

# *Life competence e dintorni*

Elisabetta Musi

Università Cattolica di Piacenza

# Il percorso

Interrogativi:

Cosa sono le life skill? Perché se ne parla? Prima non venivano valorizzate (riconosciute? Educate?)? Se no, perché?

Quali suggerimenti dal documento della Commissione Europea?

Cosa abbiamo e cosa ci manca?

Possiamo costruire un kit?

Cosa sono le life skill? Perché se ne parla?  
Prima non venivano valorizzate (riconosciute?  
Educate?)? Se no, perché?

(Di cosa stiamo parlando: un affondo sull'ascolto e la  
vita emotiva)

Quali suggerimenti dal documento della  
Commissione Europea?

**Life skill** ( LifeComp. The European Framework for **Personal, Social and Learning to Learn** Key Competence )

### **L'area personale**

- Imparare a essere
- Coltivare un'identità plurima e sfaccettata
- Aver cura della motivazione
- Imparare a gestire le transizioni
- Autoconsapevolezza e autoregolazione emotiva

## **L'area sociale**

Empatia

Comunicazione

Collaborazione

Cosa abbiamo e cosa ci manca?

Suggerimenti filmiche

Possiamo costruire un kit?

Ad esempio un kit... della vita emotiva



# Strutturiamo insieme il criterio

- Partire da sé
  - Il mondo dei bambini e delle bambine (area personale, area sociale)
  - Idee, strumenti e materiali
- 
- Un esempio...

# Acquisire consapevolezza dei propri sentimenti: tappe di un percorso di crescita umana e professionale

- E-mozione
- Ex-pressione
- Re-pressione
- De-pressione

**Regole come repressione o come autoregolazione dell'espressione?**

**Si parte dall'ascolto**

Cosa provo?

Cosa faccio di quello che provo? (e cosa faccio in virtù di quello che provo?)

Scelgo tra fare bene/fare male

# Elementi per la costruzione di un kit

- Riconoscere e nominare
- Albi illustrati
- Storie
- Filmati...
- Cosa sento, cosa provo?
- Creare corrispondenze tra stati d'animo e immagini
- (strumenti di autovalutazione)
- Narrazioni autobiografiche
  - Mappe, domino, schede (quella volta che...), gioco dell'oca, la linea della vita, oggi mi sento (colori), se fossi...
- Cosa ne faccio di quello che provo?  
(sviluppo del pensiero ipotetico)
- Carte di discussione