



Non solo tecnologia: la scrittura a mano educa all'intelligenza emotiva

Descrizione

In un'epoca dominata da smartphone e tastiere, la scrittura a mano resta uno strumento prezioso per educare i giovani alla consapevolezza e all'espressione emotiva.

C'è una connessione tra la digitalizzazione dei ragazzi e la loro intelligenza emotiva? E quanto la scrittura a mano riesce a sviluppare questa capacità rispetto all'utilizzo della tecnologia?

Sono interrogativi sempre più attuali, se pensiamo a giovani che digitano rapidamente su smartphone e tablet ma faticano a fermarsi, riflettere ed esprimere ciò che provano. L'intelligenza emotiva è la capacità di riconoscere le proprie emozioni, comprenderle, gestirle e comunicare in modo autentico con gli altri. È una competenza che si costruisce con l'esperienza diretta e con strumenti che aiutano a rallentare e a prendere consapevolezza di sé. In questo senso, la scrittura a mano ha un ruolo fondamentale. Da grafologa, ho potuto osservare in tante grafie giovanili come il gesto della mano rifletta la dimensione emotiva: tensione, ansia, ma anche creatività, entusiasmo e sicurezza. Il foglio diventa uno specchio che racconta ciò che spesso le parole non riescono a dire. Ogni segno è unico, personale, irripetibile. Digitare, al contrario, standardizza. Ogni lettera è uguale per tutti e non restituisce la ricchezza dell'individualità. Per questo scrivere a mano non è solo una questione tecnica, ma un esercizio che coinvolge corpo, mente ed emozione. Favorisce concentrazione, memoria, introspezione ed empatia: tutti aspetti che rafforzano l'intelligenza emotiva. Non si tratta di contrapporre tecnologia e carta. La prima apre finestre sul mondo, la seconda aiuta a conoscersi e a dare forma alle emozioni. È nell'equilibrio tra digitale e scrittura che i ragazzi possono trovare una vera ricchezza educativa.

Paola Forte è Grafologa