

Educare alle emozioni:

□□□□□□□□□□□□□□ **riflessioni e proposte di attività per insegnanti e genitori – Ed. Città Nuova.**

L'autore è **Marco Cunico**, psicologo e attualmente direttore del nostro consultorio familiare.

Il sottotitolo del libro già ci rivela l'impostazione: una **guida pratica rivolta ad educatori**

(insegnanti e genitori) su come vivere, interpretare e gestire le emozioni che "sconvolgono" la vita dei nostri adolescenti.

Il libro, dopo una prima parte teorica, ma molto semplice e pratica, riporta con l'aiuto di altri collaboratori (don Antonio Scattolini, direttore dell'Ufficio Catechistico della Diocesi di Verona, Sonia Cerpelloni e Cristina Galli, psicologhe) alcune esperienze pratiche condotte in varie scuole medie.

Il libro ci fa, scoprire, in pratica, come nella fase della pubertà, nel giro di pochissimo tempo, mente, interessi e comportamenti cambino repentinamente e come le emozioni coinvolgano, stimolino e colorino la realtà e le situazioni.

Educare gli adolescenti alle emozioni, per una maggiore consapevolezza del proprio mondo interiore, rappresenta allora una sfida appassionante.