

**Sfondo Integratore**  
**a.s.2018/2019**

**Una via per la felicità: L'empatia**



"The ability to step into the shoes of another person, aiming to understand their feelings and perspectives, and to use that understanding to guide our actions." The Mind Journal

"L'empatia è come un solvente universale. Qualunque problema, immerso nell'empatia diventa solubile." Simon Baron Cohen

Anno scolastico 2018/2019

## LO SFONDO INTEGRATORE

### ***SVILUPPARE EMPATIA: "Percorrere una via per vivere felici con gli altri!"***

Lo sfondo integratore (Paolo Zanelli 1986 - Uno sfondo per integrare) è uno dei concetti più importanti della pedagogia istituzionale italiana, rappresentando uno strumento didattico atto all'organizzazione del Contesto Educativo. Questo strumento didattico, indica una metodologia di progettazione educativa, ma si configura anche, come un grande contenitore, nel quale far confluire i contenuti e i percorsi finalizzati alla costruzione di un ambiente significativo, stabilendo obiettivi e risorse.

La nostra Équipe, composta dalla Direzione Scientifico Organizzativa, dal Coordinamento Psicopedagogico e dal personale Educativo, si riunisce ogni anno per sviluppare la *Progettazione Didattico-Educativa*, che prevede la declinazione degli obiettivi educativi nelle programmazioni didattiche. In quest'occasione, si compiono anche scelte di contenuto e metodo e si traccia lo Sfondo Integratore, quale strumento atto a raccogliere e irradiare il lavoro educativo a tutta la Comunità, rappresentata non soltanto dai bambini ma anche dai loro genitori e da tutti i docenti.



Per noi, dunque, lo sfondo integratore non possiede la mera funzione di legare gli obiettivi al lavoro educativo, ma ci permette di diffondere e costruire una cultura psicopedagogica condivisa, passando dagli educatori ai bambini, raggiungendo i genitori, in un pieno spirito sistemico e di comunità.

Ripetiamo spesso, provocando qualche ilarità, che i veri utenti dei nostri servizi non sono i bambini ma i genitori, ed in quella che sembra una battuta, è celato uno dei nostri principali obiettivi, lavorare con la genitorialità; infatti i bambini hanno un'innata spinta alla crescita e al cambiamento, mentre gli adulti hanno consolidato profonde resistenze a tutte le forme di trasformazione, che se non sollecitate, cristallizzano, ostacolando ogni mutamento. Un genitore può contare però su un grande allenatore, che lo sollecita e lo motiva al cambiamento ogni giorno, ogni ora, ogni istante della propria vita: il proprio figlio!

*Tutti i contenuti sono di proprietà dell'autore, ne è vietata la riproduzione anche parziale non espressamente autorizzata.*

La nostra missione è quindi, di offrirvi l'occasione di cogliere questa opportunità. Tutti i genitori che ho seguito personalmente, hanno giovato di questo nuovo punto di vista e ne hanno fatto un punto di forza.

Il tema di questo nuovo anno scolastico è molto importante anche per la salute e per il futuro dell'umanità: l'empatia è un'abilità che correla spesso con una vita felice, permettendoci dunque, di lavorare in continuità con la nostra *Mission di felicità*.

Negli ultimi anni, molto si è scoperto, sui meccanismi neurologici che mediano questa abilità e sul perché sia stata così importante per il successo della nostra sopravvivenza e per la costruzione del nostro benessere.

Partiremo dai bambini, naturalmente, perché investire su di loro per noi rappresenta una grande responsabilità, non tanto perché rappresentano il nostro futuro (odio questa frase), ma perché abbiamo il dovere di offrirgli un futuro!

Passeremo alla scuola e al progetto che le ha dato vita (...)

*“Quando pensavo a quest’asilo e ne scrivevo il suo progetto (P.Boccaccini 2004 - A Me Mi Piace: linee guida per i servizi educativi per la prima infanzia competenti nel promuovere benessere), mi prefiggevo come obiettivo, quello di realizzare un luogo dove i bambini entrassero felici e dove felicemente volessero permanere. Un luogo edificato sui sorrisi e sulla gioia, intenzionalmente promossa con scelte orientate a far sentire accolte le famiglie, sereni i bambini e motivati gli educatori.” Perla Boccaccini*

(...) creando un luogo “accogliente” non solo nello spazio fisico, ma soprattutto in quello mentale.

Arriveremo a voi genitori, con attività, seminari e laboratori, che si prefisseranno di promuovere le vostre abilità empatiche, da rivolgere soprattutto verso i vostri allenatori (figli)!!

Lo sfondo integratore, è dunque, il primo strumento informativo, che ci permette di arrivare a tutti voi, raccontandovi come intendiamo raggiungere gli obiettivi didattico-educativi e quale tema li legherà tra loro, offrendo una cornice teorico-pratica su cui riflettere e con cui crescere insieme.

Di seguito troverete: la definizione del concetto di empatia, la spiegazione dei meccanismi neurologici che mediano questa abilità, il suo negativo dal punto di vista psicopatologico, la descrizione delle cause precoci per il suo sviluppo o meno nel bambino ed una mappa delle azioni che intendiamo intraprendere per sviluppare questa competenza nei nostri alunni.

Con questi auspici, vi auguro un proficuo anno scolastico, ricco di emozioni, sorprese, relazioni e cambiamenti, offrendovi tutto il nostro sostegno e la nostra comprensione.

*Dott.ssa Perla Boccaccini*

Direzione scientifica ed organizzativa

**KLC SCHOOL – Kids Learning Center**

## LO SFONDO: LA CORNICE TEORICA

### Cos'è l'empatia?

L'empatia (dal greco *en-pathos*: sentire dentro) consiste nel riconoscere le emozioni degli altri come se fossero proprie, calandosi nella realtà altrui per comprenderne punti di vista, pensieri, sentimenti, emozioni.

L'empatia è un'importante competenza emotiva, grazie alla quale è possibile entrare più facilmente in sintonia con la persona con la quale si interagisce, è anche un'abilità sociale di fondamentale importanza e rappresenta uno degli strumenti di base di una comunicazione interpersonale efficace e gratificante.

Gli esseri umani sono in grado di riconoscere le emozioni degli altri e ancor più dare un significato emotivo a semplici gesti, facendo inferenze sullo stato emotivo della persona che li esegue. Se vediamo una persona che si muove agitata, possiamo quasi sentire la sua paura come se fosse la nostra. Questa abilità è innata e recentemente è stato scoperto nel nostro cervello un meccanismo detto, Mirror Neuron System, che media questa funzione (Rizzolatti e colleghi, 2001). Questo gruppo di neuroni, che comprende aree parietali, frontali inferiori e premotorie, è deputato al riconoscimento delle azioni non solo quando le osserviamo ma anche quando leggiamo o ascoltiamo una parola associata ad un'azione, studi successivi hanno dimostrato che l'osservazione altrui determina l'attivazione delle regioni precentrali (Gallese et al., 2004; Rizzolatti e Craighero, 2004; Keyer e Gazzola, 2009). Insomma i neuroni specchio hanno a che vedere con l'interpretazione che diamo alle azioni, possono aiutarci a interiorizzare e ripetere un'azione, ma anche a capirla e darle un senso, capire perché gli altri agiscono in un determinato modo e se hanno bisogno di aiuto. Questo vuol dire che siamo fortemente influenzabili, tanto che lo stato d'animo degli altri può cambiare il nostro, lo stesso effetto può averlo essere esposti alle azioni che compiono gli altri, soprattutto in tenera età. L'esposizione dei bambini, ad esempio, ad atti e comportamenti violenti, aumenta la probabilità che il loro comportamento diventi a loro volta violento, perché tendono, in maniera innata e automatica, grazie ai loro neuroni specchio, ad imitare tutto ciò che vedono.

Sviluppare l'empatia nei bambini vuol dire aiutarli a dare un nome alle azioni, a fare ipotesi sul perché di quelle azioni e soprattutto, vuol dire insegnarli a scegliere quali azioni intraprendere, vuol dire, insomma, ridurre la possibilità che sviluppino atteggiamenti o comportamenti alessitimici.

### Cos'è l'alessitimia?

L'Alessitimia (dal greco *a-*: mancanza, *lexis*: parola e *thymos*: emozione; letteralmente *non avere le parole per le emozioni*), è una sindrome che coinvolge quelle persone che hanno una profonda difficoltà a riconoscere, controllare e regolare le proprie emozioni.

Le emozioni hanno una base fisiologica, motorio-comportamentale e cognitivo-esperienziale e si esprimono attraverso la comunicazione interpersonale. Il soggetto Alessitimico risulta carente, soprattutto, nella componente cognitivo-esperienziale e nella comunicazione interpersonale

*Tutti i contenuti sono di proprietà dell'autore, ne è vietata la riproduzione anche parziale non espressamente autorizzata.*

dell'emozione. I livelli fisiologico e motorio-comportamentale, rimangono privi di una regolazione cosciente, cognitiva e verbale, inoltre, questi soggetti non sono in grado di usare i rapporti interpersonali per regolare le emozioni e questa carenza sul piano della condivisione sociale, impedisce loro d'identificare le emozioni stesse, per questo motivo l'alessitimia è definita come un disturbo della regolazione affettiva (Taylor e al., 1991).

La maggior parte delle teorie, concorda nel sostenere che la regolazione e il contenimento delle esperienze emotive, avvengano nei primissimi anni di vita del bambino, all'interno del rapporto con il caregiver o accudente primario (Bion 1962, Winnicott, 1965, Kohut, 1976; Bowlby, 1989; Main, & al. 1985).

Per esempio il filone dell'Infant Reserch, ha indagato il ruolo della regolazione reciproca madre-bambino, dimostrando che quest'ultima svolge il compito di regolare gli stati emotivi del bambino, mentre i segnali affettivi provenienti dallo stesso, hanno il ruolo, a loro volta, di regolare l'affettività e il comportamento della madre in un reciproco processo di sintonizzazione (Stern, 1984,1985; Emde e al. 1991). Un'altra importante funzione materna è stata indagata da Bion (1962), che ha descritto come le proto-emozioni, ovvero le sensazioni primitive prive di elaborazioni, da lui definiti elementi  $\beta$ , e derivati dall'esperienza fatta dal bambino, debbano essere trasformati dalla madre, attraverso quella che lui definisce funzione  $\beta$ . Questo processo di metabolizzazione, che avviene con il contenimento materno e definito funzione Reverie, permette a queste emozioni primitive di trasformarsi in rappresentazioni mentali di emozioni, sogni, fantasie, pensieri, in sintesi in rappresentazioni mentali del mondo interno del bambino. Nei casi in cui questa funzione materna risulti deficitaria, queste proto-emozioni rimangono indigerite (elementi  $\beta$ ) cioè, non rappresentabili, pensabili e percepibili.

Il modello bioniano, aiuta a comprendere anche perché un soggetto alessitimico possa arrivare a piangere senza capirne il motivo (situazione molto comune nei bambini piccoli che hanno bisogno di metabolizzare le proto-emozioni): il pianto può avere due funzioni molto diverse, quella di esprimere un'emozione e quella di evacuare una cosa dolorosa di cui in realtà non si conosce nè l'origine e ne il significato (elemento  $\beta$ ).

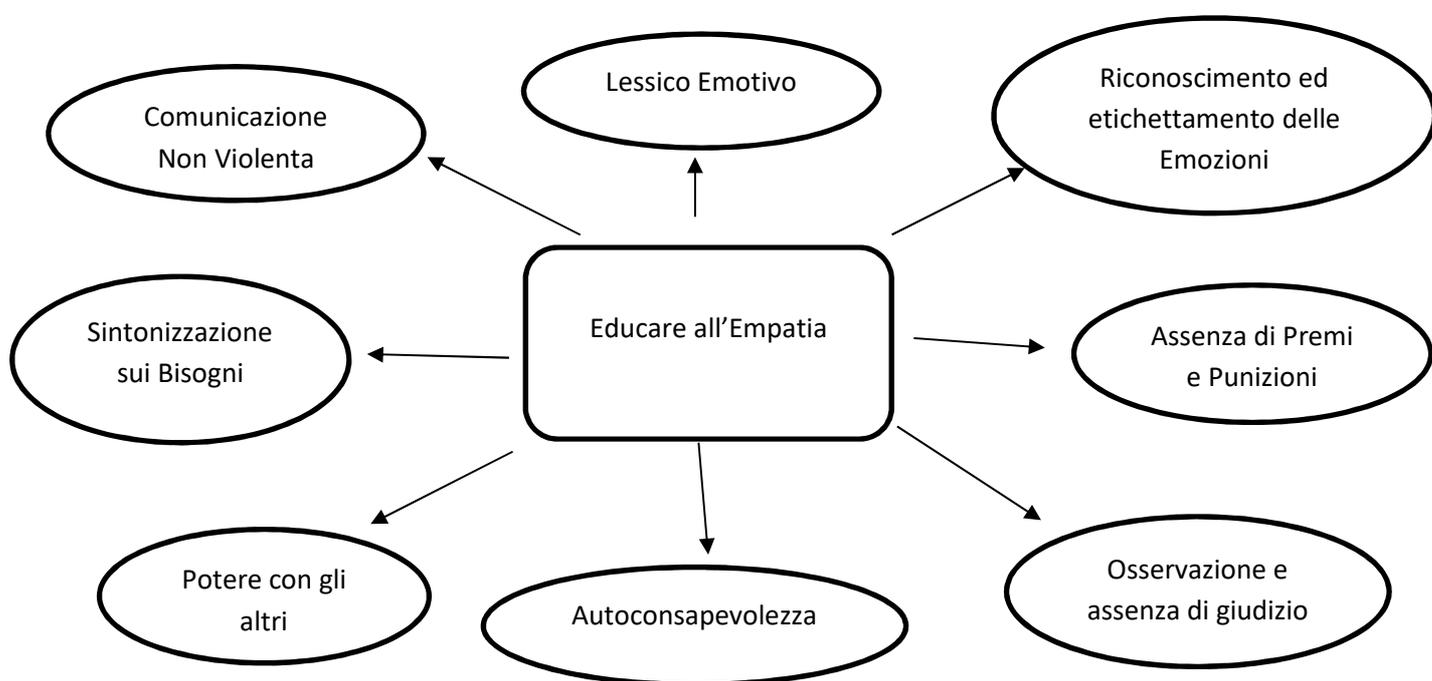
Anche Winnicott (1965) ha svelato il ruolo del caregiver nella regolazione emotiva, contribuendo con il concetto di holding e di oggetto transizionale all'interiorizzazione della regolazione.

Studi osservativi condotti su neonati nell'interazione con il loro caregiver, mostrano che nel bambino è presente, fin dalla nascita, un'attività comunicativa centrata sull'espressione delle emozioni (Crugnola & Baioni, 2002). Se è quindi dimostrata la presenza di emozioni innate di base, espresse fin dall'inizio, l'aspetto soggettivo-esperienziale delle emozioni di base e le emozioni più complesse (amore, vergogna, invidia, orgoglio, colpa) si sviluppano durante la prima infanzia.

## EDUCARE ALL'EMPATIA: APPLICAZIONI PRATICHE

Come si educa all'Empatia? Quali sono le dimensioni da sviluppare per crescere bambini emotivamente competenti ed empatici?

Grazie agli anni di sperimentazione teorico-pratica svolti in questo asilo, siamo riusciti a delineare le linee psicoeducative guida per educare i bambini alla felicità, e conseguentemente, promuovere il loro Benessere. La promozione della competenza empatica è una di queste vie. La nostra esperienza ci ha portato alla conclusione che l'empatia nei bambini è data dal possesso e dallo sviluppo delle seguenti dimensioni:



A partire da queste dimensioni l'equipe educativa, utilizzerà lo sfondo integratore per far confluire i contenuti, gli obiettivi e i percorsi dei progetti didattico-educativi di ciascuna sezione.

**KLC SCHOOL - Kids Learning Center -**