



PROPOSTA DI PERCORSO PCTO

Letteratura per gestire le emozioni

Dalle competenze linguistiche alle competenze relazionali

Responsabile: prof. Paolo De Paolis

DURATA 10 ore accademiche	INCONTRI 5 incontri	PERIODO 29 ottobre - 20 novembre 2026	MODALITÀ online su Zoom	DESTINATARI triennio scuola secondaria
---------------------------------	------------------------	---	----------------------------	--

Presentazione del percorso

Il percorso PCTO “Letteratura per gestire le emozioni: dalle competenze linguistiche alle competenze 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: 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 costituiscono aspetti sempre più complessi dell’esperienza adolescenziale. In questo contesto, il percorso propone di usare la letteratura come strumento per osservare e comprendere emozioni, conflitti, desideri, paure e relazioni da una distanza critica.

Attraverso testi di epoche e tradizioni diverse, gli studenti saranno invitati a riconoscere la pluralità dei punti di vista, a interpretare situazioni emotive complesse e a riflettere sul rapporto fra linguaggio, identità e relazione. Le lezioni saranno affiancate da laboratori dedicati al riconoscimento, alla comprensione e alla trasformazione delle emozioni, con attività di confronto e rielaborazione guidata.

Valore formativo del percorso

Il progetto affronta una dimensione centrale nella vita degli studenti, ma non sempre resa esplicita nei percorsi scolastici: il rapporto tra emozioni, linguaggio e relazioni. Saper riconoscere un’emozione, nominarla, interpretarla e comunicarla in modo adeguato è una competenza utile non solo al benessere personale, ma anche alla capacità di stare in un gruppo, partecipare a una discussione, affrontare un conflitto, chiedere aiuto e prendere decisioni.

La letteratura viene così valorizzata non come semplice oggetto di studio, ma come laboratorio di comprensione della complessità umana. Il sapere disciplinare diventa il punto di partenza per sviluppare consapevolezza di sé, capacità di ascolto, comunicazione efficace, pensiero critico, empatia, collaborazione e gestione dei conflitti.



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.

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 e rappresentazione delle emozioni attraverso linguaggi vicini agli studenti

Articolazione del percorso

Il percorso ha una durata complessiva di 10 ore accademiche, distribuite in cinque incontri di due ore accademiche ciascuno. Questa scansione è pensata per consentire la partecipazione durante l'anno scolastico senza sovraccaricare gli studenti.

La parte disciplinare comprende due lezioni universitarie dedicate al rapporto tra letteratura ed emozioni: una sulla poesia e le possibilità della nostalgia del contrario, l'altra sul tema della gelosia nella cultura antica. Le lezioni permettono agli studenti di entrare in contatto con modalità di insegnamento e riflessione proprie dell'università e hanno quindi anche una funzione orientativa.

La parte laboratoriale comprende tre incontri dedicati alle emozioni e alle competenze relazionali. Gli studenti saranno coinvolti in attività pratiche di riconoscimento, comprensione e rielaborazione delle emozioni, con momenti di confronto, lavoro di gruppo e comunicazione guidata.

Struttura didattica

2 lezioni	approfondimento letterario e universitario
3 laboratori	attività su emozioni, comunicazione e competenze relazionali
5 incontri	sempre dalle 16:30 alle 18:15, online su Zoom



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 di lavoro.

Il progetto offre uno spazio guidato per lavorare su competenze utili in qualunque percorso successivo: università, formazione professionale, mondo del lavoro e vita relazionale. La qualità della comunicazione, la capacità di riconoscere e gestire le emozioni e la lettura critica delle situazioni sono competenze trasversali spendibili in contesti educativi, sociali, culturali, aziendali, organizzativi e creativi.

Il percorso aiuta inoltre 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.

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 accompagna a riflettere su di sé, sulle proprie modalità di relazione e sulle competenze che possono essere trasferite in diversi ambiti di studio e professionali.

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 chi è interessato a letteratura, lingue, comunicazione, psicologia, educazione, scienze umane, orientamento, media e professioni relazionali, ma è adatta anche a studenti provenienti da indirizzi scientifici, tecnici o professionali.

Modalità di svolgimento e riconoscimento

Gli incontri si svolgeranno online tramite Zoom. Agli studenti verrà conteggiata la presenza effettiva e la partecipazione ai laboratori. Al termine del percorso, alle scuole sarà trasmesso il registro con il numero effettivo di ore frequentate da ciascun partecipante.

Ai fini del completamento del percorso, è prevista una partecipazione pari ad almeno il 75% del monte ore complessivo. Saranno comunque registrate anche eventuali frequenze inferiori, così che ciascun Istituto possa decidere, secondo i propri criteri, se riconoscere agli studenti le ore effettivamente svolte.



Calendario definitivo

Tutti gli incontri si svolgono online, tramite link Zoom, dalle 16:30 alle 18:15.

Data	Attività	Docente/i
Giovedì 29 ottobre 2026	Lezione Nostalgia del contrario. Le possibilità della poesia	Prof. Massimo Natale
Venerdì 30 ottobre 2026	I Laboratorio Emozioni: come riconoscerle, comprenderle e trasformarle	Prof.ssa Chiara Moletta
Giovedì 5 novembre 2026	Lezione Emozioni antiche: la gelosia	Prof.ssa Evita Calabrese
Venerdì 13 novembre 2026	II Laboratorio Emozioni: come riconoscerle, comprenderle e trasformarle	Prof.ssa Chiara Moletta
Venerdì 20 novembre 2026	III Laboratorio Emozioni: come riconoscerle, comprenderle e trasformarle	Prof.ssa Fedra Alessandra Pizzato e Prof.ssa Chiara Moletta

Iscrizioni

Le iscrizioni dovranno essere trasmesse entro il 13 ottobre 2026 dai singoli Istituti, in forma cumulativa e non tramite adesioni individuali degli studenti. Per ciascun partecipante si chiede di indicare nome e cognome, indirizzo di studio e anno di corso.

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

Direttore del Corso: prof. Paolo De Paolis.

Progetto finanziato dal MUR - Ministero dell'Università e della Ricerca nell'ambito dei POT - Piani per l'Orientamento e il Tutorato.