



## NEWSLETTER n. 10/2010

Riprendi la vita nelle tue mani!

Un caro abbraccio da Carmela

### RIFLESSIONI, PROVOCAZIONI E DINTORNI...

#### IMPARARE A VIVERE CON INTELLIGENZA EMOTIVA

E' ricorrente sentire dire "stai spreco tempo", "stai perdendo tempo", "stai utilizzando male il tuo tempo" ... o "non ho tempo", "ho poco tempo", "non c'è tempo"...

In funzione dello sviluppo dell'Intelligenza Emotiva è necessario FARE PACE CON IL TEMPO<sup>1</sup>.

Il Tempo, come la Vita, per me è un grande valore, ha un grande valore.

Il mio invito a tutti coloro che operano perché i bambini possano crescere in modo sano ed armonioso è

- di dedicarlo<sup>2</sup> alle cose che hanno veramente valore;
- di prenderselo per le cose che veramente contano e lasciano un segno positivo.

♥ DEDICHIAMO TEMPO AD ASCOLTARE I BAMBINI: possiamo insegnare loro, solo se impariamo ad ascoltarli, per conoscerne il mondo, anche quello interiore delle emozioni. PRENDIAMOCI IL TEMPO PER CONOSCERCI.

♥ DEDICHIAMO TEMPO A PARLARE CON LORO: parlare con i bambini e non solo dei bambini è fondamentale per creare una relazione che, a questa età, è indispensabile che sia prima di tutto affettiva e poi educativa. PRENDIAMOCI IL TEMPO PER STARE BENE INSIEME.

♥ DEDICHIAMO TEMPO AL RISPETTO DI TUTTI: ogni bambino ha il suo tempo e i suoi ritmi, per camminare, parlare, diventare autonomo, relazionarsi con gli altri, imparare, crescere. PRENDIAMOCI IL TEMPO PER RISPETTARE I TEMPI INDIVIDUALI.

<sup>1</sup> Ho trovato molto interessante una riflessione del 3° Circolo didattico, a cura della Scuola materna in lingua italiana della provincia autonoma di Bolzano - "perdere tempo è importante" - pubblicata su <http://archivio.tempiespazi.toscana.it/temps/lumaca/>, da cui ho ripreso l'impostazione e alcuni concetti che compaiono in questa mia.

La mia riflessione sul Tempo a Scuola è comunque un po' diversa non solo per la scelta dei termini che uso, ma anche per altre riflessioni e considerazioni che ho inserito e che stanno alla base della mia visione della funzione della Scuola. Sono convinta che utilizzare termini che hanno una valenza negativa in una accezione positiva, sicuramente scuote, fa riflettere e stimola, ma mantiene chi li utilizza in un atteggiamento conflittuale con la maggioranza del mondo in cui viviamo, voluto o meno che sia questo atteggiamento. Le parole non sono aria, ma determinano programmi neurologici precisi e, se sostenute da tanti, è molto difficile che parole usate con una valenza negativa producano i cambiamenti positivi desiderati. Ecco perché ho scelto altre parole e ho aggiunto altri contenuti per dire, in termini positivi e costruttivi, il VALORE DEL TEMPO LENTO, senza nulla togliere con questo alle validissime scelte fatte dal 3° Circolo, al di là delle loro parole.

<sup>2</sup> Ho scelto la parola DEDICARE per il suo significato etimologico (de-dicare: consacrare): "offrire ad alcuno per segno d'onore, di riverenza, d'affetto", in Ottorino Pianigiani VOCABOLARIO ETIMOLOGICO. In questo senso DEDICARE TEMPO A... **sottolinea il valore di ciò a cui lo dedichiamo ed evidenzia il personale coinvolgimento affettivo di questa scelta.**



## FOR MOTHER EARTH® Center

*"Quale tipo di essere umano voglio che prenda forma attraverso il mio intervento educativo?"*

[www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it) – [www.for-mother-earth.it](http://www.for-mother-earth.it)

- ♥ DEDICHIAMO TEMPO A DARCI TEMPO: per ri-scoprire insieme ai bambini il piacere e la bellezza delle piccole cose, dei tempi lenti nel fare le cose; per contemplare quello che ci circonda; per apprezzare e gustare la vita a piccoli morsi, non ingoiandola in un sol boccone; per percorrere nuovi sentieri e andare incontro a nuovi paesaggi. PRENDIAMOCI IL TEMPO PER ESPLORARE LA VITA.
- ♥ DEDICHIAMO TEMPO A FARE SCELTE INSIEME: per organizzare insieme spazi e momenti di libertà, in cui adulti e bambini possono vivere la responsabilità di quello che hanno scelto. PRENDIAMOCI IL TEMPO PER EDUCARE ALLA LIBERTÀ E ALLA RESPONSABILITÀ.
- ♥ DEDICHIAMO TEMPO A GIOCARE: è il modo in cui i cuccioli di tutte le specie si esprimono, comprendono e apprendono le regole, imparano a relazionarsi, capiscono il mondo. Non solo il gioco organizzato, ma anche e soprattutto quello libero. PRENDIAMOCI IL TEMPO PER IMPARARE DIVERTENDOCI.
- ♥ DEDICHIAMO TEMPO A CAMMINARE INSIEME: camminare con un bambino, ci porta a fare piccoli passi, passi lenti; ci fa fermare per osservare, raccogliere, scoprire mondi nel mondo; ci fa vivere nel qui e ora, come solo i bambini sanno fare in modo meraviglioso. PRENDIAMOCI IL TEMPO PER VIVERE QUI E ORA.
- ♥ DEDICHIAMO TEMPO A CRESCERE: il nostro futuro nasce da quello che seminiamo nel presente di ogni istante. PRENDIAMOCI IL TEMPO PER DARE TEMPO E SPAZIO AL NOSTRO PRESENTE.
- ♥ DEDICHIAMO TEMPO A CIO' CHE HA VERAMENTE VALORE: i tempi burocratici, i regolamenti calati dall'alto nell'interesse esclusivo dell'efficienza, i programmi rigidi che hanno dimenticato i bambini reali con i loro ritmi, tempi, bisogni, valgono molto meno della qualità della vita dei bambini, delle esperienze formative umane che sono alla base di quelle scolastiche e non viceversa. PRENDIAMOCI IL TEMPO PER FARE SCELTE DI VALORE.

Questa visione del tempo e questa relazione con il tempo creano l'atteggiamento interiore adatto per sviluppare l' INTELLIGENZA EMOTIVA, un insieme di abilità fondamentali per contribuire a costruire un mondo a cui si voglia appartenere, in cui la vita e le relazioni siano di qualità e la qualità della vita sia una realtà.

*"Oggi e' proprio la neuroscienza che sostiene la necessità di prendere molto seriamente le emozioni. Le nuove scoperte scientifiche sono incoraggianti. Ci assicurano che se cercheremo di aumentare l'autoconsapevolezza, di controllare più efficacemente i nostri sentimenti negativi, di conservare il nostro ottimismo, di essere perseveranti nonostante le frustrazioni, di aumentare le nostre capacità di essere empatici e di curarci degli altri, di cooperare e di stabilire legami sociali - in altre parole, se presteremo attenzione in modo più sistematico all'intelligenza emotiva - potremo sperare in un futuro più sereno." Daniel Goleman - INTELLIGENZA EMOTIVA*

*"... I nostri studi dimostrano che i figli emotivamente allenati ottengono migliori risultati a scuola, stanno meglio in salute e stabiliscono relazioni più positive con i coetanei. Hanno anche minori problemi di comportamento, e riescono a recuperare più rapidamente dopo esperienze negative. L'intelligenza emotiva che hanno acquisito permette loro di essere più preparati ad affrontare i rischi e le sfide che li attendono nella vita." John Gottman e Joan Declaire - INTELLIGENZA EMOTIVA PER UN FIGLIO*

Carmela

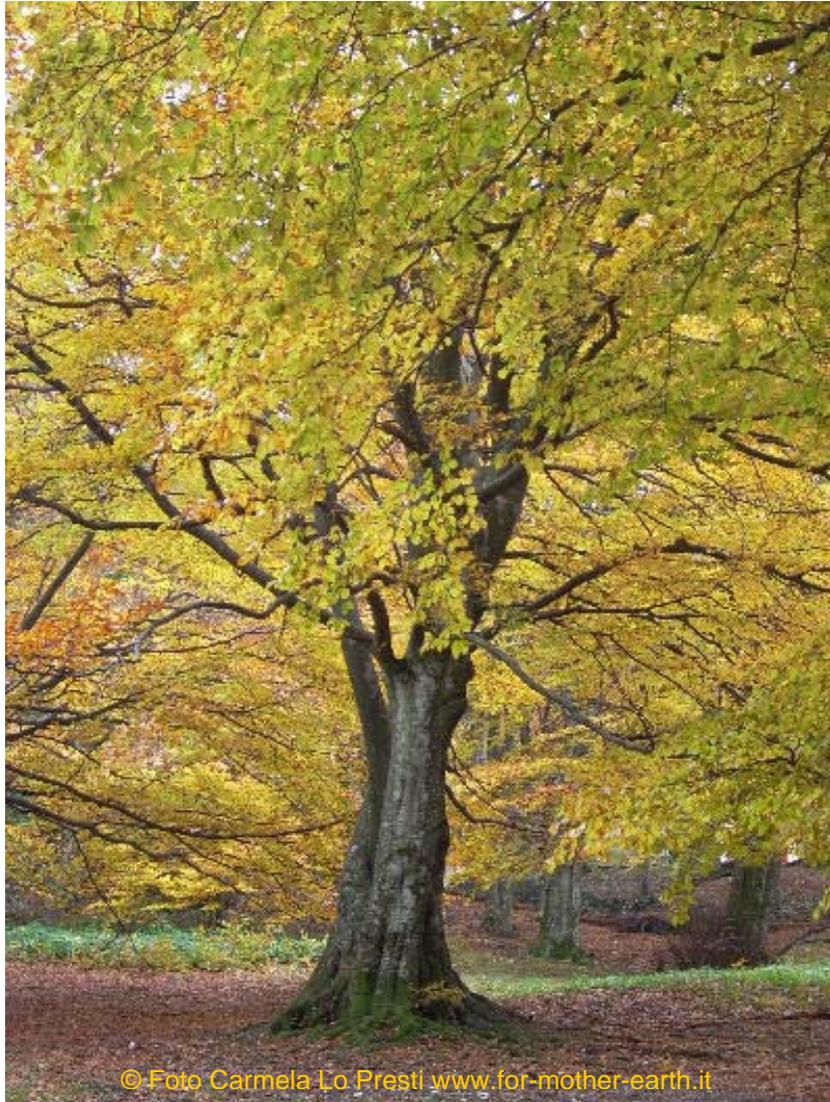


## FOR MOTHER EARTH® Center

*"Quale tipo di essere umano voglio che prenda forma attraverso il mio intervento educativo?"*

[www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it) – [www.for-mother-earth.it](http://www.for-mother-earth.it)

### LA BELLEZZA DI MADRE TERRA



© Foto Carmela Lo Presti [www.for-mother-earth.it](http://www.for-mother-earth.it)

### AUTUNNO

---

### SCIENZA, CONOSCENZA, SPIRITUALITA'...

- ☼ Gli occhi dell'Anima leggono significati in quello che, dimenticando Chi Siamo, risulta privo di senso
- ☼ Gli occhi dell'Anima vedono la Bellezza e l'Armonia, lì dove, dimenticando Chi Siamo, scorgiamo solo caos e sperimentiamo paura
- ☼ Gli occhi dell'Anima riconoscono Valori e Tesori, lì dove, dimenticando Chi Siamo, scorgiamo solo un immenso vuoto
- ☼ Gli occhi dell'Anima vedono quello che, dimenticando Chi Siamo, non riusciamo più a vedere...

Carmela



## FOR MOTHER EARTH® Center

*"Quale tipo di essere umano voglio che prenda forma attraverso il mio intervento educativo?"*

[www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it) – [www.for-mother-earth.it](http://www.for-mother-earth.it)

## EDIZIONI FOR MOTHER EARTH®

**Alla pagina**

[http://www.intelligenzaemotiva.it/FME\\_Edizioni/shopFME.asp](http://www.intelligenzaemotiva.it/FME_Edizioni/shopFME.asp)

**trovi le pubblicazioni delle Edizioni FOR MOTHER EARTH®**

**TUTTO IL NETTO RICAVO DALLA VENDITA  
DELLE EDIZIONI FOR MOTHER EARTH®  
E' DESTINATO ALLA CREAZIONE DEL FONDO NECESSARIO  
PER COSTITUIRE LA FONDAZIONE FOR MOTHER EARTH®**

**REGALATI E REGALA UN LIBRO DELLE EDIZIONI FOR MOTHER EARTH®**

[http://www.intelligenzaemotiva.it/edizioni\\_fme.htm](http://www.intelligenzaemotiva.it/edizioni_fme.htm)

**Torna a visitarci su [www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it) – [www.for-mother-earth.it](http://www.for-mother-earth.it)**

---

## COMUNICATO

Da qualche tempo girano e-mail a nome di Carmela, CarmelaPresti, Intelligenza Emotiva che non provengono da noi. E' un problema che investe tutta la rete e riguarda lo spamming. Queste e-mail non dipendono da noi e quindi non ci è possibile intervenire per bloccarle. Per verificare che la provenienza sia corretta accertarsi che nella e-mail vi siano rimandi ad uno dei nostri siti - <http://www.intelligenzaemotiva.it> o <http://www.for-mother-earth.it> o <http://www.for-mother-earth.org> - e non ad altro che non c'entra con la nostra attività. **Ti consiglio di collegarti periodicamente con la tua cassetta di posta elettronica ed aprire la cartella antispam per vedere se ci sono e-mail "buone" erroneamente filtrate.**