

SOFT SKILLS AND LIFE SKILLS: COSA SONO E PERCHE' SONO IMPORTANTI

Prof.ssa Cristiana Rigo

Mi sento "in dovere" di scrivere questo articolo dopo aver dialogato con i colleghi prof.ssa Michela Dal Fabbro, "reduce" dall'esperienza SNAP a Roma, e il prof.re Gianpaolo Terravecchia, testimone di diversi debate Clil in classe e referente delle Romanae Disputationes. Molti progetti proposti dal nostro istituto riguardano lo sviluppo delle soft e life skills in contesti di simulazione, role-play e dibattiti su argomenti di studio.

Partiamo da molto, molto lontano. Da un signore piuttosto "influencer" che gli studenti e le studentesse del Liceo Classico "Stellini" conoscono molto bene. Diceva, infatti, già **Socrate** a proposito di dialogo e rapporto con le altre persone:

"Accade invece che, quando ci si trovi in disaccordo su qualche punto, e quando l'uno non riconosca che l'altro parli bene e con chiarezza, ci si infuria, e ciascuno pensa che l'altro parli per invidia nei propri confronti, facendo a gara per avere la meglio e rinunciando alla ricerca sull'argomento proposto nella discussione."

E poichè "Historia magistra vitae", già alla fine degli anni 70 i pedagogisti iniziarono a parlare della necessità di insegnare a sviluppare le soft skills nella scuola primaria, e sembrerà strano ma il termine "soft skills" è stato creato nel comparto militare statunitense fra il 1968 e il 1972, e sembrerà ancora più strano sapere che i più importanti economisti del mondo nel World Economic Forum dell'ormai lontano 2005 introdussero una nuova necessaria competenza: la **gentilezza**.

Ma cosa sono le Life Skills e le Soft Skills? Cerchiamo di fare chiarezza su queste importanti competenze che contribuiscono a farci diventare una "persona migliore". Sappiamo bene, infatti, come preferiamo rapportarci con un, per esempio, medico dal linguaggio comprensibile e soprattutto dalla personalità "accogliente, sensibile e gentile". O con un docente che sa ascoltare. Preferiamo il Professor Keating dell'**Attimo Fuggente** a Mr. Choakumchild in **Hard Times**, vero?

Con il termine più onnicomprensivo di **Soft Skills** si intendono tutte quelle competenze trasversali che influenzano la nostra performance lavorativa, alla pari, se non in modo addirittura superiore, delle competenze tecnico-teoriche dette **Hard Skills** (conoscenza della madrelingua, di una lingua straniera, matematica, scientifica, etc.).

Quando si parla di **Soft Skills** principalmente ci riferiamo alle **capacità comunicative, collaborative e di gestione dello stress**. Ve ne sono altre classificabili come "abilità soft": la capacità di adattamento, la resilienza, l'abilità di mantenere il focus sugli obiettivi, l'occhio per i dettagli, la gestione delle risorse, delle informazioni e dei contatti.

Tali capacità sono ormai indici e criteri essenziali tanto per il benessere personale, quanto per il successo dei lavoratori e degli studenti e delle studentesse, ma sono variegate ed eterogenee.

Per **Life Skills**, invece, ci riferiamo a **dieci competenze** ben precise e delineate, afferenti a 3 aree di vita: **emotiva, cognitiva e relazionale**.

AREA EMOTIVA

- **Consapevolezza di sé:** *Comprende la percezione dei nostri punti critici o di forza, del nostro valore e delle nostre ambizioni, che ci permette di avere una buona autostima ed autoefficacia;*
- **Gestione delle emozioni:** *Saper riconoscere le proprie emozioni e quelle di chi ci circonda, così da agire in maniera empatica, evitando conflitti e situazioni stressanti;*
- **Gestione dello stress:** *Conoscere i propri limiti e tenere in considerazione il proprio stato di benessere psicofisico, in modo da far fronte alle richieste che ci vengono poste.*

AREA COGNITIVA

- **Problem Solving:** *La capacità di risolvere i problemi, analizzandoli in maniera logica e strategica, trovando una soluzione pragmatica e funzionale;*
- **Decision Making:** *Saper prendere una decisione in maniera consapevole e strategica tenendo conto degli elementi contestuali e accettando le conseguenze a cui potrà portare;*
- **Pensiero Creativo:** *La capacità di produrre nuove idee partendo da un'analisi innovativa, divergente e flessibile in grado di identificare soluzioni originali;*
- **Pensiero Critico:** *Comprensione delle informazioni che provengono dall'esterno, mantenendo una prospettiva oggettiva che prevede la consapevolezza delle influenze interne (emozioni) ed esterne (opinioni).*

AREA RELAZIONALE

- **Comunicazione Efficace:** *Capacità di comunicare efficacemente le informazioni, le intenzioni e le idee, non solo attraverso il linguaggio verbale, ma anche tramite altri medium comunicativi;*
- **Relazioni Interpersonali:** *Essere in grado di costruire e mantenere dei legami costruttivi con chi ci circonda, promuovendo l'inclusività e gestendo in maniera adeguata il conflitto;*
- **Empatia:** *Capacità di mettersi in contatto con le emozioni dell'altro, accettandone l'individualità, comprendendo il suo punto di vista e fornendo supporto attivo e continuo.*

Come si può intuire, tutte queste "competenze di vita" sono fattore di successo, non solo nell'ambiente lavorativo, ma anche in tutti gli altri contesti quotidiani con cui veniamo a contatto nel corso della nostra esistenza. Non sono sempre semplici da acquisire, ma con impegno e

consapevolezza tutti noi possiamo essere in grado di riflettere su noi stessi e di monitorarci se desideriamo fare la differenza sia come studente sia poi nel nostro futuro lavorativo.

Come possiamo sviluppare queste importanti skills? Partecipando alle attività di debate, di simulazione, di role-play, in cui, oltre ad incontrare persone nuove, abbiamo l'opportunità di calarci in una situazione diversa dal contesto classe o lezione tradizionale, abbiamo la possibilità di conoscere meglio noi stessi, le nostre potenzialità e le nostre debolezze, e quindi affrontare una bella sfida per migliorare noi stessi.

E poi, last but not least, sono situazioni che ci fanno sentire "importanti", perchè anche la parola scelta in modo appropriato, la postura, la body-language, l'abbigliamento formale che, in alcune situazioni ci chiedono di indossare, aumenta la nostra auto-stima, contribuisce ad un piccolo ma essenziale "tassello" per la nostra crescita e la nostra maturità.

Immagino che qualcuno si chiederà: potremmo mai chiedere aiuto all'Intelligenza Artificiale per sviluppare le soft skills per noi e fare, quindi, meno fatica?

Fin'ora gli esperti sono convinti che la creatività e il pensiero critico, per esempio, appartengono solo a noi, e così il nostro modo di comunicare e di rapportarci con gli altri. Nemmeno un microchip inserito da qualche parte nel nostro corpo ci potrebbe aiutare. La nostra personalità è solo frutto di noi stessi e della nostra maturazione.

Alla fine, torniamo dai nostri antichi amici, conoscere noi stessi e quindi diventare consapevoli del nostro essere e del nostro agire (per migliorarci) è fondamentale. Ogni fatica verrà ben ripagata.

Prof.ssa Cristiana Rigo