



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA**

**DIPARTIMENTO DI PSICOLOGIA DELLO SVILUPPO E DELLA  
SOCIALIZZAZIONE**

**Corso di Laurea Triennale in  
Scienze psicologiche dello sviluppo, della personalità e delle relazioni  
interpersonali**

Tesi di laurea triennale

*Intelligenza emotiva: gli effetti sull'insegnamento*

*The effects of teaching emotional intelligence*

**Relatrice:** Prof.ssa Sara Scrimin

**Laureando:** Shahbaz Ali

**Matricola:** 2021993

Anno Accademico 2022/23



# INDICE

<b>Abstract:</b> .....	<b>3</b>
<b>Capitolo 1: Introduzione</b> .....	<b>4</b>
1.1 Intelligenza emotiva .....	4
1.2 Scale di valutazione .....	5
1.3 Obiettivi e metodo .....	6
<b>Capitolo 2: Intelligenza emotiva e successo accademico</b> .....	<b>9</b>
2.1 Differenze di genere .....	9
2.2 Educare le emozioni .....	10
2.3 Gli effetti sull'insegnamento .....	11
<b>Conclusioni</b> .....	<b>13</b>
<b>BIBLIOGRAFIA:</b> .....	<b>15</b>

## **Abstract:**

Studio esplorativo che attraverso l'analisi di alcuni articoli, propone una visione abbastanza completa dei fattori che incidono sull'educazione emotiva e l'effettivo impatto di quest'ultima sull'andamento accademico degli studenti. Nelle varie ricerche sono stati utilizzati metodi e strumenti diversi per quanto riguarda lo studio dell'impatto dell'intelligenza emotiva sull'insegnamento. Si è notata sia una correlazione diretta che indiretta tra i due costrutti, quest'ultima trovata prendendo in considerazione altri fattori come, per esempio, lo stile genitoriale e l'adattamento all'ambiente. L'età degli studenti, partecipanti alle ricerche, varia dagli 8 ai 23 anni, quindi dalla scuola elementare fino all'ingresso all'università. I risultati hanno permesso di confrontare: differenze di genere, differenze culturali, diversità scolastiche (sia a livello di organizzazione che di risorse disponibili) e lo sviluppo dell'intelligenza emotiva attraverso gli anni.

## Capitolo 1: Introduzione

### 1.1 Intelligenza emotiva

L'intelligenza emotiva è un costrutto che è in continua evoluzione insieme all'essere umano da moltissimi anni. L'istinto di sopravvivenza, tramite la paura provata, elabora due strategie utilizzabili nel momento in cui siamo sotto minaccia: attacco-fuga. La decisione avviene a livello neuronale e l'emozione sentita incide particolarmente su quale strategia utilizzeremo nel caso che ci riguarda. Se non si comprendesse il livello di paura provata, si potrebbe cadere nello sbaglio sia di sottovalutare la minaccia e decidere di attaccare, sia di sopravvalutarla e fuggire anche se non è il caso di farlo. L'intelligenza emotiva ci permette di comprendere la quantità e la qualità delle emozioni, inoltre molti casi ci permettono anche la regolazione di tali sentimenti al fine di ottenere risultati situazionali non del tutto inaspettati. Per quanto riguarda la parte fisiologica gli impulsi, prodotti dalle emozioni, partono dall'amigdala che tramite le connessioni con i lobi prefrontali, permette una reazione alle emozioni provate. Nella storia è stata continuamente messa in contrapposizione al pensiero, come se gli remasse contro, ma << i circuiti che connettono il sistema limbico ai lobi prefrontali comportano la possibilità che i segnali di forti emozioni...creino dei rumori di fondo..., sabotando così la capacità del lobo prefrontale di conservare la memoria di lavoro.>>. (Goleman, 1995) Nel libro "Intelligenza Emotiva" Daniel Goleman descrive questo costrutto come la capacità di <<..., controllare gli impulsi e rimandare la gratificazione, modulare i propri stati d'animo evitando che la sofferenza ci impedisca di pensare, ed essere empatici e di sperare.>> (Goleman, 1995) quindi la definisce come una sorta di meta abilità che dà modo ai nostri pensieri di non deviare dal

compito su cui ci stiamo dedicando e di conseguenza raggiungere l'obiettivo richiesto o quanto meno di rimanere concentrati ad elaborare modi per arrivarci. Ispirandosi al Mental Ability Model di Salovey e Mayer, la divide in 5 abilità: consapevolezza di sé (riconoscimento e utilizzo delle proprie emozioni con il tempismo giusto e la maniera più opportuna), padronanza di sé (autocontrollo, affidabilità, coscienziosità, adattabilità e innovazione), motivazione (spinta al raggiungimento dei propri obiettivi), empatia (comprendere emozioni altrui e agire di conseguenza, "mettersi nei panni dell'altro") e abilità sociali (stabilire buone relazioni interpersonali). Petrides e Furnham descrivono l'intelligenza emotiva tramite un modello che prende in considerazione 15 tratti di personalità: adattabilità, assertività, espressione delle emozioni, gestione delle emozioni altrui, percezione delle emozioni proprie e altrui, regolazione delle emozioni, impulsività, abilità relazionali, autostima, abilità nell'auto-motivarsi, competenza sociale, gestione dello stress, empatia, felicità e ottimismo (Caro et al., 2008). Petrides ritiene che questa teoria si differenzi, dai modelli di abilità, per il fatto che coglie più da vicino come viene percepita, dal singolo individuo, l'esperienza emotiva. Il minimo comune multiplo, per quasi tutte le teorie che riguardano l'intelligenza emotiva, è la comprensione delle emozioni, proprie e non, da parte dell'individuo.

## **1.2 Scale di valutazione**

Per quanto riguarda la valutazione si utilizzano strumenti diversi per i due modelli:

MSCEIT (Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test), strumento che confronta l'abilità dell'individuo, di superare compiti di tipo emotivo, sia con il campione normativo che ha svolto il test sia con la performance di psicologi esperti delle emozioni; TEIQue (Trait Emotional Intelligence Questionnaire) strumento self-report, opera di Petrides e Furnham, composto da 153 items che misurano 4 fattori (Benessere, Autocontrollo, Emotività e Socievolezza) contenenti i 15 componenti della teoria dei tratti è disponibile in

diverse versioni (Full, Short e Child-Form) ed è stato utilizzato in contesto scolastico e organizzativo; ECI Emotional Competence Inventory, strumento composto da 110 items che valutano 20 competenze raggruppate in 4 cluster (consapevolezza di sé, la gestione di sé, consapevolezza sociale e competenze sociali), sia tramite self-report che etero-valutazione, specificatamente utilizzato in contesto organizzativo (Caro et al., 2008).

### **1.3 Obiettivi e metodo**

<<Il cervello emozionale, ..., controlla la collera e la compassione. Questi due circuiti vengono scolpiti dall'esperienza durante l'infanzia – e noi a nostro rischio, permettiamo che quelle esperienze siano completamente affidate al caso.>> (Goleman, 1995) se non si lasciasse al caso? Quindi ci chiediamo se una buona educazione emotiva possa essere agevolante o meno per affrontare le sfide quotidiane, individuali o sociali, nello sviluppo. L'obiettivo di questa ricerca è quello di trovare, se esiste, una correlazione tra successo accademico e intelligenza emotiva. Per avere una visione chiara e aggiornata analizzeremo gli articoli pubblicati nell'ultimo decennio, quindi dopo il 2013, che riportano studi riguardanti questo tipo di correlazione. La ricerca degli articoli, pubblicati su riviste internazionali, è stata fatta usando parole chiavi su piattaforme dedicate: Google Scholar, EBSCO, PubMed, Scopus, Web of Science. La maggior parte degli articoli trattati sono stati trovati tramite Google Scholar e EBSCO. Parole chiavi usate: emotional intelligence, emotions in education, pedagogy of emotions. Gli articoli selezionati sono nove, tutti elencati e riassunti nella Tabella1: titolo, anno di pubblicazione, strumenti, metodi, obiettivi e risultati; sono stati presi in considerazione stati diversi appartenenti a continenti diversi, per capire al meglio l'influenza del costrutto che vogliamo esplorare tenendo presente la varietà di culture e organizzazioni scolastiche. Oltre agli articoli, è stata molto utile la lettura del libro "Intelligenza Emotiva" di Daniel Goleman, in cui è presente anche una parte dedicata al legame tra emozioni e apprendimento.

**Tabella 1.**

Titolo, Autori e Anno di pubblicazione	Obiettivo	Metodo e Strumenti	Risultati
<p>-The impact of Emotional Intelligence on academic achievement: A longitudinal study in Portuguese secondary school. -Ana Costa, Luísa Faria (2014)</p>	<p>intende offrire un'esplorazione della validità predittiva dell'EI sui risultati accademici degli studenti.</p>	<p>-EI: ESCQ e VET GPA: portoghese e matematica -longitudinale con 380 studenti dai loro 14 ai 17 anni</p>	<p>sia ESCQ che VET sono stati in grado di prevedere i risultati scolastici degli studenti. Tuttavia, la misura di performance EI ha rivelato un potere predittivo globale più elevato, dimostrando di avere quasi il doppio dell'impatto sui risultati accademici degli studenti .</p>
<p>-Creativity, emotional intelligence, and school performance in children. -Michel Hansenne, Jessica Legrand (2012)</p>	<p>valutare l'effetto predittivo della creatività e dell'EI sui risultati accademici.</p>	<p>-EI: TEIQue-CF Creatività:TTCT (<i>torrance test of creativity thinking</i>) Media in due periodi (ottobre aprile): francese e matematica  -40 bambini con età media: 8.2; 33 bambini con età media: 11.2 No bocciature</p>	<p>La creatività predice la performance scolastica sia in francese che matematica, ma l'EI no.</p>
<p>-Emotional intelligence: impact on post-secondary academic achievement. -Rashmi Garg, Elizabeth Levin, Line Tremblay (2016)</p>	<p>Questo studio è stato progettato per indagare se l'influenza di EI sul risultato accademico degli studenti universitari del primo anno è diretta o mediata da altri fattori: adeguamento all'università, stile genitoriale e precedenti risultati accademici</p>	<p>-BarOn EQi SACQ Stile genitoriale GPA -299 studenti dai 17 ai 23 anni</p>	<p>Non ce relazione sistematica diretta tra EI e rendimento accademico, è stato trovato che l'umore generale e le componenti di ottimismo di EI erano significativamente associati con l'adeguamento sociale.</p>
<p>-Academic Achievement, Self-Concept, Personality and Emotional Intelligence in Primary Education. Analysis by Gender and Cultural Group. -Lucía Herrera, Mohamed Al-Lal, Laila Mohamed (2020)</p>	<p>viene analizzato il valore predittivo di ciascuna delle dimensioni che integrano l'idea di sé, la personalità e l'intelligenza emotiva rispetto ai voti in tre materie: scienze naturali, lingua e letteratura spagnola, matematica.</p>	<p>-BarOn EQi:YV, SELF-CONCEPT TEST-FORM 5, B5QUEST FOR CHILD -407 studenti tra i 10/11 anni</p>	<p>I tre costrutti psicologici valutati impattano significativamente sui risultati accademici nelle materie prese in considerazione.</p>



<p>-The Relationship between Cognitive and Emotional The Relationship between Cognitive and Emotional Intelligence and High School Academic Achievement -Krunoslav Matešić (2015)</p>	<p>il rapporto tra intelligenza, intelligenza emotiva e risultati accademici al liceo.</p>	<p>-BarOn EQi:YV NNAT test per l'intelligenza cognitiva l'andamento dello studente nella lingua croata e la matematica</p>	<p>I risultati ottenuti hanno dimostrato che l'intelligenza emotiva non era un predittore del successo scolastico nel nostro campione. L'unica scala composita EQ-i:YV, adattabilità, è stato dimostrato di essere un significativo predittore dei voti medi e finali per la matematica e croato nel primo semestre.L'intelligenza si è dimostrata significativamente correlata alle misure di risultati accademici</p>
<p>-An Impact of Emotional Intelligence on the Academic Achievement of the student: A case study on students of Career Point University -Garima Tyagi, Ashish Gautam (2017)</p>	<p>studiare l'impatto dell'intelligenza emotiva sui risultati accademici</p>	<p>35 studenti dell'università</p>	<p>intelligenza emotiva che ha un impatto positivo sul rendimento scolastico degli studenti.</p>
<p>-Emotional Intelligence and Academic Achievement among Students at the Higher Secondary Level -S.Chamundeswari (2013)</p>	<p>Indagare se vi è alcuna differenza significativa in intelligenza emotiva e risultati accademici tra gli studenti che frequentano college con sistemi scolastici diversi: state board, matriculation board e central board.</p>	<p>-emotional intelligence scale(Hydes) Media dei voti ottenuti dagli studenti nelle materie scientifiche fino a metà anno  - 321 studenti 106 state board 110 matriculation 105 central board</p>	<p>Nella presente indagine si rileva che gli studenti che studiano in diverse categorie di scuole seguendo diversi sistemi di istruzione, si trovano a differire in modo significativo rispetto all'intelligenza emotiva e ai risultati accademici.</p>
<p>-Emotional intelligence and academic achievement: Implications for children's performance in schools -Farah Malik, Sultan Shujja (2013)</p>	<p>si ipotizza una correlazione positiva tra intelligenza emotiva e risultati accademici confrontando studenti ad alto rendimento scolastico con quelli a basso rendimento scolastico.</p>	<p>-BarOn EQi:YV  -Dai 9 ai 13 anni. 107 alto rendimento 97 basso rendimento</p>	<p>Risultati a conferma dell'ipotesi di partenza.</p>
<p>- MetaEmotions at School:A Program for Promoting Emotional and MetaEmotional Intelligence at School; a Research-Intervention Study -Antonella D'Amico Alessandro Geraci (2022)</p>	<p>osservare un miglioramento superiore dell'intelligenza emotiva e metaemotiva, intesa come maggiore consapevolezza delle proprie capacità emotive, negli studenti appartenenti al gruppo sperimentale, e un miglioramento inferiore nelle classi di confronto.</p>	<p>-IE-ACCME test SEL (social emotional learning) - 139 studenti per gruppo sperimentale 125 studenti per gruppo di confronto</p>	<p>i risultati ottenuti dimostrano, come previsto, importanti cambiamenti in molti studenti appartenenti al gruppo sperimentale in un periodo di tempo molto breve.</p>

## Capitolo 2: Intelligenza emotiva e successo accademico

### 2.1 Differenze di genere

Nelle ipotesi elaborate prima di avere i risultati in mano, si parte sempre con l'idea che l'intelligenza emotiva abbia un distacco significativo tra i due generi, con il genere femminile in vantaggio; infatti, molti studi citati dagli autori, negli articoli presi in considerazione, hanno trovato misure significative a sostegno di questa ipotesi. Lo studio che prende in considerazione gli studenti della città di Melilla (Herrera et al., 2020) riporta, attraverso l'analisi dei dati, che "the girls had a higher score in the interpersonal scale..., while the boys had a higher score in stress management..., and adaptability" (Herrera et al., 2020). Il questionario somministrato in questo caso è l'EQi:YV (Youth version) che presenta 4 sotto scale: interpersonale, intrapersonale, gestione dello stress e adattabilità. In Pakistan, usando lo stesso questionario, sono emersi risultati simili e in questo caso la responsabilità è stata attribuita alla cultura che prevede un'educazione diversa per genere "Girls are taught interpersonal skills right from the beginning during childhood." (Malik & Shujja, 2013) questo insegnamento che si pensa sia solo parte della cultura pakistana emerge anche dai risultati ottenuti a Melilla, in Spagna. Può essere spiegata attraverso due ipotesi: 1. La maggior parte dei bambini a cui è stato somministrato il questionario in Spagna appartiene alla cultura Amazigh (origine marocchina: base islamica quindi vicina a quella pakistana), poiché in Croazia (Matešić, 2015) con lo stesso questionario non sono emerse differenze di genere, anche nelle sotto scale; 2. L'età dei bambini a cui è stato somministrato il questionario, in Spagna e in Pakistan, è compresa tra i 9 e 13 anni, quindi minore rispetto a quelli in Croazia che sono adolescenti (14 ai 18 anni). A sostegno della seconda ipotesi "It should be noted that our results indicate an increase of EI among boys between 8 and 12 years" (Hansenne & Legrand, 2012) in questo caso lo strumento utilizzato è diverso anche se il costrutto molto simile, ma ci permette di supporre che le

competenze emotive, sia la parte interpersonale che quella di adattabilità, vanno a migliorarsi nel tempo, non per forza a seguito di un training specifico, ma anche per le continue esigenze a scuola, a casa e nel gioco.

## **2.2 Educare le emozioni**

Lo sviluppo delle competenze emotive può essere guidato dal caregiver, dal sistema scolastico e dagli insegnanti singolarmente; l'insieme di queste guide permette ai bambini di far emergere queste competenze con il tempismo giusto e senza, per forza, sbatterci la testa. Il questionario adattato da Lamborn et al. (1991) prende in considerazione la reattività, quindi capacità di risposta alle richieste dei figli, e l'esigenza, le richieste del genitore ai figli, per avere una misura dello stile genitoriale dividendolo in tre: autorevole (alta reattività, alta esigenza), autoritario (bassa reattività, alta esigenza) e permissivo (bassa/alta reattività, bassa esigenza)(Garg et al., 2016). Partendo dall'ipotesi che uno stile genitoriale autorevole permetta lo sviluppo di una buona regolazione emotiva, da parte dell'individuo, nella Laurentian University (Canada) è stato somministrato il questionario, appunto sullo stile genitoriale, a 299 studenti neo immatricolati alla facoltà delle scienze sociali; lo strumento utilizzato, in questo caso, per calcolare l'intelligenza emotiva è l'EQi (BarOn,)non la versione per giovani in quanto tratta ragazzi dai 17 ai 23 anni. Tramite l'analisi dei dati raccolti "In the model, parenting styles, although they did not directly influence overall EI, significantly predicted two components of EI: general mood and interpersonal relationships." (Garg et al., 2016)si può dire che uno stile genitoriale incida in qualche modo sulla regolazione emotiva anche se non impatta direttamente sullo sviluppo dell'intelligenza emotiva, ma resta comunque un fattore da considerare quando si parla di un buon sviluppo emotivo. Un altro fattore da non trascurare è il sistema scolastico, in India ci sono scuole che differiscono tra di loro non solo per il fatto di essere pubbliche o private, ma anche dalla loro gestione: 1. Central board: gestita dal governo

indiano, quindi rifornita con tutto il necessario ad agevolare lo studio, strumentazione all'avanguardia e del personale selezionato a dovere tenendo conto sia del contenuto che possono insegnare sia il modo in cui educano; 2. State board: gestita dalla regione di appartenenza e quindi con risorse limitate e personale disponibile (Chamundeswari, 2013). In Italia non abbiamo questo tipo di differenziazione tra le scuole, almeno non evidente, ma ci aiuta a capire quanto una buona organizzazione scolastica può rendere nello sviluppo cognitivo ed emotivo degli studenti "The central board students are significantly better in their emotional intelligence and academic achievement when compared to their counterparts in state and matriculation board schools at the higher secondary level" (Chamundeswari, 2013).

### **2.3 Gli effetti sull'insegnamento**

In riferimento agli articoli analizzati, nel caso in cui viene valutata solamente l'intelligenza emotiva di tratto attraverso i questionari come il TEIQue-CF, la validità predittiva per quanto riguarda il successo accademico è nulla "EI does not predict school performance in children" (Hansenne & Legrand, 2012) o quasi assente nel caso del ESCQ *Emotional Skills and Competence Questionnaire* "these weak to moderate effects tend to confirm the limited predictive power of EI in the academic context" (Costa & Faria, 2015) , ma attraverso l'osservazione dell'analisi grafica dei dati ottenuti nello stesso studio si vede come il punteggio del VET *vocabulary of emotions*, strumento che misura l'EI performance, sia molto più correlato con l'andamento positivo a scuola e non solo il primo anno preso in considerazione (10th grade), ma anche quelli successivi (11th e 12th). Questo effetto moderato non è solamente la conseguenza dello strumento utilizzato, ma anche del fatto che il contesto scolastico è restrittivo di certe abilità e la maggior parte dei compiti richiesti ha come soluzione l'utilizzo della memoria e quindi poco centrante con varie abilità di cui un individuo può usufruire quando si parla di risoluzione di problemi.

Una skill molto importante dell'EI è l'adattabilità, una delle sotto scale del questionario EQi del modello misto (tratto e abilità) di BarOn, la quale permette una certa flessibilità all'individuo quindi la possibilità di adattarsi alle richieste dell'ambiente scolastico. "In the case of the Mathematics subject, the adaptability scale predicted the academic achievement. Adaptability implies abilities such as being able to adjust one's emotions and behaviors to changing situations or conditions, which is closely related to mathematical thinking." (Herrera et al., 2020) i risultati di questa ricerca mostrano una correlazione significativa del punteggio totale dell'intelligenza emotiva con le medie degli studenti nelle materie: scienze naturali, lingua e letteratura spagnola e matematica; come già citato prima, matematica viene predetta nello specifico dall'adattabilità ed invece le prime due hanno una correlazione molto significativa con la scala intrapersonale del questionario "More specifically, the intrapersonal scale predicted it for the subjects of Natural Sciences and Spanish Language and Literature." (Herrera et al., 2020). Le capacità intrapersonali riguardano la comprensione di sé, dei propri pensieri e sentimenti e l'utilizzo di tali conoscenze per dirigere e pianificare la propria vita. Il legame tra capacità intrapersonali e le due materie può essere dato, nel caso della lingua e letteratura, dalla comprensione e conseguente riflessione personale sul contenuto letto per, in un certo modo, farlo proprio; nel caso delle scienze naturali la situazione è molto simile in quanto l'interpretazione della realtà è molto buona, quindi si riesce ad intendere, e in certi casi prevedere, meglio i fenomeni naturali che possono accadere attorno a noi (Herrera et al., 2020). L'età degli studenti che hanno partecipato allo studio in Spagna era dai 10 agli 11 anni, riportiamo quest'informazione perché in Croazia, utilizzando lo stesso strumento (EQi:YV) con partecipante dall'età compresa dai 14 ai 18 anni, non si è constatato alcun valore predittivo del punteggio totale nei confronti del successo accademico, in questo caso la media dei voti in lingua croata e in matematica; la scala dell'adattabilità si è mostrata l'unica con una correlazione positiva significativa con il successo accademico "Of the

scales in the EQ-i: YV, Adaptability was the only significant predictor of all three school success measures” (Matešić, 2015). La validità predittiva non dipende solamente da che modello risponde lo strumento utilizzato, ma anche dall’età dei partecipanti e questo effetto si è mostrato anche dai dati ricavati con l’EQi somministrato agli studenti frequentanti il primo anno all’università in Canada ”This research supported the findings in the literature that there may not be a direct systematic relationship between EI and academic performance..., it was found that the general mood and the optimism components of EI were significantly associated with social adjustment” (Garg et al., 2016). Andando avanti con gli anni scolastici il valore predittivo dell’EI va sempre diminuendo, ma rimane una relazione indiretta con il successo accademico in quanto incide direttamente su fattori che hanno una correlazione significativa con il buon andamento dello studente, per esempio l’ansia, difatti alcuni autori suggeriscono l’inclusione, nelle ricerche future, di una scala che misura l’ansia per capire ancora meglio gli effetti dell’EI sull’insegnamento.

## **Conclusioni**

Una mente pacata è una mente che riesce a concentrarsi meglio. Che sia confermato dai dati o meno una persona che non sa gestire le proprie emozioni farà sempre fatica a gestire i problemi a cui va incontro, che essi siano semplici problemi di matematica o problemi riguardanti la sua vita in generale. Parlando della mia esperienza personale, cercare di capire ogni giorno due culture tra loro molto diverse, quella pakistana e quella italiana, mi portava via, e tutt’ora lo fa, molte energie cognitive che potevo benissimo applicare a scuola o nelle relazioni interpersonali; purtroppo è la storia di ogni ragazzo che si trova in uno stato in cui è la seconda generazione di persone immigrate. La mia

personalità, lo stile genitoriale ed alcuni professori che ho incontrato durante il mio tragitto scolastico, mi hanno permesso di sviluppare una base buona di competenze emotive e conseguente discreta regolazione delle emozioni in casi riguardanti tutte e due le culture. Un'alfabetizzazione emotiva, non solo quella linguistica, programmata dal sistema scolastico mi avrebbe permesso: 1. di alleggerire il carico cognitivo ed emotivo provato da bambino/adolescente 2. avere anch'io la possibilità di una vita sociale all'italiana, ovviamente senza la paura di trascurare le mie origini pakistane, e non di un ragazzo che cerca continuamente il suo posto nella società. Una strategia emergente nell'educazione emozionale è quella di non creare una nuova materia, ma di mescolare le lezioni sui sentimenti e i rapporti interpersonali con gli altri argomenti già oggetto d'insegnamento (Goleman, 1999). Questa "alfabetizzazione emotiva camuffata", come la chiama Goleman nel libro l'intelligenza emotiva, può essere un buon inizio per dare una mano agli studenti ad avere una migliore autoconsapevolezza e una regolazione emotiva che permetta loro di gestire meglio l'ansia, lo stress o la pressione data dal carico accademico. Le capacità interpersonali sono molto utili nel mondo del lavoro e se coltivate bene possono essere la causa di un futuro pieno di successi, in quanto permettono di fare conoscenze ed instaurare rapporti con persone importanti e di avere continuamente opportunità tramite tali connessioni. Il successo accademico fine a stesso non porta ad un futuro di successo, ma l'inclusione dell'intelligenza emotiva può essere agevolante a tale scopo.

## **BIBLIOGRAFIA:**

- Caro, T. D., D'Amico, A., & De Caro, T. (2008). L'intelligenza emotiva: Rassegna dei principali modelli teorici, degli strumenti di valutazione e dei primi risultati di ricerca. *Giornale italiano di psicologia*, 4/2008, Articolo 4/2008.  
<https://doi.org/10.1421/28421>
- Chamundeswari, Dr. S. (2013). Emotional Intelligence and Academic Achievement among Students at the Higher Secondary Level. *International Journal of Academic Research in Economics and Management Sciences*, 2(4), Articolo 4.  
<https://doi.org/10.6007/IJAREMS/v2-i4/126>
- Costa, A., & Faria, L. (2015). The impact of Emotional Intelligence on academic achievement: A longitudinal study in Portuguese secondary school. *Learning and Individual Differences*, 37, 38–47. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.11.011>
- D'Amico, A., & Geraci, A. (2022). MetaEmotions at School: A Program for Promoting Emotional and MetaEmotional Intelligence at School; a Research-Intervention Study. *Education Sciences*, 12(9), Articolo 9.  
<https://doi.org/10.3390/educsci12090589>
- Garg, R., Levin, E., & Tremblay, L. (2016). Emotional intelligence: Impact on post-secondary academic achievement. *Social Psychology of Education*, 19(3), Articolo 3. <https://doi.org/10.1007/s11218-016-9338-x>
- Goleman, D. (2012). *Intelligenza emotiva*. Rizzoli.



- Hansenne, M., & Legrand, J. (2012). Creativity, emotional intelligence, and school performance in children. *International Journal of Educational Research*, 53, 264–268. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2012.03.015>
- Herrera, L., Al-Lal, M., & Mohamed, L. (2020). Academic Achievement, Self-Concept, Personality and Emotional Intelligence in Primary Education. Analysis by Gender and Cultural Group. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.03075>
- Malik, F., & Shujja, S. (2013). Emotional intelligence and academic achievement: Implications for children's performance in schools. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 39, 51–59.
- Matešić, K. (2015). The Relationship between Cognitive and Emotional Intelligence and High School Academic Achievement. *Collegium Antropologicum*, 39(2), Articolo 2.
- Tyagi, G., & Gautam, A. (s.d.). *An Impact of Emotional Intelligence on the Academic Achievement of the student: A case study on students of Career Point University* (7). 2(7), Articolo 7.