

L'INTERVISTA DANIELE BRUZZONE / DOCENTE DI PEDAGOGIA GENERALE ALL'UNIVERSITÀ CATTOLICA

«Aiutiamo i ragazzi a dare sempre voce alle loro emozioni»

UN LIBRO CHE È UNA BUSSOLA PER CONOSCERSI MEGLIO
«IL TEMA EMOTIVO NON È SOLO PRIVATO MA COMUNITARIO»

Mariangela Milani

«Quanto sappiamo decifrare il nostro alfabeto emotivo? Quanto siamo consapevoli di ciò che le emozioni ci comunicano di noi stessi? Ed è proprio sempre vero che le emozioni sono solo un fatto intimo, personale oppure plasmano anche il tessuto dei rapporti all'interno di una comunità? Daniele Bruzzone, 49enne professore ordinario di Pedagogia generale e sociale all'Università Cattolica del Sacro Cuore ha da poco dato alle stampe un libro, *La vita emotiva* (Scholè, Brescia 2022), che cerca di mettere ordi-

ne su di un tema attorno a cui esistono stereotipi, a volte tabù, a volte falsi miti e volte sottovalutazioni che non consentono di comprendere appieno quanto il tema emotivo sia invece centrale non solo a livello personale, ma anche a livello collettivo. Il libro è frutto del lavoro di ricerca del Centro Studi (universitario) Contesti, Affetti e Relazioni Educative (CARE) diretto dallo stesso Bruzzone.

Professore come è nato questo libro?

«Il libro ha una motivazione per così dire remota e una prossima. Quella remota è che in università Cattolica esiste un gruppo di ricerca che da tempo lavora sulle emozioni nei contesti professionali, soprattutto nel contesto educativo sociale e sanitario. Questo libro in pratica mette a frutto le conoscenze acquisite in anni di lavoro. La motivazione prossima è invece che la pandemia, come sempre accade nelle situazioni di emergenza, ha fatto emergere problematiche che c'erano anche prima ma con una maggiore chiarezza. Uno degli aspetti che sono emersi in maniera forte è sicuramente quello emotivo, attorno al quale si avviano una serie di problemi. Abbiamo visto tutti le lacrime dei medici sfiniti e stiamo assistendo tutti alle ripercussioni, alcune delle quali dovremo ancora misurarle, che la pande-

mia ha avuto sui giovani e sui bambini».

Professore dal libro emerge quanto il tema emotivo, contrariamente a quanto siamo abituati a pensare, non si circoscrive alla sola sfera privata. È così?

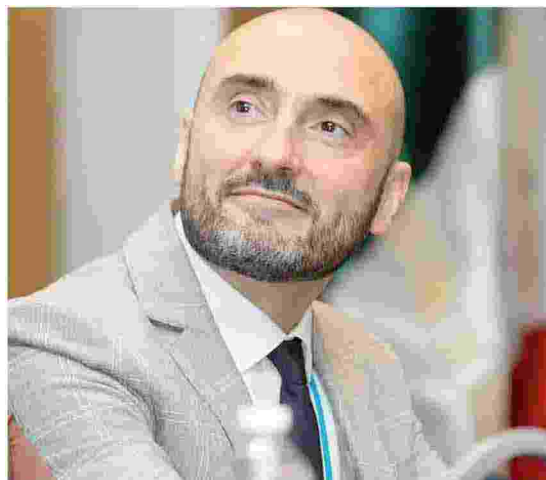
«Il tema emotivo è significativo sul piano comunitario. L'emozione non è cioè solo un fatto privato, individuale ma è alla base del tessuto di convivenza civile e democratica. Io dico che c'è una politica, intesa in senso alto, delle emozioni ma mi pare che tutti questi temi siano trascurati. Poi il libro avrebbe anche un'altra ambizione».

Cioè?

«Dare a tutte le persone che desiderano conoscersi meglio qualche strumento per ricostruire un sapere delle emozioni e dei sentimenti, che in realtà è un argomento sempre poco tematizzato e di cui siamo poco consapevoli. Noi abbiamo un curriculum formativo centrato sugli aspetti cognitivi ma non c'è un curriculum delle emozioni, che invece è lasciato alla spontaneità e al caso».

Le parla anche di fenomenologia delle emozioni.

«Sì, nel senso che il libro cerca di fare delle distinzioni. Spesso ciò che chiamiamo emozioni sono sensazioni, stati d'animo, atmo-



La copertina del libro di Daniele Bruzzone

sfele emotive, sentimenti profondi. I nostri stati affettivi corrispondono al modo in cui le cose, le persone, gli eventi che si manifestano si imprimono sui di noi con diversa profondità e durata. Ci sono fenomeni emotivi passeggeri e altri più persistenti e profondi. Tutti rappresentano una modalità del nostro rapporto con il mondo».

Lei cerca anche di sfatare qualche luogo comune.

«Noi siamo abituati a pensare che i pensieri determinino i nostri stati d'animo, ma in realtà le tonalità emotive sono quelle che deter-

minano in anticipo le modalità di pensare in un certo modo. Inoltre noi pensiamo che la vita emotiva sia una questione privata quando invece le emozioni sono sempre tra noi e il mondo e quindi ci parlano del nostro rapporto con il mondo».

Cosa significa analfabetismo delle emozioni, soprattutto riferito ai ragazzi?

«Quando le emozioni non vengono comunicate, condivise, come può accadere nei ragazzi, si rischia che refluiscano dentro e a lungo andare avvelenano. L'altro rischio è che nei ragazzi le emozioni che non trovano modo di essere dette scivolino in comportamenti che possono essere aggressivi o autolesionistici. La pandemia ha accentuato queste situazioni anche con riferimento ai fenomeni più gravi, perché c'è un disagio sommerso a cui non si riesce a dar voce. Per questo è importante dare ai ragazzi strumenti per decifrare e dar voce alle proprie emozioni. Questo più in generale vale anche nei contesti professionali. Lo abbiamo visto, sempre durante la pandemia, nelle professioni di cura, con episodi di burn out che spesso si radicano in un malessere emotivo che non ha trovato modo per essere espresso». Il libro verrà tradotto e pubblicato anche in inglese per la casa editrice Springer.

«Medici sfiniti in lacrime. La pandemia ha messo in luce la sfera emotiva»

«C'è un disagio sommerso frutto del non detto che scivola dentro e avvelena»