

UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA

---

# UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

---

Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata Corso di Laurea in Culture, Formazione e Società Globale

Tesi di Laurea Magistrale

OMNIA VINCIT AMOR

Love conquers all.

*Relatore: Alessandra cavallo*

*Laureanda: Francesca Deleo*

*Matricola:2024665*

A.A 2022/2023



*Innamorati di te stesso, della vita e poi di chi vuoi.*

*Frida Kahlo.*

## SOMMARIO

<i>CAPITOLO UNO: EDUCARE ALL'AMORE</i> .....	7
1. <i>Amore: tra educazione e sentimento</i> .....	7
1.1. <i>Educare alle virtù</i> .....	16
1.2. <i>Come si educa ai sentimenti</i> .....	21
1.3. <i>Teorie pedagogiche messe a confronto</i> .....	26
<i>CAPITOLO DUE: DUE SESSIONI DI PHILOSOPHY FOR CHILDREN A CONFRONTO</i> .....	41
2. <i>Philosophy for children: pensare e ricercare assieme</i> .....	41
2.1. <i>Prima sessione di Philosophy for Children</i> .....	49
2.1.1. <i>Analisi contesto</i> .....	49
2.1.2. <i>Mappa concettuale</i> .....	52
2.1.3. <i>Conclusioni</i> .....	53
2.2. <i>Secondo laboratorio di Philosophy for Children</i> .....	54
2.2.1. <i>Analisi contesto</i> .....	54
2.2.2. <i>Inizio della discussione</i> .....	55
2.2.3. <i>Riflessioni conclusive</i> .....	58
<i>CAPITOLO TRE: PROPOSTE EDUCATIVE PER INIZIARE AD AMARSI</i> .....	64
3. <i>Cos'è e a cosa serve la crescita personale</i> .....	64
3.1. <i>Possibili percorsi di crescita personale</i> .....	73
3.2. <i>Riflessioni conclusive sull'educare all'amore</i> .....	83
<i>BIBLIOGRAFIA</i> .....	90



Era una solare giornata di luglio, quando, parlando con un'educatrice, udii questa storia: era una storia sugli dei. Scoprii più tardi che si trattava di un racconto mitologico molto caro agli indiani, tramandato oralmente di generazione in generazione e raccolto in un romanzo che mette a fuoco gli schemi che impediscono il libero flusso dell'amore<sup>1</sup>.

Secondo il racconto, dopo aver finito di creare l'universo, Dio volle offrire agli esseri umani il dono dell'amore e della felicità. Tuttavia, conoscendo l'astuzia e la psicologia umana, sapeva che gli uomini avrebbero dato per scontato tutto ciò che gli veniva offerto se non ci fosse stato del minimo impegno nel raggiungerlo da parte loro. Pertanto, decise di nascondere il suo dono dove gli uomini avrebbero dovuto faticare per trovarlo.

Dio consultò i suoi aiutanti in cerca di idee su possibili nascondigli. Uno di essi suggerì il fondo del mare, un altro lo spazio cosmico. Ma egli sapeva che gli uomini, con il loro insaziabile desiderio di conquistare il mondo esterno, lo avrebbero trovato perfino nelle profondità marine o nella vastità dello spazio. Finalmente qualcuno ebbe un'intuizione geniale e propose il luogo più sicuro: dentro se stessi.

Dio si rese immediatamente conto della genialità dell'idea. Le persone si sarebbero affannate a cercare l'amore ovunque nel mondo esterno, e il cuore, al centro del loro essere, sarebbe stato l'ultimo posto in cui avrebbero guardato. Se, dopo aver esplorato senza esito l'intero universo, fosse loro venuto in mente di guardare in sé stessi, avrebbero trovato la fonte dell'amore. Grazie a questa scoperta, avrebbero costruito il genere di relazioni che agognavano. E dopo aver penato tanto per ottenerlo, avrebbero profondamente apprezzato il tesoro del loro cuore.

Come dice la storia, il tesoro che cerchiamo è sempre con noi, nel nostro cuore. Una volta compreso questo, possiamo smettere di sprecare energie in una vana ricerca della felicità nella realtà esterna.

Appena sentita questa storia ho sentito qualcosa di importante risuonare dentro di me e avevo bisogno di approfondire questa questione. Mi sono sempre chiesta, soprattutto negli ultimi tre anni, cosa renda le persone felici e cosa sia necessario fare per sentirsi bene e appagati con sé stessi. Perché l'uomo è così

---

<sup>1</sup> Shubhrajai, *Nel loto del cuore, l'essenza delle relazioni*. Edizioni Mediterranee, Roma, 2017.

ossessionato dalla ricerca della felicità? E soprattutto cos'è che ci rende felici? Il benessere materiale? Le altre persone e il legame che nutriamo nei loro confronti? O forse c'è qualcosa di più profondo? Perché alcune persone riescono a provare uno stato di benessere interiore guardando l'orizzonte e si emozionano nel farlo, mentre altre pur avendo tutto ciò che hanno sempre desiderato intorno a sé, vivono nell'infelicità? Evidentemente c'è qualcosa da esplorare e da comprendere che ci accomuna. Da queste domande è iniziato il mio percorso di ricerca interiore e non, in merito a ciò che concerne l'amore e la felicità e che ruolo rivesta l'educazione in tutto ciò. Se durante la nostra vita ci è capitato di conoscere o di sentire persone che testimoniano di vivere una vita felice e appagante, se esistono testimoni viventi di amori felici e duraturi, perché non tutti riescono ad ottenerlo? Forse non si tratta di fortuna o di casualità ma più propriamente di "buon'educazione". Non l'educazione del galateo ma l'educazione intesa come processo fenomenologico, come il modo di restare ancorati alla vita. Hannah Arendt assume che «la pluralità è il presupposto dell'azione umana perché noi siamo tutti uguali, cioè umani<sup>2</sup>». Aspetteremo la dottrina cristiana prima di poter affermare che tutti gli uomini sono uguali per dignità, in quanto figli di dio. E questo è il presupposto chiave che seguirà tutta la tesi. Gli esseri umani sono stati formati tutti nello stesso modo. Siamo dotati di uno stesso cuore, proviamo le stesse macro-emozioni e già solo per questo, non può trattarsi di fortuna ma di ricezione dei giusti stimoli. Stimoli educativi, in questo caso. Tutto ciò mi ha condotta a pensare che poter educare e poter essere educati ai sentimenti che si desidera vivere, sia determinante per la propria autorealizzazione. I greci dicevano, come verrà ribadito nelle pagine successive, che solo la profonda conoscenza di sé stessi conduce alla felicità. E quando giungiamo a conoscere noi stessi come fonte di amore, tale sentimento si riversa sugli altri e la gioia anima le nostre relazioni.

Pertanto, l'obiettivo di questa tesi è quello di ricercare il possibile legame di connessione tra il sentimento dell'amore e il processo educativo.

---

<sup>2</sup> Arendt H. *Vita Activa. La condizione umana*. Bompiani. Milano, 2017, pp.41.

## CAPITOLO UNO: EDUCARE ALL'AMORE

### 1. Amore: tra educazione e sentimento

Fedro, nell'egregio Simposio di Platone, asserisce che l'amore è qualcosa che esiste dentro di noi.<sup>3</sup> Eros è il più antico di tutti gli dei. «Se c'è l'acqua, vuol dire che c'è la sorgente; se c'è la luce vuol dire che c'è il sole. Se c'è l'amore vuol dire che esiste un dio amore. L'amore viene prima di ogni cosa<sup>4</sup>.» Egli alberga in noi e ci consente di provare emozioni di vario tipo: dalla vergogna di fronte ad azioni ignobili, alla gloria quando ci comportiamo da virtuosi. Se prendiamo per vero questo presupposto, ovvero che l'amore nasca e fiorisca dentro ciascuno di noi, evidentemente esistono dei modi per conoscerlo e tirarlo fuori; l'educazione può essere un ottimo mezzo per scoprirlo. La lingua italiana così variegata di sfumature e di significati ci insegna una cosa importante, ovvero che grazie all'etimologia delle parole possiamo comprendere fortemente ciò che ci si para dinanzi. In questo specifico caso, risaliremo all'etimologia delle parole: "amore" ed "educare".

Aprendo il dizionario la prima definizione che si trova di amore è la seguente:

Amore: "sentimento di viva affezione verso una persona che si manifesta come desiderio di procurare il suo bene e di ricercarne la compagnia<sup>5</sup>".

Ecco, la prima vera distinzione: l'amore non è un'emozione, bensì un sentimento.

Molti autori hanno sostenuto che le emozioni sono una sorta di "moto irrazionale"; una forma di energia che proviene dalla nostra parte istintuale, animale e primitiva e per i sostenitori di questo approccio fisiologico-riduzionista, l'emozione è un'energia che incontrollabile che ci gestisce e irrompe nella nostra quotidianità. Dal mio canto, la teoria neostoica di Martha Nussbaum circa le emozioni, ci suggerisce che queste sembrano essere degli schemi valutativi e cognitivi del nostro agire. Mi soffermerò nelle prossime righe sulla sua

---

<sup>3</sup> Platone, *Il simposio*, traduzione di Carlo Diano: introduzione e commento di Davide Susanetti. Marsilio Editori, Venezia, 1994 pp.26.

<sup>4</sup> [file:///C:/Users/User/Downloads/Pina%20Montesarchio%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/Pina%20Montesarchio%20(1).pdf)

<sup>5</sup> <https://dizionari.repubblica.it/Italiano/A/amore.html>



proposta perché ha molto da offrire sulla comprensione di ciò che ci accade e di come questa definizione possa essere utilizzata per una maggiore comprensione dei nostri stati d'animo e di come possa diventare possibile educarli.

Negli anni Cinquanta la psicologia non aveva il minimo interesse ad occuparsi delle emozioni come oggetto di studio, anzi, come afferma Meyer «perché introdurre nella scienza un termine non necessario come “emozione” quando abbiamo già dei termini scientifici per tutto ciò che dobbiamo descrivere?»<sup>6</sup> La speranza di tale approccio era il trionfo del comportamentismo e quindi della riduzione della personalità umana alla lettura di quelli che potevano essere comportamenti solo “osservabili” basati sullo schema secondo cui ad ogni stimolo, corrisponde una risposta. Nonostante il superamento della teoria comportamentista, negli anni Sessanta-Settanta del Novecento si era ancora lontani dal considerare le emozioni come parti integranti della nostra vita psichica e si reputava che queste non incidessero più di tanto nella nostra regolazione quotidiana. Divennero invece interessanti gli studi compiuti successivamente dal neurofisiologo e psicologo Antonio Damasio il quale, a fine anni Novanta, propose una teoria delle emozioni non riduzionista, bensì intenzionale e valutativa che permise di definire le emozioni come forme di “consapevolezza intelligente”. Queste fungono da “guide interne” nel rapporto tra il soggetto e le circostanze.

Egli prese spunto dal tragico incidente avvenuto a Phineas Gage, capo squadriglia di un gruppo di lavoratori che nel 1848 venne trafitto da una lama di ferro senza restarne ucciso ma questo incidente provocò un'alterazione della sua personalità che lasciò tutti senza parole<sup>7</sup>. I medici, nel vedere le sue capacità cognitive illese, anzi, quasi potenziate, ne rimasero stupiti perché la sbarra di ferro aveva lesionato il suo lobo frontale ma a quanto pare ciò non creò compromissioni nelle sue capacità cognitive di calcolo, di ragionamento o di movimento. Ciò che invece cambiò radicalmente fu la sua vita affettiva. Non riusciva a gestire le sue emozioni, era sempre agitato, confuso, le sue azioni sembravano totalmente distaccate dalla realtà. Ciò che Damasio intuì fu che una parte del sistema di valori di Gage rimase attiva, ma l'altra fu compromessa dalla

---

<sup>6</sup> M.F Meyer, *That Whale Among the Fishes: The Theory of Emotions*, in *Psychological Review*, (a cura di) *L'intelligenza delle emozioni*, di M.Nussbaum Il Mulino, Bologna, 2001, pp.122.

<sup>7</sup> A. R. Damasio, *L'errore di Cartesio: emozione, ragione e cervello umano*, trad.it Adelphi Editore, Milano, 2000.

lesione del lobo frontale e questo gli aveva impedito di restare collegato alla realtà e mantenere chiaro quelle che erano le sue priorità. Ne ebbe conferma, poi, con un altro paziente, Elliot, al quale venne asportata la stessa parte di lobo frontale a causa di un tumore benigno. E anche i suoi comportamenti, come nel caso di Cage, stupirono i suoi familiari che quasi non riconoscevano più il suo modo di porsi. Da padre di famiglia sempre affettuoso, amorevole e generoso, ora Elliot sembrava incurante della sua vita, dei suoi affetti e non riusciva a riconoscere le sue priorità. D'altronde il darsi priorità è connesso al senso che riusciamo a dare alle cose e ai significati che gli attribuiamo. Se ai due pazienti osservati da Damasio mancava la componente eudaimonistica della vita, come potevano darsi delle priorità? Risulta perciò interessante il sapere che ciò che lui suggerisce è che la componente intenzionale delle emozioni risiede in un'area specifica del lobo temporale e che le emozioni ci aiutano a valutare il rapporto tra noi e il mondo. Ma il fatto che per questi processi sia necessario il normale funzionamento di una particolare area del cervello è molto interessante a livello scientifico.

Nussbaum, filosofa statunitense, parte dal presupposto che le emozioni siano sempre connesse a qualcosa, al loro oggetto specifico. Introduce la sua opera capitale "L'intelligenza delle emozioni"<sup>8</sup> proprio così, raccontando di un suo episodio personale, ovvero la morte di sua madre. L'emozioni di dolore che può suscitare un evento del genere è chiaramente connessa al tipo di relazione che si ha con l'oggetto o in questo caso, con la persona in questione. Ecco perché viviamo un dolore più intenso quando perdiamo qualcuno a noi caro, piuttosto che quando sentiamo di eventi spiacevoli accaduti ad altri o a persone che non conosciamo. Ma oltre la relazione con l'oggetto, entra in campo un'altra variabile che è l'importanza, quindi il valore che diamo all'oggetto stesso. Se siamo poco legati a qualcuno, il livello di intensità delle nostre emozioni è sicuramente inferiore rispetto a quando, invece, proviamo un forte affetto nei confronti delle persone che amiamo. Le emozioni possono essere definite, secondo la Nussbaum, come «reazioni intelligenti alla percezione del valore<sup>9</sup>» sono, ovvero, un particolare tipo di "giudizio di valore". Il giudizio è inteso in chiave stoica come l'assenso di un'apparenza. O detto in altre parole, l'accettazione di ciò che vedo, di ciò

---

<sup>8</sup> M.C Nussbaum, *L'intelligenza delle emozioni*, a cura di Giovanni Giorgini. Il Mulino, Bologna, 2001.

<sup>9</sup> *Ivi*, pp. 166

che mi appare. Per questo la sua teoria può essere definita una teoria cognitivo-valutativa, perché interpreta le emozioni sulla base di come le percepiamo e del valore che conferiamo a ciò che ci accade. Soffro se muore una persona importante per la mia vita (osservo il fatto e lo accetto per come è) e il mio dolore aumenta in base a quanto sono legata a quella persona lì. Ma come si sceglie o definisce il valore di qualcosa? Dipende dai nostri pensieri. Da come percepiamo la realtà e da come interpretiamo i fatti che ci accadono. Basti pensare come l'amore e la paura presentano gli stessi sintomi fisici: rossore, sudore alle mani, cuore palpitante, bocca impastata. Ma se le reazioni fisiche sono le stesse, cosa ci permette di sentirci innamorati o terrorizzati? Lo decidono i nostri pensieri. L'emozione è un campanello a cui possiamo scegliere il significato che vogliamo dare. Da questi fini dipende quella che Nussbaum definisce «prosperità personale» o «eudaimonia» il poter scegliere liberamente ciò che riteniamo importante. Questa scala di valori che scegliamo per noi diventa il nostro sistema di credenze. Le credenze sono degli stati di assoluta certezza che costituiscono le nostre lenti sul mondo. Il nostro modo di interpretare la realtà. Abbiamo credenze su tutto: su noi stessi, sul mondo, sulle altre persone, sulla vita, sulle abitudini alimentari. Queste decidono il nostro modo di porci ad esse e di conseguenza le emozioni che ne proveremo. Se penso che tutte le persone siano cattive od egoiste sarà molto più difficile per me intraprendere relazioni di stima e fiducia con il mio ambiente sociale. Se invece credo fortemente che le persone siano buone, generose e affidabili, costruirò nella mia vita relazioni più belle, profonde ed arricchenti. Se quindi il nostro sistema di credenze genera un impatto così forte nella nostra realtà, sarà importante comprendere la qualità e natura dei nostri pensieri e gestirli in modo "ecologico"<sup>10</sup> per noi. E lo scopo di questa tesi sarà proporre un modello pedagogico basato sul riconoscimento delle nostre credenze e sulle scelte di queste ultime per avere una qualità di vita che ci soddisfi e ci renda sereni.

Grazie al modello proposto da Martha Nussbaum, si può comprendere come le nostre emozioni non sono solo un impulso energetico che appaiono come "sommovimenti" ma che anzi, sono dei giudizi che noi diamo appena un'esperienza entra in contatto diretto con i nostri pensieri. In quel preciso istante, in modo

---

<sup>10</sup> Utilizzo il termine "ecologico" come sinonimo di buono/giusto per noi. Non contemplando l'idea che l'uomo sia in grado di dire cosa è giusto e cosa no, mi appello ad un aggettivo neutro per intendere ciò che "ci fa stare bene".

inconsapevole iniziamo a farci una serie di domande su “cosa ci è accaduto, perché ci è accaduto e come possiamo intervenire”. Se le domande sono poste in modo potenziante, è possibile che il sommovimento provocato mi faccia provare emozioni piacevoli e di gradimento. Ma se dall’altra parte, mi pongo domande poco potenzianti, il tutto potrebbe generarmi uno stato di ansia e paura. Per esemplificare quest’ultima affermazione, si potrebbe prendere in esame l’esempio di quando veniamo colti di sorpresa da un evento che non ci aspettavamo. Magari la bocciatura ad un esame. Se la prima domanda che mi pongo è “ma perché a me?”, ne risulterà facile ipotizzare risposte come “perché sono una sfigata.” “Perché piove sempre sul bagnato”. “Perché tanto non è mai abbastanza” e così via. Ma se invece, nonostante il dispiacere iniziale per non aver passato un esame a cui tenevo tanto, la domanda successiva fosse “perché a me?” oppure “cosa posso imparare da questo per prepararmi al meglio la prossima volta?”, sicuramente non solo mi verrebbero in mente risposte diverse, ma anche il mio stato emotivo ne risulterebbe alleggerito e arricchito. In tal senso, le domande sono più importanti delle risposte. Mi rendo perfettamente conto che non sia semplice o immediato porsi in questo modo nei confronti della vita e di ciò che ci circonda ed è proprio per questo, che sostengo la tesi secondo la quale “lavorare su sé stessi” sia così importante. Anzi, in certi casi, sia proprio vitale.

Nel terzo capitolo difatti, tirerò le somme di quanto proposto fino ad ora per poi parlare di percorsi educativi, di formazione e in parte spirituali che posso aiutare il riconoscimento dei nostri pensieri e indirizzarli verso una direzione più limpida e serena.

Questo excursus sulle emozioni ci ha permesso di vedere un po’ più da vicino che cosa sono e come sono state intese da alcuni filosofi nel corso dei recenti decenni. L’approdo alla teoria di Nussbaum vuole costituire il modo in cui io intendo le emozioni, ovvero come stimoli fisiologici, consecutivi al pensiero. Ma se l’amore da vocabolario non è un’emozione, bensì un sentimento, vediamo cosa si intende con questa parola.

Sentimento: “Coscienza o facoltà di sentire dentro di sé l'importanza, la necessità di certe realtà di carattere spirituale, morale, civile, assunte come valori: *avere un forte s. dell'onore, della fedeltà, dell'amicizia; non ha alcun s. della famiglia; sviluppare nei giovani il s. estetico; il s. della patria*<sup>11</sup>”.

Oppure “facoltà dello spirito di percepire la realtà; coscienza di sé, consapevolezza dei propri atti<sup>12</sup>”.

Se l'amore sembra essere una facoltà che richiede consapevolezza morale e spirituale, ciò implica allora la necessità di un processo che lo conduca a ciò. Essere consapevoli significa avere coscienza di sé stessi e di ciò che possediamo. John Locke ci ricorda che una persona lo è in quanto tale, perché mantiene una continuità nella sua coscienza<sup>13</sup>; se accadesse il contrario, rischierebbe uno sdoppiamento di personalità. Una persona cosciente, consapevole, è una persona che “pensa”; la sua articolata attività mentale è possibile solo mediante quella consapevolezza che è indispensabile per il pensiero e ripone proprio in ciò la realtà della persona, nella consapevolezza che comunque accompagna l'attività mentale dell'uomo. Ma aggiunge anche che pur accompagnando ogni nostra attività mentale, la consapevolezza che ne abbiamo si mantiene sempre ben distinta da essa, perché, come da un lato è possibile che la accompagni, dall'altro è altrettanto possibile che se ne distacchi. Potrebbe infatti accadere che una mente sviluppi una determinata attività di cui prima era consapevole e che poi, a partire da un certo momento, cessa di esserlo. Come nel caso di un ubriaco che può difendersi da un atto immorale dicendo che non era capace di “intendere e di volere”.

Così, qualora questo distacco si realizzasse, assisteremmo a uno sdoppiamento tra la persona e l'anima, tra la persona e l'essere umano che con la sua attività pensante prova sentimenti, avverte emozioni e sviluppa pensieri. Ecco, perciò, come si approda alla grande intuizione di Locke, per cui il criterio di identità della persona risiede nella continuità di coscienza. La coscienza può essere intesa come consapevolezza di sé, terminologia che potrebbe essere interpretata in diversi modi. Cosa vuol dire esser davvero consapevoli di sé stessi? La coscienza è la parte più lucida, di noi afferma Francois Julienne; è il momento in cui la luce arriva da sola per farci vedere ciò che abbiamo vissuto e attraversato per darci una lettura più chiara di chi siamo

---

<sup>11</sup> <https://dizionari.repubblica.it/Italiano/S/sentimento.html>

<sup>12</sup> <https://dizionari.repubblica.it/Italiano/S/sentimento.html>

<sup>13</sup> J. Locke, *Saggio sull'intelligenza umana*, Utet, Torino 1971, p. 394

davvero<sup>14</sup>. Riprendendo Mancuso, la nostra coscienza può essere intesa in diversi modi: coscienza fisica, morale e spirituale. Ciò che ci interessa in questo caso è la riflessione sulla coscienza morale. Ovvero l'essere consapevoli delle proprie azioni. Il primo autore che giunge alla mente quando si parla di "coscienza morale" è Immanuel Kant poiché ci considerava tutti possessori di un "tribunale interno", che porta l'uomo a sapere esattamente ciò che deve fare nelle varie situazioni e per rispondere in modo corretto basterebbe appellarsi a quella coscienza interna che ci spinge a muoverci verso il giusto. Su questo si potrebbero citare centinaia di autori da Aristotele fino a filosofi Induisti. Il mio presupposto di partenza in questo lavoro di tesi è confermare la presenza in noi di un'autocoscienza, di un'innata disposizione a fare del bene a sé stessi e al mondo. Potremmo dire che la nostra coscienza morale rappresenta quella forza che ci spinge a fare o non fare, a compiere delle azioni che è di per sé non vorremmo compiere e a non compiere altre che invece ci attirano<sup>15</sup>. Il perché allora talvolta ci venga facile mentire o comportarci in maniera diversa dalla nostra innata disposizione è qualcosa di ancor più ampio che può essere compreso mettendo in luce ciò che Platone descrive nel Fedro, quando parla dell'anima umana<sup>16</sup>. In questo dialogo, Platone, immagina la nostra anima come una biga alata trainata da due cavalli, uno nero e uno bianco. Il primo rappresenta la parte concupiscibile o appetitiva dell'anima; il cavallo bianco la parte irascibile e l'auriga che guida i due cavalli simboleggia la parte razionale. L'anima umana è dunque formata da queste tre componenti. Se si vuole star bene, bisogna raggiungere un equilibrio tra queste, mediante l'aiuto e l'uso della ragione che cerca un'alleanza tra le due parti che cercano di spingere in direzione opposta l'una all'altra. L'unico modo per farlo è tramite una buona "educazione", un processo che permette di trasformare la concupiscenza in temperanza, l'ira in coraggio, mentre la parte razionale mira alla ricerca della verità tramite la virtù della sapienza. La sapienza è la capacità di sprigionare luce dove altri vedono solo tenebre; è la capacità di mettere cuore nelle cose e nelle azioni che si compiono ogni giorno. La sapienza ci indica l'essere nel giusto, nella retta via. Per questo viene considerata la prima virtù. Su questo punto torneremo successivamente parlando di quelle che sono le prime e le più importanti virtù cardinali.

---

<sup>14</sup>Francois Julienne, *Una seconda vita. Come cominciare a esistere davvero*, Feltrinelli, Milano, 2017 pp.66.

<sup>15</sup> Vito Mancuso, *La forza di essere migliori*, Garzanti Editore, Milano, 2019, pp.73.

<sup>16</sup> Platone, *Fedro*, in *Tutte le Opere*, a cura di P. Caratelli, Sansoni, Firenze, 1974, p.478.

Per quanto riguarda l'amore invece, si potrebbero dare tantissime definizioni e per riuscire a fare un excursus completo non basterebbero dieci libri in proposito dato che di questo sentimento si è sempre parlato.

Il tema dell'amore è stato uno dei più utilizzati nella maggior parte delle poesie ed opere dell'ultimo secolo. L'amore è un "evergreen" direbbe qualcuno: è un qualcosa di cui non si può non parlare. È sempre esistito, esiste tuttora e sempre esisterà perché probabilmente è il sentimento più vivo, ricco ed autentico che l'essere umano possa provare. Ho scelto infatti di ripartire da quanto Platone dice nella sua opera magistrale *Il Simposio*, non solo perché costituisce per noi occidentali, uno dei capisaldi della nostra storia culturale e del nostro patrimonio letterario, ma perché reputo rilevante, ai fini della mia teoria qui esposta, osservare il salto paradigmatico che si è compiuto tra quello che Platone intendeva per amore e ciò che oggi si potrebbe, a mio avviso, trasmettere alle nuove generazioni a livello educativo.

Nel *Simposio*, il tutto inizia con una scena conviviale che era stata organizzata da Agatone per festeggiare la vittoria da lui conseguita al concorso tragico delle Grandi Dionisie<sup>17</sup>. In questa occasione riunisce alcuni dei suoi amici più stretti che non sono ovviamente casuali, ma oltre che essere tra i personaggi più noti ed influenti nell'Atene del V secolo a. C rappresentano, nell'opera, alcune correnti di pensiero specifiche del tempo. Durante il banchetto, vengono interpellati tutti i commensali su invito di Erissimaco, a pronunciare a turno un elogio in onore del dio Eros. Si il primo ad iniziare è Fedro, il quale simboleggia coloro i quali provocano e intervengono nei discorsi e afferma che Eros è il più antico di tutti gli dèi. Pausania, amante di Agatone, distingue tra l'Amore Celeste e l'Amore Volgare e inscena la retorica, utilizzando un tipo di retorica Isocratea. Erissimaco, rappresentante dell'ordine dei medici, definisce l'Amore come qualcosa di naturale che è sempre esistito in natura e che in quanto tale, debba essere vissuto con equilibrio ed armonia. Aristofane, simbolo della commedia greca, spiega l'origine del sentimento amoroso, rifacendosi al mito secondo cui l'essere umano, in origine era diviso in tre generi (maschile, femminile e androgino) che erano uniti fisicamente tra di loro. Quando Zeus spezzò le loro catene, iniziarono a cercare negli altri esseri la loro arte perduta tramite l'amore. Dopo di lui prese parola Agatone, icona della tragedia greca che definisce

---

<sup>17</sup> Platone, *Il simposio*, traduzione di Carlo Diano: introduzione e commento di Davide Susannetti. Marsilio Editori, Venezia, 1994.

Amore come il dio più bello e nobile. Il più giovane e il più soave. Socrate invece, emblema ed incarnazione del filosofo greco che tuttavia non parla in prima persona, ma assume la maschera della sacerdotessa Diotima, a cui affida l'esposizione del proprio pensiero. Infine, troviamo Alcibiade, simbolo di giovinezza che ingrazia e riconosce Socrate come suo maestro e salvatore in diversi momenti della sua vita.

Si susseguono così per tutta la notte una serie di encomi circa le qualità e le caratteristiche di Amore che culminano nel discorso di Socrate; la sua peculiarità è mostrare non tanto pregi e difetti di Eros, quanto la sua natura intrinseca, arrivando ad una vera e propria confutazione non solo di ciò che aveva detto in precedenza il poeta Agatone, ma tutti gli oratori precedenti.

Socrate, infatti, riformula l'intera questione su un piano ontologico: è necessario chiedersi cosa sia Eros in verità, e quale sia la sua essenza; solo così è possibile determinare qual è il vero oggetto a cui l'amore deve volgersi. La prima cosa che tende a sottolineare è innanzitutto che Eros non ha i tratti dell'amato, ma bisogna cercarlo nel proprio amante: chi ama, ama ciò di cui è privo, ciò che ancora non possiede. L'amore è per sua natura segnato dalla povertà e dalla mancanza e costituisce per ogni uomo lo slancio verso qualcosa estraneo da sé; per questo Eros ha la figura di un povero lacero e scalzo. Eros non ha bellezza se dunque è vero che si desidera ciò che non si possiede: Eros è sempre amore e desiderio di eterno possesso del Bene coincidente con l'idea del bello. Se l'amore è brama di possedere il bene per sempre, è necessario, che assieme al bene si desideri anche l'immortalità e che l'amore sia anche amore di immortalità. Ma per tutto ciò che è mortale l'unico mezzo per ottenerla è la procreazione e la generazione nel bello, sia nel corpo che nell'anima. La bellezza ha il potere di rasserenare la creatura gravida che le si accosta. Ogni essere gravido, dunque, cerca il bello. La prima fase dell'ascesa al bello è l'amore rivolto a un solo bel corpo e nella persona bella prescelta si generano bei discorsi. Il passo ulteriore viene dalla riflessione che la bellezza di un corpo amato è sorella di quella di molti altri corpi attraverso un procedimento di astrazione che porta dal particolare verso l'universale. Quindi l'iniziato riconosce che la bellezza ravvisata in un singolo corpo è identica a quella che è in tutti i corpi: in questo secondo stadio le realtà sensibili partecipano dell'unica ed assoluta idea di bellezza. Si procede poi nella direzione dell'intellegibile considerando la bellezza delle anime superiori a quella dei corpi. Al terzo stadio, si arriva a contemplare la bellezza nelle istituzioni e nelle leggi, implicando anche



un'azione educativa a livello morale e politico. Il quarto step prevede il passaggio alla scienza e segna il definitivo distacco dalle realtà terrene e sensibili. Chi ha seguito questo percorso giunge così alla tappa finale dell'ascesa, con la contemplazione della verità che consiste nell'idea del Bello in sé, il quale non nasce e non muore ma è sempre sé stesso in un'unica forma e di cui tutte le altre cose belle partecipano.

L'amore è amore di qualcosa che ha un oggetto. L'oggetto del bene supremo a cui l'uomo tende in modo naturale.

Nell'etica Nicomachea, Aristotele definisce la tendenza alla conquista del sommo bene, l'obiettivo principale di ogni essere umano. Ed è all'interno di quest'opera magistrale che l'allievo di Platone espone ed esplica il concetto di virtù, senza mai darne una definizione specifica, ma questo ci aiuterà a comprendere ancor meglio cosa è l'amore e soprattutto perché si possa educare tramite virtù.

### *1.1. Educare alle virtù*

Etimologicamente virtù significa forza poiché la radice latina di Virtus "vir" indica un uomo forte. Il guerriero virile la cui forza era in grado di proteggere e custodire chiunque, sé stesso la sua patria e la sua famiglia<sup>18</sup>. Per Aristotele la virtù è la capacità di riuscire a fare qualcosa che l'uomo reputa importante per lui. La virtù non è un qualcosa di più rispetto all'uomo, una facoltà mentale cognitiva e superiore ma è esattamente ciò che gli permette di realizzare sé stesso. Per questo, più che darne una definizione vera e propria unica e generale, preferisce analizzarle una alla volta<sup>19</sup>. Il presupposto iniziale Aristotelico è che l'essere umano tende al sommo bene come ogni cosa presente sulla terra. Tutto ciò che esiste ricerca e tende al raggiungimento del suo bene massimo e in tal senso, la felicità è intesa per lui come il sommo bene da raggiungere nell'arco della propria esistenza. Nello specifico la felicità, contrariamente a quanto si possa pensare, la si raggiunge con l'esercizio dell'attività razionale. Questo tipo di esercizio richiede una metodologia che è propria dell'etica. Non paragona la metodologia precisa e rigorosa delle scienze teoretiche a quelle dell'etica; per

---

<sup>18</sup> Vito Mancuso, *La forza di essere migliori*, Garzanti Editore, Milano, 2019, pp.101

<sup>19</sup> Roberto Cortese, *La Felicità, Etica Nicomachea di Aristotele*, Mondadori Editori, Milano, 2005, p.40

questa disciplina ci si può accontentare di un livello di certezza inferiore, simile a quello del “per lo più<sup>20</sup>”.

Perché l’interesse di Aristotele, a differenza del suo maestro, non è tanto quello di comprendere il bene o la giustizia in generale, come categoria di pensiero, ma ciò che gli interessa è vedere come nelle singole decisioni quotidiane, gli uomini trovino il modo di scegliere il bene e applicarlo. Per farlo, è necessario sviluppare un’educazione che permetta loro di farlo in modo naturale. Ecco che allora il raggiungimento della virtù non dipende da capacità intellettuali particolari, o si configura come premio riservato a pochi, ma si manifesta come uno stile di vita che richiede necessariamente l'intervento di un'abitudine. “Diventerò schiavo di nuove abitudini” è il messaggio del capitolo primo del best-seller con più di 15 milioni di copie vendute al mondo: “Il più grande venditore del mondo<sup>21</sup>”. Le buone abitudini sono la chiave di ogni successo e l’unica differenza tra coloro che hanno fallito e quelli che hanno avuto successo sta nella differenza delle loro abitudini.

Questo è il punto chiave che congiunge l'idea aristotelica e non solo, della disposizione innata dell'essere umano a fare del bene e il suo percorso educativo da cui possiamo trarre spunto per un tipo di pedagogia funzionale allo sviluppo della crescita e dell'identità umana punto il processo di formazione del carattere dell'anima deve quindi trovare un'educazione che rende l'uomo virtuoso; Ovvero saggio cosciente è presente nelle sue scelte e ciò non sarà nulla di rivoluzionario di troppo esteriore ma sarà un lavoro interiore continuo e costante forgiato dal potere dell'abitudine. Aristotele usa spesso la parola abitudine, poiché sa che solo in questo modo, scegliendo di volta in volta cosa fare e come pensare, l'uomo può raggiungere una reale comprensione di sé senza cadere negli eccessi ma restando presente a sé stesso nella via di mezzo. La medietà è il giusto mezzo tra l'eccesso e il difetto. Da qui il detto latino: *In medio stat virtus*. La tradizione del confucianesimo ne ha fatto uno dei suoi pilastri più importanti. La costante pratica del giusto mezzo e ciò che conduce ad una vita serena. Risulta interessante sapere che gli scritti della tradizione della filosofia cinese di Confucio parlassero di giusto mezzo nella vita e che, Aristotele negli stessi anni, scrisse delle virtù come unità di misura che bilancia ed equilibra le nostre abitudini. Se con forza e perseveranza si persegue la retta via,

---

<sup>20</sup> Ivi.

<sup>21</sup> Og Mandino, Il più grande venditore del mondo. Gribaudo Editore, Milano, 1986, pp.61

sarà molto più semplice conoscere sé stessi con amore e lucidità. E questo ci consentirebbe di creare e sviluppare una nostra identità. Diventare la persona che vogliamo diventare si può fare tramite l'esercizio delle virtù poiché queste costituiscono il nostro "abito." Ecco che allora diventa facile comprendere come la felicità non sia un'ideale astratto, irraggiungibile ed a perseguire con la forza del pensiero ma si configuri come un processo concreto fatto di intenzioni, azioni e mezzi che ci aiutano a raggiungerla. Il termine greco *eudaimonia* è composto dall'avverbio eu e dal sostantivo daimon. Eu viene usato come sinonimo di bene ma potrebbe essere anche inteso come giustamente o felicemente. Il sostantivo daimon non rimanda invece al demone cristiano ma è più simile a quello che Socrate definiva una sorta di "lume tutelare" quella voce che il filosofo sosteneva di udire, simile a quella che potremmo immaginare come "coscienza" o interiorità. La felicità diviene così uno stato di serenità di pace o di calma interiore dettato dall'equilibrio delle due dimensioni dell'uomo; da un lato quella spirituale e dall'altro quella materiale. Senza ricchezza e prosperità non si può vivere una vita serena e sarà compito dell'attività razionale particolare della virtù della saggezza, aiutarci a dirigere in modo equilibrato le nostre decisioni. La felicità per Aristotele è dunque la piena realizzazione di ciò che tu vuoi e desideri per te stesso. Tra ciò che scegli e il corretto svolgimento del percorso del raggiungimento delle tue scelte. La prima virtù, infatti è proprio la *phronesis*, in greco e tradotta in italiano come "prudenza" come virtù secondo la tradizione cattolica la prudenza è «la virtù che dispone la ragione pratica di sciogliere periodi di circostanze il nostro vero bene e a scegliere i mezzi adeguati per compierlo<sup>22</sup>». Si tratta quindi di uno strumento che ci aiuta a dare misura alle cose a distinguere ciò che è giusto per noi da ciò che non lo è. Per tal ragione, il suo opposto è la stoltezza perché per comprendere ciò che funziona per noi, dobbiamo innanzitutto essere degli abili lettori. Ma per leggere bisogna avere le lenti pulite, non offuscate dalla nebbia del giudizio o da veli di ignoranza. Infatti, nei dipinti antichi, la prudenza viene raffigurata tramite una donna con uno specchio in mano che simboleggia la conoscenza, incarna appieno l'appello delfico del "Conosci te stesso". Mentre, in altre opere, dinanzi a questa donna, giace un serpente simbolo iconoclastico di tentazione e di rappresentazione del diavolo, di colui che depista la conoscenza trae

---

<sup>22</sup> Mancuso, *La forza di...*pp.127

in inganno. Essere prudente vuol dire quindi essere accorto, essere saggio perché tale soggetta mi porta a scegliere con cognizione di causa.

In tal senso sposo totalmente la teoria di Vito Mancuso secondo cui la definizione più adatta della prima virtù cardinale sia proprio “saggezza” e non prudenza<sup>23</sup>. La prudenza, ovvero la capacità di discernere, subentra nel momento in cui esistono già delle azioni da svolgere. La saggezza diventa allora il requisito iniziale, la *conditio sine qua non*, che consente di distinguere ad un livello più profondo ciò che desideriamo; prima di scegliere, dobbiamo creare una disposizione della mente che ci permetta di ascoltare e comprendere ciò che stiamo vivendo, ciò che ci troviamo davanti. Spesso associamo alla parola saggio, il volto di un anziano. Di una persona che dopo anni di esperienza e di vita vissuta ha compreso i meccanismi dell’esistenza e i suoi linguaggi e senza troppe parole, anzi, spesso con dignitoso silenzioso, la gusta e la assapora così com’è. Anche Epicuro sostiene che la saggezza è il principio e il sommo bene esplorato e lo stesso Platone che argomenta a favore del primato della saggezza, dedica un intero dialogo a questa virtù, nel Menone, descrivendola non come la prima virtù, ma come la «la virtù stessa». Una domanda intelligente da porsi a questo punto potrebbe essere come si diventa saggi, o meglio se ci nasca per qualche motivo o se sia un dono accessibile a tutti. Personalmente non sposo la versione karmica secondo cui saggi lo si può essere solo se in una vita precedente lo si è stati, o la teoria elitaria della predestinazione secondo cui Dio ha scelto a chi donarla. La saggezza è una disposizione a cui tutti possiamo tendere a cui tutti forse dobbiamo tendere, per vivere in un mondo più sereno e più felice in cui non ci sia invidia o paura ma in cui ci sia soltanto la voglia di comprendersi realmente e di fare il bene di sé stessi e all'altro. La saggezza richiede un cuore puro, senza invidie e senza rancore; vuole farsi abitare da un cuore paziente che sappia ascoltarsi e allo stesso tempo intelligente che sappia leggere dentro e tra le cose. Ecco perché per farlo c'è bisogno di un lavoro profondo e costante ed è questo il senso lavorare su sé stessi. Di intraprendere un percorso che richiede forza mentale e spirituale. Un lavoro che richiede concentrazione ma prima di tutto, necessita della volontà e del desiderio di conoscere il bene. Per

---

<sup>23</sup> Ivi, p.130.

questo, riprendendo lo schema proposto da Vito Mancuso, i passaggi per iniziare un cammino di scoperta e di consapevolezza di sé stessi devono essere in ordine:

possedere la capacità di conoscersi;

avere voglia di farlo;

successivamente trovare gli strumenti per attuarlo sotto forma di azioni<sup>24</sup>.

Riguardo al primo punto sono convinta che tutto ciò sia possibile. Il Buddha aveva un'estrema fiducia nell'essere umano e diceva che ciascuno di noi possiede la verità infinita dell'universo e che in ognuno di noi esiste la capacità di capire e riconoscere ciò che è giusto<sup>25</sup>.

Una storia cinese narra di come, quando durante un'invasione barbara nel Regno della Cina, tutte le statue d'oro raffiguranti il Buddha, vennero nascoste e ricoperte di fango per non essere prese e rubate dagli invasori. Finita la guerra, rimasero lì, ricoperte di fango e portate all'interno dei templi per essere adorate. Insieme a queste, anche la statua più grande alta sei metri venne portata al centro del tempio. Nonostante i monaci buddisti passassero ore ed ore lì dentro in adorazione, si dimenticarono completamente di come fossero in origine. E generazione dopo generazione, la storia venne dimenticata. Un giorno però, un vecchio monaco vicino alla sua illuminazione ascetica, scorse una piccola fessura gialla all'altezza dell'addome della statua grigia. Si avvicinò, grattò via il fango e meravigliato chiamò i servi: era una statua d'oro. Da lì si ordinò di controllare tutte le statue e con grande sorpresa, i monaci e tutti gli abitanti del villaggio si resero conto di essere stati circondati da oro per millenni, ma il fango grigio aveva offuscato tutta quella ricchezza. Questa storia risulta oltre che affascinante, molto esemplificativa del fatto che possediamo già il nostro interno tanta immensa ricchezza. Siamo come degli spiriti divini dentro un corpo che non hanno bisogno di cercare al di fuori gioie o soddisfazioni ma basta guardarsi dentro, sapersi ascoltare e tirare fuori con forza e tenacia l'oro di cui siamo custodi. Anche Michelangelo reputava che all'interno dei blocchi di marmo, ci fossero già le statue create. Il compito delle sculture doveva essere solo quello di limare con costanza e pazienza il marmo circostante e attendere che il David venisse fuori in tutta la sua bellezza. Sia che ci si consideri dei David

---

<sup>24</sup> Mancuso, La forza di...p.90

<sup>25</sup> Gianluca Gotto, *Profondo come il mare, leggero come il cielo*. Mondadori Edizioni, Milano, 2023, pp.316.

racchiusi in un blocco di marmo o dei Budda ricoperti di fango, il messaggio che se ne ricava è quello di un tesoro nascosto che non vede l'ora di vedere la luce. Come un bambino che dopo nove mesi nel grembo della madre, non vede l'ora di gridare al mondo il suo arrivo, facendo un inno alla vita.

Qui si innesta il filo rosso tra la forza del desiderio innato di crescere, di realizzarsi, di essere felici e saggi e il ruolo dell'educazione che diventa lo strumento principe con cui creare la propria identità.

### *1.2. Come si educa ai sentimenti*

Poiché se fino ad ora abbiamo visto che tutti siamo in grado di desiderare una vita serena, tranquilla, appagante, ricca di emozioni e di amore verso noi stessi e verso gli altri, come si resiste allora alla tentazione del cavallo nero che ci trascina verso i nostri vizi e cattive abitudini? Come facciamo a scegliere di non mangiare dolci anche quando abbiamo detto e scelto di essere a dieta? Come si fanno ad evitare di vizi quotidiani che sappiamo perfettamente farci del male? È saggio interpellare il nostro "imperativo categorico" del "tu devi" Kantiano o potremmo porci qualche altro tipo di domanda? Una domanda funzionale potrebbe essere "che cosa farebbe la versione migliore di me in questo momento<sup>26</sup>?" Se non ci fosse la versione di me stanca, lamentosa, pigra o irascibile; la versione più intelligente, saggia ed illuminata cosa mi suggerirebbe di fare? Ecco perché la saggezza è una capacità così importante da sviluppare, perché ci dona la capacità di vedere le cose in modo lucido; è quell'abilità che ti permette di applicare le regole generali che reputiamo buone per noi, nel particolare, nei piccoli attimi di vita dove nessuno ci guarda. Nel terzo capitolo passerò in rassegna alcune modalità per allenare la nostra disposizione alla saggezza. Prima reputo importante provare a definire cosa sia l'educazione e come si sia modificata man mano nel corso dei decenni.

In ogni manuale, testo o rivista pedagogica, l'educazione viene sempre definita come un concetto polisemico; ricco quindi di più significati che rende perciò impossibile una definizione stabile ed univoca ma si rende sensibile e suscettibile al cambiamento a seconda dei luoghi e dei contesti educativi.

---

<sup>26</sup> Ibid.

L'educazione si può definire come un processo o un'idea astratta ed universale, ma al contempo può indicare una serie di pratiche empiriche concrete che mediante l'ausilio di altre discipline, ci permette di creare un solco o un possibile percorso tracciabile nell'ottica dell'educabilità. In Italia, i termini analoghi al concetto di educazione come formazione e istruzione generano confusione nell'utilizzo adeguato di questi termini che spesso vengono confusi o utilizzati in maniera impropria.

Si può dunque iniziare con il definire il termine educazione che assume due significati differenti.

Educare: "crescere, alimentare, nutrire, allevare, coltivare o prendersi cura<sup>27</sup>". Richiama una metafora pastorale o botanica che indica un'azione di cura dall'esterno, verso l'interno dell'individuo. L'obiettivo in questo caso è quello di assecondare lo sviluppo umano fino a farlo maturare e migliorare nella sua forma più alta. Dall'altra parte troviamo invece un significato molto diverso.

Educere: "Tirare fuori. Condurre fuori le inclinazioni dell'animo e le potenzialità delle menti presenti all'interno della persona<sup>28</sup>". Quindi qui il lavoro è dall'interno verso l'esterno.

Secondo Edith Stein, l'educazione è proprio questo, non il possesso di cognizioni esteriori, ma la struttura che la personalità umana assume grazie all'influenza degli altri e al contagio della nostra intelligenza con le vibrazioni del nostro cuore e il contatto con il nostro Io. Quindi se l'educazione è un processo prevalentemente interno significa che anche le pratiche in grado di tirare fuori questo potenziale avranno delle caratteristiche di tipo eidetico. È interessante sapere come sino ai primi anni del Novecento i due termini ovvero formazione e educazione siano stati intesi come sinonimi poiché racchiusi nel concetto greco di Paideia, secondo cui l'educazione era il processo stesso che conduceva alla formazione e quindi alla creazione del soggetto. Quindi il fine teleologico era dare forma mediante le azioni. Un tipo di azioni legate prima di tutto alla prestanza fisica e poi nel senso greco del termine alla *praxis*, l'agire in quel senso lato che ti permette di formare e plasmare un'identità grazie allo studio e alla cultura.

---

<sup>27</sup> [https://dizionari.corriere.it/dizionario\\_italiano/E/educare.shtml](https://dizionari.corriere.it/dizionario_italiano/E/educare.shtml)

<sup>28</sup> <https://dizionari.repubblica.it/Italiano/E/educare.html>

I greci davano infatti tantissima importanza alla cultura, all'essere totalmente assorbiti da essa a partire dalla lettura, dallo studio della filosofia, della medicina e delle scienze naturali. Davano importanza al praticare attività sportiva, basti pensare al fatto che durante le olimpiadi persino le guerre venivano sospese e al posto di esse si dava peso a tutte quelle attività culturali e gnoseologiche che permettevano l'avvicinarsi alla ricerca di una verità più alta. Per questo formazione e educazione erano pressoché sinonimi e avevano un significato estremamente nobile ed importante fino a coniugarsi in quello che prende il nome di paradigma dell'identificazione<sup>29</sup>. La tensione teleologica è la formazione ideale di un uomo unitario, armonico e virtuoso.

Oggigiorno invece, quest'associazione potrebbe risultare impropria e creerebbe delle difficoltà di comprensione, poiché a partire dagli anni Cinquanta del Novecento ci fu una sessione e prese spazio il paradigma della separazione. Con l'avvio della seconda rivoluzione industriale e quindi con l'esigenza crescente di formare e di addestrare dei lavoratori, la formazione assunse un fare più tecnico; un sapere scientifico specifico di quella disciplina. Lo sviluppo economico e il modello produttivo basato sulla quantità ha reso la formazione una sorta di addestramento alla catena di montaggio, di esteriorizzazione delle proprie abilità. L'intervento di tipo dirigistico è diretto ad un essere umano con lo scopo di attrezzarlo a delle competenze generali e specifiche richieste dalle imprese per svolgere una determinata serie di prestazioni, ricavate dalla scomposizione di prestazioni-tipo tipiche della cosiddetta «organizzazione scientifica del lavoro» tayloriana.

L'obiettivo dei lavoratori è l'acquisizione veloce di abilità e competenze tecniche che ripetute costantemente nel tempo diano dei risultati significativi in termini di produzione e produttività. L'operaio non è più visto come un individuo dotato di facoltà che sente il bisogno di esprimere, bensì quella di lavoratore spersonalizzato, ovvero non riconosciuto nella sua essenza di persona, ma solo come strumento di produzione. Questo paradigma si allontana fortemente rispetto all'idea di formazione pedagogica ma diventa un tipo di formazione esclusivamente lavorativa.

---

<sup>29</sup> G.Mari, G. Minichiello, C. Xodo, *Pedagogia generale*, la Scuola Editrice, Brescia, 2014, pp.209.



Dopo gli anni Cinquanta, invece, con l'inizio di quella che venne definita la "rivoluzione sociale dell'istruzione", "l'età d'oro di quest'ultima", si assiste ad un riavvicinamento dei due termini presi in questione. Gli anni del boom economico hanno segnato un'esigenza sempre più grande di personale qualificato, in grado di lavorare nei settori produttivi, ma a differenza dei decenni precedenti, si comprende la necessità di una maggiore istruzione, al crescere della domanda produttiva. Quindi più si cresce a livello tecnico lavorativo, più si sente il bisogno di essere buoni professionisti e la scuola viene vista come un buon investimento sul lungo termine. Ed è proprio in questi anni che si inizia a coniare il termine di "capitale umano, per alcuni ossimorico poiché accosta due termini in apparente contrasto tra loro. Uno di natura squisitamente economica, l'altro di natura antropologica. Il senso è che le persone vengono viste come una risorsa per la società e di riflesso anche per l'economia e l'impegno che ci aspettava dalla scuola era quello che fosse in grado di reggere e sostenere i ritmi dell'incresciosa crescita digitale, tecnologica e di conseguenza professionale. Ma la scuola italiana ha continuato ad educare secondo il modello tradizionale rifiutandosi o trovandosi in difficoltà nell'indossare il nuovo abito che le veniva richiesto, ovvero di agenzia di promozione economica e culturale. Nel mentre il numero di ragazzi disoccupati a seguito del conseguimento del diploma o del titolo di laurea cresceva esponenzialmente ed è in questo preciso momento che la formazione intesa come promozione di nuove competenze innesta nello scenario educativo. Viene dunque vista come lo strumento che può aiutare il raggiungimento non solo di una propria ricchezza e acculturamento personale ma anche di una migliore carriera professionale. La formazione quindi si rivolge da un lato alla persona e quindi resta fedele al suo scopo educativo, dall'altra parte però mantiene lo sguardo verso il proprio apprendimento non più di conoscenze, quanto di competenze. E la possibilità di creare percorsi formativi a scuola che sostengono questo tipo di riforma come, ad esempio, l'alternanza scuola-lavoro sia per i licei che per gli istituti professionali a tempo pieno proposta nel 2015 e disciplinata dai commi 33 a 43 della Legge 107 della riforma della Buona scuola<sup>30</sup>, il cui obiettivo è incrementare le opportunità lavorative e le capacità di

---

<sup>30</sup> <https://alternanza.miur.gov.it/normativa.html>

orientamento degli studenti. Diverso invece è il termine istruire. Dal latino "instructio" ordinare, disporre, preparare. Si riferisce ad un dare indicazioni rispetto a delle norme da seguire ad altre persone.

L'insegnamento invece deriva da "insignere". Lasciare un segno, una traccia tramite il proprio operato. L'attività di istruzione si avvale di due componenti: da un lato riguarda le pratiche che si fanno per ottenere un risultato; dall'altro c'è il risultato conseguito.

Nel primo caso si parla di istruzione come sinonimo di insegnamento, nel secondo ci si confronta con il complesso delle cognizioni acquisite. L'educazione è qualcosa di molto più ampio: è la capacità di far vedere all'altra persona dove può arrivare rendendola consapevole e cosciente delle proprie capacità grazie al fatto di tirarle fuori.

In sintesi, potremmo dire che l'istruzione è qualcosa di più circoscritto al territorio della scuola, concerne cioè l'educazione formale e si esaurisce all'atto della lezione.

La pedagogia in quanto disciplina nasce nell'antica Grecia e fa riferimento all'educazione dei fanciulli. L'educazione dei fanciulli era il percorso di formazione preso sin dalla tenera età con l'obiettivo di comprendere sé stesso e la sua realtà. Questo è proprio il tema toccato da Platone nel Simposio a cui si accennava nel paragrafo precedente quando afferma che nell'amore c'è una carenza che ci spinge ad appropriarcene. Quest'aspirazione graduale ci spinge a seguire una strada, un percorso o un mentore che si prende cura dei suoi fanciulli. Ecco perché lui è il primo a tematizzare il sapere pedagogico facendo riferimento al celeberrimo mito della caverna. In questo racconto si narra di un prigioniero che liberatosi dalle catene, esce dalla caverna e solo a quel punto si rende conto di aver scambiato per reali quelle che invece erano semplicemente delle ombre proiettate. E nel tornare cerca di convincere e persuadere i suoi compagni all'interno della caverna che si tratti dello stesso ma senza successo. Quindi per Platone l'educazione è proprio la capacità di distinguere l'apparenza della realtà. E dopo di lui, in tanti hanno seguito quel filone.

Oggi la pedagogia somiglia più che altro ad una scienza teorico-pratica ovvero: teorica perché riguarda l'essere e l'essenza un individuo e pratica perché stila a livello pratico delle modalità di raggiungimento

della nostra idea pedagogica. Se dovessimo rintracciare un filo comune nelle diverse correnti pedagogiche si potrebbe ripartire proprio dall'origine greca per vedere come nel corso dei decenni si siano susseguiti centinaia di pedagogisti, alcuni più rilevanti a livello storico-biografico di altri ma tutti con l'intento di lasciare una traccia, un segno, tipico di chi sente di avere la missione di ispirare qualcuno dinanzi a lui.

### *1.3. Teorie pedagogiche messe a confronto*

Ripercorrendo la lunga storia della pedagogia dai tempi antichi sino ai più recenti, ho avuto modo di classificare in tre momenti o categorie il pensiero quanto scritto dai pedagoghi.

Per quanto concerne la pedagogia antica, è interessante vedere come questa posseda al suo interno uno status filosofico, una solidità cara agli antichi che si fonda sulla conoscenza, sull'osservazione e contemplazione della natura. Il filosofo greco che maggiormente influenzato lo scenario pedagogico Occidentale è sicuramente Aristotele, il quale grazie alla sua dottrina sulle virtù dianoetiche ci ha consentito di avere una sorta di codice di condotta a cui poter sempre fare riferimento ogni volta che ci sentiamo smarriti rispetto a quelle che sono le regole per poter vivere bene e in equilibrio.

Egli credeva tantissimo nell'intelligenza umana e reputava l'uomo in grado di scegliere tra il bene e il male. Tutti noi uomini possediamo un potenziale che ci permette di realizzare e di diventare ciò che vogliamo. Questo potenziale si manifesta tramite delle disposizioni all'agire simili e uguali per tutti e il compito dell'educazione è quello di metterle in luce. Di tirarle fuori tramite l'intelligenza.

Per questo parla di uomo come essere razionale, oltre che di animale sociale.

Se negli anni d'oro dello sviluppo della magna Grecia si viveva all'insegna dei valori ateniesi della democrazia, a Roma la situazione sociopolitica di carattere repubblicano ha avuto delle ripercussioni differenti. L'approccio romano all'educazione in una prima fase ha risentito del ricordo nostalgico del passato e della tradizione educativa dei primi anni della sua fondazione, poiché l'educazione aveva

l'obiettivo di formare il carattere dei fanciulli e istruirli a servire la Patria. Con l'avvento del secondo secolo, dove si iniziò a respirare un clima più ottimista e di apertura nei confronti della conoscenza, iniziò a diffondersi sempre più il concetto di Humanitas, ovvero il riconoscimento dell'essenza umana come valore etico imprescindibile. Resta memoriale la frase di Publio Terenzio Afro "Homo sum, humani nihil a me alienum puto". In questa massima così nobile ed importante si trova la fiducia che si può riversare nelle capacità umane ma più in generale nell'essere umano in quanto tale. In questi anni a Roma si sentì la necessità di istituire un precettore, un oratore, ovvero un personaggio pubblico che avesse il compito di trasmettere oralmente ciò che aveva appreso. In questo momento la figura di spicco maggiore è sicuramente Cicerone, il quale durante le sue arringhe, non trasmetteva soltanto i valori di giustizia e di fedeltà alla patria ma riconosceva anche nel confine pedagogico il valore dell'umanità; la possibilità di comunicare con la sua comunità i sani principi da trasmettere ai futuri sudditi. Ecco perché l'oratore era visto come un uomo colto, non solo in possesso di un'incredibile arte oratoria ma di una vastissima cultura con la quale poteva ispirare i suoi seguaci. Un altro importantissimo oratore del tempo fu Seneca, il quale puntò molto sulla filosofia perché per lui l'obiettivo era educare l'intero genere umano con il compito di "imparare a vivere"<sup>31</sup>. In tal senso resta molto forte in questi anni il concetto di Paideia per come lo abbiamo descritto nel paragrafo precedente, inteso quindi come formazione culturale e della personalità umana. Con l'avvento della tradizione cristiana, si apre invece un nuovo scenario che oltre che modificare completamente l'idea di tempo storico che da tempo ciclico inizia a diventare un tempo lineare, un tempo in cui la vita inizia, si sviluppa con la crescita per poi giungere al suo culmine con la morte che non è più la fine, ma un nuovo inizio: un'apertura sul mondo eterno. L'obiettivo qui è quindi quello di concentrare l'attenzione sul concetto di persona; dove dal greco "*prosopon*" significa "aspetto", "volto", il volto che si manifesta davanti a Dio. Il volto che è in grado di creare un rapporto esclusivo e speciale con Dio e il compito diventa allora quello di imparare mediante le scritture a educare la propria identità morale e spirituale<sup>32</sup>.

---

<sup>31</sup> Ivi, pp. 19.

<sup>32</sup> Ivi, pp.20.

Il filone cristiano trova la sua massima espressione durante il basso medioevo quando il rispetto per la cultura e in particolare per i libri aveva condotto i monaci benedettini a ricopiare l'intera Bibbia e quindi a trasmettere con più facilità gli insegnamenti evangelici. Il rispetto per gli antichi, per la tradizione e per la cultura era altissimo e come diceva Bernardo di Chiaravalle riferendosi ai padri della chiesa del tempo: "siamo nani sulle spalle di giganti"<sup>33</sup>.

La scuola medioevale voleva trasmettere i contenuti evangelici e l'insegnamento delle lingue antiche.

Infatti, in quegli anni gli insegnamenti erano divisi in un curriculum suddiviso in tre gradi:

il primo prevedeva la lettura e la scrittura del latino con un accompagnamento ai testi biblici.

In seconda battuta, succedeva lo studio delle sette arti liberali suddivise in Trivio: grammatica, retorica e dialettica e il Quadrivio: aritmetica, geometria, astronomia e musica. In ultima, troviamo lo studio approfondito delle Sacre Scritture<sup>34</sup>.

Questo, era un tipo di apprendimento basato principalmente sulla memoria e sulle mnemotecniche. Non vi era alcun tipo di rielaborazione critica o personale poiché l'obiettivo era imprimere in sé i saggi insegnamenti del tempo, soprattutto se di natura religiosa. Era un tratto di sensibilità tipica del tempo il voler riprodurre fedelmente quanto veniva scritto. Il senso dell'antico, del ritrovo è un concetto di enorme valore. Ed è in quest'ottica che nacquero le prime università. Gli intellettuali non erano mai uomini solitari bensì uomini colti che si arricchivano assieme ad altri. E così che nacquero le prime università italiane.

La prima fu Bologna fondata nel 1088 e divenne, oltre che la pioniera degli studi universitari, anche il centro degli studi giuridici del tempo. Tuttavia, al suo interno, sembrava si respirasse un'aria poco accogliente e tollerante ed un gruppo di studenti e docenti alla ricerca di una maggior libertà e autonomia accademica si spostarono a Padova dove fondarono dapprima "*L'universitas Iuristarum*" di diritto civile

---

<sup>33</sup> L'espressione, attribuita a Bernardo di Chartres, viene riferita da Giovanni Salisbury, *Metalogicon*, I 24 (in G. Migne, *Patrologia Latina*, 199, 853-856).

<sup>34</sup> Ivi, pp.22

e canonico. Per poi trasformarla nella “Universas Universis Patavina Libertas” ancor oggi motto dell’università: tutta intera per tutti la libertà nell’università di Padova.

L’idea educativa dell’umanesimo puntava al ritorno della sapienza classica e alla riscoperta dello splendore antico per riappropriarsi della saggezza delle opere classiche dei latini come Virgilio, Seneca e Catullo, poiché l’idea era che all’interno di quelle opere si trovasse nascosto tutto il sapere umano. La diffusione degli ideali dell’umanesimo fu incentivata dalla figura di Vittorino da Feltre, il quale organizzò il curriculum di studio in tre livelli inserendo questa volta anche lo studio della lingua greca con le letture dei pilastri di Platone e Aristotele. Con l’avanzare dei decenni e l’avvicinarsi del Rinascimento, divenne sempre più forte l’urgenza di educare i signori e i cortigiani ad un nuovo tipo di educazione sollecitato dalla domanda sociale. Le nuove opere miravano a formare le buone maniere dei cortigiani che dovevano rispecchiare lo spirito della corte, ovvero dell’uomo nobile, coraggioso, sempre in prima linea, buono, posato, di buona famiglia e in grado di trattenere nuove relazioni.

Risulta interessante la comparsa de “*Il Galateo*” di Giovanni della Casa, che si prefigge di insegnare quei modi nobili, gentili e garbati che permetterebbero a chiunque di essere apprezzato e stimato nel contesto cortegiale<sup>35</sup>.

Il secondo nucleo tematico coinvolge invece quello che è stato il periodo di grandi rivoluzioni scientifiche, culturali e sociali di fine Seicento dove, con l’esplosione del metodo scientifico, le rivoluzioni di Galileo e Copernico cambiarono radicalmente l’approccio educativo che vedeva nell’empirismo la sua ragion d’essere. Francesco Bacone è stato l’esponente di questa corrente grazie all’introduzione del concetto di esperienza che deve condurre ad una “vera” conoscenza per tramite del metodo induttivo. Gli esperimenti non servono per enumerare le singole cose bensì per conoscere “l’essenza” delle cose. Il suo empirismo si basa sul primato della praticità e della funzionalità del sapere<sup>36</sup>. Per imparare bisogna fare

---

<sup>35</sup> G. Della Casa, *Galateo* (1558), Marsilio, Venezia, 1991, p. 43.

<sup>36</sup> F. Bacone, *Nuovo organo*, Rusconi, Milano, 1998.

esperienza delle cose; per giungere alla loro vera essenza bisogna osservarle e misurarle e togliere tutta una serie di derivazioni errate che inquinano la scienza tradizionale. Per tal ragione si fece portavoce di un grande enciclopedico che chiamò *Instauratio magna* con l'idea di rivoluzionare il modo di fare scienza esistente fino a quel momento.

Su questo stesso filone si introdurrà poi Cartesio, il quale aveva l'obiettivo di rinnovare l'educazione del suo tempo a partire proprio da quella che era la didattica del metodo. La sua terribile esperienza scolastica con i gesuiti lo spinse a formulare l'idea di creare un metodo nuovo, diverso dall'educazione aveva preso piede negli anni precedenti. Il suo obiettivo era insegnare alle persone a ragionare quindi ricercare la verità partendo da quello che è evidente per poi analizzarlo, sintetizzarlo in parti più piccole e infine passare in rassegna tutto ciò che era stato preso più e più volte in considerazione. L'idea era superare il conservatorismo per andare per valorizzare una società più giusta e democratica.

Da qui l'idea fondamentale su cui poggia l'intero sapere, ovvero che l'attività del pensiero è il centro da cui parte tutto. L'espressione *Cogito ergo sum* è esattamente questo. Il trionfo del pensiero umano, penso dunque sono<sup>37</sup>. Per giungere invece ad un ripensamento dell'infanzia dovremmo aspettare quello che è stato ad inizio del Settecento il contributo di John Locke, filosofo inglese il quale aveva teorizzato in Inghilterra l'idea di *Gentlemen*, quindi di un fanciullo che deve essere educato secondo i principi della nobiltà e della borghesia a partire dallo studio delle scienze naturali che gli avrebbero permesso di tirare fuori e di lavorare sulla sua moralità attraverso lo studio e l'osservazione della natura<sup>38</sup>. Con l'arrivo della modernità il pedagogista più illustre e noto, considerato anche il padre della pedagogia moderna è invece Comenio e su questo teologo, filosofo, pedagogista e pacifista ceco è opportuno dedicare qualche parola in più. Egli riuscì ad esprimere in due massime fondamentali la sua unità di pensiero. Lui fu il portavoce di quella che potremmo definire un'educazione di tutto a tutti. Comenio<sup>39</sup> credeva fortemente che tutti gli uomini, donne, bambini, anziani provenienti da qualsiasi estrazione sociale o soggetti a qualsiasi

---

<sup>37</sup> R. Descartes, *Discorso sul metodo*, in *Opere filosofiche*, UTET, Torino, 1994.

<sup>38</sup> G. Mari, C. Xodo, *Pedagogia generale...* pp. 38.

<sup>39</sup> Comenio, *Grande didattica*, La Nuova Italia, Firenze, 1993, p.5.

condizione fisica fossero meritevoli di un'educazione di base ed universale, ciò che lui chiamò *Pampedia*. E che questi dovessero essere educati a tutti i valori religioso morali del tempo *Pansofia*. Facile comprendere come il suo pensiero così all'avanguardia abbia potuto lasciare un solco così importante all'interno dello scenario pedagogico. Chiaramente oggi l'ideale di pansofia, ovvero di poter insegnare tutto diventa impossibile visto lo l'intero scibile umano che abbiamo a disposizione ma sicuramente può essere una luce di spunto rispetto alla didattica personalizzata che talvolta insegue dei programmi scolastici di vecchio stampo che impediscono ai ragazzi un reale approfondimento di ciò che interessa loro o di cose ancor più attuali. Un tema ricorrente in tutta la pedagogia moderna è il concetto di natura intesa non solo come natura esterna ma come natura umana. Si conferisce a quest'ultima un valore più alto, intrinseco oltre che esterno. E il modo migliore per conoscerla è l'approccio descrittivo. Bisogna leggerla dopo averla scomposta e ricomposta in parti essenziali e in questo, il metodo scientifico si mostra nella sua efficienza. Per questo un punto importante della didattica di Comenio è l'organizzazione quasi "scientifica" degli studi, nel senso che il suo obiettivo era dare un'indicazione precisa e puntale ad ogni insegnamento in modo che gli scolari potessero avere un equipaggiamento sufficiente per tutta la vita. Anche la morale non è qualcosa di astratto, teorico o slegato dalla natura umana ma anch'egli facendo riferimento alle virtù cardinali, afferma che queste debbano essere trasmesse come dei semi che piantandosi nell'animo dei giovani, mostreranno presto i loro frutti.

Il grande trionfo dell'illuminismo che vedeva nella ratio la ragion d'essere di ciascun uomo, ha portato con sé numerosi dibattiti e confronti circa la bontà della natura umana. L'uso delle enciclopedie, dei giornali, e dei circoli letterali, permise soprattutto nel contesto francese, la diffusione repentine delle idee del tempo. In questo contesto emerge a gran voce il lamento di Jean- Jacques Rousseau, il quale, in quegli anni, segnò una sorta di spartiacque nell'educazione moderna, poiché pose al centro della sua teoria pedagogica il concetto di libertà dell'individuo. Egli era infatti profondamente convinto del fatto che l'essere umano fosse un animale libero senza paure o vincoli di alcun tipo. L'unica cosa che di fatto gli impediva di essere libero o di incappare in azioni malvagie era l'ingresso in società<sup>40</sup>. Il vivere le

---

<sup>40</sup> J-J. Rousseau, *Il contratto sociale*, RCS, Milano, 2012.



dinamiche sociali di ingiustizia e avversità poteva inquinare il suo cuore buono e umile. Ciò che di fatto egli immaginava per Emilio era un tipo di educazione naturale, al di fuori del centro urbano e del centro cittadino proprio per dargli la possibilità di tornare ad una realtà incontaminata in cui potesse esprimere liberamente il suo potenziale<sup>41</sup>. Ecco perché professa il ritorno allo “stato di natura” appunto per promuovere la totale libertà dell’individuo. L’educazione non deve essere dunque impositiva da parte dell’educatore, bensì indiretta cioè lascia sì che sia la persona a comprendere il momento propizio in cui agire o meno; fa fede, dunque, alla maturità del ragazzo e della sua intelligenza e il fine è quello di incitare il suo essere pro-attivo nel suo percorso di crescita. Non sarà infatti Rousseau ad insegnare ad Emilio a leggere. Piuttosto, quello che farà, sarà porgli davanti un biglietto con l’invito ad una festa. Peccato che quando Emilio chiederà cosa ci fosse scritto, ormai l’invito sarà già passato e questa mancata occasione, gli genererà un fastidio talmente alto, che sarà lui stesso a chiedere al suo mentore di imparare a leggere e non viceversa.

Si tratta sicuramente di una prospettiva utopica ma la sua idea di educazione indiretta, ha permesso poi di aprire la strada ad altri tipi di correnti pedagogiche che hanno trovato spazio a inizio Novecento soprattutto in Italia. Sempre nello stesso periodo in Svizzera, in quella che fu definita l’Helvetia pedagogica, troviamo Pestalozzi un educatore che era animato da una fortissima passione patriottica e civile, venne definito il “padre” della pedagogia sociale. Egli lavorò principalmente come educatore all’interno degli orfanotrofi dove sviluppò una particolare sensibilità per i bambini e per la voglia di insegnargli ad essere autonomi proprio a causa di quello che avevano vissuto. Era convinto di una buona educazione sociale sin dalle elementari e sentiva il suo compito come una missione di vita. Ecco che la sua educazione, collegata molto alla natura umana viene valorizzata da quello che lui definì il trionomio “mente-cuore-mano” che racchiude l’educazione naturale, morale e sociale. Per dirla in altre parole, per lui era importante avere una mente attiva e accesa che permettesse di ragionare; il cuore che ci permette di vibrare e sentire le sensazioni di ciò che ci accade e la mano che ci conduce ad una conoscenza e verità

---

<sup>41</sup> J-J. Rousseau, *Sull’origine dell’ineguaglianza*, Editori Riuniti, Roma, 1994, pp.86.

pratica. D'altronde per lui è "la vita stessa che educa"<sup>42</sup>. Per questo a differenza di Comenio, non si preoccupò di lasciare un vero e proprio programma didattico, ma si occupò del muto insegnamento perché credeva che emulare fosse molto più utile che trasmettere in modo standardizzato. In effetti, dopo il fallimento del suo esperimento ad Yverdon, rimasero molte bozze, idee confuse e poco chiare rispetto a quanto aveva provato ad applicare con i suoi ragazzi ma il patrimonio di sensibilità e di ricchezza soprattutto per quanto concerne l'idea di educazione familiare è inestimabile.

Riassumendo, si potrebbe dunque dire che l'educazione moderna ha posto al centro l'individuo e la sua educazione con l'intento di condurlo verso la sua libertà ed autonomia. Se nel mondo antico l'obiettivo era l'educazione culturale e la formazione tramite virtù ed emulazione dei grandi modelli del passato, con metodi mnemonici e molto rigidi a livello didattico; con l'educazione moderna si assiste ad un'educazione più antropocentrica ma soprattutto che inizia a guardare il rapporto dell'uomo con la realtà e si spinge alla ricerca di un metodo per avvicinarsi ad essa con gli strumenti della ragione che possiede.

Il terzo nucleo rintracciato riguarda invece, quello che potremmo definire il periodo a seguito del romanticismo e che ha accompagnato quasi tutto il Novecento. Il Novecento, definito da uno dei massimi esperti di storia contemporanea, Eric Hobsbawm, il "secolo breve" fu uno dei periodi più violenti della storia dell'umanità<sup>43</sup>. Sarebbe sciocco negare che l'educazione non ne abbia subito le influenze e non sia stata, in parte, causa di questi eventi tragici che caratterizzarono il secolo che seppur cronologicamente più breve rispetto ai precedenti, lasciò dei segni molto più profondi. L'incendio delle due guerre mondiali, i genocidi di massa, le conquiste imperiali e l'utilizzo della bomba atomica provocarono nell'uomo uno scombussolamento interiore di cui in parte ancor oggi paghiamo il prezzo.

L'Idealismo lasciò una traccia importante del suo operato, specialmente in Italia. L'idea di base è che la realtà è la realtà dell'infinito e l'unica che conta veramente è la realtà dello Spirito: una realtà immateriale assoluta con cui si identifica tutto. Non è possibile conoscerla a livello empirico poiché tutti, nessun

---

<sup>42</sup> J. H. Pestalozzi, *Come Geltrude istruisce i suoi figli*. La Nuova Italia, Firenze, 1933.

<sup>43</sup> E. J. Hobsbawm, *Il secolo breve 1914-1991*. Rizzoli, Milano, 2014.

escluso ne siamo già al suo interno, ne facciamo parte. Ecco perché il ruolo dell'intellettuale il filosofo è l'unico che conta a livello accademico. Sulla scia di questa filosofia di pensiero, si sviluppa in Italia, il neoidealismo la cui figura di spicco è sicuramente Giovanni Gentile assieme a Benedetto Croce.

Gentile, data la sua fama in ambito filosofico-educativo, non passò inosservato agli occhi del Duce, il quale, in quegli anni, voleva rendere la sua Italia, una nazione forte, combattiva e che necessitava al più presto di una classe dirigente. Gentile redasse ben presto una riforma scolastica estremamente censitaria e meritocratica dove l'ordinamento era gerarchico e centralistico.

Se noi uomini siamo Spirito con la S maiuscola, nulla accade di là del nostro sentire o al di là di quello che vogliamo. Ecco perché la pedagogia di per sé non è una scienza autonoma che non gode di alcun posizionamento, ma è una scienza sottostante alla filosofia, l'unica in grado di comprendere lo Spirito ed è per questa ragione che deve essere inglobata al suo interno. Di conseguenza la scuola è il luogo in cui mettere in atto lo Spirito; è il manifestarsi concreto della vita spirituale nella relazione tra il maestro e l'alunno<sup>44</sup>. Per questo non era importante che il maestro avesse delle competenze a livello didattico o metodologico, ad oggi prerequisito necessario per l'insegnamento, ma era sufficiente che fosse un esperto della sua disciplina: il resto sarebbe venuto da sé nella relazione spirituale tra i due soggetti.

Questa scuola volutamente elitaria non teneva conto di tutta una serie di fattori a partire dalle caratteristiche di ciascun alunno con l'intento di farlo progredire nel suo percorso accademico, ma il suo unico scopo era la formazione dei futuri dirigenti del Paese che avrebbero condotto il fascismo da "semplice" movimento a partito ufficiale.

Sarà poi, con il subentro dell'attivismo, che la centralità del focus educativo inizierà a spostarsi sull'educando.

Gli anni della rivoluzione industriale non cambiarono solo l'approccio al lavoro, ma resero necessario il ripensamento dell'educazione su una base più concreta e pragmatica dove il "fare", il mettere al centro

---

<sup>44</sup> G. Gentile, *Sommario di pedagogia come scienza filosofica*. Sansoni, Firenze, 1954.

“l’esperienza” ne diventano il cuore pulsante. L’attivismo si diffuse largamente in tanti paesi nord-europei ma il contributo più significativo arrivò oltre-oceano, grazie all’intuito del filosofo pragmatista John Dewey. Per Dewey l’obiettivo più alto che l’educazione potesse raggiungere era la formazione dell’uomo democratico. La democrazia non era solo una forma di governo, ma un modo di vivere comune, in comunità facendo esperienza del sapere dell’altro e usando gli strumenti che ci sono stati dati a disposizione tramite il confronto e la riflessione.<sup>45</sup> Il fare azioni permette ai ragazzi di mettersi davanti alle situazioni con “fare attivo” e la parte restante è legata alla riflessione di quanto appena avvenuto. In questo modo si forma un uomo democratico, che si occuperà di vivere e creare una società democratica. La scuola, infatti, è vista come palestra di educazione e di democrazia. Non è dunque un luogo di preparazione alla vita ma è la vita stessa che ci presenta in forma embrionale e laboratoriale tutto ciò che un domani, vedremo al di fuori delle mura scolastiche. La centralità dell’educando e la sua capacità di costruire le proprie conoscenze scientifiche e psicologiche diventano i pilastri del metodo attivista. Si predilige allora l’integrazione curricolare, la promozione della socializzazione e coeducazione e il peer to peer, il mutuo aiuto. I lasciti dell’attivismo in Europa rimasero anche grazie alla figura di Baden Powell, il quale convinto del fatto che un’educazione di tipo naturale a contatto con la natura potesse ispirare e far crescere più velocemente i ragazzi, diede origine al movimento degli Scout, tutt’oggi fortemente seguito dai ragazzi.

Prima di continuare con gli ultimi pedagogisti italiani in questo excursus di metà Novecento, reputo fondamentale menzionare il contributo di Jacques Maritain, filosofo che influì maggiormente sulla pedagogia cattolica italiana del secondo dopoguerra. Lui fu un sostenitore del personalismo, ovvero di quella corrente pedagogica che riconosce ad ogni persona un valore intrinseco. Sul piano pedagogico questo significa che l’educazione deve essere liberale per liberare l’uomo dalle sue stesse catene. Egli, sposato con una donna ebrea, scappò dall’Europa della Seconda guerra mondiale per rifugiarsi negli Stati Uniti, dove riuscì a condurre una filosofia di pensiero ancor più semplice e pura. Egli si convinse che tutto

---

<sup>45</sup> J. Dewey, *Democrazia e educazione*, La Nuova Italia, Firenze, 1965.

quell'orrore, dai genocidi, alle guerre, fosse conseguenza della malattia spirituale diffusasi nel tempo e dovuta all'eccessivo uso della tecnica che ha prevalso la ragione e il buon senso umano.

Per tal ragione parlare serve a poco: di bravi predicatori ce ne sono tanti e molti di loro sono stati in grado di fare cose atroci. Ciò che conta davvero è essere coerenti. Essere un esempio di bontà e di amore. E questo è il miglior metodo educativo che esista. In questo modo, si acquisirà leadership in modo naturale, non ci sarà bisogno di molto, ma le persone si affideranno e stimeranno i loro educatori per la coerenza che intravedono tra il loro dire e il loro fare.

E lo sottolineo perché penso sia il punto centrale di tutta l'azione educativa e se non altro il punto nevralgico a cui voglio giungere alla fine di questa tesi.

Maritain, ci delizia con le sue parole mettendo in luce ciò per lui è la persona:

«Un centro, in un certo modo inesauribile, di esistenza, di bontà e di azione capace di dare di darsi [...] L'amore non va a qualità, né a nature e ad essenze ma a persone [...] Per potersi darsi, bisogna prima esistere»<sup>46</sup>. In Italia, invece a metà anni Trenta, iniziò a svilupparsi una sensibilità sempre maggiore nei confronti dell'infanzia e dell'educazione dei fanciulli grazie all'impronta delle sorelle Agazzi, le quali riportano la scuola da un livello elitario ai tempi di Gentile, ad un tipo di educazione popolare.

Ma la figura più ricordata è quella di Maria Montessori. Rivoluzionario fu l'approccio di Maria Montessori, prima donna laureata in Medicina in Italia, lavorò per anni nel trattamento clinico dei fanciulli disabili e fondò nel rione di San Lorenzo a Roma la prima "Casa dei bambini" nel 1907. Tra le sue grandi innovazioni ricordiamo il capovolgimento della scuola e dell'ambiente educativo. Se fino al suo arrivo, gli asili erano a misura di adulto, lei cambiò completamente l'assetto delle aule a partire dalle sedie, ai tavoli, ai lavandini per renderli a misura di bambino. I bambini sono unità psicofisiologicamente diverse rispetto agli adulti e quindi anche l'ambiente in cui vivono deve rispecchiare questa unità. I bambini sono inoltre dotati di una mente assorbente che permette loro di imparare in pochissimo tempo e con molta

---

<sup>46</sup> J. Maritain, *La persona e il bene comune*. Tr. It. Mazzolani, Morcelliana, Brescia, 1995 pp.24.

precisione ciò che vedono, toccano e di cui fanno esperienza<sup>47</sup>. Ecco che si rievoca il concetto di esperienza caro a tutti i protagonisti di questo periodo storico-pedagogico definito come “pedagogia popolare” o pedagogia degli oppressi.

Quest’ultimo termine giunge dal lontano Brasile dove Paulo Freire, per ribellarsi silenziosamente alla situazione di tremendo disagio e povertà che subivano i suoi concittadini abitanti delle Favelas, vide nell’educazione un’opportunità: uno strumento di emancipazione unico per le persone di rendersi conto che esistono.

Gli venne chiesto di prendere parte all’ambizioso progetto politico di alfabetizzare almeno 2 milioni di analfabeti ma questo progetto venne stroncato da un colpo di stato nel 1964. Ma forse, proprio da quell’episodio, continuò in prima linea a porre attenzione agli “ultimi” con la voglia e l’intenzione di fargli vedere che anche loro esistono. Esistono in quanto esseri umani meritevoli di amore, di considerazione e anche di educazione<sup>48</sup>. L’emancipazione, in questo modo, avviene su tutti i fronti: culturale, sociale ed economico. Ma prima di tutto bisogna partire da un’educazione vicina alle persone che permetta loro di sentirsi libera e sullo stesso piano di chi le educa, a discapito del paradigma dell’autorità. Qui l’unica cosa che conta è il dialogo. Lo strumento dialogico diventa il mezzo più potente per rendere libere le persone e porle sullo stesso piano. In questo modo sia l’educando che l’educatore insegnano e sia l’educando e l’educatore ascoltano. L’ascolto diventa la chiave di comprensione dell’altro.

Sulla stessa linea si afferma uno dei pedagogisti più rivoluzionari e al contempo ricordati di metà Novecento: Don Milani. Don Lorenzo Milani si prese a cura i figli dei braccianti e agricoltori emarginati nel secondo dopo guerra nelle campagne del Mugello, dove fondò la Scuola di Barbiana, offrendo loro una scuola a tempo pieno in cui imparare a vivere ed alfabetizzarsi. La scuola doveva tener conto di tutte le persone, ma la scuola italiana del tempo, specie qualche anno dopo la riforma della scuola unica media, sembrava incurante della situazione critica e disastrosa non solo a livello di alfabetizzazione ma anche culturale. Ecco perché invece Don Milani vuole insegnare ai suoi ragazzi tramite delle metodologie attive

---

<sup>47</sup> M. Montessori, *La mente del bambino*. Garzanti, Milano, 2017.

<sup>48</sup> P. Freire, *La pedagogia degli oppressi*. Edizioni Gruppo Abele, Torino, 2002.

fatte di domande e risposte, *di peer to peer education*, ad essere liberi. Ad essere liberi di pensare con la propria testa e per farlo, la prima chiave, è imparare a parlare. Possedere un vocabolario ricco permette di passare da una condizione di sudditanza ad una di superiore, non per scavalcare nessuno ma per non essere più scavalcati come era avvenuto negli anni precedenti. Famoso è il motto del “I care” (me ne importa) di Don Milani<sup>49</sup>, totalmente opposto al “me ne frego” fascista, vuole sottolineare la voglia di creare cittadini liberi e consapevoli che sappiano cooperare tra di loro e rispettarsi in quanto essere umani. Ultimo, ma non per importanza, ci conduce a conclusione di questo viaggio il maestro Alberto Manzi il quale nel suo programma “Non è mai troppo tardi” è riuscito ad insegnare a leggere e a scrivere a quasi un milione di italiani che nel secondo dopoguerra riuscivano a fatica a scrivere il loro nome. Il suo contributo fu importantissimo a livello mediatico ma soprattutto educativo in quanto eliminò una serie di barriere, pregiudizi e preconcetti legati all’alfabetizzazione.

L’obiettivo della digressione di questi tre macro-nuclei era quello di riuscire a mettere in luce ed in evidenza le caratteristiche principali di ogni periodo storico e pedagogico per riuscire ad intravedere una sorta di filo rosso utile per considerazioni di stampo pedagogico.

Se l’educazione antica era concentrata sulla scoperta e conoscenza di sé stessi per il tramite della filosofia e dello studio dei predecessori, l’età moderna ci ha fatto vedere come grazie all’avvento della scienza, l’uomo abbia sentito il bisogno di appropriarsi di un fare più tecnico, più focalizzato sul “cosa imparare” e sul quanto mediante l’uso di metodi didattici rigorosi piuttosto che sul come farlo.

L’ultima stagione, invece, quella di inizio Novecento, forse proprio a causa dell’eccessivo interesse alla tecnica e alla strumentazione e poco alla persona che vi era dietro per imparare, volle prendere le distanze da un tipo di educazione troppo rigida ed organizzata per dar spazio, voce e libertà agli educandi, il vero fulcro di tutta l’attività educativa e pedagogica.

---

<sup>49</sup> Scuola di Barbiana, *Lettera ad una professoressa*, Libreria Editrice Fiorentina, Firenze 1967.

Come fare allora, in maniera pratica a rendere tutto questo valido bagaglio di conoscenze uno strumento conoscitivo concreto?

Abbiamo visto che esistono tante definizioni di educazioni e quindi tanti modi ad essa correlati di intenderla e renderla concreta sul piano fattuale.

Quella che prenderò in esame fa riferimento a ciò che Dilthey intendeva con “Erlebnis”, ovvero esperienza. L’educazione è un evento, un accadere che segna la vita del singolo<sup>50</sup>. In questo senso per Dilthey il vissuto significativo diventa centro di “connessioni strutturali”, ordito di trame narrative<sup>51</sup>. L’educazione non si configura come un’azione astratta in cui bisogna tirar fuori qualcosa da qualcuno, ma diventa l’esperienza stessa, l’azione concreta che accade al singolo e che quest’ultimo vive con consapevolezza.

Ed è sulla base di questo presupposto, di un’educazione che mantiene la sua dualità da un lato di evento fenomenologico-ermeneutico e dall’altro empirico-fattuale, che è stato creato il secondo capitolo, che mette a confronto un paio di lavori emersi da due incontri di “philosophy for children”: metodo educativo ideato negli anni Settanta da Matthew Lipman, che propone la pratica filosofica come indagine conoscitiva nei vari campi dell’esperienza umana.

---

<sup>50</sup> C. Xodo, *Capitani di sé stessi...*pp. 104.

<sup>51</sup> Ivi.





## CAPITOLO DUE: DUE SESSIONI DI PHILOSOPHY FOR CHILDREN A CONFRONTO

### 2. *Philosophy for children: pensare e ricercare assieme*

Il 30 maggio del corrente anno, ho scelto di guidare e facilitare una seduta di Philosophy for Children con l'ausilio e la partecipazione degli studenti dell'università di Padova.

La Philosophy for Children nasce nel 1988 con Matthew Lippmann, filosofo e scrittore statunitense e professore di Logica presso la Columbia University e con l'impegno di ricercatori e ricercatrici come Ann Margaret Sharp. La diffusione di tale metodologia nacque dapprima negli Stati Uniti per poi successivamente espandersi in tutto il mondo con l'istituzione di numerosi centri e una consolidata sperimentazione del programma.

Di formazione deweyana, Lippmann, si rese conto della limitata capacità di ragionamento e pensiero critico dei suoi studenti e per questo iniziò il suo percorso di comprensione verso i possibili modi alternativi di insegnamento e di sviluppo di tale facoltà di pensiero.

Il suo obiettivo era insegnare loro a pensare scientificamente a ciò che accade. A non essere dunque spettatori passivi ma protagonisti attivi del processo conoscitivo<sup>52</sup>.

Il progetto, ispirato alla Community of Inquiry deweyana, propone la pratica filosofica come indagine conoscitiva nei vari campi dell'esperienza umana.

Lo scopo didattico-pedagogico è quello di incrementare le capacità cognitive complesse, le abilità linguistico-espressive e sociali.

L'idea di fondo della Philosophy for Children è infatti costruita in base a precise coordinate di ordine psico-pedagogico e parte dal presupposto che si possa imparare a pensare e che tale processo di "costruzione del

---

<sup>52</sup> M. Santi, *Philosophy for Children. Un curriculum per imparare a pensare*. Liguori Editori, Napoli, 2016.

pensiero” avvenga sempre come “pensiero condiviso”, attraverso un ricercare insieme. Questo approccio metodologico-didattico non può che essere cooperativo<sup>53</sup>.

Non è un caso, infatti che si sviluppi negli anni Novanta e negli Stati Uniti, quando la psicologia costruttivista iniziata negli anni Cinquanta, iniziava a prendere piede in modo sempre più impattante. Poi, la sua valenza si fece sentire e venne documentata anche in paesi come il Canada, America Latina, Corea, diversi stati africani ed europei per diffondersi in vari cicli scolastici e in differenti contesti educativi ma sempre con lo stesso approccio.

Alla base dell’approccio costruttivista vi era l’idea che la realtà è il frutto e il prodotto delle osservazioni di ciascuno. Se prima, con il positivismo, l’approccio conoscitivo era di natura oggettiva, ovvero l’unica realtà conoscibile ed esistente era quella fisica, esterna, misurabile e concreta e non teneva nessun conto del soggetto che guardava, con il costruttivismo avviene un cambio di paradigma nell’interpretazione del reale. Vero non è ciò che appare ai nostri occhi ma ciò che interpretiamo sulla base delle nostre preconoscenze. Il costruttivista è colui che legge i fatti e li interpreta sulla base di ciò che sa. Come ci aveva già anticipato e fatto intuire Popper, non esistono fatti nudi, privi di teorie ma tutto ciò che pensiamo, sappiamo e maturiamo si basa su qualcosa di già visto, di già conosciuto.

Ecco in quali termini il paradigma si sposta dall’oggettività all’interpretazione soggettiva e personale. Da oggettivo a soggettivo, entra in campo l’individuo come parte integrante dell’esperienza.

L’esperienza si costruisce, insieme, in gruppo, ecco perché si parla di comunità di ricerca. Ogni individuo crea e costruisce la sua conoscenza sulle base delle sue “mappe cognitive” che lo aiutano a significare la sua esperienza e lo dirigono, lo orientano e lo aiutano a categorizzare la sua esperienza e ne condivide il significato tramite il linguaggio insieme agli altri, assieme alla sua comunità. Il contributo di Vygotskij, riscoperto negli anni Novanta secondo quello che è stata definita la “*Vygotskij renaissance*”<sup>54</sup>, è risultato di estremo valore nella comprensione di un nuovo approccio didattico e pedagogico. Il primo punto fu il

---

<sup>53</sup> M. Santi, *Costruire comunità di integrazione in classe*. Pensa MultiMedia, Lecce, 2019.

<sup>54</sup> Ivi, pp.35.

riportare l'attenzione sullo studio della coscienza dell'uomo, facoltà innata che lo distingue da tutti gli altri animali; la conoscenza di noi stessi avviene ed è possibile mediante l'interazione con gli altri esseri umani. Prendiamo coscienza di noi tramite loro. Scrive difatti l'autore: [...] "Siamo consapevoli di noi stessi perché siamo consapevoli degli altri e nello stesso modo in cui conosciamo gli altri; e ciò accade perché in relazione a noi stessi ci troviamo nella stessa (posizione) degli altri rispetto a noi. Risulta di maggior significato il rapporto che si ha con il proprio oggetto di riferimento che non l'oggetto in sé"<sup>55</sup>.

Il modo che l'essere umano usa per interagire con i suoi simili è il linguaggio: i simboli sono mezzi di co-costruzione del significato in quanto l'apprendimento, secondo Vygotskij, precede lo sviluppo cognitivo. Questa è la differenza sostanziale con il pensiero piagetiano che aveva invece invertito il presupposto: prima arriva lo sviluppo cognitivo, poi l'apprendimento sociale. Anche la parola per Piaget, nel bambino, arriva come sintomo del suo pensiero egocentrico. Poi, quando questa visione scompare e il bambino si decentra da sé stesso, compare il linguaggio sociale. Per il filosofo bielorusso invece, ogni persona è situata in un contesto e per tal ragione attraverso lo scambio e l'interazione simbolica si crea un'esperienza sociale condivisa. Ed è solo mediante quest'interazione che ci si appropria delle strutture di significato del mondo esterno che ci permettono di percepire, conoscere e sperimentare la realtà circostante. La funzione della parola è una funzione di carattere sociale<sup>56</sup>. La conoscenza del bambino procede in modo consequenziale.

I bambini sono intrinsecamente apprendisti sin dalla nascita che è ciò a cui aspira ogni filosofo, come afferma Noa I Ayalon<sup>57</sup> filosofo israeliano, esperto della teoria dell'amore di Spinoza e della filosofia Occidentale. Il bambino conosce dapprima in modo spontaneo ciò che ha attorno, facendo esperienza di ciò che ha di fronte. Ad esempio, per conoscere un elemento naturale come il fuoco o l'acqua non gli interessa conoscere le proprietà chimiche di quell'elemento, ma innanzitutto lo tocca per capire com'è fatto e quali sono le sue funzioni. Poi, dopo essere entrato a contatto con altre persone, a partire dal mondo scolastico, la sua conoscenza viene mediata dall'educazione e avviene attraverso l'acculturazione in società. In questo modo

---

<sup>55</sup> Ivi, pp. 37. In Dixon-Krauss L., op. cit., p.27.

<sup>56</sup> Ivi, pp. 43.

<sup>57</sup> <https://www.redalyc.org/journal/5120/512064879008/html/>

la sua conoscenza procede per cumuli, come se mettesse un mattoncino sopra l'altro e solo alla fine, tramite il processo di alfabetizzazione, il pensiero e la conoscenza astratta si trasforma in concetti veri e propri. L'interazione con i simboli e con le persone permette al fanciullo di evolvere e costruire la sua conoscenza in modo attivo e indipendente. Il ruolo dell'insegnante è di fatto non quello di maestro frontale o coercitivo ma è colui che si occupa di predisporre un ambiente che favorisca lo sviluppo del potenziale cognitivo dell'alunno e lo aiuti nel suo processo di scoperta e di apprendimento<sup>58</sup>. In questo senso Vigotskij parla di "zona di sviluppo prossimale" intendendola come quella zona di apprendimento in cui la conoscenza del bambino può partire da ciò che conosce già ma non può terminare lì. Come si vedrà nel capitolo successivo, ogni persona è all'interno di tre sfere di apprendimento: zona di comfort, di apprendimento e di panico. La zona di sviluppo prossimo è la zona di apprendimento. Quello spazio in cui è consentito acquisire sempre più conoscenze man mano che si procede che rispettino il livello di maturazione ed interiorizzazione del bambino. Se i compiti da svolgere fossero troppo semplici, non esisterebbe apprendimento ma solo ripetizioni di quanto già osservato. Dall'altra parte, conferire all'allievo compiti eccessivamente impegnativi e di gran lunga superiori alle sue potenzialità significherebbe metterlo in una condizione di scomodità e di non reale apprendimento.

Pertanto, l'insegnante deve essere in grado di creare un contesto situato ed essere in grado di osservare o miglioramenti dell'alunno, prestando attenzione alla sua capacità di interazione sociale e discorsiva.

L'exkursus su Vigotskij ci permette di comprendere perché e in che modo nel paradigma socio-costruttivista si parla di intersoggettività e perché tra gli approcci proposti didattici proposti fin ora, si sia scelto il suo come spunto di inizio laboratoriale. Gli schemi mentali sono auto-generati dalla nostra coscienza e sono spesso frutto di esperienze passate, di schemi cognitivi appresi dai nostri genitori, dalla scuola e dalle persone che ci circondano. In quest'ottica ciò che conta davvero sono i significati e i valori che ogni persona condivide e pensa di sé, più che le esperienze propriamente vissute. L'obiettivo del costruttivista diventa allora la comprensione di quelli che sono i valori e i significati di questa persona per consapevolizzarli e dividerli con la sua comunità. Il ruolo dell'educatore risiede nel guidare la persona nei propri processi conoscitivi,

---

<sup>58</sup> Ivi, pp. 52.

perciò, il soggetto è il protagonista della sua conoscenza e grazie allo strumento del dialogo e della condivisione, tutti collaborano alla costruzione di significato del reale.

La Philosophy for Children sposa appieno questo paradigma e lo incarna configurandosi come un movimento o un'esperienza filosofica, aperto a diversi stili e interpretazioni, capace di suggerire alcuni significativi cambiamenti in ambito scolastico: la classe non è più solo un insieme eterogeneo di soggettività ma diviene una comunità di ricerca. L'insegnante è visto come facilitatore e guida del processo riflessivo e il sapere da nozionistico si trasforma in pensiero dialogico.

I bambini hanno la capacità, mediante l'osservazione di conoscere ed accogliere gli stimoli e i momenti emergenti e di riconoscere le idee in essi contenuti<sup>59</sup>. La filosofia permette loro di osservare e vedere i loro pensieri e di riconoscerli come importanti, necessari e di non abbandonarli.

Se ci si interroga sul perché la Philosophy for Children abbia scelto come suoi interlocutori principali i bambini, e se ci si ponesse il dubbio se questi ultimi siano in grado di comprendere la profondità di un lavoro di meta-cognizione, basterà ricordare come la capacità dei bambini di imparare cose nuove sia la loro peculiarità più grande. Un bambino da quando nasce è già in grado di elaborare rappresentazioni astratte e sofisticate.<sup>60</sup>

I bambini non sono adulti in miniatura come spesso li si è considerati ma sono degli esseri viventi totalmente diversi dai grandi. Sin da piccoli, ad esempio, conoscono il concetto di numerosità. Ce lo conferma l'esperimento di Liz Spelke e Veronique Izard che hanno dimostrato che la nozione di numerosità persiste sin dalle prime ore di vita. I bambini possiedono già i fondamenti della matematica. E anche a differenza di quanto dimostrato da Piaget nell'esperimento di permanenza dell'oggetto, i bambini sanno perfettamente distinguere dove va un oggetto quando nascosto ma non hanno, a causa della corteccia prefrontale ancora non del tutto sviluppata, il sistema inibitorio totalmente integrato. Gli adulti hanno la capacità di controllarsi in situazioni in cui nonostante l'istinto abbia la meglio, riescono a fare bene le cose, i bambini no. Per questo

---

<sup>59</sup> <https://www.edscuola.it/archivio/ped/amore.htm>

<sup>60</sup> M. Sigman. *La vita segreta della mente. Come funziona il nostro cervello quando pensa, sente, decide*. Utet, Milano, 2017, pp. 4.

banalmente ruttano a tavola o se hanno in mano un piatto caldo, l'istinto fa sì che lo scaglino a terra. Un adulto invece riuscirebbe nei 3-4 secondi a guardarsi attorno e poggiarlo sul tavolo più vicino.

Ecco perché sarebbe opportuno ripartire dai bambini e comprendere come la loro capacità di imparare e ragionare sia davvero impattante.

L'articolo 12 della Carta dei diritti dell'infanzia firmata a New York il 20 Novembre del 1989 è un punto di conversione per la pedagogia e i diritti dei bambini. L'articolo 12 difende la libertà di espressione dei bambini su ogni questione che li interessa<sup>61</sup>. I bambini sono capaci di intendere e di contribuire con il loro impegno allo sviluppo tramite opinioni ben pensate. Ogni bambino ha la capacità di esprimersi e di dire la sua. L'idea di partenza è che i bambini possano realizzarsi in questo modo e la partecipazione sociale è un chiaro messaggio di cittadinanza e manifestazione di democrazia<sup>62</sup> soprattutto come strumento emancipatorio e di uguaglianza sociale come ci ricordano Don Milano e Paolo Freire.

I bambini, ci ricorda Lipman, hanno un rapporto originario con il sapere fatto di stupore, meraviglia e domande autentiche. Il modo migliore per tirare fuori questa meraviglia è porsi delle domande, interrogarsi su ciò si osserva tramite il dialogo. Il dialogo permette di stare in mezzo al discorso e di conferirgli significato. Diventa uno strumento e mezzo di ricerca perché tramite la condivisione e la co-costruzione di significati si approda al reale obiettivo finale: insegnare a pensare e relazionarsi con le altre persone.

Il ruolo del dibattito aiuta nella formulazione di un proprio pensiero libero e consapevole che invita i bambini ad uscire dal paradigma di giudizi di valore o di giusto e sbagliato, ma inizia a rendere più sensibile il proprio sguardo verso la propria autoconsapevolezza, auto-accettazione e libera espressione. Quindi da un lato ciò presenta un vantaggio cognitivo ed esperienziale. Dall'altro offre un vantaggio sociale e

---

<sup>61</sup> "Gli Stati parti garantiscono al fanciullo capace di discernimento il diritto di esprimere liberamente la sua opinione su ogni questione che lo interessa, le opinioni del fanciullo essendo debitamente prese in considerazione tenendo conto della sua età e del suo grado di maturità".

<sup>62</sup> J. Dewey, *Democrazia ed Educazione. Traduzione di Enzo Enriques Agnoletti*. La Nuova Italia. Firenze. 1951.

relazionale perché il dialogo e il confronto permettono di accrescere le skills di espansività, pro-attività sociale, empatia e comprensione dell'altro.

La comunità è quello spazio comune, com (con, insieme); munus (dono) in cui si dona la propria partecipazione e il proprio ascolto; si dona il proprio fare creativo che genera negli altri interrogativi, stupore e talvolta anche dubbio volto a far progredire insieme il proprio sapere. La ricerca di indagine non è sperimentale o standardizzata ma è fatta di domande, dubbi, interrogativi creativi che ne generano altri a loro volta per alimentare la capacità di pensiero, libero, creativo e riflessivo.

Alla luce di quanto affermato finora, il tentativo sperimentale che ho cercato di proporre è stato quello di creare un contesto didattico-operativo in cui riuscire a situare una sessione di Philosophy for Children in cui ragionare sul tema dell'amore. Il quadro teorico sottostante al laboratorio trova fondamento non solo nell'approccio socio-costruttivista introdotto da Vigotksij e i suoi seguaci, ma si rifà anche all'approccio delle capabilities della già citata Martha Nussbaum, del documento di classificazione internazionale sul funzionamento e sulla disabilità "ICF" e sull'approccio del "Universal Design for Learning".

Quest'ultimo, nato come movimento architettonico con l'obiettivo di pianificare e realizzare edifici usufruibili e percorribili da tutti a seconda delle proprie esigenze, approda nel mondo didattico e pedagogico con una mission ben precisa: creare un ambiente di apprendimento che limiti le barriere e le sfide che gli studenti incontrano ma che anzi, li aiuti nella scoperta della loro fioritura di talenti e unicità<sup>63</sup>.

Quest'orientamento internazionale vuole celebrare le differenze individuali di ciascun studente conscio del fatto che non è possibile fornire a tutti uno stesso metodo o lo stesso approccio senza tener conto di tutte le nostre differenze e peculiarità. Un programma unico e standardizzato rischia di indebolire e risultare deficitario per molti studenti rendendoli poco liberi di sperimentare e comprendere quale curriculum sia il più adatto e funzionale per loro. I curricula devono essere equi, utilizzabili da chiunque; flessibili per adattarsi a diverse abilità e semplici per usufruirne in modo semplice ed interattivo.

---

<sup>63</sup> G. Savia. *Universal design for learning. Progettazione universale per l'apprendimento e didattica inclusiva*. Erickson, Trento, 2016.



Stabilito ciò, si crea una comunità di ricerca o di discorso in cui le diverse soggettività interagiscono tra di loro scambiandosi procedure, opinioni, risposte e soluzioni nel rispetto dell'idea di ciascuno e della propria<sup>64</sup>.

Nella comunità si è riscontrato come il dialogo sia il punto cardine di tutta l'attività viene molto valorizzata in questo contesto la dimensione narrativa ed autobiografica<sup>65</sup> con l'intento di interiorizzare le esperienze altrui e di offrire la propria.

L'insegnante, quindi, esce dal suo ruolo di trasmettitore di sapere e conoscenza ma la sua funzione è quella di facilitare la circolarità dialogica e comunicativa<sup>66</sup>.

Una bellissima sessione di Philosophy for Children da cui ho tratto spunto è la sessione guidata dall'insegnante Pina Montesarchio, in una classe terza di scuola primaria dell'istituto "G. Mazzini" di Napoli in cui, dopo la lettura delle prime pagine del Simposio di Platone, ha voluto stimolare nei suoi bambini delle riflessioni circa l'amore e la bellezza.

Ne riporto qui alcuni passaggi significativi: il primo nodo su cui si sono interrogati i bambini riguarda la bellezza. "Questa storia mi fa pensare alla bellezza".

"Cos'è la bellezza"? (Difficoltà nel trovare una definizione).

"Qualcosa di sicuro, di illuminato, come una strada pulita." "Oppure qualcosa di buono come un gelato."

Qualcun altro sostiene: "Due persone che si amano, sono belle. Due persone che si picchiano sono brutte."

"Vero, la bellezza è amore". "L'amore è gioia." "L'amore ci fa capire che siamo tutti uguali<sup>67</sup>."

Questo è ciò che può provenire dal pensiero e dalle labbra dei bambini. La philosophy for children procede in questo modo: offrendo stimoli esterni è in grado di suscitare movimenti all'interno. Con questo tipo di approccio ho compreso ancor di più che ciò che si ha dentro, fa la differenza all'esterno e il poterlo provare con mano, da facilitatrice è stato un arricchimento immenso.

---

<sup>64</sup> Santi M, *Costruire comunità...*pp. 66.

<sup>65</sup> Ivi, pp. 83.

<sup>66</sup> Ivi, pp. 85.

<sup>67</sup> <https://www.edscuola.it/archivio/ped/amore.htm>

## *2.1. Prima sessione di Philosophy for Children*

### *2.1.1. Analisi contesto*

Il 30 Maggio 2023 ho introdotto e presentato ad un gruppo di otto persone un testo stimolo tratto da Kio e Gus, precisamente il secondo episodio.

Eravamo in uno studio al chiuso. L'agenda era rivolta alle mie spalle e gli studenti, disposti di fronte a me a mo' di ferro di cavallo in modo da potersi guardare tutti reciprocamente.

Non vi è stata una presentazione propriamente detta della mia figura o dei partecipanti, in quanto si conoscevano già tra di loro e conoscevano anche me, la facilitatrice in questione.

Ho tuttavia presentato l'attività come momento di dialogo e confronto a partire da un testo stimolo da me scelto. Una ragazza si è proposta di leggerlo ad alta voce per tutti. Da lì si sono presi cinque minuti a testa di tempo discutendo a coppia per formulare una domanda di partenza.

All'inizio è stato macchinoso partire, sembrava ci fosse paura, timore di dire la cosa sbagliata o che non venisse capita o approvata dagli altri. Successivamente invece si sono concentrati e connessi su ciò che volevano veramente esprimere ed è stato tutto più semplice.

La domanda chiave su cui si è posta l'attenzione è stata: Cosa gli altri vedono in me?

A questa prima domanda, si sono aggiunte quattro persone partecipanti. Poco dopo, un'altra ragazza ha aggiunto "Perché abbiamo bisogno di altri per sentirci sicuri?" dando voce ad una sua esperienza personale vissuta qualche anno prima durante le scuole medie. Il racconto personale di Aurora ha permesso ad altre due ragazze di rivedersi e riconoscersi nel suo racconto in quanto hanno affermato di aver vissuto il periodo scolastico delle medie e dei primi due anni delle superiori, focalizzate su cosa avrebbero dovuto fare per piacere di più. Passavano venti minuti davanti all'armadio per scegliere i vestiti più adatti e con cosa abbinare scarpe ed accessori. Una delle due ha dichiarato di aver speso non sa nemmeno lei quanti soldi in trucchi e

prodotti make-up per poi utilizzarne forse un quarto. Ciò ha consentito ad altre due persone di aprirsi e di dire la loro sul concetto di “bellezza” dando vita ad una discussione su cosa significhi “essere belli” o “sentirsi belli” e se di fatto si tratti di un concetto più o meno soggettivo. Tutti hanno concordato sul fatto che si tratti di un concetto astratto e soggettivo, che ha ben poco a che fare con l’idea di bellezza canone proposta in particolare sui social media. Un ragazzo ha di fatto aggiunto quanto poco intelligente sia parlare di “canone di bellezza” dal momento in cui è un qualcosa che nei decenni è mutato completamente. Ciò che negli anni Cinquanta infatti si reputava attraente, ora non lo è più, anzi. La moda è cambiata radicalmente. Il modo di vestirsi, acconciarsi, la fisicità corporea non hanno molto a che vedere con ciò che piace oggi. Pertanto, se è tutto così relativo che senso ha cercare di copiare gusti altrui se tanto in ogni caso bello non è ciò che è bello ma ciò che piace?

Dopo qualche secondo di silenzio in cui ho cercato di riprendere il filo del discorso dall’inizio e chiedendo se ci fosse qualcun altro che voleva aggiungersi rispetto alle riflessioni poste, una partecipante che non aveva mai parlato ha esordito con la domanda “Ma allora cos’è che ci dà davvero autostima?” che di comune accordo in agenda è diventata: “Cosa ci dà autostima?”. E a mo’ di brainstorming sono venute fuori diverse idee.

C’è chi ha parlato di autostima dicendo che proviene dall’immagine che hai di te guardandoti allo specchio, perché più cura ti prendi di te, più hai forza, più hai autostima. C’è chi poi ha parlato di capacità di perseguire e raggiungere i propri obiettivi, perché più rispetti la tua parola e ti impegni a portarla a termine, più prendi potere su di te e questo può solo che innalzare la tua autostima. E chi in ultima, ha aggiunto che ciò che ci dà autostima è ciò che pensiamo di noi, ciò che crediamo profondamente. Le nostre credenze e come ci vediamo definisce chi siamo. Più siamo convinti di potercela fare e ce lo dimostriamo con delle azioni coerenti e concrete, più ci fidiamo di noi e più ci fidiamo della nostra parola, più la nostra autostima sarà elevata.

Giunti a questo punto di riflessione in cui ognuno ha espresso il suo modo di aumentare l’autostima, si è visto come il filone principe riguardi sempre il proprio dialogo interno e ciò che si pensa di sé stessi. Pertanto,

arrivati a questo “turning point” di discussione, la ragazza che aveva formulato la domanda guida sul “cosa ci dà autostima?” Ha risposto con un secco: “Conoscerci.” “Conoscerci ci dà autostima”.

E in quel preciso momento si sono guardati tutti ed otto negli occhi e hanno concordato con segnali di assenso verbali e gestuali che quello fosse il punto di giuntura dopo 40 minuti di sessione dialogata sul tema dell’amore. Ciò ha permesso di giungere alla conclusione secondo cui: conoscerti è il più grande atto di amore che tu possa fare nei tuoi confronti. Perché solo conoscendoti puoi amarti e scoprirti nei tuoi lati belli e nei tuoi lati meno belli.

Conoscersi significa scoprirsi come si fa con un libro. Significa passare del tempo con sé stessi, osservarsi da fuori con amore mentre si parla, mentre si fanno cose nuove e si impara perché ci si guarda e ci si capisce sempre meglio di volta in volta. Questo ci permette di vivere una vita ricca di gusto, di scoperta e di amore.

Ho scelto di inserire qui una mappa concettuale riassuntiva di quanto accaduto durante la sessione di Philosophy for Children, in modo da evidenziare in modo ancor più chiaro le conclusioni a cui si è giunti.

2.1.2. Mappa concettuale

CAPIRSI CON UNO SGUARDO

ESSERE LIBERI STANDO INSIEME

COMPLICITA'

VIAGGIARE

CUORE AL CENTRO

CONOSCERE SÉ STESSI

GENTILEZZA

PRENDERSI CURA

**AMORE È:**

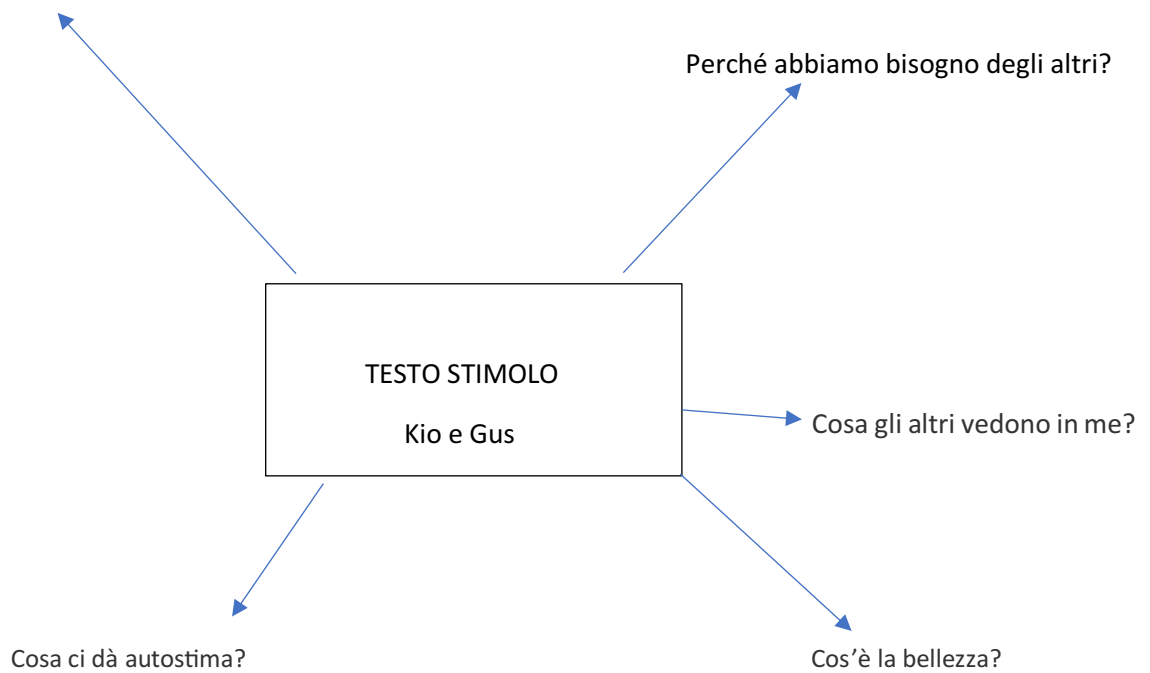


Figura 1: Nella mappa concettuale si riassumono i punti chiave decretati durante la seconda sessione di Philophy for Children.

### *2.1.3. Conclusioni*

Con la realizzazione di questo lavoro, ci si è posti la finalità di individuare a livello semantico e di significato cosa gli studenti universitari pensino dell'amore e quale sia la loro concezione in merito.

Il presupposto iniziale è scaturito da una riflessione condivisa con la mia relatrice e supervisore di questo progetto di tesi, poiché entrambe, abbiamo riscontrato lavorando a contatto con i ragazzi, la difficoltà che molti di loro, soprattutto se giovani, hanno all'idea di esprimere cosa sia per loro l'amore e come lo si possa trasmettere agli altri.

Pertanto, consapevoli che questo sentimento sia uno dei più importanti, se non il più importante al mondo perché non solo ci permette di restare in vita ma ci consente di sentirci connessi con tutti gli altri esseri viventi, abbiamo ritenuto necessario e fondamentale iniziare un percorso quanto meno meta-cognitivo e di riflessione per osservare il livello di autoconsapevolezza e sensibilità dei giovani in merito a questo tema.

Il risultato è stato che, seppur timidamente all'inizio, ognuno ha espresso a parole sue cosa sia per lui o lei l'amore, confermando il fatto che in quanto sentimento massimamente universale, tutti possiamo conoscerlo ed esprimerlo.

Anzi, che il modo più vero ed autentico per viverlo, sia la conoscenza. Il conoscersi e il desiderare di stare accanto agli altri con la stessa cura ed amore che si prova per sé stessi.

E questo è stato un nodo importantissimo e cruciale.

D'altro canto, una riflessione che ho aggiunto ex post è che questi ragazzi condividono tutti un medesimo percorso di crescita personale basato sulle "soft skills", ovvero su tutte quelle abilità trasversali utili nel mondo del lavoro ma soprattutto a livello personale che se imparate, applicate e coltivate, permettono di raggiungere un livello di conoscenza personale e di autoconsapevolezza estremamente elevati.

Pertanto, è possibile che alla domanda guida “cosa ci dà autostima?” la risposta all’unisono “conoscersi” sia stata così acclamata e riconosciuta perché facente parte del bagaglio di questi ragazzi che una volta alla settimana si prendono del tempo per formarsi, conoscersi e lavorare su di sé.

Questo punto risulta molto significativo poiché mette alla luce due elementi: il primo è che l’amore viene riconosciuto come sentimento universale che ha a che fare innanzitutto con sé stessi e con la propria autoconoscenza ed auto accettazione. Una volta avvenuto questo primo passaggio, risulterà poi molto più semplice avere il desiderio di dividerlo con qualcun altro prendendosene cura.

L’altro punto, riguarda invece ciò di cui tratterò nell’ultimo capitolo, ovvero che avere alle spalle dei percorsi di crescita personale o strumenti che aiutino la propria lettura di sé ed auto osservazione, permettono alle persone di usare la loro stessa esperienza per avere un punto di vista su tutto, a prescindere dal tema e confrontarsi con altri con una propensione molto alta all’ascolto e al rispetto dell’altro nella sua interezza.

## *2.2. Secondo laboratorio di Philosophy for Children*

### *2.2.1. Analisi contesto*

Martedì 18 Luglio ho allestito un’altra sessione di Philosophy for Children questa volta cambiando setting.

Siamo andati in un parco nel centro di Padova. Questa volta i partecipanti erano sei, provenienti da percorsi di studi e personali differenti ed eravamo disposti a cerchio, per terra, sul prato, quasi a mo’ di ferro di cavallo.

Questa volta il testo stimolo proposto era una poesia di Mariangela Gualtieri tratto dal suo testo di poesie “fuoco centrale”.

A differenza del primo laboratorio, questa volta non sono arrivata già con un testo stimolo pronto da somministrare ma di comune accordo, abbiamo deciso che sarebbe stato “il caso” a scegliere per noi.

Abbiamo aperto una pagina senza guardare e il patto era che la prima poesia che sarebbe uscita

sarebbe stata il nostro testo stimolo di riferimento a prescindere dalla lunghezza o se ci fosse più o meno piaciuta.

E alla fine questo è stato l'esito:

“Ma se non ci fosse il cielo diurno o quello stellante cielo se. Come bruchi noi allora, come fiori schiacciati nei libri<sup>68</sup>.”

Dopo qualche secondo di interdizione, i partecipanti si sono confrontati a due a due con il loro compagno che abbiamo chiamato “buddy” per tutto il tempo della sessione. Io nel mentre mi stavo occupando di sistemare l'agenda in modo che tutti potessero vederla.

### *2.2.2. Inizio della discussione*

La prima coppia che ha preso parola ha proposto come domanda guida:

“Ma se non ci fosse l'amore, cosa ne sarebbe di noi”?

Dopo qualche secondo di silenzio altre due persone hanno suggerito di aver pensato una domanda simile, ovvero:

“Come si vivrebbe senza amore”? per poi precisare:

“Si potrebbe vivere senza amore”? Suscitando l'interesse di tutti, che hanno voluto aggiungere il proprio nome alla domanda guida.

Da lì quel momento lì tutti e sei i partecipanti hanno preso parola, dando spazio ai propri sentimenti e alle proprie riflessioni interiori, personali.

Una ragazza ha raccontato di come si è sentita dopo essersi innamorata di un ragazzo dopo anni che non le accadeva di riprovare un'emozione così forte e la metafora utilizzata è stata la seguente: da sola non stavo male, ma dopo un po' ho iniziato a sentirmi come “una bistecca senza sale”. Non è

---

<sup>68</sup> M. Gualtieri. *Fuoco centrale e altre poesie per il teatro*. Einaudi Editore. Torino, 2003, pp. 77.



male come cibo, non la butteresti via, ma senti che manca qualcosa, è un po' insipida. Ecco, per anni mi sono sentita così. "Poi, da quando lui è arrivato nella mia vita, ho sentito un riaccendersi di energia, come se avesse messo dei piccoli granelli di sale nel punto giusto e questo mi ha fatto sentire ancora più viva, ancora più saporita proprio come una bistecca"!

E il suo intervento ha riscosso molto assenso e successo e poco dopo un'altra ragazza ha scelto di unirsi per raccontare un'esperienza diversa ma con la stessa metafora.

"Grazie per lo spunto Rita. Io invece purtroppo dopo la rottura di un fidanzamento durato 5 anni mi sono sentita priva di bistecca. Come se l'avesse portata via lui con sé. E la realtà che ancora mi ferisce (si commuove) è che dopo mesi mi sento ancora così. Come se mi mancasse completamente il piatto e questa cosa mi fa star male perché mi fa capire che forse dovrei amarmi di più e ripartire proprio dalla mia bistecca prima di aspettare qualcuno che me la condisca con il sale".

Sara ha lasciato tutti senza parole. Riconoscevamo nelle sue parole un'amara verità. Sentivamo la sua afflizione dopo quanto esposto e la sua buddy, dopo averla abbracciata le ha detto che andava tutto bene. E ha scelto di prendere proprio lei parola per terza, affermando che purtroppo molte sue amiche si sono sentite come Sara e la trova ingiusta come cosa perché "a scuola bisognerebbe parlare di questi argomenti. Nessuno ce lo insegna ma sono troppo importanti. Ci insegnano le tabelline, le equazioni, che sì, certo sono importanti. Ma anche i sentimenti umani lo sono, anzi, forse quelli anche di più. Ma non c'è nessun tipo di formazione su questo. Dovremmo proporla".

E così sono iniziati altri due filoni argomentativi. Il primo nucleo domandava: "Bisognerebbe insegnare a scuola ad insegnare ad amare?" domanda poi declinata in: "Si può e si deve educare all'amore?"

Giungendo quindi al punto di chiave della riflessione di questo lavoro di tesi.

E l'altro filone guida, poiché quanto condiviso da Sara non poteva passare inosservato, asseriva:

“Come si impara ad amare sé stessi prima degli altri?” ed ancora “è necessario amare sé stessi prima degli altri?”.

In quanto facilitatrice ero commossa nel realizzare che quello che questi ragazzi stavano tirando fuori era qualcosa di prezioso e che senza neanche molti stimoli, erano riusciti a condividere e mettere a disposizione di tutti il loro sapere e il loro cuore soprattutto.

Alla prima riflessione le proposte sono state di inserire a scuola dei curricula riguardo l’insegnamento di materie come “l’educazione emotiva” o delle ore di approfondimento su come gestire le emozioni, imparare ad ascoltare le proprie emozioni e capire quelle degli altri.

Un paio di ragazze, leggermente dispiaciute nel dirlo, hanno affermato di essersi sempre sentite un po’ “analfabete emozionali”. E il loro dispiacere derivava, come poi ci hanno condiviso alla fine, dal fatto di sentirsi estremamente forti a livello accademico. Entrambe laureate con il massimo dei voti, sveglie, brillanti, eppure provano fatica e disagio nel momento in cui si tratta di capire le emozioni altrui. Avevano vissuto nella loro vita relazioni, in particolari di coppia, molto travagliate e difficili, di quelle che non vorresti augurare a nessuno, eppure non si capacitavano del perché. Come potevano essere così brillanti all’università, studiare e lavorare insieme, essere stimate e apprezzate da tutti ma poi nel loro profondo non sentirsi capite ed apprezzate dal punto di vista sentimentale. Il loro intervento ha dato adito a spunti molto interessanti riguardo il fatto che ciò che viene insegnato, imparato e trasmesso a scuola, non significhi in automatico che sia in grado di renderci grandi persone. Avere ottimi risultati a scuola, non implica necessariamente essere forti nelle relazioni e in tutte le altre competenze trasversali della vita. Questo è stato un punto di accordo per tutti.

“Se solo a scuola si fosse più sensibili a certi temi come le soft skills e le abilità relazionali, non ci ritroveremmo così tanti “Sheldon Cooper” in giro; grandi cervelloni ma poco sensibili a livello emotivo”- ha aggiunto Giorgia alla fine.

Le soluzioni proposte alla prima domanda sono state dunque: corsi di formazioni sulle soft skills per tutte le insegnanti di ogni scuola e grado per aumentare in primis le loro competenze trasversali,

emotive e relazionali. E poi, almeno due ore alla settimana di formazione proprio su questi temi, quelli che Goleman racchiuderebbe nell'intelligenza interpersonale ed intrapersonale.

Rispetto al secondo punto invece, il gruppo si è diviso in due: una parte ha risposto con estrema certezza: bisogna prima imparare ad amarsi per poi stare con qualcun altro. "Si vedono troppi piatti vuoti in giro. Sembra quasi che il problema non sia il sale ma che molte persone non siano nemmeno in grado di procurarsi la bistecca", ha sostenuto Camilla.

E la loro posizione sembrerebbe quella di suggerire dei percorsi o delle azioni di cura nei propri confronti, di iniziare ad amarsi e badare prima di tutto a sé stessi perché questo è l'unico modo per possedere relazioni davvero sane, stabili e durature nel tempo.

L'altra parte del gruppo, invece, ha sostenuto che amarsi è fondamentale come primo step ma non crede che bisogna aspettare di raggiungere un livello di conoscenza massima di sé, perché è impossibile farlo e che proprio per questo, il miglior modo per conoscersi sia vivere esperienze con altri.

Quindi, se da un lato troviamo la comprensione ed auto-accettazione di sé come primo punto necessario per la propria capacità relazionale, dall'altro non si può pretendere di essere totalmente integri e completi prima di intraprendere delle nuove relazioni perché anzi, è proprio nella relazione che ci si completa.

E qui si giunge ad un punto di riflessione a mio avviso fondamentale: il "paradosso" dell'alterità o del contributo.

### *2.2.3. Riflessioni conclusive*

Come gli interventi delle ragazze ci hanno di fatto dimostrato, non si può star bene con le altre persone che sono uno specchio della nostra immagine se in primis non stiamo bene con noi stessi e non ci conosciamo affatto. Su questo la psicologia delle relazioni e più nello specifico la psicoterapia nutre una copiosa bibliografia asserendo che per avere delle relazioni solide bisogna essere centrati

su di sé in prima linea<sup>69</sup>. Come sostiene Gabbard, uno dei più autorevoli psichiatri psicomodinamici contemporanei, uno degli obiettivi più alti della terapia consiste nella ricerca della propria verità. Nel condurre il paziente ad una conoscenza di sé che solo egli può compiere. Il professionista non potrà mai sostituirsi, ma si limiterà ad essere la sua guida e il risultato finale della terapia dovrebbe essere un senso di autenticità, la sensazione di vivere secondo la propria natura<sup>70</sup>. L'obiettivo degli approcci terapeutici è il far fiorire e sbocciare le persone e per farlo al meglio è opportuno che sia circondata di giusti stimoli e condizioni. Non si può pretendere di far crescere una quercia su un terreno sterile o dentro un vaso di terracotta. Il suo habitat è la foresta e solo lì potrà sbocciare e splendere in tutta la sua meraviglia<sup>71</sup>. Nessuno gli vieta di crescere in un vaso, se in quel momento è lì che si trova, ma potremo concordare sul fatto che il risultato non potrà minimamente essere paragonato e che il vaso di terracotta sarà sempre troppo stretto rispetto a ciò che lei vuole, desidera e necessita per la sua crescita.

E la stessa cosa vale nelle relazioni. Non si può pensare che una relazione nata tra due persone libere, indipendenti e felici anche da sole, possa dare gli stessi frutti di due persone timorose di restare da sole e quindi ossessionate dal bisogno di avere qualcuno al proprio fianco<sup>72</sup>.

L'altro punto invece riguarda la possibilità dell'essere umano di evolvere assieme e grazie agli altri. Molte persone vivono nella trappola del futuro e della falsa prontezza. Sentiamo molto spesso in giro frasi del tipo: "quando sarò pronto farò questa cosa." "quando saprò farla, inizierò"; "quando sarò pronto per rimettermi in gioco cercherò qualcuno con cui condividere la mia vita<sup>73</sup>". Queste sono frasi molto belle e vere da un lato, ma molto contraddittorie dall'altro. Come si può pensare di iniziare a fare bene qualcosa se non la si è mai fatta prima?

---

<sup>69</sup> Gabbard G. *Introduzione alla psicoterapia psicomodinamica*. Cortina Editore Milano, 2005 pp.113.

<sup>70</sup> Ibid.

<sup>71</sup> A. Robbins. *Come ottenere il meglio da sé e dagli altri*. Bompiani, Milano, 1987, pp.349.

<sup>72</sup> Tolle, E., *Il potere di adesso. Una guida all'illuminazione spirituale*. Corliano di Rimini, My life srl, 2022 pp. 217.

<sup>73</sup> Ivi, pp.47.

Come penso di diventare uno chef stellato, aprire un domani una catena di ristoranti se non ho mai provato a fare un piatto per paura che non mi esca bene?

Eppure, per quanto evidente sia la risposta, pensiamo a quante delle nostre narrazioni e frasi iniziano in questo modo.

Questo dovrebbe aprirci gli occhi sul fatto che delle volte attendiamo una prontezza che in realtà non c'è e non ci sarà fintanto che non scegliamo sul serio di metterci in gioco in quell'ambito o area lì che ci mette alla prova.

D'altronde l'unico modo per crescere realmente è metterci in gioco con il mondo che è il più grande specchio e allenatore che esita. La vita ci mette davanti ogni giorno un buffet di occasioni, opportunità e delizie. Sta allora a noi cogliere e sceglierle come usarle per crescere, per imparare sempre qualcosa.

Di certo non si può pensare di crescere guardandosi allo specchio e parlando da soli tutto il tempo, ma bisogna confrontarsi con il mondo e con la realtà che ci circonda. Questo punto è con decisione affermato da Anthony Robbins, primo formatore internazionale al mondo e business man statunitense, il quale asserisce che il mondo circostante è l'unica palestra con la quale ci si può confrontare per avere un reale riscontro di quanto stiamo migliorando. La nostra individualità è troppo parziale e poco oggettiva per poterlo fare, ma il nostro ambiente sociale può consentirci un ritorno costante dei nostri processi interiori<sup>74</sup>.

Allora domanda che sorge spontanea potrebbe essere: "e quindi?"

Cosa bisogna fare? Anthony risponde che è importante ripartire da sé stessi, dalla propria auto-accettazione per conoscerci ogni giorno di più e capendo cosa amiamo fare e allo stesso tempo possiamo esplorarci tramite gli altri.

Il modo che utilizza per spiegarlo è il seguente, quelli che egli chiama, i tre passaggi dell'evoluzione umana:

- Auto-accettazione;

---

<sup>74</sup> Ivi, pp. 117.

- Far pace con i propri obiettivi
- Contribuire o contributo

Del primo punto si è spiegato molto nelle righe precedenti e si è come compreso riguarda una forma di stasi iniziale in cui bisogna prendere atto di chi si è e che punto si è arrivati del proprio percorso. Guardarsi per come si è, esattamente come farebbe un bambino che si guarda nudo davanti allo specchio per la prima volta: con quello stupore e meraviglia perché stiamo osservando la persona più importante della nostra vita. E da lì, come prima azione concreta si può partire iniziando a ritagliarsi del tempo con e per sé stessi. Questo ci permette di imparare a conoscerci e di apprezzare ciò che ne siamo nella quotidianità, a partire dalle piccole cose; perché come facciamo le piccole cose, facciamo anche le grandi<sup>75</sup>.

E per farlo al meglio, si può iniziare dandosi dei piccoli obiettivi giornalieri: dal rifarsi il letto la mattina per allenare il proprio livello di autodisciplina e di ordine, allo studiare un numero di pagine al giorno di un libro. Darsi degli obiettivi e portarli a termine è il primo modo per accrescere la propria autostima.

Ecco perché si configura come il secondo punto dell'auto-accettazione perché solo imparando a darsi degli obiettivi e viverli con il loro unico scopo, ovvero come stimoli di crescita, possono aiutarci davvero a diventare il tipo di persona che desideriamo essere. Non dobbiamo diventare schiavi degli obiettivi, ma anzi, usarli con l'unico intento di darci un ritmo. Questo ci permetterà di essere più felici e liberi nel realizzare la versione migliore di noi stessi.

Fatto ciò, in ultimo, si può giungere al contributo, nostro diritto-dovere fondamentale. Come ci insegna la natura, difatti, nessun fiume scorre per sé stesso e nessun albero germoglia per mangiare i suoi frutti. Tutto ciò che cresce ed evolve lo fa con uno scopo: essere utile e a servizio di qualcosa di più. Sarebbe un peccato far sbocciare un fiore di loto senza nemmeno poterlo ammirare, così come sarebbe un peccato imparare tanto e non poterlo mettere a servizio delle altre persone. Questo vuol

---

<sup>75</sup> Ivi, pp.420.

dire contribuire<sup>76</sup>. Esserci in maniera attiva per chiunque ne abbia bisogno e solo in questo modo possiamo davvero crescere, imparare ed evolvere ancor più velocemente, grazie agli stimoli che la vita e le altre persone ci offrono.

Questi tre punti messi assieme, frutto dell'analisi dei testi di Robbins e di quanto messo in comune dai ragazzi, possono riassumere e racchiudere come ci si possa educare all'amore.

Innanzitutto, partendo e accettando il fatto che siamo noi le persone più importanti della nostra vita e come per qualunque relazione, bisogna partire dalla più importante, quella con noi stessi.

Per farlo, bisogna conoscersi e quindi mettersi in gioco con sé stessi e con il mondo dandosi dei micro o macro-obiettivi da raggiungere con l'unico scopo di crescere e realizzare sé stessi.

A questo punto il contributo sarà naturale perché quando si è pieni d'amore e carichi di energia, non si può non voler vedere qualcun altro, specie se vicino a noi, felice e realizzato come noi lo siamo e questo ci permette di evolvere in maniera molto più veloce e felice. Quindi l'amore è uno scambio, un do ut des di attenzione, di cura, di gentilezza, pazienza e piccoli gesti che se fatti con presenza, possono generare in noi un benessere infinito che è esattamente quello che ci meritiamo se vogliamo onorare il grandioso miracolo che è la vita.

Sono grata di aver potuto facilitare queste due sessioni di Philosophy for Children poiché sono state estremamente utili ed arricchenti per l'intero gruppo e soprattutto per me: giungere alla conclusione che diverse persone sentano il bisogno di ripensare l'educazione emotiva e trovino necessario l'essere guidate alla scoperta di sé stessi e del proprio amore, penso sia di estremo valore.

Pertanto, giunti a questo punto, ci si potrebbe chiedere come fare a livello pratico-operativo e soprattutto di che tipo di variabili tenere conto per far sì che questo percorso volga al meglio.

Per tal ragione ho scelto di impostare l'ultimo capitolo su questo tema, ovvero sui vari percorsi che si possono pensare o intraprendere per iniziare a dialogare con sé stessi in maniera più consapevole e auto-riflessiva. Alcuni, saranno frutto di mie esperienze personali integrati con lo studio e le riflessioni di autori dell'ultimo secolo, altre di studi compiuti in questi anni accademici. L'obiettivo è

---

<sup>76</sup> Ivi, pp.428.

quello di poter fornire delle modalità educative applicabili a ciascuna individuo a prescindere dall'età per iniziare a muovere i primi passi verso la storia d'amore più lunga ed importante della nostra vita: quella con noi stessi.



## CAPITOLO TRE: PROPOSTE EDUCATIVE PER INIZIARE AD AMARSI

### 3. *Cos'è e a cosa serve la crescita personale*

Il titolo di questo capitolo è sicuramente ispirante, motivante, in parte provocatorio anche se non nutre alcuna pretesa di riassumere in poche pagine l'intero processo di crescita della persona. Vuole piuttosto configurarsi come un'idea di riflessione circa i principi del funzionamento della crescita di ciascuno e il perché sia così necessario o meglio, naturale, crescere per l'essere umano.

Un interessante nodo riflessivo di partenza, può essere l'analisi di quanto accaduto durante il già citato secolo breve, ovvero durante l'incendio della Seconda Guerra Mondiale che ha consentito a tantissimi autori di interrogarsi sugli errori compiuti dai nostri avi, in particolare dall'estrema fiducia conservata nelle potenzialità dalla nostra mente. Il maggior spunto di riflessione l'ho tratto dalla bibliografia di Erich Fromm, umanista, filosofo e psicologo di origine ebraica che si è interrogato molto durante gli anni della Seconda Guerra Mondiale sul motivo per cui gli esseri umani possano arrivare ad uccidersi. Una delle opere di maggior spessore e riflesso, dopo l'Arte di Amare è "Avere o Essere" testo da cui ho tratto delle ottime linee guida in grado di poter favorire lo sviluppo di quanto idealmente maturato. L'idea di fondo del libro di Fromm è che la Grande Promessa di progresso illimitato post-positivista, abbia fallito miseramente. La nostra civiltà è diventata ancor più debole e si è illusa di poter possedere un senso di onnipotenza di cui, in realtà, non potrà mai godere<sup>77</sup>. La rivoluzione industriale ha consentito all'umanità di progredire come non mai e gli avanzi tecnici, tecnologici e sociali sono evidenti. Peccato che tutto questo benessere e sviluppo abbia condotto le persone di inizio Novecento e anche noi del ventunesimo secolo, a credere in una libertà illusoria dovuta all'abbondanza. I grandi sviluppi industriali non ci hanno reso onnipotenti. Anzi, lo scoppio di due guerre mondiali a distanza di pochi decenni potrebbe già essere un buon indice che confermi il contrario. Ma oltre

---

<sup>77</sup> E. Fromm. *Avere o Essere*. Mondadori, Milano, 2016, pp. 11.

ciò, quanto Fromm sostiene è che l'egotismo e l'edonismo, la ricerca del piacere infinito e della felicità illimitata, ci abbiamo condotti fuori rotta, allontanandoci dalla reale essenza di ciò che siamo<sup>78</sup>. Difatti sono due i concetti filosofici presenti nella sua dottrina: avere e essere. Il primo è legato alla bramosia umana di potere, di possesso. Questo costrutto è un discendente diretto delle rivoluzioni industriali e tecnologiche in cui l'eccesso di benessere ci ha abbagliati e condotti a voler avere il più possibile. Avere conoscenza, più che crearla e produrla e questo conduce inevitabilmente a delle guerre di classe senza fine<sup>79</sup>. Mentre l'essere è la nostra realtà, lo spirito che ci muove. Si tratta di un'attività interna, produttiva che ti permette di nascere e di rifiorire<sup>80</sup>. In questo senso si configura in maniera totalmente opposta all'avere che resta vincolato all'io e ai suoi schemi del passato. La modalità dell'essere ci ricorda invece che siamo liberi di conoscere, di elaborare ciò che incontriamo e di osservare la realtà per ciò che è. Questo è l'unico modo per poter superare le illusioni di onnipotenza e per farlo Fromm ha individuato le condizioni necessarie di cui l'umanità deve prendere atto per poter ricostruire un uomo nuovo e una società nuova.

Questi punti rispecchiano le Quattro Nobili verità Buddiste. Tutto parte dalla consapevolezza.

Bisogna essere consapevoli dello stato di sofferenza in cui si vive.

Bisogna poi riconoscere il proprio malessere.

Ammettere che esiste un modo per superare questo malessere.

Accettare l'idea che, per superare il nostro malessere bisogna cambiare stile di vita.<sup>81</sup>

Questi sono i presupposti di base da cui secondo l'autore bisognerebbe partire per ricostruire un uomo nuovo. Più forte, saggio e pronto a cogliere le reali sfide del mondo moderno. A mio avviso, dei percorsi educativi istituiti e pensati su tali basi possono dare nel lungo termine dei risultati significativi.

---

<sup>78</sup> Ivi, pp.13.

<sup>79</sup> Ivi, pp. 17.

<sup>80</sup> Ivi, pp.79.

<sup>81</sup> Ivi, 185.

In Italia, nel mondo della formazione, si sente ormai parlare da decenni di crescita personale. Ma cosa è esattamente? Ci giunge in aiuto come sempre l'etimologia. La parola "crescita" da dizionario indica "l'aumento di forza, volume e peso di un oggetto rispetto alla sua condizione precedente<sup>82</sup>". Oppure: "Aumentare di grado o avanzare".

Ciò ci pone dinanzi ad un postulato: in natura tutto evolve. Basta guardarci attorno per sentire la veridicità di questa affermazione. Una piantina non resta mai la stessa e di ugual dimensione, ma da seme diventa pianta e da pianta diventa albero. Un cucciolo di animale appena nato nel giro di qualche ora impara già a muoversi e a mangiare e non resta mai della stessa altezza o grandezza per più di qualche mese. La fisica stessa ci dice che l'energia di un corpo non rimane mai invariata e che i passaggi di stato ci dimostrano come l'energia passi da uno stato all'altro si modifichi di continuo.

Per citare una frase di Osho:

*"L'energia è sempre in movimento verso l'esterno o verso l'interno. Non può mai restare ferma: se fosse ferma non sarebbe energia, ma non esiste nulla che non sia energia. Quindi, tutto si sta muovendo in qualche modo".<sup>83</sup>*

Pertanto, anche noi esseri umani che facciamo parte della natura, anzi ne siamo gli esseri più sviluppati in termini di intelligenza, siamo costretti ad evolvere e a migliorarci. Per quanto pacifico e lapalissiano sia, questo processo non è sempre così semplice ed immediato perché siamo dotati di una macchina potentissima, la nostra mente, che ha un unico scopo: preservarci e garantire la nostra sopravvivenza. Pertanto, spesso e volentieri, resiste al cambiamento e invece di agevolarci nella crescita e nell'evoluzione, sembra che in qualche modo voglia ostacolarci o metterci i bastoni tra le ruote; tuttavia, non è così. Anzi, conoscere i propri meccanismi diventa necessario se non si vuole incappare in ciò che secondo alcuni filosofi,

---

<sup>82</sup> [https://dizionari.corriere.it/dizionario\\_italiano/C/crescita.shtml](https://dizionari.corriere.it/dizionario_italiano/C/crescita.shtml)

<sup>83</sup> Osho, *Crea il tuo destino. Le intuizioni che ti cambiano la vita*. Mondadori, Milano, 2016.

tra cui il noto Hans Jonas, ha condotto all'eccessiva fiducia nell'intelletto umano con le conseguenze disastrose<sup>84</sup> a cui si è fatto riferimento nelle righe precedenti.

In quanto esseri umani siamo progetti in una maniera perfetta e ogni organo e struttura del nostro organismo ha una specifica funzione. Quella del nostro cervello è mirata alla sopravvivenza e per questo diventa suo compito metterci allerta da tutte quelle situazioni che in qualunque modo potrebbero nuocerci o farci del male. Il problema è che delle volte la nostra mente, che si distingue dal cervello, parte in automatico, perché non è in grado di riconoscere e distinguere da sola, quella che potrebbe essere una potenziale situazione di pericolo, da quella che potrebbe essere semplicemente una nuova esperienza in grado di farci crescere e di farci mettere in gioco.

Per questo è importantissimo conoscere la nostra mente. Abitarla, sperimentarla, attivarla, stimolarla e vedere come funziona, per poi distinguerci da essa e ricordarci che noi siamo qualcosa di più, di molto altro.

Questo punto, che sarà sviscerato nelle righe successive è il motivo per il quale vorremmo tanto cambiare, migliorare<sup>85</sup> e soprattutto quando stiamo male e siamo gravemente malati sappiamo che la soluzione sarebbe mettere uno stop a quella situazione dolorosa. Tuttavia, di sovente, continuiamo a sabotarci nell'intraprendere azioni coerenti alla nostra guarigione o miglioramento. Come mai facciamo fatica ad interrompere vecchie abitudini che ci fanno stare male? Tutto ciò dipende dalla suddivisione della nostra mente. La mente, da decenni rompicapo per psicologi, filosofi, neurologi e scienziati non è una materia ancora del tutto definita; secondo alcuni permette di comprendere le funzioni superiori del cervello; per altri non si può nemmeno paragonare all'encefalo e alla parte corporea, ma sembra piuttosto una macchina simile ad un computer che analizza i nostri pensieri e le informazioni prese dal mondo circostante.

---

<sup>84</sup> Jonas ha asserito: «...potrebbe liberare fa inorridire. Per quanto mi riguarda, io non temo gli abusi dovuti a malvagi interessi di potere: temo invece coloro che amano l'umanità, e che sognano un grandioso miglioramento della specie».

H. Jonas, *Dalla fede antica, all'uomo tecnologico*. Il Mulino, Bologna, 2001.

<sup>85</sup> Martina J., Martina R., *Omega healing. Il metodo per una vita lunga e sana*. My life, Rimini, 2013, pp.34.

Riporterò qui la divisione proposta da Jay Roy Martina Roy ripresa nel loro metodo di cura healing, dove si afferma che la mente è suddivisa in conscia e subconscia<sup>86</sup>. La mente conscia è governata dalla forza di volontà, dai pensieri e dagli obiettivi. Questa parte rappresenta circa il 10 per cento della mente totale: è un po' come la punta di un iceberg. La mente subconscia forma invece il restante 90 per cento e, seguendo l'analogia dell'iceberg, ne rappresenta la parte sommersa. Essa controlla schemi comportamentali, emozioni, pulsioni, credenze, valori e autoimmagine. Il cervello consiste di una struttura neurale di sinapsi che può essere organizzata in modo da rendere un comportamento automatico che facciamo senza pensarci. La mente critica è la superficie dell'acqua, lo strato che separa conscio e subconscio, ed è in grado di bloccare tutte le informazioni consapevoli che non le piacciono trasmettendo una reazione contraria<sup>87</sup>.

Questa parte è paragonabile a una enorme biblioteca con manuali che spiegano come agiamo e ci comportiamo abitualmente. Qui è difficile realizzare un cambiamento per via della mente critica, che ostacola l'accesso alla biblioteca. La biblioteca viene costituita nei primi anni di vita, entro i sette anni ed è difficile che la mente conscia riesca a modificarla: una volta programmata è arduo cambiarla. La ragione è che prima dei sette anni la mente critica è debole e noi siamo aperti a credere praticamente a qualsiasi cosa. A partire da quell'età sviluppiamo la mente critica, ma resta difficile modificare ciò che è già chiuso nei sotterranei del subconscio. A livello conscio possiamo credere di essere forti, ma se la mente subconscia non è d'accordo, non riusciremo a mostrare questo potere. Ci vuole una grande forza di volontà per creare un cambiamento. Pertanto, ora può risultare più chiaro perché si parli di "lavorare su di sé" e di "crescita personale" come un vero e proprio lavoro. Perché serve un quantitativo di energia, motivazione, forza di volontà e strumenti non indifferenti. Ed è proprio nella creazione e propagazione di strumenti che si può inserire il contributo della pedagogia e delle scienze dell'educazione.

Da diversi anni ormai, anche nel mondo educativo, si è posta l'attenzione sullo stato di "benessere della persona", inteso come uno stato che coinvolge tutti gli aspetti dell'essere umano e che caratterizza la qualità di vita di ogni singola persona all'interno di una comunità di persone o società. Il benessere consiste quindi

---

<sup>86</sup> Martina J., Martina R., *Omega healing. Il metodo per una vita lunga e sana*. My life, Rimini, 2013, pp.45.

<sup>87</sup> Ivi, pp.50

nel miglior equilibrio possibile tra il piano biologico, il piano psichico ed il piano sociale dell'individuo e la condizione di benessere è di natura dinamica.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ci ha aperto ad una nuova definizione di salute, sicuramente più completa rispetto alle precedenti definendola come "condizione di completo benessere fisico, mentale e sociale". Non intesa solo come l'assenza di una condizione di malattia fisica.

Questo progresso, avvenuto anche a livello etimologico segna un'apertura e un'azione di comprensione verso il nuovo modo di intendere uno dei bisogni fondamentali dell'uomo: la sua salute psico-fisica.

Questo ci ha permesso di aprire lo sguardo ad un nuovo tipo di educazione, ad una nuova concezione più ampia basata sulle capabilities e sulle capacità trasversali dell'essere umano. La pedagogia speciale in questo senso si è adoperata per riuscire a trovare degli stimoli nuovi per intendere il concetto di educazione. La pedagogia speciale, come disciplina specifica delle scienze dell'educazione, si è occupata sin dall'inizio di tutte quelle categorie di persone laterali, ai margini della società, con uno sguardo più sensibile nei confronti delle persone affette da disabilità fisica o cognitiva, ampliando anche questo termine non più rilegato alle condizioni fisiche della persona. Si è tenuto conto di ciò che Comenio ha osservato quando ha parlato in modo estremamente lungimirante di educazione per tutti e di tutti e questo ci ha permesso di intendere un nuovo tipo di educazione dove il benessere della persona si pone al centro della questione educativa e diventa finalmente qualcosa di necessario e non più accessorio.

Se negli altri Paesi orientali, il benessere e la crescita della persona è stato e continua ad essere materia di studio delle filosofie antiche e delle discipline studiate dagli antichi maestri spirituali, in Occidente non è sempre stato così. Come si è visto nel primo capitolo, i greci ci hanno lasciato in eredità il valore immenso che possiede la conoscenza di noi stessi mediante il motto delfico "γνώθι σαυτόν", gnōthi sautón.

In questo senso, penso che ogni risorsa sia realmente già dentro di noi, ma per trovarla, esattamente come si fa con le cacce al tesoro, non basta aspettare di poterla trovare casualmente, ma bisogna crearsi un percorso, una mappa che ci conduca esattamente lì. Dove siamo destinati ad arrivare. Al centro della nostra

terra, nel cuore del nostro mondo interiore. E lì sarà una completa gioia dove potremmo tutti festeggiare il trionfo della nostra scoperta, l'aver afferrato la nostra vera essenza.

Per tal ragione l'educazione stessa e le scienze umane hanno sentito il bisogno di ripensare il loro scopo per iniziare ad usare gli strumenti dell'educazione come modo per conoscere sé stessi. La conoscenza si è trasformata nella spinta di voler creare dei percorsi di crescita o di maggiore consapevolezza per ciascun individuo: affinché tramite gli strumenti forniti possa sentirsi in grado di significare la sua esistenza e di farlo in autonomia.

Per la società nella quale viviamo, reputo questi percorsi necessari, proprio perché manchiamo di una saggezza interna elevata e di una prontezza nell'affrontare e nell'essere consapevoli di noi stessi e dei nostri processi psicofisici, che ci impedisce di poter aumentare il nostro benessere e raggiungere ciò che desideriamo. Più che a livello teorico, non sappiamo nel pratico come fare; leggiamo libri, ci informiamo o chiediamo il parere di nostri amici, dimenticandoci che ognuno è diverso e per questo anche le nostre vite avrebbero bisogno di un occhio di riguardo più personalizzato e soggettivo.

Uno dei formatori più importanti e conosciuti al mondo è Anthony Robbins. L'idea di crescita personale negli Stati Uniti arriva con il concetto di self help. Quest'ultima si configura come una filosofia di pensiero secondo cui il mutuo aiuto tra le persone può aiutarle a sviluppare il proprio benessere tramite la crescita tramite la comprensione delle proprie potenzialità. Gli strumenti più utilizzati sono quelli del dialogo interiore e più nello specifico la cura di quest'ultimo, perché è quello che ci permette di interrogarci ed entrare in contatto con noi stessi. La scoperta più importante di fondo riguarda il riuscire a "riprogrammare" la propria mente con affermazioni positive e potenzianti su di sé, che mediante la ripetizione costante, consentono la creazione di un mindset potenziante che permette di ottenere risultati in tutte le aree della nostra vita.

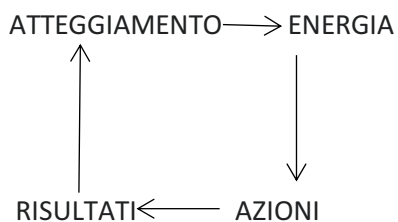
Il presupposto di base è che tutto parte dai nostri pensieri<sup>88</sup>. I pensieri che sono un'estensione della nostra realtà materiale e in questo ci aiuta la fisica quantistica ricordandoci che l'universo è energia e la realtà è l'estensione dei nostri pensieri che sono campi magnetici pieni di connessioni neuronali che ci permettono di

---

<sup>88</sup> A. Robbins, *Come otterenerne...*pp. 75.

creare la nostra realtà circostante. Per quel che ne sappiamo ne produciamo più di 60.000 al giorno e metà di questi provengono dal nostro inconscio. Il che significa, come abbiamo visto con la mente subconscia, che moltissimi di questi, provengono da schemi passati di cui non siamo totalmente consapevoli. Non li abbiamo scelti noi ma provengono dai nostri genitori che hanno avuto a loro volta dei genitori in precedenza e questo può diventare un problema nel momento in cui, non conoscendoli a fondo, non capiamo il perché di determinati comportamenti. Il presupposto fondamentale è che i pensieri creano delle emozioni e queste emozioni ci portano a fare o non fare determinate azioni. Le somme delle nostre azioni giornaliere porta a dei risultati concreti nella nostra vita. Quindi se il circolo che vogliamo instillare è virtuoso, per cambiare i nostri risultati dobbiamo partire dai pensieri.

Questi, sono potenziati ed allineati con i nostri valori più profondi e le nostre credenze e queste sono le prime ad impattare sulla nostra energia. Grazie all'energia troviamo la carica per compiere delle azioni e delle azioni massicce e di qualità conducono a dei risultati. Il ciclo di realizzazione dei nostri risultati diventa il seguente:



*Figura 2: L'immagine ritrae il ciclo di autorealizzazione di un obiettivo. I 3 fattori chiave che consentono di arrivare ad un risultato.*

Nell'atteggiamento si celano i nostri pensieri, le nostre emozioni, le credenze su noi stessi, sul mondo e sulla vita. Le credenze sono degli stati di assoluta certezza rispetto a tutto quello che noi crediamo e il lavoro più grande e anche impegnato si opera proprio lì, nell'invisibile.



Anche Gandhi diceva: *“Le tue convinzioni diventano i tuoi pensieri. I tuoi pensieri diventano le tue parole. Le tue parole diventano le tue azioni. Le tue azioni diventano le tue abitudini. Le tue abitudini diventano i tuoi valori. I tuoi valori diventano il tuo destino.”*

Le credenze e le convinzioni possono essere paragonate alle radici di un albero. Non si vedono ma di fatto sono loro a nutrirlo e permettergli di restare in piedi. Metaforicamente parlando noi siamo degli alberi e per restare in piedi, abbiamo bisogno di sano e rigoglioso nutrimento; questa sostanza nutritiva ci permetterà di diventare ciò che abbiamo sempre desiderato. E la qualità e la salute delle nostre radici, ci può essere utile come bussola di riferimento e metro di misura. Nelle aree della nostra vita in cui non abbiamo così tanti risultati o sentiamo che potremmo migliorarli, evidentemente si annidano nascosti dei pensieri di poca abbondanza o di non totale accettazione della nostra condizione iniziale. Il solo fatto di riconoscerlo è il primo passo verso il cambiamento.

Ecco che nel mondo statunitense i primi corsi di formazione sono iniziati così: con dei coaching o consulenze personali basate sul cambio di pensieri, ma molto improntate alla motivazione della persona dall'esterno. Tutti coloro i quali si sono approcciati al mondo della crescita personale avranno letto o sentito i libri cardini dell'ambito della formazione a partire dai colossi del già citato Anthony Robbins:

*Come ottenere il meglio di sé e dagli altri; Passi da gigante o Life Force.* Questi libri hanno aperto gli occhi alle persone sulla possibilità di poter migliorare la propria vita, una volta cambiato il proprio stato mentale. Non bisogna accettare passivamente ciò che arriva ma si può pensare di attirare ciò che si desidera.

E quando si parla di legge di attrazione non può non venire in mente il nome di Joe Vitale. I suoi libri più noti come: *I 7 passi per realizzare l'impossibile; le 5 chiavi per accelerare la legge di attrazione o The Miracle,* consentono di iniziare a prendere una consapevolezza diversa rispetto al nostro potere personale e al fatto che c'è un mondo invisibile dietro di noi che è decisamente non conosciamo. Preso atto di ciò bisogna iniziare a fare del lavoro su di sé per iniziare a sentirsi davvero gli unici responsabili della propria vita. Lo stesso autore, Vitale, racconta di essere stato un senzatetto per un periodo nella sua vita. E ciò che gli ha permesso di uscire con forza e determinazione da quella condizione, divenendo ad oggi uno dei più grandi formatori e

scrittori conosciuti al mondo, è stato il poter scegliere di uscire da quella condizione e di cambiare significato a quanto aveva vissuto.

Questo tipo di figure ha iniziato a creare negli Stati Uniti un modello di persona, un'ideale di autorealizzazione che non tiene conto del punto di partenza ma che a prescindere da dove tu o i tuoi genitori nascano, se hai un sogno e vuoi realizzarlo, basta perseguirlo con fede e determinazione. Possiamo concordare sul fatto che ascoltare questo tipo di storie risulti motivante, soprattutto per le persone più comuni, per i ragazzi che riaccendono la speranza nei loro sogni guardando artisti arrivarci prima di loro; tuttavia, nel nostro Paese, che è socialmente e culturalmente molto diverso dagli Stati Uniti, l'ideale del self-made man non attecchisce così tanto. Anzi, nei primi anni era visto quasi con sospetto e diffidenza. Per tal ragione quando in Italia, sono giunti i libri citati pocanzi, e sono stati tradotti, se da un lato sono stati accolti con grande entusiasmo e curiosità, dall'altro, molti, scettici rispetto al modello americano di intendere la formazione, hanno interpretato questi strumenti come troppo motivazionali e di poco valore.

Di fatti, nel nostro Paese, il settore della formazione oggi assume delle sembianze diverse rispetto al modello americano, in quanto, si predilige un affiancamento più diretto della persona, più privato e sempre aperto all'ausilio di altri strumenti provenienti dal mondo della psicologia e della psicoterapia.

Un buon formatore non lavora mai da solo, ma sempre in equipè perché sa che la sua sola esperienza non basterebbe e non gli consentirebbe una visione approfondita della situazione della persona, ma è sempre aperta a consigli e confronti.

Nel sotto capitolo successivo si parlerà in particolare di esperienze formative da me vissute e studiate in prima linea oltre che di strumenti volti al miglioramento delle condizioni di vita di una persona.

### *3.1. Possibili percorsi di crescita personale*

In Italia attualmente ci sono più di 6.000 psicologi per una popolazione di 60 milioni di abitanti. Nei dipartimenti di salute mentale e nelle strutture convenzionate operano 4.286 psichiatri e 2.740 psicologi<sup>89</sup>. La figura dello psicologo ha lo scopo di aiutare la persona nelle attività di abilitazione e di riabilitazione e di sostegno in ambito psicologico rivolte alla persona, al gruppo, agli organismi sociali e alle comunità mediante l'uso di strumenti conoscitivi, di diagnosi e di preparazione. L'obiettivo di uno psicologo o di uno psicoterapeuta è guidare la persona verso un percorso individuale di scoperta e di autoconsapevolezza che gli permetta di guardare la propria vita dall'esterno e risignificarla con gli strumenti psicoterapici.

Per quanto ampia e complessa sia la mente umana, ogni figura professionale la studia, analizza e approccia in modo differente. Tra gli psicologi più comuni che operano nel nostro territorio troviamo: gli psicologi comportamentisti, cognitivisti, gli psicoterapeuti specializzati nella gestione delle relazioni di coppia, familiari, adolescenziali, gli psicologi di comunità e specializzati nella cura di dipendenze e gli psicanalisti.

Nel 2019, 4 italiani su 10 si sono rivolti ad uno specialista per migliorare le proprie condizioni di vita, soprattutto sul fronte lavorativo e relazionale. E 6 su 10 hanno richiesto l'inserimento di uno psicologo a scuola. I dati ISTAT sul tasso di dispersione scolastica non sono rassicuranti dato che nel 2021 l'indice era del 12,7% come analizzato dall'ultima rilevazione EUROSTAT.<sup>90</sup>

In questo senso la figura professionale dello psicologo permette di guardare ai problemi con un'ottica diversa. Il primo scopo di ogni psicologo è far sentire la persona capita, mai giudicata ma di offrirle una prospettiva più ampia di quella che può essere una situazione impegnativa e/o dolorosa ed iniziare a vederla come sfidante; pertanto, la relazione che si crea con il proprio paziente è di reciprocità, di fiducia e di scambio dialogico. Mediante il colloquio ed altri strumenti clinici di natura qualitativa o quantitativa, il professionista aiuta il proprio paziente a ricostruire un passo alla volta il puzzle della propria esistenza e di iniziare, dopo un'attenta analisi delle origini a causa del proprio malessere, ad inserirlo nel quadro clinico della propria vita.

---

<sup>89</sup> <https://www.infodata.ilsole24ore.com/2023/01/16/salute-mentale-troppo-pochi-psichiatri-e-psicologi-nei-dipartimenti-di-salute-mentale/>

<sup>90</sup> <https://www.tecnicaldellascuola.it/rapporto-istat-2023-scuole-poco-sicure-flessione-della-dispersione-scolastica-salari-bassi-e-ancora-troppi-neet>

Ecco perché farsi accompagnare da un professionista che in maniera neutrale e imparziale legge quanto ci è accaduto, può aiutarci nella comprensione delle nostre “zone d’ombra” e può essere un validissimo strumento di aiuto e di crescita personale.

Diverso dall’approccio psicologico è invece quello del counselor. Se infatti lo psicologo è una figura professionale abilitata all’esercizio della professione dopo l’iscrizione all’albo e il superamento della prova di concorso pubblico, il counselor è un professionista della relazione di aiuto, ma in Italia non risulta ancora come figura regolamentata. In quanto esperto di comunicazione, il counselor offre il suo tempo, la sua attenzione interessata e partecipativa a chi si trova in un momento di difficoltà o che sente la necessità di chiarificare alcuni aspetti di sé, anche in rapporto all’ambiente che lo circonda. Se da un lato lo psicologo, opera più sull’aspetto mentale della persona, il counselor si impegna più nel sociale e vuole aiutare il proprio cliente nella possibilità di ricreare relazioni significative nella sua comunità. L’idea di fondo nasce dal contributo di Carl Rogers, psicologo statunitense che ha fondato la psicologia umanistica e incentrata sul cliente. L’obiettivo è guidare la persona affinché trovi dentro di sé le risorse per aiutarsi. Aiutare gli altri ad aiutarsi è, infatti, una delle funzioni principali del counselor<sup>91</sup>.

Come visto, lo psicologo è più incentrato sul passato della persona perché il suo obiettivo è ricercare a ritroso le cause del malessere di quest’ultima, per analizzarle e poi modificarle nel presente. Per questo i percorsi di terapia sono spesso lunghi e costanti, perché il lavoro di ricerca e di analisi richiede tempo e pazienza. Il counselor si concentra piuttosto nel presente e nel rinforzare i punti di forza del cliente affinché sviluppi con autonomia, la sua capacità decisionale e di orientamento e per questo i tempi di affiancamento risultano molto più brevi.

In ogni caso si tratta di due figure specializzate e competenti che possono ausiliare la persona nel suo cammino di conoscenza, da un lato per favorire il benessere mentale, dall’altro socio-relazionale che non a caso costituiscono le due sfere più importanti dell’essere umano che necessitano di cura, amore e attenzione<sup>92</sup>.

---

<sup>91</sup> Sellin R. *Le persone sensibili hanno una marcia in più. Trasformare l’ipersensibilità da svantaggio a vantaggio*. Feltrinelli Editore, Milano, 2022 pp.15.

<sup>92</sup> Ivi, pp.19.

Una delle tecniche che ultimamente molti psicologi e counselor hanno riconosciuto come valida e da utilizzare con i loro pazienti è la meditazione, in particolare la cosiddetta mindfulness. La meditazione ha una storia antichissima, le sue origini risalgono alle tradizioni religiose e spirituali induiste del secondo millennio a.C.

L'obiettivo era ripulire la propria coscienza ponendola in uno stato di veglia e di consapevolezza rispetto al disagio e sofferenza che ogni uomo è costretto a vivere. Ma se mediante il respiro si entra in connessione con sé, con il proprio Io più profondo, ci si rende conto di quanto la nostra mente sia potente. Molto più del dolore fisico o spirituale che in quel momento stiamo provando. Ecco perché la meditazione viene associata alla pratica yogica: la postura, il respiro e i movimenti che lo yoga insegna, sono di natura meditativa perché consentono di slegarsi dal corpo e di concentrarsi sul potere e sulle azioni della mente.

La mindfulness che negli ultimi anni, in Italia, ha preso tantissimo piede, è una pratica specifica di meditazione centrata sulla consapevolezza dell'esperienza personale presente. In particolare, ci invita ad osservare con curiosità la propria esperienza, con atteggiamento aperto, curioso e non giudicante.

Il termine inglese che significa "consapevolezza" rappresenta il fulcro di questa pratica meditativa: prestare attenzione momento dopo momento a quello che accade. Il termine antico in lingua pali "*sati*" significa appunto consapevolezza, attenzione sollecita<sup>93</sup>. Questo tipo di pratica ci invita a restare nel presente focalizzando la nostra attenzione sul respiro e cercando di non inseguire "la scimmia impazzita" che è la nostra mente. Gli Orientali definiscono così la nostra mente perché quando tende a vagare con i pensieri e spostarsi compulsivamente da un pensiero all'altro, somiglia metaforicamente ad una scimmia irrequieta che salta da un albero all'altro.

Secondo la psicologia occidentale è proprio la capacità metacognitiva che si sviluppa attraverso la pratica costante della mindfulness a renderla una tecnica utile per ridurre stati di tensione, stress e sofferenza.

Durante la pratica si invita la persona a osservare con curiosità il naturale funzionamento della mente. Il fluire di pensieri emozioni e sensazioni fisiche non viene ostacolato anzi. Si invita il praticante a osservare qualsiasi

---

<sup>93</sup> <https://www.ospedalemarialuigia.it/psicologia-applicata/mindfulness/>

contenuto compaia nella mente, lasciando che questo semplicemente compaia nella consapevolezza del momento presente.

I benefici riscontrati da queste tecniche meditative sono molteplici a partire dalla calma e gestione degli stati di ansia, di cattivo umore, alla riduzione di stati di depressione, al miglioramento delle capacità di attenzione e di memoria, al rafforzamento del sistema immunitario e si è visto che la meditazione aiuta anche nella conciliazione del sonno, nell'aumento della capacità creativa e nello sviluppo dell'autostima.

L'inserimento nelle scuole di queste pratiche aiuterebbe non poco i ragazzi in una migliore gestione del proprio stato di ansia prima delle verifiche o delle interrogazioni. L'Inghilterra ha proposto nel 2019 un programma scolastico per rendere la mindfulness materia di studio e non un'attività extra-curricolare<sup>94</sup>. Tra una materia e l'altra si propongono 10 minuti di mindfulness o mezz'ora dedicata ai respiri consapevoli.

L'obiettivo è aiutare gli studenti a rafforzare il loro stato mentale e il benessere psico-fisico, ma anche aiutarli a prevenire i problemi, rendendoli autonomi nel chiedere aiuto prima che la difficoltà si presenti<sup>95</sup>.

Dopo aver presentato alcuni percorsi prettamente individuali, vorrei ora parlare di un altro percorso che può giovare tantissimo al benessere personale. I corsi esperienziali forniscono un booster potentissimo da cui partire perché racchiudono al loro interno sia la formazione teorica che pratica. Sia l'aspetto personale, che di gruppo.

Il "One" è un corso esperienziale di crescita personale, promulgato da Genio Net<sup>96</sup> e della durata di quattro giorni, volto a far acquisire al partecipante dei metodi per migliorare il proprio benessere, nonché per sviluppare le proprie potenzialità. Il benessere della persona è posto al centro e i coach e gli istruttori sono un'équipe di professionisti che ogni giorno lavora a contatto con le persone e si occupa della loro formazione. Nei quattro giorni si toccano le aree fondamentali della vita di ciascuno a partire dalla famiglia, dalle relazioni, la comprensione dei propri valori guida e delle credenze che ci accompagnano nelle scelte quotidiane. Il

---

<sup>94</sup> <https://www.greenme.it/salute-e-alimentazione/salute/mindfulness-scuole-inglesi/>

<sup>95</sup> <https://alleyoop.ilsole24ore.com/2019/05/29/meditazione-scuola/>

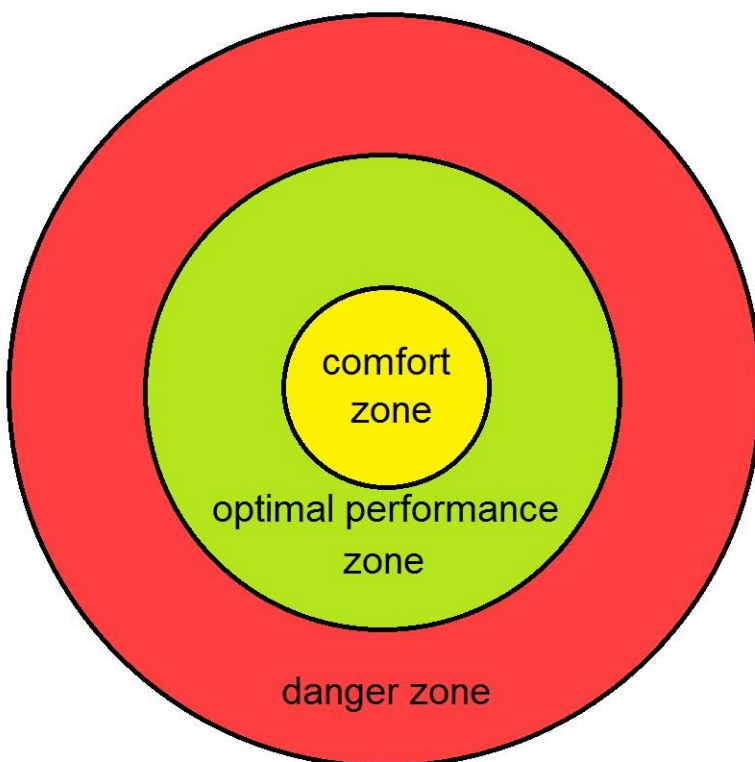
<sup>96</sup> Genio Net è un ente che si occupa di formazione e di apprendimento nel territorio italiano e in 5 paesi esteri dal 2010.

lavoro più grande è proprio lì nella gestione dei pensieri, che come abbiamo visto fino ad ora, costituisce il fulcro da cui tutto parte.

Il corso è strutturato in modo da poter uscire da quei quattro giorni con degli strumenti teorico-pratici su da poter applicare nella vita quotidiana. Riassumendo in poche pagine quanto accade nel corso esperienziale potremmo dire che il primo giorno è volto a far comprendere uno dei concetti cardini nel mondo della formazione, ovvero il concetto di zona di comfort. Ognuno di noi vive all'interno di una zona di comfort all'interno della quale esistono azioni e mansioni che riusciamo a svolgere con facilità: mangiare, dormire, bere, per qualcuno parlare più lingue, sapere suonare uno strumento o cantare. Pertanto, tutto ciò che non sappiamo ancora fare ma che vorremmo imparare, si trova al di là della nostra sfera di comfort e se vogliamo raggiungerlo, risulta pacifico che all'inizio servirà un po' di impegno e di pratica. Ecco perché è importante comprendere che il cambiamento avviene un passo alla volta e non all'improvviso, poiché se fosse così cadremmo inequivocabilmente in quella che viene chiamata "zona di panico" che, come suggerisce il nome, è una sfera nella quale non dovremmo mai entrare se non vogliamo essere schiacciati dal cambiamento e viverlo come un dovere pesante, perché è troppo distante da noi. Il punto è fare tante piccole azioni sfidanti che ci permettano di sentirci sempre più vicini, al nostro obiettivo. Se ad esempio voglio imparare a nuotare, abilità che non è ancora dentro la mia zona comfort, dovrò iniziare dalle basi: per prima cosa devo imparare a restare a galla. Poi inizierò con i braccioli e la tavoletta. E solo quando mi sentirò sicura con questi strumenti, allora potrò passare ad imparare i diversi stili di nuoto e sentirmi sempre più abile in questa capacità. Ma fino a quel momento dovrò attenermi alle indicazioni di un istruttore e fare un passo alla volta senza saltare nessun passaggio. Diverso sarebbe se io volessi imparare a nuotare con la cosiddetta "terapia d'urto": ovvero se venissi buttata in acqua e iniziassi a sbracciare finché il mio corpo non sarà in equilibrio. Questa è la zona di panico. Il pretendere di passare da zero a cento, in un istante. E per quanto ci sembri assurdo come ragionamento, ci sono tantissime persone che adottano questo meccanismo: nello studio, nel lavoro, nelle relazioni. Non vogliono seguire tutti i passaggi ma pretendono di imparare l'eccellenza in pochissimi istanti. Questa è una pretesa irrealistica e finché non scegliamo di accettarla, incapperemo sempre nello stesso

errore. Quale è allora quella zona intermedia nella quale dovremmo imparare a stare per non passare dalla zona di comfort a quella di panico istantaneamente? La zona di apprendimento<sup>97</sup>.

Ovvero quella sfera di crescita costante, in cui, tramite piccole azioni quotidiane, possiamo imparare quelle abilità, sentendoci a nostro agio nel farlo e sentendoci soprattutto fiduciosi e sicuri del cambiamento in atto, perché riusciamo già a percepirne i risultati. Si tratta, in altre parole, di quella che Vigotskij chiama “zona di sviluppo prossimale”, ovvero quella zona in cui i bambini imparano a svolgere nuovi compiti in linea con le loro capacità: quindi né troppo semplici, perché altrimenti non ci sarebbe crescita e miglioramento, né troppo difficili perché altrimenti lo vedrebbero come un compito troppo sfidante e questo impedirebbe loro di raggiungerlo.



*Figura 3 Diagramma raffigurante il concetto di zona di comfort, zona di apprendimento e zona di panico.*

---

<sup>97</sup> A. Robbins, Come ottenere...pp.80.



Restare quindi nella zona di apprendimento risulta fondamentale perché è quell'area che ci permette di ampliare il nostro raggio di azione, le nostre competenze e capacità. E penso che introdurre un percorso di crescita con questo postulato iniziale, sia decisivo perché ci ricorda qual è la rotta da intraprendere e soprattutto restituisce dignità e piacere alla crescita. Infatti, tutte le persone che pensano che crescere sia impegnativo, pesante o dannoso è perché hanno affrontato le sfide più importanti entrando nella zona di panico. Ma come abbiamo detto, si tratta della cosa più distante dal reale funzionamento del miglioramento umano.

Ecco perché prima ancora del One, l'azienda di formazione Genio Net, ha introdotto un altro percorso di crescita personale a mio avviso validissimo, ovvero la Soft Skills Academy.

La Soft Skills Academy nasce come un progetto sociale che ha l'obiettivo di far acquisire ai corsisti le soft skills oggi più richieste per vivere una vita ricca di stimoli. Le abilità relazionali, la gestione delle emozioni sia positive che negative, l'autodisciplina, l'etica, il concetto di zona di comfort e molte altre. Sono quindi passate in rassegna tutte le aree più importanti della nostra vita e le si affronta mediante un percorso teorico-pratico cadenzato in un incontro a settimana<sup>98</sup>. L'idea della continuità è infatti alla base dei principi della soft skills ed è sicuramente questo uno dei punti più importanti di quest'accademia. Si allena la presenza fisica e mentale durante gli incontri in cui un formatore sviscera questi contenuti per poi discuterli assieme e metterli in pratica sotto forma di esercizi. D'altronde ciò che non viene praticato risulta poco utile, perché il nostro pensiero registra solo le azioni e non i pensieri. Ed esattamente da questo spunto nasce il corso One. Per quanto fruttuose e piene di valore, due ore settimanali di crescita personale non potranno mai avere lo stesso impatto di quattro interi giorni di formazione dedicati a sé e al proprio sviluppo personale.

Per questo il primo giorno è dedicato alla scoperta dei propri meccanismi interiori, come il concetto di zona di comfort appena enunciato e al presupposto fondamentale della crescita: l'auto accettazione. Come visto nel capitolo precedente, senza accettazione non c'è inizio e senza inizio non può esserci nessun progresso. Per questo accettarsi nella propria essenza, esattamente così come si è, nei propri lati piacevoli e anche meno

---

<sup>98</sup> <https://www.softskillsacademy.it/>

piacevoli, può permetterci l'inizio di una storia d'amore con noi stessi finalmente autentica. E per farlo ci sono tanti esercizi da poter fare, uno dei più importanti è sicuramente la ripresa del dialogo potenziante. La filosofia del linguaggio ci ricorda che le parole hanno una risonanza importantissima su di noi. Le parole emano delle frequenze, delle vibrazioni che noi immettiamo nell'universo. Come asserisce Goleman: «Non avere parole per descrivere i sentimenti significa non potersi appropriare di essi»<sup>99</sup>. Quindi le parole non solo ci aiutano a verbalizzare i nostri pensieri e sentimenti, ma li rendono significativi e ogni volta che le pronunciamo la nostra fisicità vibra nello stesso modo. Se le parole sono positive, ci daremo la possibilità di raggiungere più velocemente quanto abbiamo affermato. Se non lo sono, rischiamo davvero di metterci i bastoni tra le ruote da soli.

Lo strumento quindi delle ripetizioni di frasi potenzianti è uno dei primi strumenti per lavorare sul proprio livello di auto accezione e autocoscienza<sup>100</sup>. Sappiamo inoltre che la nostra mente è estremamente legata al nostro corpo, basti pensare a tutte le malattie psicosomatiche che ce lo confermano di volta in volta. Dei pensieri negativi e depotenzianti possono suscitare nel nostro organismo delle reazioni fisiche indesiderate. Ma ciò che spesso si ignora è che la relazione tra mente e soma, agisce anche al contrario. Se stiamo male a livello di energia perché stiamo accusando una situazione poco piacevole, possiamo usare il nostro corpo come strumento di ripresa di energia istantanea. E attivandolo, i pensieri negativi faranno tantissima fatica a restare lì con noi. Per questo durante il corso si incoraggia l'esercizio fisico, ma più in generale il movimento, perché avere cura del proprio corpo è prendersi cura del proprio tempio esteriore. Questo è il terreno di preparazione per i due giorni successivi, dove vengono trattati i temi dei valori e delle credenze: i valori sono le nostre bussole interiori, i parametri mediante i quali riusciamo a prendere delle decisioni ed indirizzarci in maniera consapevole. La scala dei nostri valori è ciò che decide delle nostre azioni, giornate ed emozioni. Tante scelte consolidate nei giorni portano poi, alla formazione delle credenze<sup>101</sup>. Su queste ultime ci siamo soffermati nel capitolo precedente definendole degli "stati di assoluta certezza" e in quanto tali costituiscono la nostra verità, a prescindere da ciò che vedono gli altri. Possiamo desumere che grandissimi pensatori ed

---

<sup>99</sup> M.Santi, *Costruire comunità di integrazione in classe...*pp.204.

<sup>100</sup> Vitale Joe. *The Miracle: i sei passi verso l'illuminazione*. Uno Editori, Torino, 2016 pp. 57.

<sup>101</sup> Ivi, pp.70.

autori hanno dedicato delle frasi alle credenze, per sottolinearne ancor più l'importanza. Basti pensare ad uno degli esponenti della scuola di psicologia di Palo Alto, Paul Watzlavick, il quale afferma che «la credenza che la realtà che ognuno vede sia l'unica realtà è la più pericolosa delle illusioni», volendo sottendere che ognuno di noi vede ciò che vuole ed è questo ciò che conta di più. Oppure Salomone il quale dice che «quello che crede nel suo cuore così egli è» o ancora Henry Ford: «Che tu creda di farcela o di non farcela avrai comunque ragione<sup>102</sup>».

Questi sono solo alcuni degli esempi che si potrebbero fare per affermare e sottolineare nuovamente quanto ciò che ognuno di noi crede, sia a dir poco vitale, perché ciò che credi realizzi. E se credi cose belle e potenzianti di te, il gioco è fatto, basterà continuare a coltivare quel tipo di pensieri che portano risultati.

Ma se le credenze dovessero essere poco potenzianti, allora lì potrebbero subentrare delle difficoltà. Non solo perché il nostro dialogo interno diventerà sempre più fragile, depotenziante e di conseguenza improduttivo, ma perché il nostro SAR (sistema di attivazione reticolare)<sup>103</sup>, muscolo neuro recettore situato all'altezza del cervelletto, inizierà a cercare nella nostra quotidianità tutta una serie di riferimenti che ci diano ragione, perché il suo unico scopo è quello: darci ragione. Quindi non solo subiamo il peso di non "non sentirci capaci" o all'altezza, ma il nostro cervello che vuole darci ragione, farà di tutto per confermarcelo, creando una sorta di profezia che si autoavvera sul nostro senso di incapacità.

Svelata la ragion per cui moltissime persone, seppur estremamente brillanti, faticano a chiedersi di più o ad essere pienamente felici. Perché hanno nutrito le loro credenze depotenzianti più profonde. Le credenze madri più comuni sono tre: la credenza del non meritare, la credenza di sentirsi incapaci e la credenza di non sentirsi all'altezza.

E pensare che queste si formino nei nostri primi sette anni di vita e ci accompagnino per i restanti ottanta è a dir poco scioccante e in questo senso, il contributo della Philosophy for Children può risultare essenziale. Il lavoro che si compie soprattutto il terzo giorno di corso, di trasformazione delle proprie credenze

---

<sup>102</sup> Ivi, pp. 63.

<sup>103</sup> Ivi, pp.37.

depotenzianti risulta fondamentale, in certi casi, salvifico. Varrebbe la pena farlo anche già solo per questo. Io stessa mi sono trovata in primis nella situazione di aver trovato proiettate su di me delle credenze assolutamente improduttive. E pur avendo dei bellissimi risultati nella mia vita in termini di studio e relazioni, quando si instillava la credenza di non sentirmi all'altezza, avevo la sensazione che tutto mi scivolasse dalle mani e che quei risultati non fossero stati guadagnati per merito mio o delle mie capacità, ma li attribuivo sempre a qualcosa di esterno, sminuendo me stessa. Cambiare invece filtro di realtà, la pellicola che proiettiamo nel proiettore della nostra vita ogni singolo giorno, fa tutta la differenza del mondo. E al One, esistono delle prove speciali che servono per ancorare e confermare in maniera ancora più forte, solida e pratica il cambio credenza avvenuto. L'ultimo giorno si dedica invece alla scoperta della propria mission. Ci si ascolta ed osserva per capire quale sia il reale motivo per cui siamo qui, qual è la nostra vera missione e mediante delle tecniche di visualizzazione si può giungere più facilmente alla comprensione della nostra identità, di chi vogliamo essere. L'ultimo giorno si dedica all'amore. All'amore per sé stessi e per il mondo e l'esercizio finale e conclusivo è l'emblema dell'amore puro. Ecco perché ho scelto di dedicare queste righe ad un corso esperienziale così profondo che di certo non poteva essere riassunto in poco, ma il tentativo è stato quello di far comprendere al lettore come mediante dei percorsi esperienziali, si possa vivere l'amore, lo si possa toccare con mano, respirare e trasmettere agli altri.

Queste pagine vogliono essere un punto di inizio di riflessione su cosa potremmo diventare grazie all'ausilio di questi strumenti. Il mondo della formazione è ricco e non aspetta altro che persone che abbiamo voglia di conoscersi sul serio. Di amarsi e di abbracciarsi in ogni parte di sé per iniziare ad assaporare la vita con più gusto ed autenticità. Che si tratti poi di un percorso psicoterapeutico, di mindfulness, di counselor, o di un corso esperienziale di quattro giorni, l'importante è iniziare. Muovere dei primi passi verso sé stessi è il primo step per iniziare a conoscersi ed amarsi.

### *3.2. Riflessioni conclusive sull'educare all'amore*

Fino ad ora il percorso metacognitivo svolto ci ha permesso di vedere e di mettere più a fuoco uno dei sentimenti più belli che esista, l'amore. È stato presentato come un'energia che ci guida e ci accompagna per tutta la vita. L'amore è una spinta formidabile verso la nostra autorealizzazione e se alimentato con azioni di conoscenza, di sincero interesse e di cura, può condurre a scenari incredibili. L'amore è libertà. Di esprimersi e di lasciar esprimere il proprio Io, la propria autenticità. Se alla domanda guida iniziale di questo lavoro di ricerca, ovvero se sia necessario fare dei percorsi educativi per imparare ad amarsi, dopo questo insieme di riflessioni direi che la risposta è: assolutamente sì. Alla domanda invece, si può fare? E se sì, come? Abbiamo cercato rispondere nel capitolo 3.1 e ora riassumeremo alcuni contributi integrandoli con dei nuovi.

Se l'amore presuppone una conoscenza di sé<sup>104</sup>, sarà pacifico affermare che dobbiamo prima di tutto ascoltarci, educare a sentire. Nel suo libro magistrale *L'ordine del cuore*, il filosofo Roberta De Monticelli, riflette sul "sentire" come componente fondamentale della nostra affettività per riportare luce sulla nostra frammentata esperienza morale. Come lei stessa afferma: «ci sono tante mezze persone là fuori» persone non fiorite, perché non sono in grado di sentire, ovvero di percepire la qualità di valore delle cose. «Il sentire è percezione di qualità di valore, positive o negative delle cose<sup>105</sup>». E aggiunge: «il sentire è il modo di presenza...» e la presenza viene indicata come il fondamento e la conditio sine qua non può avvenire il sentire. Sentire è una facoltà umana che permette la fioritura della nostra identità. Ma sentire cosa? Tramite l'esercizio dei cinque sensi possiamo sentire e percepire ciò che ci circonda. La vista e l'udito sono i nostri recettori più importanti per entrare in contatto e in connessione con le cose. L'esercizio del sentire è prima di tutto un esercizio fisico, che ci permette di avvertire cosa ci dà piacere e cosa no. A cosa vogliamo avvicinarci e da cosa vogliamo allontanarci. Subito dopo, si rivolge ai sentimenti asserendo che il sentimento è «una disposizione del sentire che comporta un consentire più o meno profondo all'essere<sup>106</sup>». E se quanto affermato fin ora ci porta a dedurre che l'amore è un sentimento per definizione, possiamo confermare che

---

<sup>104</sup> Mancuso Vito, *La forza di...*pp.25.

<sup>105</sup> R. De Monticelli, *L'ordine del cuore. Etica e teoria del sentire*. Garzanti Editori, Milano, 2008, pp.71.

<sup>106</sup> *Ivi*, pp.75.

l'amore sia una disposizione del sentire. Di sentirci da dentro e percepirci vivi e presenti. Come si educa le persone a sentire? Educandole a restare nel presente.

Eckhart Tolle ha dedicato un'intera vita alla comprensione del potere del presente e di cosa sia l'Essere. L'essenza dell'universo è L'Essere. «L'essere è la Vita eterna e onnipresente al di là delle numerose forme di vita soggette a nascita e a morte<sup>107</sup>». Non è un qualcosa che si può comprendere razionalmente ma bisogna spingersi al di là della propria mente per intuirne davvero l'essenza. E gli esercizi spirituali più importanti consistono in questo. Nel rendere la nostra mente calma quieta e chiederle di osservarsi nel suo eterno presente. Vivere nel qui ed ora e rispettare il presente dissolve ogni strato di infelicità. Infatti, i sentimenti come l'amore, la passione, la bellezza, sorgono al di là della mente e possono essere colti in maniera autentica solo da una persona sveglia, illuminata e presente. Quindi il primo passo per amarsi è la non identificazione con la mente, ma il rendersi conto che siamo qualcosa di molto più grande, di più potente; siamo l'oro che è stato ricoperto di fango da una mente giudicante ed etichettante. Il primo passo per smettere di identificarci con essa è iniziarla ad osservarla. Osservarla significa porsi in uno stato di silenzio e di contemplazione e guardare da fuori i suoi movimenti. Chiudi gli occhi, respira e osserva.

Su che pensieri si posa? Che tipo di pensieri sono, come vive il silenzio? Come risponde il nostro corpo a tutto ciò? Essere in questo stato di presenza non solo ci rende consapevoli dei nostri pensieri, ma anche di noi stessi in quanto testimoni osservanti di quel pensiero e questo crea un nuovo strato di consapevolezza<sup>108</sup>. Questa presenza consapevole è l'inizio della vera conoscenza. Quando un pensiero si ferma, si sperimenta una sorta di intervallo "senza mente". Seppur di pochi secondi, quando si verificano si prova un senso di piacere e di pace interiore. Questo stato è l'inizio della percezione dell'Essere. Scopri finalmente di essere qualcosa di più, di poter essere una forma di amore puro. Non siamo dei Sé incasellati in identità sociali da noi stessi costruite, ma siamo delle energie potenti racchiuse in un corpo che non vedono l'ora di fiorire in tutta la loro bellezza.

---

<sup>107</sup> E. Tolle, *Il potere di adesso. Una guida all'illuminazione spirituale*. My life srl, Corliano di Rimini, 2022, pp.25

<sup>108</sup> *Ivi*, pp.28.

Questo lavoro di auto-osservazione inizia con i pensieri, ma si può poi portare in profondità a livello emotivo. Anche le emozioni sono qualcosa di diverso da noi. Sono delle risposte fisiologiche del nostro corpo alla mente, degli impulsi automatizzati che arrivano a seguito dei pensieri. Spesso è la nostra mente che si traveste da emozioni e il non riconoscerla fa sì che ci identifichiamo con esse. Anche queste vanno osservate da fuori e un'ottima domanda guida per aiutarci può essere "che cosa sta succedendo dentro di me adesso?" ed osservare in silenzio.

Il silenzio è uno strumento potentissimo di connessione a cui non siamo molto abituati. Il silenzio è sacro "stare in religioso silenzio" perché consente di osservare, di restare nel presente connesso al proprio respiro, in modo da non far partire la mente e riempire il vuoto con l'amore. L'amore è uno stato dell'Essere. Non si trova all'esterno ma risiede dentro di noi, in ognuno di noi. Per questo quando siamo nel rispetto del nostro silenzio e ci connettiamo alla nostra vera essenza, riusciamo a cogliere l'essenza della vita negli altri esseri umani. Perché siamo tutti uno, siamo tutti One.

L'amore è già dentro ciascuno di noi e il dono più grande che la vita ci abbia potuto fare è che nessuno può togliercelo. Nella nostra profonda essenza siamo ricchi di amore e l'amore può solo regalare emozioni di gioia e di gratitudine. La gratitudine è l'emozione più alta e potente che esista al mondo perché quando la proviamo ci sentiamo come se nulla possa fermarci<sup>109</sup>. Sentirsi grati per ciò che si è e ciò che si ha ci permette di oltrepassare ogni limite e ogni barriera. E la gratitudine può essere provata solo in un profondo stato di presenza mentale. Quindi la presenza è lo stato necessario per iniziare ad amarsi e abbiamo visto come alcuni strumenti possano conciliare questo stato.

Possiamo dunque concludere che educare all'amore si può. Come? Partendo dall'osservazione e utilizzando questi strumenti.

---

<sup>109</sup> Vitale J. The Miracle: i sei passi...pp.5.

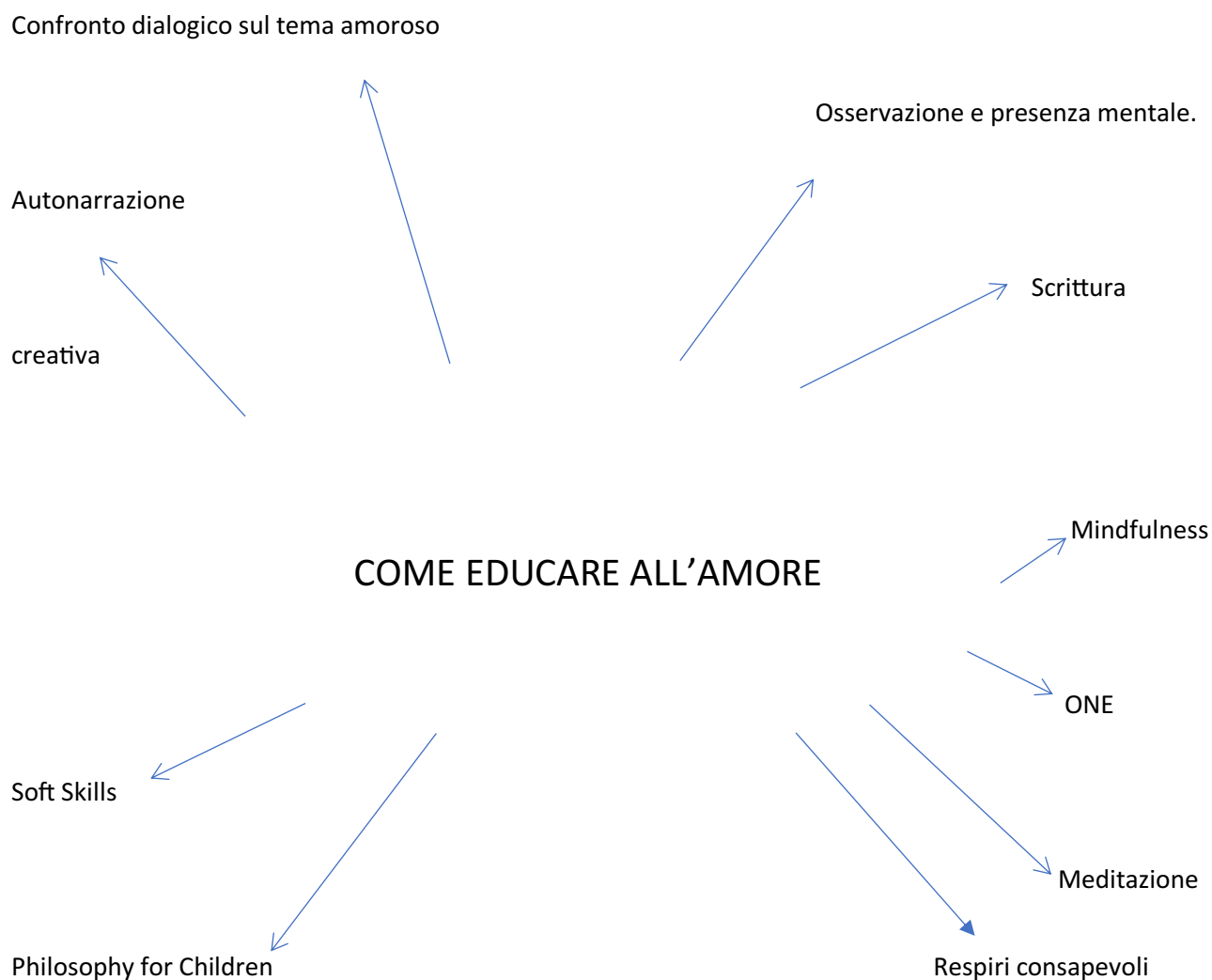


Figura 3: Il diagramma riporta gli strumenti possibili da utilizzare per realizzare dei percorsi che educano all'amore e alla consapevolezza di questo sentimento.

Questa mappa concettuale vuole rappresentare un riassunto dei principali contributi trattati e analizzati nei capitoli precedenti. L'amore non è un sentimento come tutti ma è il sentimento che ci permette di essere in vita e di manifestare la nostra vera essenza, nonché quella di creatori. Per farlo bisogna però riconoscerla e accettarla in tutte le sue sfumature nel qui ed ora, nel momento presente. Ogni risorsa è già dentro di noi e mediante la fioritura che l'educazione ci consente, possiamo davvero svolgere la nostra missione su questa



terra sentendoci “connessi a tutto e legati a niente”. Quando si prova questa pace interiore di connessione profonda con la vita e allo stesso tempo di libertà stando insieme, si è nell’amore più puro, nella verità.

Riporto qui le parole di OG Mandino, scrittore motivazionale di fama mondiale e con una bellissima storia di riscatto e di successo alle spalle, che dedica un capitolo intero del suo libro, all’amore.

«Saluterò questo giorno con l'amore nel cuore. Poiché questo è il più grande segreto per avere successo in tutti i campi...Voglio fare dell'amore la mia arma più forte così che nessuno di coloro che accosterò potrà difendersi contro la sua forza... Se anche non avessi altre qualità potrei riuscire con il solo amore. Senza di essa fallirò anche se dovessi possedere tutta l'esperienza il talento del mondo. Saluterò questo giorno con l'amore nel cuore. E avrò successo»<sup>110</sup>.

---

<sup>110</sup> Og Mandino. *Il più grande venditore del mondo*. Gribaudi Editore, 1986 p. 26

Ho iniziato questo lavoro di tesi con una storia e ho piacere di concluderlo nello stesso modo. Ne avrei tante in mente, familiari, popolari ma voglio affidarmi al mio istinto e scrivere di una storia di cui ho sentito parlare in un video. Era la storia di un venditore italiano che giunto ad Amsterdam come turista, scelse di entrare in un negozio di gioielli per comprare l'anello di fidanzamento con cui avrebbe chiesto alla sua fidanzata di sposarlo. Entrò in questo negozio e il commesso gli mise davanti una quantità infinita di gioielli e di pietre preziose di cui parlò per due ore finché il giovane non scelse il migliore secondo i suoi gusti. Giunti però al momento dell'acquisto, nel vedere il prezzo di quell'anello, per quanto bello e prezioso fosse, il turista italiano sbiancò. Fece un passo indietro e cercò una scusa per uscire dal negozio senza acquistare nulla. Qualche secondo dopo, uscì dal retro della bottega, un vecchietto, presumibilmente il proprietario del negozio, il quale mentre accompagnava il turista verso la porta d'uscita iniziò a farci due parole. Quelle parole, seppur brevi, furono così intense che convinsero l'acquirente a comprare l'anello e investire tutto ciò che aveva su quel diamante lì. Prima di uscire dal negozio però, tornò dall'anziano proprietario chiedendogli come avesse fatto. Com'era possibile che dopo due ore di massime spiegazioni precise e puntuali da parte del suo commesso, non solo non aveva acquistato, ma stava uscendo quasi scoraggiato dal negozio e dopo neanche cinque minuti di chiacchierata con lui, tornò deciso dal commesso e con la carta di credito in mano acquistò senza esitazione l'anello? La risposta del proprietario fu molto semplice. Guardò il turista negli occhi e rispose: beh, la differenza tra me e il mio commesso è che io queste pietre le amo.

Non le darei mai a nessuno. Fosse per me, me le terrei tutte a casa da quanto le amo e tengo a loro. Tuttavia, capendo il valore che hanno, scelto di donarle ad altre persone, ma ricordati, l'amore è la chiave di tutto. Già l'amore è la chiave di ogni cosa. È quel sentimento che non finirà mai, che ci accompagnerà per sempre. Nei

momenti difficili e nei momenti migliori. Se anche Come dice Og Mondino nel libro “il più grande venditore del mondo”. Potresti non saper far nulla, ma se sai amare, hai tutto in mano. Come l’anziano olandese in grado di vendere le sue pietre preziose in due minuti. Perché l’amore ha questo potere. Converte, trasforma, purifica e illumina. Se anche tutto intorno a noi dovesse finire, con l’amore dalla nostra parte saremo protetti e benedetti dal cielo.

## BIBLIOGRAFIA

Arendt H. Vita Activa, *La condizione umana*. Bompiani. Milano, 2017.

Bacone F., *Nuovo Organo*, Milano, Rusconi, 1998.

Benjamin, J., *Legami d’amore: i rapporti di potere nelle relazioni amorose*. Torino, Rosenberg e Sallier, 1991.

Bruner J.S., *Il significato dell’educazione*. Roma, Armando SRL, 2012.

Comenio, *Grande didattica*, Firenze, La Nuova Italia, 1993.

Croce L., *ICF A SCUOLA: riflessioni pedagogiche sul comportamento umano*. Brescia, La scuola, 2011.

Cortese R., *La Felicità, Etica Nicomachea di Aristotele*, Milano, Mondadori Editori, 2005.

Damasio , A.R. *L’errore di Cartesio: emozione, ragione e cervello umano*, Milano, Adelphi Editore, 2000.

Della Casa G., *Galateo (1558)*, Venezia, Marsilio, 1991.

De Monticelli R., *L’ordine del cuore. Etica e teoria del sentire.*, Milano, Garzanti Editori, 2008,

Descartes R., *Discorso sul metodo, in Opere filosofiche*, UTET, Torino, 1994.

Dewey, J. *Democrazia e educazione*, Firenze, La Nuova Italia, 1965.

Freire, P., *La pedagogia degli oppressi.*, Torino, Edizioni Gruppo Adele, 2002.

E. Fromm. *Avere o Essere*. Mondadori, Milano, 2016,

Gentile, G. *Sommario di pedagogia come scienza filosofica*, Sansoni, Firenze, 1954.

- Gabbard G. *Introduzione alla psicoterapia psicodinamica*. Cortina Editore Milano, 2005.
- Gotto, G., *Profondo come il mare, leggero come il cielo*, Milano, Garzanti Editori, 2023.
- Gualtieri, M., *Fuoco centrale e altre poesie per il teatro*, Torino, Einaudi Editore, 2003.
- Hanson Rick, Hanson Forrest, *La forza della resilienza. I 12 segreti per essere calmi, felici e appagati*. Firenze, Giunti, 2018.
- Hill N. *Pensa e arricchisci te stesso giorno per giorno*. Milano, Gribaudi Editore, 2012.
- Hobsbawm, E.J., *Il secolo breve 1914-1991.*, Milano, Rizzoli, 2014.
- Kierkegaard S. *Enten-eller. A cura di Alessandro Cortese. Tomo primo*. Milano, Adelphi, 1987.
- Kierkegaard S. *Enten-eller. A cura di Alessandro Cortese. Tomo secondo*. Milano, Adelphi, 1990.
- Kierkegaard S. *Enten-eller. A cura di Alessandro Cortese. Tomo terzo*. Milano, Adelphi, 1997.
- Kierkegaard S. *Enten-eller. A cura di Alessandro Cortese. Tomo quarto*. Milano, Adelphi, 2001.
- Kierkegaard S. *Enten-eller. A cura di Alessandro Cortese. Tomo quinto*. Milano, Adelphi Editore, 2022.
- Kierkegaard S. *Timore e tremore*. Milano, Mondadori, 1986.
- H. Jonas, *Dalla fede antica, all'uomo tecnologico*. Il Mulino, Bologna, 2001.
- Julienne, F., *Una seconda vita. Come cominciare a esistere davvero*, Milano, Feltrinelli, 2017.
- Locke, J., *Saggio sull'intelligenza umana*, Torino, Utet, 1971.
- Lowith K., *Da Hegel a Nietzsche. La frattura rivoluzionaria nel pensiero del secolo XIX*. Torino, Einaudi, 1949.
- Mancuso, V., *La forza di essere migliori*, Milano, Garzanti Editori, 2019.
- Mandino, Og., *Il più grande venditore del mondo*, Milano, Gribaudi Editore, 1986.
- Mari G., Minichiello, G., Xodo, C., *Pedagogia generale*, Brescia, La Scuola Editore, 2014.
- Maritain, J., *La persona e il bene comune*. Tr. It. Brescia, Mazzolani, Morcelliana, 1995.
- Martina J., Martina R., *Omega healing. Il metodo per una vita lunga e sana*. Rimini, My life, 2013.

Meyer, M.F, *That Whale Among the Fishes: The Theory of Emotions*, in *Psychological Review*, (a cura di) *L'intelligenza delle emozioni*, di M.Nussbaum, Bologna, il Mulino, 2001.

Mollo G., Porcarelli., Simeone D., *Pedagogia sociale*, Brescia, La Scuola, 2014.

Montessori, M., *La mente del bambino*. Milano, Garzanti Editori, 2017.

Nussbaum, M.C, *L'intelligenza delle emozioni*, a cura di *Giovanni Giorgini*. Bologna, Il Mulino, 2001.

Osho, *Crea il tuo destino. Le intuizioni che ti cambiano la vita*. Milano, Mondadori, 2016.

Pestalozzi, J.H., *Come Geltrude istruisce i suoi figli*. Firenze, La Nuova Italia, 1933.

Platone, Fedro, in *Tutte le Opere*, a cura di P. Caratelli, Firenze, Sansoni, 1974.

Platone, *Il simposio*, traduzione di Carlo Diano: introduzione e commento di Davide Susanetti. Venezia, Marsilio Editori, 1994.

Recalcati M., *L'ora di lezione. Per un'erotica dell'insegnamento*. Torino, Einaudi Editore, 2014.

A, Robbins.; *Come ottenere il meglio da sé e dagli altri*. Bompiani, Milano, 1987.

Rousseau, J.J., *Il contratto sociale*, Milano, RSC, 2012.

Rousseau, J.J., *Sull'origine dell'ineguaglianza*, Roma, Editori Riuniti, 1994.

Santi, M., *Costruire comunità di integrazione in classe*. Lecce, Pensa MultiMedia, 2019.

Santi, M., *Philosophy for Children. Un curriculum per imparare a pensare*. Liguori Editori, Napoli, 2016.

Savia, G., *Universal design for learning. Progettazione universale per l'apprendimento e didattica inclusiva*. Trento, Erickson, 2016.

Sellin R., *Le persone sensibili hanno una marcia in più. Trasformare l'ipersensibilità da svantaggio a vantaggio*. Milano, Feltrinelli Editori, 2022.

Shubhraj, *Nel loto del cuore, l'essenza delle relazioni*. Edizioni Mediterranee, Roma, 2017

Sigman. M., *La vita segreta della mente. Come funziona il nostro cervello quando pensa, sente, decide*. Milano, Utet, 2017.

Scuola di Barbiana, *Lettera ad una professoressa*, Firenze, Libreria Editrice Fiorentina 1967.

Tolle, E., *Il potere di adesso. Una guida all'illuminazione spirituale*. Corliano di Rimini, My life srl, 2022.

Tolle, E., *Un Nuovo Mondo. Riconosci il vero senso della tua vita*. Milano, Mondadori, 2005.

Vitale, J., *The Miracle: I sei passi verso l'illuminazione*. Torino, Uno Editori, 2016.

Xodo, C., Celegon, *Capitani di sé stessi. L'educazione come costruzione dell'identità personale*. Brescia, La Scuola, 2019.

Xodo, C., Porcarelli Andrea., *L'educatore. Il differenziale di una professione pedagogica*. Lecce, Pensa Multimedia, 2017.

Xodo, C., Minichiello G., Mari G., *Pedagogia generale*. Brescia, La Scuola, 2014.

<https://www.infodata.ilsole24ore.com/2023/01/16/salute-mentale-troppo-pochi-psichiatri-e-psicologi-nei-dipartimenti-di-salute-mentale/>

<https://www.softskillsacademy.it/>

<https://alternanza.miur.gov.it/normativa.html>

<https://dizionari.repubblica.it/Italiano/A/amore.html>

<https://www.tecnicalascuola.it/rapporto-istat-2023-scuole-poco-sicure-flessione-della-dispersione-scolastica-salari-bassi-e-ancora-troppi-neet>

<https://www.ospedemarialuigia.it/psicologia-applicata/mindfulness/>

<https://alleyoop.ilsole24ore.com/2019/05/29/meditazione-scuola/>

<https://www.edscuola.it/archivio/ped/amore.htm>

<https://ndpr.nd.edu/reviews/myth-and-philosophy-in-plato-s-phaedrus/>



## *RINGRAZIMENTI*

Questa tesi, non posso non dedicarla a delle persone che per me rappresentano l'amore in prima linea e che mi hanno insegnato, a modo loro, tutto ciò che potevano su questo dono.

Ma in primis, questo lavoro, lo dedico a te, Francesca. Te l'ho promesso. Se dopo un anno siamo qui è perché ho scelto di amarti per quello che sei. Senza sconti, senza sfumature. Grazie per essere qui, per fidarti della tua intelligenza e del tuo cuore. Grazie per essere la compagna che scelgo di avere al mio fianco ogni giorno. Grazie per esser rimasta sveglia fino a tardi per raggiungere i tuoi sogni. Sei la mia prima alleata. Ad Maiora, sempre.

Grazie Alessandra. Grazie per aver colto con prontezza ed entusiasmo questo lavoro che mi auguro possa essere solo l'inizio di qualcosa di più grande assieme. Grazie per aver riaperto in me, durante le sessioni di Philosophy for Children, un fuoco in un momento impegnativo della mia vita.

Grazie papà per la tua profonda intelligenza e per la purezza del tuo cuore. Grazie per essere il mio primo alleato e grazie perché in questi mesi, soprattutto quando eravamo da soli, sei stato il mio faro e il mio pensiero felice ogni giorno. Grazie perché non mi hai mollata un istante e grazie perché hai sempre visto in me qualcosa di grandissimo e di lucente. Grazie per essere il papà più straordinario che potessi avere.

Grazie mamma. Grazie per avermi dato la vita ed insegnato che l'amore può andare oltre qualunque sofferenza. Grazie per avermi fatto vedere che si può guarire da qualunque male e che bisogna avere fede in Dio, sempre. Nei giorni più belli e nei giorni meno belli e che con forza e amore si possono spostare montagne.

Grazie zia. Grazie per avermi trasmesso l'entusiasmo della vita sin dal primo abbraccio. Grazie per avermi insegnato che l'amore è incondizionato e si può dare a chiunque senza distinzioni. Grazie perché sei una stella luminosa nella mia vita e grazie per i viaggi che abbiamo fatto e per tutti quelli che faremo ancora.

Grazie.



Grazie Chiara. Mia amica e gemella. Grazie per essere sempre così puntuale e perfetta. Grazie per essere la persona giusta nel momento giusto. Sei un porto sicuro e unico per me.

Grazie Alessia. Sei stata la mia riscoperta di questi ultimi mesi. Grazie perché con te mi sento a casa. Grazie perché sei un'amica meravigliosa. Grazie perché in questi ultimi tempi non avrei voluto nessun altro se non te al mio fianco.

Grazie Imane, per essere stata la mia compagna di viaggio nel viaggio più importante della nostra vita.

Grazie perché hai lasciato un segno nel mio cuore e ti porterò sempre con me, per i momenti vissuti, per le cose imparate e perché tu sei stata la prima con la quale sono cresciuta un passo alla volta. Grazie

Grazie Ilaria. Mio mentore, mia cospiratrice. Grazie per l'amore enorme che provi per me e per la forza che mi trasmetti! Grazie perché la tua serenità mi ha permesso di sbocciare. Grazie perché senza di te mi sarei arresa molto più facilmente in tante situazioni. Grazie, per avermi insegnato che la partita non finisce finché non lo decidi tu. Grazie perché ti sono grata per avermi modellata a mia immagine e somiglianza e questo è un miracolo che solo tu potevi fare. Grazie per essere la mentore che ho scelto e che sceglierò sempre.

Grazie perché con te la parola "per sempre" non mi ha mai fatto paura. Grazie perché mi hai permesso di sperimentare l'amore per le persone in tutte le sue forme e avermi fatto vedere quanto grande posso diventare. Grazie, grazie, grazie.

Grazie ai miei allievi della sede di Padova. Siete un raggio di sole in ogni mia giornata. Grazie perché mi permettete di tirare fuori la versione migliore di me e anche quando nessuno ve lo chiede, siete lì pronti a fare il tifo. Grazie perché è stupendo vedervi crescere e sono onorata di essere la vostra tutor. Vi porterò sempre con me e sarò la prima a fare il tifo per i vostri obiettivi. Ve lo prometto.

Grazie alla natura. Grazie alle nuvole che ho guardato nei momenti in cui mi sono sentita nel buio.

Grazie ai miei fari che non sono più in questo mondo terreno ma che dall'alto mi sorvegliano ogni giorno.

Grazie perché siete una certezza e con voi è tutto più potente.

Grazie a Dio. All'universo, alla vita. Grazie perché ogni giorno mi scegliete per vivere una nuova avventura.

Ringrazio in ultima questa tesi, di cui non avevo colto il senso. Grazie perché scriverla è stato un cammino profondo dentro di me. Profondo come il mare e leggero come il cielo. Sarà il mio primo libro, di tanti e sono fiera e grata di me per tutto il percorso svolto. Grazie agli insegnamenti che la vita mi offre ogni giorno e che questo sia solo uno dei tanti sigilli che metterò nella mia vita. Grazie...















