



PROPOSTA DI PERCORSO PCTO

# Letteratura per gestire le emozioni

Dalle competenze linguistiche alle competenze relazionali

Responsabile: prof. Paolo de Paolis

DURATA	INCONTRI	PERIODO	MODALITÀ	DESTINATARI
10 ore	3 incontri	settembre - ottobre	online su Zoom	triennio scuola secondaria

## Presentazione del percorso

Il percorso PCTO “Letteratura per gestire le emozioni: dalle competenze linguistiche a quelle relazionali” nasce con l’obiettivo di offrire agli studenti e alle studentesse del triennio della scuola secondaria di secondo grado un’esperienza formativa capace di unire competenze umanistiche, educazione emotiva, comunicazione efficace e orientamento universitario.

Il progetto parte da una constatazione molto concreta: negli ultimi anni le relazioni tra pari, il rapporto con la scuola, la gestione dell’ansia, la comunicazione quotidiana e la costruzione della propria identità personale e sociale sono diventati aspetti sempre più complessi per gli adolescenti. La pandemia, l’uso intensivo dei social media, la comunicazione digitale e la diffusione dell’intelligenza artificiale hanno modificato profondamente il modo in cui i giovani entrano in relazione con gli altri, interpretano le emozioni e danno forma al proprio vissuto.

In questo contesto, il percorso propone di usare la letteratura come strumento di comprensione dell’esperienza umana. I testi letterari, infatti, permettono di osservare emozioni, conflitti, desideri, paure e relazioni da una distanza critica. Attraverso la lettura e l’analisi di opere appartenenti a epoche, culture e tradizioni diverse, gli studenti possono imparare a riconoscere la pluralità dei punti di vista, a interpretare situazioni emotive complesse e a riflettere sul rapporto tra linguaggio, identità e relazione.

Il valore del progetto non è quindi soltanto disciplinare. La letteratura diventa il punto di partenza per un lavoro più ampio sulle competenze trasversali, cioè quelle competenze utili in molti contesti diversi: scuola, università, lavoro, vita sociale e personale. Il percorso aiuta gli studenti a sviluppare consapevolezza di sé, capacità di ascolto, comunicazione efficace, pensiero critico, empatia, collaborazione e gestione dei conflitti.

## Valore formativo del percorso

Il progetto ha un forte valore formativo perché affronta una dimensione spesso centrale nella vita degli studenti, ma non sempre trattata in modo esplicito nei percorsi scolastici: il rapporto tra emozioni, linguaggio e relazioni.

Saper riconoscere un’emozione, nominarla, interpretarla e comunicarla in modo adeguato è una competenza fondamentale. Non riguarda soltanto il benessere personale, ma anche la capacità di stare in un gruppo, partecipare a una discussione, affrontare un conflitto, chiedere aiuto, prendere decisioni e costruire relazioni positive.

Il percorso valorizza quindi la letteratura non come semplice oggetto di studio, ma come laboratorio di comprensione della complessità umana. Nei testi letterari gli studenti incontrano personaggi, situazioni e conflitti che consentono di esplorare emozioni diverse: paura, rabbia, vergogna, desiderio, nostalgia,



solitudine, appartenenza, amore, incertezza, frustrazione. Questo lavoro permette di collegare l'analisi del testo alla riflessione su sé stessi e sugli altri.

La parte laboratoriale del percorso rende questa riflessione ancora più concreta. Gli studenti sono accompagnati in attività di gruppo, momenti di confronto e pratiche di rielaborazione personale. In questo modo il sapere disciplinare viene trasformato in esperienza: non si tratta solo di apprendere contenuti, ma di usarli per comprendere meglio la comunicazione, le relazioni e i processi emotivi.

## Competenze sviluppate

Il percorso contribuisce allo sviluppo di competenze coerenti con le finalità dei PCTO, con particolare attenzione alla crescita personale, relazionale e orientativa degli studenti.

Tra le competenze principali rientrano:

Area formativa	Competenze sviluppate
Consapevolezza personale	riconoscimento delle emozioni, autoconsapevolezza, riflessione sulle proprie reazioni e sui propri bisogni
Competenze relazionali	ascolto, empatia, rispetto dei punti di vista, gestione dei conflitti, collaborazione
Competenze comunicative	espressione linguistica, comunicazione efficace, capacità di argomentare e condividere feedback
Pensiero critico	interpretazione di testi e situazioni, analisi di prospettive diverse, capacità di problematizzare
Orientamento	conoscenza dell'ambito universitario umanistico, riflessione sulle proprie inclinazioni, collegamento tra studio e competenze professionali
Creatività	rielaborazione personale dei contenuti, rappresentazione delle emozioni attraverso linguaggi vicini agli studenti

Il progetto permette quindi agli studenti di comprendere che le discipline umanistiche non forniscono soltanto conoscenze culturali, ma anche strumenti utili per leggere la realtà, comunicare meglio, lavorare in gruppo e affrontare situazioni complesse.

## Articolazione del percorso

Il percorso ha una durata complessiva di 10 ore.

La prima parte, della durata di 4 ore, è dedicata alla dimensione disciplinare. Docenti dell'università di Verona guideranno gli studenti in un percorso di riflessione sul rapporto tra letteratura ed emozioni. Verranno presentati esempi tratti da contesti culturali diversi, antichi, moderni, comparati o territoriali, con l'obiettivo di mostrare come le emozioni siano state rappresentate, interpretate e comunicate nel tempo.

Questa prima fase consente agli studenti di entrare in contatto con modalità di insegnamento e riflessione proprie dell'università. Ha quindi anche un valore orientativo, perché permette di conoscere più da vicino l'ambito degli studi linguistici, letterari e comparati.

La seconda parte, della durata di 6 ore, ha carattere laboratoriale. Gli studenti lavoreranno in gruppo e saranno coinvolti in attività pratiche dedicate all'autoconsapevolezza, alla gestione delle emozioni e alla comprensione dei conflitti. Le attività partiranno da situazioni concrete, esperienze condivise e materiali culturali, per favorire una rielaborazione personale e collettiva.

Questa fase sarà condotta con la presenza di docenti, tutor e facilitatori, in un contesto pensato per stimolare partecipazione attiva, confronto e collaborazione.



## Perché proporlo agli studenti

---

Il percorso è particolarmente adatto agli studenti del triennio perché interviene in una fase delicata del loro sviluppo personale e formativo. In questi anni gli studenti iniziano a interrogarsi con maggiore consapevolezza sulle proprie scelte future, sulle proprie inclinazioni, sul rapporto con gli altri e sul proprio ruolo nei contesti di studio e lavoro.

Il progetto offre loro uno spazio guidato per lavorare su competenze che saranno utili in qualunque percorso successivo: università, formazione professionale, mondo del lavoro, vita relazionale. La gestione delle emozioni e la qualità della comunicazione sono infatti competenze decisive in ogni ambito: nei lavori educativi, sociali e culturali, ma anche nei contesti aziendali, organizzativi, creativi e tecnologici.

Il percorso aiuta inoltre gli studenti a superare una visione riduttiva delle discipline umanistiche. Studiare letteratura significa anche imparare a interpretare situazioni, comprendere persone, leggere contesti, usare il linguaggio con precisione e sviluppare sensibilità critica. Sono tutte competenze oggi molto richieste, anche fuori dai percorsi tradizionalmente umanistici.

## Valore orientativo

---

Il progetto ha una forte dimensione orientativa. Da un lato permette agli studenti di conoscere più da vicino l'università e, in particolare, l'area linguistico-letteraria. Dall'altro li aiuta a riflettere su sé stessi, sulle proprie aspirazioni e sulle proprie modalità di relazione.

L'orientamento non viene inteso soltanto come scelta di un corso di laurea, ma come processo di consapevolezza. Gli studenti sono accompagnati a riconoscere interessi, capacità, fragilità, risorse personali e possibili direzioni future.

Questa impostazione rende il percorso utile anche per studenti che non intendono necessariamente iscriversi a un corso universitario umanistico. Le competenze sviluppate sono infatti trasversali e applicabili a molte aree: comunicazione, educazione, lavoro sociale, psicologia, media, cultura, impresa, progettazione, gestione dei gruppi e relazione con il pubblico.

## Destinatari

---

Il percorso è rivolto agli studenti e alle studentesse del triennio della scuola secondaria di secondo grado, di qualsiasi indirizzo.

La proposta può risultare particolarmente significativa per studenti interessati a letteratura, lingue, comunicazione, psicologia, educazione, scienze umane, orientamento, media e professioni relazionali. Tuttavia, proprio per la natura trasversale delle competenze affrontate, il percorso è adatto anche a studenti provenienti da indirizzi scientifici, tecnici o professionali.

## Modalità di svolgimento

---

Il percorso prevede 10 ore complessive di frequenza, articolate in:

- 4 ore di didattica disciplinare;
- 6 ore di laboratorio esperienziale.

Le attività si svolgeranno on line su piattaforma zoom.

La presenza è obbligatoria (minimo per il riconoscimento 7 ore su 10). In caso di assenza giustificata superiore al limite previsto, potrà essere richiesto un lavoro integrativo per il riconoscimento delle ore PCTO.



## Sintesi del progetto per le scuole

### Sintesi per le scuole

“Letteratura per gestire le emozioni” è un percorso PCTO che unisce formazione umanistica, educazione emotiva e orientamento. Attraverso lezioni universitarie e attività laboratoriali, gli studenti imparano a riconoscere e interpretare le emozioni, a comunicare in modo più consapevole, a confrontarsi con punti di vista diversi e a riflettere sulle proprie scelte future. Il progetto valorizza la letteratura come strumento per comprendere l'esperienza umana e sviluppare competenze trasversali fondamentali per la scuola, l'università, il lavoro e la vita quotidiana.

## Organizzazione del percorso

Il percorso si svolgerà nel periodo compreso tra settembre e ottobre e sarà articolato in 3 incontri, per un totale di 10 ore complessive.

Incontro	Durata	Contenuto generale
Primo incontro	4 ore	Introduzione al percorso, didattica disciplinare e riflessione sul rapporto tra letteratura, emozioni e competenze relazionali
Secondo incontro	4 ore	Attività laboratoriale, lavoro di gruppo e rielaborazione guidata delle emozioni attraverso testi, situazioni e pratiche di confronto
Terzo incontro	2 ore	Restituzione finale, sintesi delle competenze acquisite e momento conclusivo di orientamento

### Modalità di attivazione

Il percorso può essere attivato per un gruppo scuola/classe oppure per almeno 15 iscritti provenienti da scuole diverse. L'organizzazione degli incontri, il calendario definitivo e le modalità operative saranno concordati in coordinamento con il tutor di classe o con il referente PCTO dell'Istituto, oppure definiti in base alle modalità di iscrizione.

## Referenti per l'organizzazione

Referente	Ruolo	Email
Fedra A. Pizzato	Referente scientifica del percorso	fedraalessandra.pizzato@univr.it
Manuel Pasi	Referente organizzativo del percorso	manuel.pasi@univr.it

Università di Verona - Dipartimento di Culture e Civiltà