io, utilizzata nella comprensione delle dinamiche relazionali

¹ L'analisi transazionale è una psicologia centrata sul «qui e ora». Ideata dallo psichiatra Eric Berne, si configura come una teoria della personalità e una psicologia sociale estremamente pragmatica, fondata sul principio che ogni individuo è «ok», in grado di pensare e decidere il proprio destino. Il cuore del modello risiede nell'articolazione della personalità in tre stati dell'Io: il Genitore, che racchiude le norme, i valori e i comportamenti appresi dalle figure autorevoli; l'Adulto, la parte logica e funzionale che analizza la realtà presente in modo obiettivo; il Bambino, il deposito delle emozioni, della creatività e delle reazioni spontanee vissute nell'infanzia. Quando comunichiamo, attiviamo delle «transazioni» tra questi stati: se la risposta che riceviamo è coerente con lo stato da cui abbiamo fatto partire il messaggio, la comunicazione fluisce; se invece avviene un incrocio (transazione incrociata), nascono i conflitti. Spesso queste interazioni degenerano nei cosiddetti «giochi», schemi relazionali ri-

tra studente e docente. Quest'ultimo è chiamato a conoscere i vari aspetti di queste dinamiche per aiutare l'allievo a riscoprire le proprie emozioni «autentiche», e a distinguerle da quelle che frenano la crescita e l'apprendimento. In questo si rivelano strumenti fondamentali l'ascolto attivo ed empatico, i «messaggi Io» (forme di autorivelazione non giudicante) e il riconoscimento dei «giochi».

Il fine ultimo dell'educazione emozionale non consiste nella rimozione o nel controllo forzato dei sentimenti, ma nella loro integrazione e accettazione. Il docente deve essere un «cuore pensante», in grado di saper comprendere se stesso per poter capire gli altri, ponendosi come una figura di riferimento positiva.

L'obiettivo è rendere lo studente capace di trasformare gli ostacoli in risorse, di sentirsi degno di valore, di ampliare il proprio campo esistenziale.

petitivi e inconsci che, pur sembrando razionali, servono a confermare convinzioni negative su di sé o sugli altri. Secondo Berne, queste dinamiche rispondono a un Copione di Vita, un piano inconscio stabilito precocemente per ottenere attenzione e sicurezza. L'obiettivo dell'analisi transazionale è la conquista dell'autonomia, che si realizza attraverso la consapevolezza del proprio copione e il raggiungimento della posizione esistenziale «io sono ok, tu sei ok». In questo stato di equilibrio, l'individuo smette di agire per automatismi e impara a utilizzare la propria parte adulta per vivere con spontaneità, intimità e piena presenza nel mondo (Berne, 1987).

CAPITOLO 1

La dimensione emozionale nell'interazione educativa

La cultura occidentale deriva da una tradizione razionalistica che pone al centro il controllo della volontà, a scapito della componente emotiva. In tale ottica, le emozioni sono concepite come condizionamenti negativi che impediscono all'uomo di essere veramente libero di operare scelte razionali (Francesco, 2020).

Oggi si è compreso che questa dicotomia tra parte razionale e parte emotiva non ha più senso, perché è la fusione armonica di razionalità ed emotività che rende l'essere umano completo. Intelligenza e affettività, infatti, agiscono in continua interazione e condizionano in modo determinante ogni nostra percezione, ogni sentimento e comportamento, sia in positivo sia in negativo (Goleman, 2021, pp. 15-20).

Nella scuola i giovani subiscono costantemente questi condizionamenti, e ogni volta che il rapporto affettività-intelligenza è dominato dalla paura (di non farcela, di non essere amati, di non valere, di non essere capiti, di essere ingannati, ecc.) si assiste a un blocco improduttivo delle capacità razionali, di decidere e di prendere iniziative.

Passioni, sentimenti, affetti, emozioni — termini non facilmente definibili e la cui differenza è spesso sfumata — sono certamente un argomento complesso sul quale, nello spazio di questo paragrafo, si possono dare solo alcuni elementi di stimolo e di riflessione. Va ricordato che, sebbene ampiamente presente nella letteratura psicologica, il tema è stato affrontato con approcci molto diversi e con non facili ricadute sul piano didattico.

A oggi si possono comunque individuare due punti fermi condivisi dalla maggior parte dagli studiosi.

1. Si è finalmente saldata la frattura fra mente razionale ed emozioni, in precedenza visti come due ambiti separati e contrastanti: la mente è una rete di significati e di schemi in cui ogni concetto ha una colorazione emotiva più o meno forte e diversa.
2. I meccanismi di funzionamento delle emozioni e dei sentimenti non richiedono modelli interpretativi specifici ma seguono gli stessi processi mentali che sono alla base dell'agire razionale della mente; le proprietà strutturali sono le stesse.

In questa prospettiva, le emozioni non sono più soltanto una reazione fisiologica a determinate situazioni, ma una variabile che interagisce con tutti i piani dell'organismo, da quello neurologico a quello viscerale, da quello cognitivo a quello comportamentale, dando significato e spessore a tutti gli eventi della nostra vita.

Un altro punto su cui gli studiosi sembrano concordare è l'importanza delle emozioni nella vita delle persone. Esse, infatti, in quanto capaci di creare un «determinato coinvolgimento» in ciò che si vive, rendono le esperienze gradevoli o spiacevoli. Proprio per questa ragione, le emozioni agiscono sulla nostra memoria, permettendo un maggiore apprendimento e una marcatura indelebile dell'esperienza (Modica, 2021, p. 55).

Abbiamo visto che la reazione ai messaggi ricevuti e alle esperienze vissute porta il soggetto a scrivere attivamente il copione della propria vita, in cui le emozioni acquistano particolari valenze. Per questo motivo alcune di esse sono guardate con sospetto e si ritiene che non possano essere espresse, mentre altre sono considerate nobili e vengono fortemente caldegiate. La carenza di competenze emotive nell'adolescente può rappresentare un fattore di rischio, portandolo alla ricerca di regolatori esterni come alcol o droghe per colmare i vuoti affettivi.

Deve essere chiaro che non è la presenza di una determinata emozione a costituire un problema, ma il modo in cui essa viene utilizzata. Spesso una persona, per via dei condizionamenti ricevuti, è in grado di esprimersi attraverso una sola emozione, negando le altre. Esistono, inoltre, dei modi esagerati di manifestare le proprie emozioni, senza che queste siano minimamente graduate e contenute (Gross, 2015, pp. 10-14). La crescita però non avviene mai attraverso la negazione delle nostre parti, ma sempre attraverso l'accettazione e l'integrazione (Mckay e West, 2025, pp. 26-39). Lì dove esiste un rapporto sbagliato con il proprio mondo interiore — le emozioni, invece di fluire liberamente e portare a una spontaneità di comportamenti e di scelte — condizionano ogni atteggiamento dell'individuo. È il bambino che ci aiuta a vedere e a pensare le emozioni nel loro fluire naturale e nel loro alternarsi e mescolarsi. Un bam-

bino, se ha avuto un buon rapporto con la propria madre nel primo periodo di vita, scappa quando ha paura, piange perché è triste, batte i piedi quando è arrabbiato, ride perché sta bene. Può succedere che urla di rabbia e, subito dopo, rida e si avvicini alla mamma per abbracciarla e baciarla, mostrandole il suo amore (Leahy, Tirsch e Napolitano, 2013, p. 68). Purtroppo, l'educazione in senso ampio crea dei filtri alle emozioni, per cui in un certo contesto alcune di esse sono autorizzate e hanno il diritto di esistere, mentre altre sono bandite.

Poiché le emozioni sono il veicolo principale delle relazioni e ci permettono di aprirci o chiuderci all'altro, quando le persone non sono in grado di riconoscerle ed esprimerle in modo autentico non soltanto danneggiano seriamente sé stesse, ma rendono non autentici tutti i loro rapporti (Didonna, 2021, pp. 56-72). Sono costrette inconsciamente a «imbrogliare», a falsificare le loro emozioni per poter tenere in piedi la loro impalcatura.

Saper chiamare i sentimenti e le emozioni con il proprio nome, esprimere con verità e autenticità ciò che si prova, comunicare la propria tristezza e farsi carico di essa, sentire la propria gioia anche quando chi ci sta attorno si mostra ostile, chiedere contatto quando ne abbiamo bisogno senza trucchi, ecc.: tutto questo fa star bene noi e coloro che sono in nostra compagnia.

Come abbiamo accennato, quando non si è in grado di esprimere quello che si sente si possono coscientemente mettere in atto dei «trucchi», manovre astute per ottenere ciò che si cerca senza esprimerlo direttamente. Quando invece una persona non ha la libertà interna di chiedere in modo diretto ciò di cui ha bisogno si attivano inconsciamente i cosiddetti «giochi», manovre che manipolano l'altro attraverso messaggi che nascondono significati non dichiarati (Goleman, 2021, pp. 106-107).

Per educare all'espressione di emozioni e sentimenti occorre in primo luogo che tutti questi vengano accolti, da parte degli adulti, come espressioni naturali, in quanto tutti hanno un loro preciso posto all'interno della persona. Accogliere significa accettare con serenità, con naturalezza, senza rimproverare, sminuire o deridere. In questo modo il soggetto crescerà fiducioso che tutto quello che sente può emergere e può essere affidato a qualcuno, senza che se ne debba vergognare. Pensare e differenziare i sentimenti e le emozioni è importante in ogni momento dello sviluppo. Ecco perché quanti svolgono un compito educativo devono essere in grado di restituire al soggetto ciò che viene espresso sotto forma di emozioni elaborato e pensato, cioè riempito di significato.

Educare, infatti, non significa nascondere ciò che accade, ma accompagnare le persone in crescita alla sua comprensione.

Di seguito, si prenderanno in considerazione in modo più specifico alcune caratteristiche e potenzialità della dimensione emozionale, si punterà l'attenzione

sull'importanza che hanno nell'ambito scolastico il riconoscimento e la gestione delle emozioni, per passare poi ad alcuni elementi che mettono in luce come tutto questo può avere ripercussioni sulla maturazione personale dell'allievo.

Aspetti significativi che caratterizzano la sfera emozionale

Un'emozione, secondo la prospettiva cognitiva, rappresenta una reazione o una risposta affettiva a una situazione. È sempre indotta da uno specifico stimolo che dà luogo a una complessa catena di eventi che si ripercuote su almeno tre differenti sistemi di risposta: il sistema psicologico, che attraverso l'uso del linguaggio ricostruisce l'esperienza soggettiva che l'individuo vive; il sistema comportamentale, che si esprime attraverso manifestazioni di natura motoria (come l'istinto di attacco o di fuga, oppure come il cambiamento della postura e dell'espressione facciale); il sistema fisiologico, che produce cambiamenti di alcuni parametri funzionali (come l'alterazione della frequenza cardiaca o l'aumento della pressione arteriosa) (Tamburelli, 2020, pp. 47-63). Senza che nessuno dei tre sistemi si possa considerare prioritario rispetto agli altri, di fatto contribuiscono tutti e tre a produrre una risposta emozionale globale, fatta da un insieme di risposte tra loro indipendenti.

Reagire in modo diverso a situazioni simili è un meccanismo condizionato in gran parte dal passato, dall'ambiente sociale, dal tipo di relazioni instaurate (Dal Molin, 2023). Lo sviluppo dell'affettività e delle emozioni si interseca con lo sviluppo cognitivo e sociale di ogni individuo: per entrare in contatto con la dimensione affettiva bisogna dunque attivare i meccanismi della conoscenza, e per entrare in contatto con l'oggetto cognitivo bisogna attivare particolari strutture motivazionali, emozionali e affettive. In tal senso, un sano sviluppo cognitivo è strettamente connesso a un sano sviluppo emotivo e affettivo in una reciproca interdipendenza all'interno della quale, tuttavia, il secondo sembra presentare un qualche rilievo rispetto al primo (Gola, 2025, pp. 101-130).

Mettere al centro le emozioni ha permesso di riconoscere il concetto di «intelligenza emotiva». Questa ci aiuta a capire i bisogni, le emozioni e il vissuto degli altri e ci indica come metterci in relazione con loro sul piano emotivo (Goleman, 2021). In tale prospettiva, il coinvolgimento emotivo permette di apprezzare la nostra realtà fin nei minimi dettagli, in quanto le emozioni possono dare «colore» alle nostre esperienze, rendendole piacevoli o spiacevoli, ricche o povere.

Di seguito si prenderanno in esame alcuni criteri da tenere in considerazione nell'uso delle competenze emotive e verranno indicate alcune abilità che è fondamentale possedere per poter dire di avere un'adeguata competenza emotiva.