



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



## Quanto è importante essere "emotivamente intelligenti" nella vita quotidiana?

Riccardo Peroni<sup>1</sup>

*Non dimentichiamo che le piccole emozioni sono i  
grandi capitani della nostra vita e che obbediamo  
a loro senza saperlo.*

*Vincent Van Gogh*

- 1) Introduzione
- 2) Dall'intelligenza alle intelligenze
- 3) La "Cenerentola" delle intelligenze
- 4) L'Apprendimento dell'Intelligenza Emotiva
- 5) Credere nell'invisibile
- 6) Bibliografia e sitografia
- 7) Indice delle Tabelle

---

<sup>1</sup> Riccardo Peroni Formatore – Mediatore ad Approccio Sistemico – Operatore Training Autogeno – Sociologo. Cofondatore Associazione Culturale Polysiec

# polysiec

Networking, Qualità, Sensemaking, Relazioni

Newsletter dell'Associazione Culturale Polysiec



Associazione Polysiec

25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

polylabor 

## Abstract

Partendo da un esempio di vita quotidiana, dopo un articolato, ma non esaustivo excursus sull'evoluzione degli studi sull'intelligenza, si approda ad una riflessione che porta ad utilizzare l'approccio dello studioso Manfred F.R. Kets De Vries del "paradigma clinico" nel libro "L'Organizzazione Irrazionale", come modalità per sviluppare ed adottare l'Intelligenza Emotiva nella vita quotidiana.

## 1. Introduzione

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportatati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.



25 Marzo 2020

Sarà cosa nota, ma spesso non ricordiamo che viviamo in un mondo “velocemente” integrato, cioè in cui più parti, insieme, agiscono per raggiungere un risultato, se non totalmente in comune, almeno con elementi ed interessi vicini<sup>2</sup>.

Un esempio?

Poco tempo fa mi sono trovato ad acquistare dei farmaci mutuabili prescritti dal Medico di Famiglia. Era una ricetta telematica (non quella rossa, ma quella completamente bianca). Quando l'ho consegnata al farmacista, con lo scanner ha provato a leggere il codice a barre, ma senza riuscirci.... Perché? L'inchiostro nella cartuccia della stampante del medico stava finendo ed il risultato è stato che il lettore ottico non lo leggeva. Il farmacista, con un sorriso, mi ha detto: “Non c'è problema, solo un momento” ed ha inserito manualmente il codice nel sistema di gestione del negozio.

<sup>2</sup> Interessante a questo riguardo come ormai l'odierno concetto di “globalizzazione” e quindi di integrazione di realtà distanti e globali, sia un fenomeno in primo luogo non esclusivamente economico, ma anche antropologico ed inoltre non specifico della nostra epoca. Si veda a questo riguardo “Antropologia della globalizzazione” di Giulio Sapelli – Bruno Mondadori, 2008 e la puntata “L'Italia dei Longobardi” in Passato e Presente su RAI STORIA con il prof. A. Barbero.



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



Non vi sembra che le emozioni siano una dimensione ben presente in questo semplice, apparentemente banale, episodio quotidiano?

Il farmacista, che non ha perso la calma (eppure c'era una lunga fila di Clienti).

Un sorriso da parte sua, per dimostrarmi comprensione ed attenzione.

Situazioni da cui sarebbero potute scaturire emozioni di base o secondarie, negative.

Ecco dunque che la dimensione emotiva, in un mondo in cui interazioni tra elementi di un sistema più ampio sono all'ordine del giorno (e molto rapide), si delinea come un aspetto centrale da saper gestire con un'adeguata Intelligenza Emotiva.

Per questo motivo, partendo anche da alcuni Corsi cui ho partecipato (in presenza ed online) presso l'Istituto IGEA Centro Promozione Salute<sup>3</sup>, ho voluto trattare il tema dell'Intelligenza Emotiva, come una risorsa non sempre adeguatamente valorizzata, ma soprattutto poco considerata trasversalmente nella quotidianità ed in diversi ambiti. Una risorsa che sebbene, forse non

---

3 <https://www.igeacps.it/>



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



possa "curare", può tuttavia presidiare al nostro benessere personale, familiare ed organizzativo.... esattamente come, per i Greci, la dea Igea (o Igiea; gr. Ἰγεία) era venerata non per guarire, ma per preservare corpo e spirito<sup>4</sup>.

## 2. Dall'intelligenza alle intelligenze

L'intelligenza umana si manifesta e si esprime attraverso una vasta gamma di abilità, comportamenti, pensieri ed emozioni.

In passato molti studiosi di diverse discipline hanno cercato di definire il concetto di intelligenza univocamente, ma senza successo, principalmente perché l'intelligenza non è qualcosa che si possiede o non si possiede alternativamente, ma è un insieme interdipendente di elementi, che si esprimono nelle diverse articolazioni dei nostri comportamenti e pensieri.

La psicologia, con il termine intelligenza, si riferisce alla capacità di fare proprie "conoscenze", intese in senso lato, che vanno ad adattare e modificare, in caso di necessità, le strategie della Persona rispetto a situazioni che si presentano,

<sup>4</sup> Igea Divinità salutare ellenica; personificazione della sanità fisica e spirituale, elevata a divinità e ritenuta figlia o moglie di Asclepio. Ebbe culto, associata ad Asclepio e anche sola, specialmente nell'età romana. Il suo attributo è il serpente Enc. Treccani



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



obiettivi perseguiti e risultati raggiunti.

“L'intelligenza può essere definita come la capacità di apprendimento e di comprensione, che si differenzia da ciò che viene comunemente chiamato intelletto, in quanto comprende anche la capacità di affrontare situazioni concrete in modo efficace e di rielaborare le esperienze e gli stimoli esterni. L'intelligenza viene quindi descritta non come una particolare abilità, ma come una capacità generale della Persona di cogliere ed affrontare il mondo; una capacità globale che consente di comprendere la realtà e di interagire con essa. L'intelligenza è, quindi, un'entità globale e multifaccettata non singolarmente definibile.”<sup>5</sup>

Dunque per sua natura, lo studio dell'intelligenza si è sempre scontrato con il problema di formulare una definizione univoca dell'oggetto di studio stesso.

Le capacità generali, frequentemente riconosciute come comprese nel concetto di “intelligenza”, sono:

## **a) Capacità di risolvere problemi**

---

<sup>5</sup> Corso “L'Intelligenza Emotiva e l'importanza di educare alle emozioni” – IGEA Centro Promozione Salute. In questo caso si riporta il testo della dispensa del Corso. Anche alcune citazioni di autori sono riprese dal Corso.

25 Marzo 2020

**b) Capacità verbale**

**c) Intelligenza Pratica**



Tabella 1 – Le Capacità Generali dell'intelligenza

Sulla

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

**polylabor** 



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



base di questa classificazione di capacità comprese nel concetto di intelligenza, anche in termini di sviluppo degli studi, si è trattato questo concetto con un approccio via via sempre più articolato.

Nei primi anni del '900, la teoria più diffusa sull'intelligenza in occidente era quella dello studioso Charles Spearman<sup>6</sup>, che la definiva con il termine "Fattore G", inteso come una capacità comune e misurabile in tutte le Persone.

Poi, attraverso un percorso di studi molto complesso, si giunse con lo psicologo Howard Gardner, che nel libro "Frames of mind: The theory of multiple intelligences" (1987) introdusse nel mondo scientifico ed accademico la Teoria delle Intelligenze Multiple.

Secondo questa teoria non si può parlare di una comune ed unica facoltà di intelligenza, ma di diverse forme di essa, in parte indipendenti tra di loro. Howard Gardner sostiene che il cervello abbia sviluppato, nel corso dell'evoluzione, diversi dispositivi di elaborazione delle informazioni, ciascuno dei quali corrisponde a facoltà multiple e distinte.

---

6 Charles Edward Spearman – Psicologo Britannico (1863 – 1945). Wikipedia Dicembre 2019



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



Con questo approccio, Howard Gardner, minò la vecchia concezione dell'intelligenza e, conseguentemente, tutti i test standardizzati che si basavano su di essa.

Le principali intelligenze identificate da Howard Gardner sono 8:

- a. Intelligenza linguistica:** apprendimento e riproduzione del linguaggio, appropriatamente utilizzato nell'espressione sia verbale che scritta. È collegata allo stimolo di creare delle storie.
- b. Intelligenza logico-matematica:** analisi, in modo logico, dei problemi, esecuzione di operazioni matematiche, indagine scientifica di situazioni e problemi, utilizzando il pensiero logico-deduttivo. È collegata alla possibilità di risolvere e verificare ipotesi semplici.
- c. Intelligenza musicale:** abilità di comporre, riconoscere e riprodurre modelli musicali, toni e ritmi. È collegata all'esplorazione dei suoni e la creazione di melodie.
- d. Intelligenza spaziale:** comprensione del modo in cui gli oggetti si orientano

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.



25 Marzo 2020

nello spazio, conseguentemente la capacità di saper riconoscere ed utilizzare lo spazio e le aree relative. È correlata alla pratica di attività che stimolano la costruzione con elementi di diversa natura ed attività che sviluppano l'orientamento.

- e. Intelligenza corporeo-cinestetica:** capacità di usare il corpo per risolvere problemi o costruire, grazie al coordinamento dei movimenti del corpo. È correlata alla danza o, per esempio, ad azioni vincenti nei giochi di squadra e non solo.
- f. Intelligenza interpersonale:** capacità di comprendere intenzioni, desideri e motivazioni degli altri ed è funzionale anche ad un efficace lavoro di gruppo. È collegata all'inclinazione alla leadership o alla capacità di mediare i conflitti e le situazioni.
- g. Intelligenza intrapersonale:** consapevolezza dei propri vissuti interiori e la capacità di esprimerli senza esserne sopraffatto. In sostanza è la capacità di auto-comprensione e di individuazione dei propri punti di forza e di debolezza, paure, motivazioni. Questa forma di intelligenza contribuisce a realizzare una

**olysiec:**  
telefonticamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

polylabor 

# polysiec

Networking, Qualità, Sensemaking, Relazioni

Newsletter dell'Associazione Culturale Polysiec



Associazione Polysiec

25 Marzo 2020

vita indirizzata ai propri obiettivi specifici. È collegata ad attività di autonarrazione, come per esempio, tenere un diario.

**h. Intelligenza naturalistica:** capacità di riconoscere, classificare e individuare alcune caratteristiche dell'ambiente, interagendo con esso fino a far proprie alcune caratteristiche ambientali.

Le 8 forme di intelligenza individuate fanno parte di un sistema in cui vengono utilizzate contemporaneamente, integrandosi vicendevolmente allo scopo di ottenere maggior successo e far fronte alle situazioni in modo efficace.

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

polylabor 

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

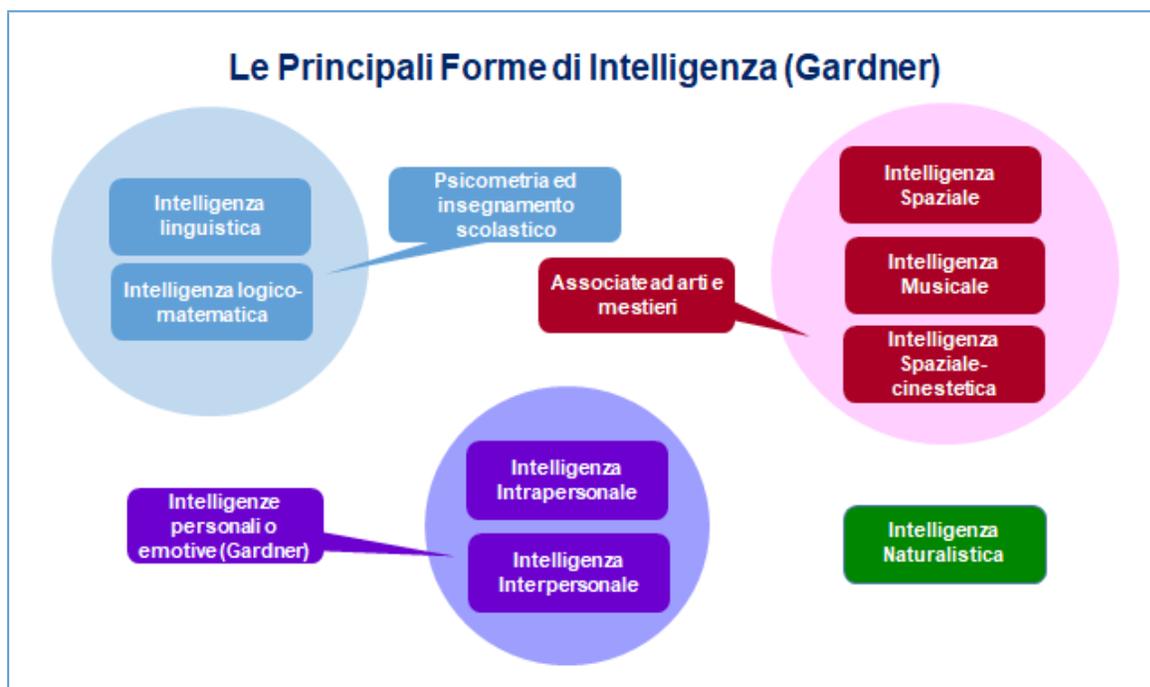


Tabella 2 – Le Principali Forme di intelligenza (H.Gardner)

In base a questa concezione dell'intelligenza, per Gardner, lo scopo dell'uomo, in relazione ad essa, è di raggiungere il benessere individuale e di gruppo.

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



Osservando nell'insieme le 8 principali forme di intelligenza individuate da Howard Gardner, vediamo che l'intelligenza logica-matematica e linguistica sono state studiate dagli psicometristi e sviluppate nell'ambito dell'insegnamento scolastico. Intelligenza Spaziale, Musicale e Cinestetica sono fatte rientrare nelle arti e mestieri. Gardner stesso definisce l'intelligenza intra e interpersonale come intelligenze personali o, chiaramente, emotive.

### 3. La "Cenerentola" delle intelligenze

Alla definizione vera e propria di Intelligenza Emotiva hanno contribuito Peter Salovey e John Mayer<sup>7</sup>, che hanno indicato, nel 1990, questo concetto come: "la capacità che hanno gli individui di monitorare le sensazioni proprie e quelle degli altri, discriminando tra vari tipi di emozione ed usando questa informazione per incanalare pensieri ed azioni".

Tuttavia, la maggior parte delle Persone attribuiscono l'espressione

---

<sup>7</sup> Riguardo agli studi di Salovey e Mayer interessante l'articolo in <https://lamenteemeravigliosa.it/salovey-e-mayer-intelligenza-emotiva/> dal titolo "Salovey e Mayer e la struttura dell'intelligenza emotiva", 18 Febbraio 2019.



25 Marzo 2020

“Intelligenza Emotiva” a Daniel Goleman, che la rese popolare con la pubblicazione, nel 1995, del suo libro “Intelligenza emotiva”, ma con una visione diversa da Peter Salovey e John Mayer. Infatti Daniel Goleman descrive l’intelligenza emotiva come un insieme di competenze o caratteristiche cruciali per gestire con successo la vita. Esse sono:

- **Autocontrollo**
- **Entusiasmo**
- **Perseveranza**
- **Capacità di automotivarsi**

A queste capacità individuate da Daniel Goleman, John Mayer e Peter Salovey aggiunsero anche:

- **capacità di percepire le emozioni**
- **confrontare le emozioni e le sensazioni**
- **capire le informazioni che derivano da queste emozioni**
- **essere in grado di operarle**

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all’indirizzo di cui sopra. I link riportatati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate “rubriche”) in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

**polylabor** 



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

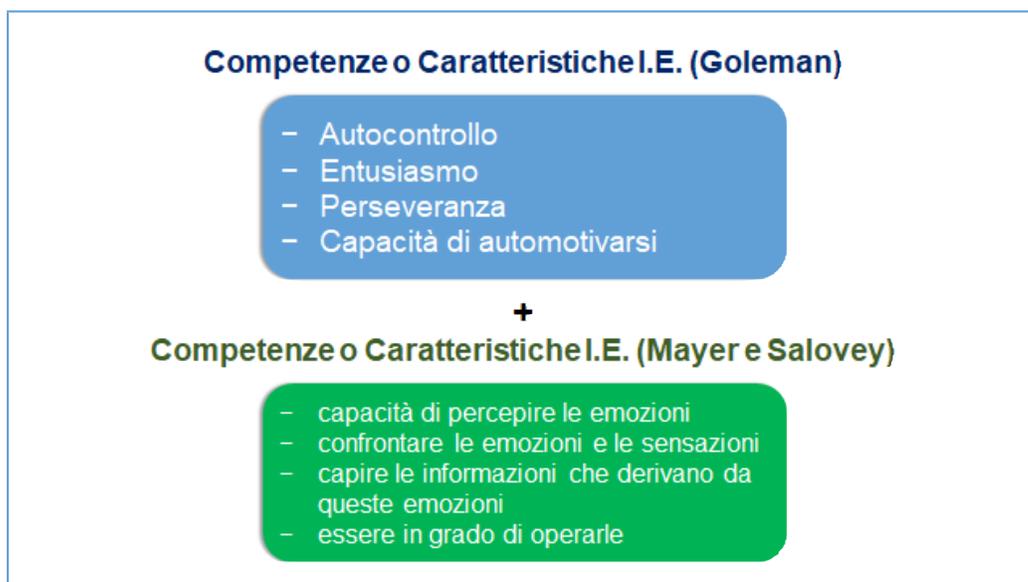


Tabella 3 – Competenze/Caratteristiche secondo Mayer e Salovey e secondo Goleman

Secondo tutti e tre gli studiosi (Daniel Goleman, John Mayer e Peter Salovey) l'intelligenza emotiva si articola in 5 aree:

**a) consapevolezza delle proprie emozioni**

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportatati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.



25 Marzo 2020

- b) controllo delle emozioni**
- c) capacità di ritardare la gratificazione e gestire gli impulsi**
- d) riconoscimento delle emozioni degli altri**
- e) capacità di gestire le relazioni sociali in rapporto emozioni degli altri**

<b>D. Goleman – J. Mayer – P. Salovey Articolazioni dell'Intelligenza Emotiva</b>
a. Consapevolezza delle proprie emozioni
b. Controllo delle emozioni
c. Capacità di ritardare le gratificazioni e gestire gli impulsi
d. Riconoscimento delle emozioni degli altri
e. Capacità di gestire le relazioni sociali in rapporto alle emozioni degli altri

Tabella 4 – Articolazioni dell'Intelligenza Emotiva (D. Goleman – J. Mayer –P. Salovey)

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di sopra. I link riportatati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)





25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



La consapevolezza delle proprie emozioni si concretizza nella capacità di riconoscerle e, Daniel Goleman, la riferisce alla consapevolezza di sé, che mette in grado la Persona di riconoscere le emozioni al loro manifestarsi. Si tratta, per Daniel Goleman, della base dell'Intelligenza Emotiva, in quanto saper identificare e gestire le proprie emozioni incrementa il livello di autoconsapevolezza e l'abilità di controllare e governare la propria vita. Si è così in grado di fare scelte consapevoli di fronte agli eventi, rilevanti o meno, della propria esistenza.

Secondo Shapiro<sup>8</sup>, non è fondamentale solo la consapevolezza delle proprie emozioni, ma anche la capacità, in particolare di un bambino, di esprimere a parole le proprie emozioni (come conseguenza della loro consapevolezza). Imparare ad identificare e comunicare le emozioni è una parte importante della comunicazione ed è una determinante basilare per l'acquisizione del controllo emotivo. Il concetto di conoscere se stessi nasce dall'aver consapevolezza di sé. Questa si esprime nell'abilità di una Persona di

---

<sup>8</sup> David L. Shapiro (born June 13, 1943) is an American psychologist and independent practitioner in forensic psychology – Wikipedia 18.03.2020



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



guardare in modo introspettivo ai propri pensieri, sentimenti ed azioni. Sintonizzando in modo positivo il livello di conoscenza delle proprie emozioni quando i propri pensieri consci ed inconsci sono soggetti ad un'esplorazione, la Persona acquisisce una competenza emozionale del sé.

Molto importante e trattato da Goleman è poi l'idea di "maneggiare" le proprie emozioni, che egli definisce come abilità significativa per accrescere il livello di consapevolezza di sé. Essa è vista come la capacità di tollerare gli eventi positivi e negativi della nostra vita in maniera bilanciata. È una caratteristica fondamentale per la stabilità ed il benessere. Motivare se stessi può essere visto come la spinta che la Persona si dà per raggiungere un certo obiettivo. Per tutte queste ragioni appare di fondamentale importanza lo sviluppo dell'Intelligenza Emotiva..... insomma, un aspetto del fenomeno intelligenza, culturalmente per lunghissimo tempo tenuto in disparte e ritenuto secondario, finalmente sale alla ribalta. Una vera e propria "Cenerentola" delle Intelligenze.



25 Marzo 2020

#### 4. L'Apprendimento dell'Intelligenza Emotiva

Acquisire una consapevolezza emozionale di se stessi è un passaggio fondamentale per accrescere capacità empatiche<sup>9</sup> e competenze sociali. Secondo Gardner la capacità fondamentale dell'Intelligenza Personale include "l'abilità di notare e fare distinzioni tra gli individui in base all'umore, al temperamento e alla motivazione". Quella che definisce l'Intelligenza Interpersonale è la capacità di individuare e discernere l'umore degli altri.

Sul come viene appresa l'Intelligenza Emotiva, ci viene in aiuto Daniel Goleman, secondo il quale la dimensione emotiva viene in primo luogo appresa nell'ambiente familiare, in cui si innesca una vera e propria educazione emozionale, che viene veicolata ed operata dai genitori attraverso:

- Parole
- Azioni
- Modelli di gestione dei sentimenti e della relazione coniugale

---

9 Non possiamo dimenticare che la riduzione delle capacità empatiche è alla base di disturbi e patologie di diversa natura. A questo riguardo si veda "La scienza del male. L'empatia e le origini della crudeltà" di Simon Baron-Cohen, Raffaello Cortina Editore – Collana Scienza e Idee, 2012.



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



Gli studi sull'Intelligenza Emotiva, hanno individuato sostanzialmente 3 aree di comportamenti/contesti che ne inibiscono lo sviluppo.

- a) **Non prendere in considerazione la dimensione dei sentimenti (ignorare i sentimenti).** Ciò avviene quando l'aspetto emotivo (il turbamento emotivo) viene letto e trattato come un evento banale o una seccatura di cui liberarsi aspettando che scompaia da solo.
- b) **Tenere un atteggiamento di permissività (lasciar fare).** Si verifica quando per esempio i genitori, pur notando i sentimenti del bambino, tuttavia ritengono che qualsiasi modo e strategia usata per gestirli vada bene, anche lo scontro fisico.
- c) **Dimostrare disprezzo. Mostrarsi sprezzanti e privi di qualsiasi forma di rispetto per i sentimenti dell'altro.** Generalmente questa tipologia di atteggiamenti assume modalità molto disapprovanti e dure.

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.

25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

**polylabor** 



Tabella 5 – Fattori inibitori dello Sviluppo dell'Intelligenza Emotiva

I vantaggi di aver sviluppato una buona capacità di gestire le emozioni sono molti, tra questi<sup>10</sup>:

<sup>10</sup> Relativamente l'importanza dell'Intelligenza Emotiva in ambito organizzativo ed aziendale, si veda "L'Intelligenza Emotiva per la Leadership" A cura di: Rosanna Silenti <https://www.leadershipmanagementmagazine.com/articoli/lintelligenza-emotiva-la->

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportatati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.



25 Marzo 2020

- Tolleranza rispetto a situazioni stressanti;
- Maggiori e migliori capacità comunicative dei propri stati emozionali;
- Capacità di sviluppare relazioni positive con la famiglia e gli amici;
- Maggiori successi in ambito scolastico, lavorativo e della vita in generale.



**Vantaggi di un'Intelligenza Emotiva sviluppata**

1. Tolleranza rispetto a situazioni stressanti
2. Maggiori e migliori capacità comunicative dei propri stati emozionali
3. Capacità di sviluppare relazioni positive con la famiglia e gli amici
4. Maggiori successi in ambito scolastico, lavorativo e della vita



Tabella 6 – Vantaggi di un'Intelligenza Emotiva sviluppata

leadership/ 20.03.2020

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportatati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.

**olysiec:**  
telefonticamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

polylabor 



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



Proprio perché una sviluppata Intelligenza Emotiva comporta diversi vantaggi, è utile comprendere come si può supportare. A questo riguardo sono rilevanti gli studi di Mischel e Ebbeson<sup>11</sup> che dimostrarono l'importanza della capacità di controllare le emozioni e di resistere all'impulso.

Il loro esperimento è di tipo longitudinale, ovvero hanno osservato un certo fenomeno attraverso uno specifico intervallo di tempo. Nel loro caso, coinvolgendo dei bambini, ne hanno seguito l'evoluzione dai 4 anni fino all'adolescenza.

Il compito a cui sottoposero bambini di quattro anni consisteva nell'attesa del ritorno dell'esaminatore senza mangiare delle caramelle, lasciate su un tavolo davanti a loro. Per chi fosse stato in grado di resistere il tempo necessario ci sarebbero state in premio due caramelle. Chi, invece, non fosse stato in grado di aspettare, avrebbe ricevuto subito una sola caramella.

Questo studio ha mostrato che chi a quattro anni aveva resistito alla tentazione

---

<sup>11</sup> Si veda in "Influencer Il potere di cambiare qualsiasi cosa" curatori Kerry Patterson , Joseph Grenny , David Maxfield , Ron McMillan , Al Switzler – Franco Angeli 2013, il riferimento a Mischel e Ebbeson



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



di "mangiare subito la caramella" in età adolescenziale:

- poteva attingere ad una maggiore competenza sociale;
- dimostrava una maggiore efficacia personale;
- disponeva di una maggiore sicurezza di sé e capacità di fronteggiare le situazioni frustranti della vita;

Viceversa i soggetti che invece a quattro anni non avevano resistito alla tentazione (erano circa il 30% del gruppo) avevano da adulti un profilo psicologico relativamente più problematico.

Lo studio di Mischel e Ebbeson sottolinea l'importanza di saper gestire e convivere con un'emozione e come questa attitudine possa influenzare i risultati ottenuti da una Persona nella vita quotidiana.

Per lo sviluppo dell'intelligenza emotiva dunque risulta fondamentale la compresenza di diversi fattori, quali ad esempio:

**a. Ambiente emotivamente protetto:** dove si possano esprimere liberamente le emozioni, questo sia in termini spaziali e temporali, che relazionali.

**b. L'importanza di avere modelli a disposizione,** cui far riferimento nella



25 Marzo 2020

gestione delle emozioni. Questo aspetto, in ambito organizzativo, è particolarmente importante nell'applicazione di approcci come il Mentoring.

- c. Sviluppare strategie che supportino e facilitino la regolazione delle emozioni**, anche con specifiche azioni (autoconsolazione, autopromozione o, se necessario, l'allontanamento dalla fonte emotiva).
- d. Promozione degli stili espressivi**, che sono una tra le risorse più importanti a disposizione per lo sviluppo dell'Intelligenza Emotiva.
- e. Connessione tra emozioni positive e fasi di apprendimento**: nell'ambito della Formazione, in particolare quella aziendale, ma non solo, è frequente l'uso del gioco e della "pacchettizzazione" in attività ludiche (spesso anche con il supporto di strumenti informatici) denominato "gamification".

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

**polylabor** 



Tabella 7 – Fattori per lo Sviluppo dell'Intelligenza Emotiva

Conoscere i Fattori Inibitori dell'Intelligenza Emotiva, i vantaggi che da essa si possono avere ed i modi in cui si sviluppa è importante, perché le emozioni determinano la nostra relazione con il mondo.

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportatati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



Il benessere personale dipende molto da come ci relazioniamo con il mondo, generando così le emozioni. Quando nasciamo non abbiamo sviluppato il linguaggio, ma le emozioni ci permettono di comunicare e di identificare quello che è positivo e negativo per noi stessi. Le emozioni ci apportano informazioni sulla relazione che abbiamo con l'ambiente circostante. Proviamo allegria o soddisfazione quando le cose vanno bene, e tristezza o disperazione quando succede tutto il contrario, come quando soffriamo perdite o minacce. Le emozioni sono come un sistema di allarme, che si attiva quando individuiamo qualche cambiamento nella situazione che ci circonda: si tratta di risorse adattative degli esseri umani utili in molte situazioni come saper risolvere in maniera positiva i conflitti<sup>12</sup>, il mettere da parte una frustrazione a breve termine in cambio di una ricompensa a lungo termine e gestire gli stati d'animo per motivarci.

Un'interessante approccio metodologico di educazione alle emozioni è l'auto-

---

12 Relativamente alla gestione positiva dei conflitti, in cui l'Intelligenza Emotiva gioca un ruolo centrale si veda, con particolare riferimento ai gruppi (ed in particolare quelli di auto/mutuo aiuto che si delineano in diversi contesti) Dominique M. Steinberg "L'auto/mutuo aiuto – Guida per i Facilitatori di Gruppo" Edizioni Erickson, Trento 2002



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



narrazione e l'utilizzo delle fiabe<sup>13</sup>. Uno strumento valido per acquisire consapevolezza delle proprie emozioni e della capacità di saper "rimanere" su di esse. Non solo, attraverso l'auto-narrazione (che può avvenire con disegni, racconti, fiabe ecc.) si può allenare l'Intelligenza Emotiva a riconoscere, rispettare e mettere in parola il mondo dei sentimenti e delle emozioni, per imparare a sviluppare in modo globale il funzionamento mentale e la comprensione della realtà, per accrescere le competenze sociali e relazionali, per dare una risposta in termini di empatia e di aiuto ai problemi e alle difficoltà proprie e degli altri<sup>14</sup>.

## 5. Credere nell'invisibile

Ma dopo questo articolato, sebbene non esaustivo, excursus torniamo al nostro amico farmacista.

---

13 Sull'utilizzo in particolare delle fiabe è particolarmente interessante di Gabriella d'Albertas "Iniziazione al mondo delle fiabe. Percorsi evolutivi attraverso le fiabe della nostra infanzia" – edizioni Mediterranee – Collana Iniziazione, Roma 2018.

14 In questo ambito l'Associazione Culturale Polysiec – Networking, Qualità, Sensemaking, Relazioni è attiva con la proposta di un Laboratorio proprio sull'Autonarrazione e la Fiaba, la cui ultima edizione si è svolta nel Novembre 2019.



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



Abbiamo visto cosa inibisce lo sviluppo dell'Intelligenza Emotiva, cosa lo promuove e quali sono i vantaggi di un'Intelligenza Emotiva consolidata. Ora, rispetto alla quotidianità, come possiamo permetterci di essere tutti un po' più intelligenti emotivamente? E' una domanda non da poco in un'epoca altamente tecnologica, ovvero dominata e guidata dal pensiero tecnico<sup>15</sup>. Un tempo in cui la famosa frase di Pierpaolo Pasolini "Io credo nel progresso, non credo nello sviluppo, in particolare questo tipo di sviluppo"<sup>16</sup>, ci sembra risuonare come un monito profetico.

Alla domanda di come diventare più intelligenti emotivamente, viene in supporto a questo riguardo il testo "L'organizzazione irrazionale. La dimensione nascosta dei comportamenti organizzativi"<sup>17</sup>.

L'autore, Kets De Vries, propone come elemento fondamentale per

---

15 Sul pensiero scientifico e tecnico si veda su [www.youtube.com](http://www.youtube.com) la lezione di Umberto Galimberti "In dialogo con i nostri pregiudizi – Filosofarti 2019" – 22.03.2020

16 Pierpaolo Pasolini "La differenza tra progresso e sviluppo" in youtube – 23.03.2020

17 Manfred F.R. Kets De Vries "L'organizzazione irrazionale. La dimensione nascosta dei comportamenti organizzativi" – Raffaello Cortina Editore, Milano 2001 – pagg. 6 e 7. Inoltre relativamente alle competenze richieste dal mondo del lavoro, si veda l'articolo "Le 10 competenze vincenti sul lavoro nel 2020" di Monica D'Ascenzo – Il Sole 24ore 28 Giugno 2016



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



l'osservazione dei comportamenti nelle e delle organizzazioni, il "*paradigma clinico*"<sup>18</sup>, che si basa sul fatto di non dare per scontato ciò che è direttamente osservabile. Tale paradigma, che utilizza come base concettuale le scoperte della ricerca clinica sul comportamento umano, ci aiuta a capire tutti i tipi di comportamento, per quanto irrazionali possano apparire. Paradossalmente, gli studiosi di management che si basano sul paradigma clinico, che mette in risalto ciò che non è razionale, sono, in ultima analisi, i veri razionalisti".

Quando sono partito dall'osservazione dell'episodio quotidiano del farmacista, mi sono focalizzato su ciò che non è osservabile e non è razionale ed ho trascurato il resto, per esempio quanto tempo "in più" sto utilizzando per

---

18 Clinico agg. e s. m. [dal lat. *clīnicus*, gr. κλινικός, der. di κλίνη «letto»] (pl. m. -ci). – 1. agg. Che riguarda la clinica medica, cioè l'esame, lo studio e la cura del malato: *quadro c.*, il complesso dei sintomi; *caso c.*, la concreta realizzazione di una malattia o di una sindrome (nell'uso com., *essere un caso c.*, di persona che esce dalla normalità); *guarigione c.*, regressione o scomparsa del quadro morboso, con o senza scomparsa delle lesioni organiche; *chimica c.*, l'insieme dei metodi chimici di analisi (*analisi cliniche*) impiegati in medicina a scopo diagnostico e anche, spesso, per controllo della terapia. Nel linguaggio com.: *avere l'occhio c.*, con riferimento a un medico, avere la capacità di trovare abitualmente un rapido e giusto orientamento diagnostico; in senso fig., avere prontezza nel giudicare, nell'intendere il significato intimo delle cose. 2. s. m. Il docente universitario di clinica medica; nell'uso com. è spesso sinon. di *medico*, normalmente accompagnato da un attributo di merito, in frasi come *essere un buon c.*, *un cattivo c.*, *un celebre c.*, e sim. Il termine è usato al masch. anche con riferimento a donna: *la dottoressa Bianchi è il più abile c. della città.* ♦ Avv. clinicamente, secondo i procedimenti della clinica medica, dal punto di vista clinico: *dichiarare un paziente clinicamente guarito* – Enciclopedia Treccani



25 Marzo 2020

un'operazione che, sulla base di una stima tecnica, ne dovrebbe richiedere molto di meno. Ho cercato di "andare oltre" ed osservare ciò che non si vede.

Per concludere questa disamina, che può essere un inizio più che un punto di arrivo, mi piace proporre a chi ha avuto la pazienza di seguirmi fin qui, un racconto, una narrazione come ultima risposta, direi, metodologica. La narrazione, che, come detto sopra, è un ottimo approccio per sviluppare la nostra Intelligenza Emotiva. Anche il racconto che segue è tratto dal testo sopra citato "L'organizzazione irrazionale. La dimensione nascosta dei comportamenti organizzativi".

"C'era una volta un povero falegname, molto pio e lavoratore, che viveva vicino a Vienna. Una notte sognò che gli veniva ordinato di recarsi nella capitale dell'Ungheria, Budapest, per dissotterrare un tesoro sepolto sotto il ponte principale che collega Buda a Pest. Il falegname fu colpito dalla vivezza del sogno e si chiese se contenesse qualche verità ma, occupato com'era col suo lavoro, si disse che i sogni non hanno senso e lasciò le cose come stavano. Tuttavia, lo stesso sogno si ripeté la notte successiva e quella ancora dopo. A

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportatati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

**polylabor** 



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



quel punto il falegname si convinse che nei sogni c'era qualcosa di vero e che qualcuno stava tentando di dirgli qualcosa che lui non voleva ascoltare. Così vinse la pigrizia e intraprese il viaggio. Quando arrivò a Budapest si recò al ponte e vide che sarebbe stato difficile scavare per cercare il tesoro promesso, perché c'erano soldati scaglionati su entrambe le rive. Il falegname non si lasciò scoraggiare dalla situazione, ma ritornò al ponte ogni giorno, cercando sul terreno circostante un segno che gli indicasse dove era sepolto il tesoro, fino a che la sua esplorazione quotidiana attirò l'attenzione del capitano delle guardie, che gli chiese se avesse perso qualcosa o se aspettasse qualcuno. Dopo qualche incertezza il falegname decise di raccontare il sogno e spiegò al capitano il motivo per cui era lì. Non appena l'ufficiale udì il sogno cominciò a ridere: quanto era stupido quel falegname! Credeva ai sogni mentre ogni persona bennata sa che non hanno senso. "Dammi retta", dichiarò, "sei l'ultima persona che crede nei sogni!". Per spiegarsi meglio, raccontò al falegname che recentemente aveva fatto un sogno con un messaggio simile: doveva recarsi a Vienna e trovare la casa di un vecchio falegname. Secondo il sogno, avrebbe

# polysiec

Networking, Qualità, Sensemaking, Relazioni

Newsletter dell'Associazione Culturale Polysiec



**Associazione Polysiec**

25 Marzo 2020

trovato un grande tesoro nascosto nella cantina, ma lui non era così stupido da imbarcarsi in una ricerca così vana, era più furbo e sapeva che sarebbe stata una perdita di tempo. Quando ebbe finito di parlare, il capitano delle guardie scoppiò di nuovo a ridere. Il falegname, invece, si limitò a sorridere. Corse a casa, andò in cantina e, dopo aver scavato un poco, trovò il tesoro”<sup>19</sup>.....

Mai dare nulla per scontato e guardare sempre oltre, anche quando si va in farmacia, in fondo, se ci pensiamo, le nostre emozioni sono sempre lì, in un cantuccio dentro di noi.

**olysiec:**  
telefonticamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate “rubriche”) in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

**polylabor** 

---

19 Manfred F.R. Kets De Vries – *ibidem*, pagg. 13 e 14



25 Marzo 2020

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)



## 6. Bibliografia e Sitografia<sup>20</sup>

- **Giulio Sapelli** "Antropologia della globalizzazione" – Bruno Mondadori, 2008 e la puntata "L'Italia dei Longobardi" in Passato e Presente – RAI STORIA con il prof. **Alessandro Barbero**
- **Corso** "L'Intelligenza Emotiva e l'importanza di educare alle emozioni" – IGEA Centro Promozione Salute - <https://www.igeacps.it/>, 22.03.2020
- **Howard Gardner** (1983; 1993) "Formae Mentis. Saggio sulla pluralità dell'Intelligenza" – Edizioni Feltrinelli, 2007
- **Daniel Goleman** "Intelligenza Emotiva" – Rizzoli, Milano 1997
- **Daniel Goleman** "Lavorare con Intelligenza Emotiva" – Rizzoli, Milano 1998
- "Salovey e Mayer e la struttura dell'intelligenza emotiva" in <https://lamenteemeravigliosa.it/salovey-e-mayer-intelligenza-emotiva/>, 18.02.2019.
- **Simon Baron-Cohen** "La scienza del male. L'empatia e le origini della crudeltà", Raffaello Cortina Editore – Collana Scienza e Idee, 2012.
- **Rosanna Silenti**, a cura di "L'Intelligenza Emotiva per la Leadership" <https://www.leadershipmanagementmagazine.com/articoli/lintelligenza-emotiva-la-leadership/> 20.03.2020
- **Kerry Patterson, Joseph Grenny, David Maxfield, Ron McMillan, Al Switzler**, a cura di "Influencer Il potere di cambiare qualsiasi cosa" – Franco Angeli, Milano 2013
- **Dominique M. Steinberg** "L'auto/mutuo aiuto – Guida per i Facilitatori di Gruppo" Edizioni Erickson, Trento 2002

---

20 Le date in corsivo, riportate nei riferimenti sitigrafici, si riferiscono alla data di consultazione sul web

# polysiec

Networking, Qualità, Sensemaking, Relazioni

Newsletter dell'Associazione Culturale Polysiec



Associazione Polysiec

25 Marzo 2020

- **Gabriella d'Albertas** "Iniziazione al mondo delle fiabe. Percorsi evolutivi attraverso le fiabe della nostra infanzia" – edizioni Mediterranee – Collana Iniziazione, Roma 2018.
- **Associazione Culturale Polysiec** – Networking, Qualità, Sensemaking, Relazioni [www.polysiec.org](http://www.polysiec.org) e FB "Associazione Culturale Polysiec" 20.03.2020
- **Umberto Galimberti** "In dialogo con i nostri pregiudizi – Filosofarti 2019" in [www.youtube.com](http://www.youtube.com) – 22.03.2020
- **Manfred F.R. Kets De Vries** "L'organizzazione irrazionale. La dimensione nascosta dei comportamenti organizzativi" – Raffaello Cortina Editore, Milano 2001
- **Monica D'Ascenzo** "Le 10 competenze vincenti sul lavoro nel 2020" – Il Sole 24ore 28 Giugno 2016
- **Pierpaolo Pasolini** "La differenza tra progresso e sviluppo" in – [www.youtube.com](http://www.youtube.com)

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

polylabor 

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.



25 Marzo 2020

## 7. Indice delle Tabelle

- Tab. 1 – Le Capacità Generali dell'intelligenza
- Tabella 2 – Le Principali Forme di intelligenza (H.Gardner)
- Tab. 3 – Competenze/Caratteristiche secondo Mayer e Salovey e secondo Goleman
- Tab. 4 – Articolazioni dell'Intelligenza Emotiva (D. Goleman – J. Mayer – P. Salovey)
- Tab. 5 – Fattori inibitori dello Sviluppo dell'Intelligenza Emotiva
- Tab. 6 – Vantaggi di un'Intelligenza Emotiva sviluppata
- Tab. 7 – Fattori per lo Sviluppo dell'Intelligenza Emotiva

**olysiec:**  
telefonicamente dal **Martedì e Giovedì**  
dalle **19,00 alle 20,00** ed il **Sabato** dalle  
**11,30 alle 12,30** al **346/39.82.616**  
oppure inviare una mail a  
[info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org)

Troverete le email di altre aree tematiche  
di Polysiec (denominate "rubriche") in  
[www.polysiec.org](http://www.polysiec.org)

**poly**láb<sup>o</sup>r 

Tutti i contenuti di tutte le Lettere possono essere riprodotti, anche solo parzialmente, esclusivamente dietro richiesta ed esplicita approvazione a [info@polysiec.org](mailto:info@polysiec.org). Qualsiasi uso è vietato senza il preventivo accordo e, comunque, è consentito esclusivamente con la citazione completa delle fonti. Tutte le informazioni potrebbero contenere imprecisioni, omissioni ed altri errori involontari, di cui è possibile darne segnalazione all'indirizzo di cui sopra. I link riportati possono rimandare ad altri siti web, sui quali Polysiec non ha alcun controllo.