

# **Lo sviluppo dell'intelligenza emotiva e delle competenze relazionali in età evolutiva**

Cividale del Friuli  
22 maggio 2018

Rel. Andrea Mian

# CHI E' UN BAMBINO?

in base a come consideriamo un  
bambino cambia la nostra  
relazione con lui

# Il bambino come un piccolo adulto



il bambino come futuro adulto, limitato nel corpo,  
nell'intelligenza, nelle relazioni

# Il bambino come persona un universo misterioso



il bambino come persona unica e specifica con i suoi personali limiti e le sue enormi competenze

# Il problema della comunicazione tra universi misteriosi

L'adulto TENDE a comunicare a livello verbale/razionale  
(spiegazioni, insegnamenti, ragionamenti ...)

Il bambino TENDE a comunicare attraverso il sentire  
(sensazioni, emozioni, immagini, impressioni..)

# Cosa sente il bambino?

Il bambino SENTE il SENTIRE dei genitori

Il Problema di crescere i propri figli:

DA “cosa gli dico, cosa faccio?”

A “come sto, come mi sento?”

# Le radici del benessere psico/sociale

**INTELLIGENZA EMOTIVA**



**COMPETENZE RELAZIONALI**



**STARE BENE**

# Intelligenza emotiva come base delle altre intelligenze



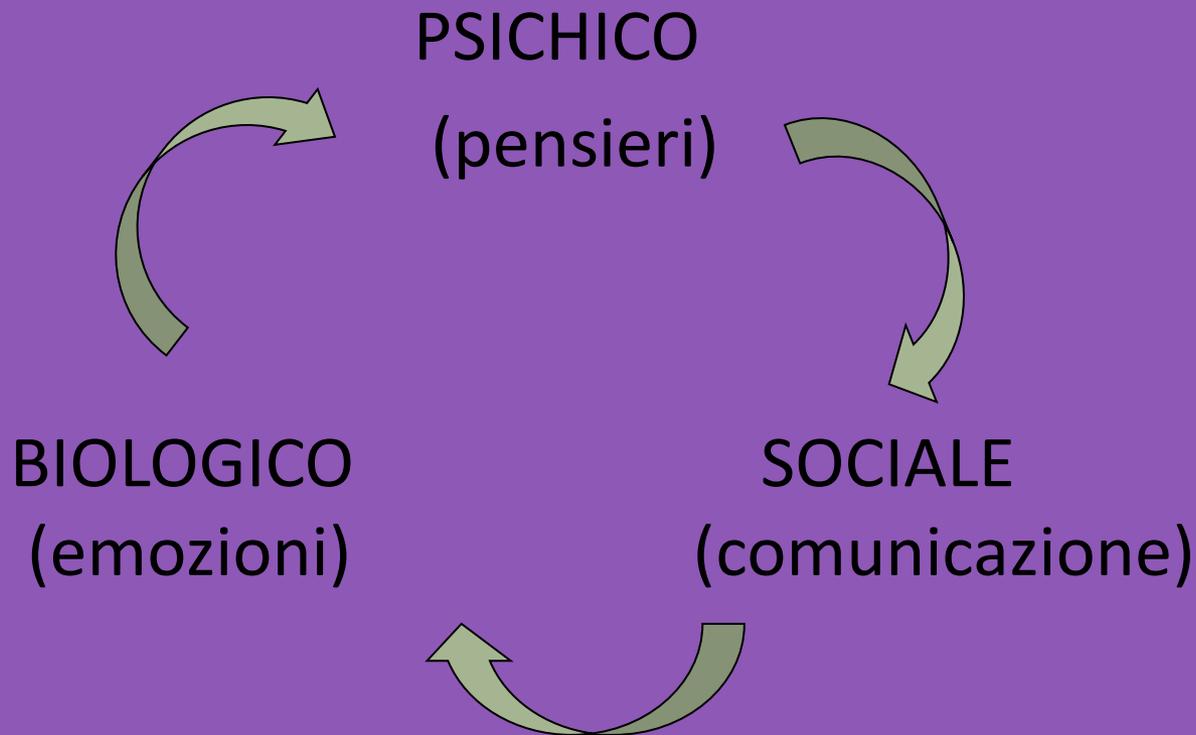
# Che cosa è l'**INTELLIGENZA EMOTIVA**?

- Accorgersi delle proprie emozioni (sul corpo)
  - Distinguere le diverse emozioni
- Saper comunicare sulle emozioni
  - Gestire le proprie emozioni

# Il bambino è...

Una persona unica e specifica

Contesto



# Ecologia dei pensieri

- Quali pensieri mi fanno stare bene, quali mi fanno stare male?
- Penso più ai problemi o alle soluzioni ?
- Penso più in modo fiducioso o in modo sfiduciato ?
- Penso più in modo drammatico o in modo sereno ?
- Riesco a gestire i pensieri?
- Sono in grado di selezionare i pensieri?

# Ecologia della comunicazione

- Comunico in modo promozionale o in modo problematico?
- Comunico in termini di sostegno o di critica?
- Comunico più in modo fiducioso o in termini di sfiducia ?
- Comunico più in modo drammatico o in modo sereno ?
- Quali emozioni comunico più spesso?
- Riesco a gestire le mie comunicazioni?
- Sono in grado di selezionare le mie comunicazioni?

## Comunicare sull'emozioni

- Riconoscere le diverse emozioni
- Promuovere un riflessione
- Testimoniare sulle proprie emozioni
- Gestire le emozioni

Dare importanza al sentire

**IL RISPETTO** delle scelte e  
delle emozioni  
(sentire)del bambino

# ES. di “insegnamenti”

- FIDUCIA
- SERENITA’
- RISPETTO
- COLLABORAZIONE

Il bambino impara soprattutto osservando le  
persone significative di riferimento

**IMPORTANZA DELLA TESTIMONIANZA**

# Il bambino che fa crescere l'adulto

Un'occasione per riflettere e promuovere il proprio benessere

“Insegnare” a stare bene  
mostrando di stare bene

Le nostre azioni sono “spinte” dalle nostre emozioni

La gestione delle emozioni:

- emozioni che ci trascinano:

automatismi

- Emozioni che ci sovrastano:

sequestro emotivo