

Gentilezza Così alleniamo gli studenti

Daniele Nappo*



T

energenza e gentilezza non sono sintomo di disperazione e

debolezza, ma espressione di forza e di determinazione», citazione del poeta libanese Khalil Gibran. Una persona gentile possiede un'intelligenza emotiva ben sviluppata che genera positività a chi gli sta intorno. In questo modo s'incoraggia un temperamento ottimista che esprime sentimento e considerazione per sé stesso e per gli altri, aiutando a sentirsi più equilibrati e aperti anche nei momenti di difficoltà o tensione. La gentilezza è espressione di forza e determinazione, chi impara a vivere all'insegna di questo comportamento elabora un atteggiamento completo nei confronti degli altri. Si diventa più resistenti di fronte gli eventi critici della vita e si ha più probabilità di maturare i propri talenti e realizzare obiettivi personali e professionali. Per questo motivo è necessario insegnare a scuola ad essere gentili, perché è anche una questione di allenamento ed esperienza. Una ragazza o un ragazzo gentile è più equilibrato, ha uno stato d'animo stabile che evita stress e ansia, si sente meglio con sé stesso ed è più sicuro e fiducioso. La gentilezza ha la facoltà di spegnere gli atteggiamenti esterni fortemente negativi, creando una forma di scudo contro rifiuti e aggressioni morali. Attenzione però: essere gentili non vuol dire essere servili. Diversi studi in ambito psicologico comprovano che la gentilezza è collegata al benessere, alla resilienza, alla creatività e alla stabilità relazionale. Andiamo contro la nostra natura di esseri umani quando guardiamo gli altri come perfetti estranei che non hanno niente a che fare con noi. La gentilezza è una forza elaborata, un atteggiamento assai accurato e potente. Nell'ambito dei rapporti sociali rappresenta una forza enorme, che permette di ottenere molto di più rispetto alla noncuranza. Insomma è un obiettivo a cui la scuola deve tendere.

***Direttore Scuola Freud**