

# BUSINESS PLAN Emotions Games 2019

## L'IDEA

“Siamo tutti degli analfabeti emotivi” dichiara Umberto Galimberti. “Abbiamo bisogno di educarci ai sentimenti, di familiarizzare con le nostre sensazioni”.

Come mai siamo così poco preparati?

Nei programmi della scuola dell'obbligo le intelligenze umane non vengono equamente sviluppate; eppure sono nove le intelligenze già individuate da decenni!

Ampio spazio viene dedicato alle intelligenze logico-matematica e verbale; staccate, e di molto, ci sono quelle artistico/sportive: musicale, pittorica, corporea.

E siamo a 5 ... e poi?

Le altre 4, insieme, formano la cosiddetta INTELLIGENZA EMOTIVA. Nominata per la prima volta nel 1990 dai professori Peter Salovey e John D. Mayer, resa poi famosa nel 1997 dal celeberrimo libro di Daniel Goleman.

Ad eccezione della scuola Steineriana (privata), nei programmi formativi scolastici italiani non vi è traccia di come sviluppare la propria intelligenza emotiva. Qualche rarità inconsueta vede la luce in seguito a iniziative personali di illuminati maestri o professori. Sovente anche in famiglia il clima non è molto incoraggiante a causa della carenza nelle precedenti generazioni ... e via così; un'amara eredità che porta giganti culturali come Galimberti a spronarci di acquisire sensibilità ed abilità in questo senso.

Ecco le 4 saggezze dell'intelligenza emotiva:

1. **Intelligenza interpersonale:** comprendere se stessi, i propri stati d'animo, le sensazioni, le emozioni, i sentimenti;
2. **Intelligenza intrapersonale, o sociale:** comprendere gli altri, saper mediare e comunicare;
3. **Intelligenza ecologica:** comprendere e rispettare gli altri abitanti non umani del pianeta Terra (animali) e tutto l'habitat naturale che ci accoglie (piante ed elementi come acqua e aria);
4. **Intelligenza spirituale:** comprendere la propensione umana verso un desiderio di “inclusione sempre maggiore” (cit. Robin Norwood)

Perché è così importante quest'intelligenza? È una materia che ci accomuna tutti. Posso scegliere di NON fare il ragioniere di professione se non mi destreggio con i numeri ... ma vivo in una comunità di persone e ho bisogno, come primo passo, di comprendere se sono arrabbiato, deluso, vagamente confuso o solo un po' stanco per stare in relazione con gli altri.

Siamo tutti individui corpo-ambiente; l'intelligenza emotiva porta con sé la capacità di connettersi a ciò che, solo all'apparenza, sta “fuori da noi”.

Da tutto questo corposo materiale umano e di vita, possiamo individuare altri segmenti che si snodano a nostro favore, e diffondono nuovi riverberi:

luccicante intelligenza emozionale,  
brillante intelligenza relazionale,  
luminosa intelligenza sentimentale,  
ardente intelligenza erotica ... e così via.

Il nostro intento è quello di agevolare tutti questi sfavillii di intelligenze oggi così trascurate, ma desiderose di esprimersi, svagarsi, confrontarsi e rallegrarsi.

I bambini sono molto seri quando giocano: noi vogliamo “tornare là”, prendere per mano il bambino spontaneo, intuitivo ed amorevole che vive ancora in ognuno di noi e accordargli libertà di movimento.

# MISSION

La società negli ultimi 50/70 anni si è completamente trasformata.

La formula umana dello stare insieme è passata dalla famiglia tradizionale e “per sempre” alla possibilità di lasciarsi, divorziare, creare nuovi legami tessendo il prima con il dopo. Il risultato sono relazioni snodate e sempre più complesse da gestire.

La formula umana del convivere sul pianeta Terra e il suo habitat è praticamente allo sbando: surriscaldamento globale, incremento demografico, inquinamento, allevamenti intensivi, solo per citarne alcuni.

L’ “Earth Overshoot Day”, termine delle risorse naturali del pianeta in base agli abitanti che lo abitano, arriva minacciosamente ogni anno qualche giorno prima del precedente. Nel 2018 è scoccato il primo di agosto. Siamo tutti immersi in un costante e crescente “debito ecologico”, il quale, anche se non viene percepito consciamente, influenza il nostro umore quotidiano.

Questi due temi, all’apparenza lontani l’uno dall’altro, contribuiscono a permearci di stati d’animo non semplici da maneggiare. Abbiamo paura o siamo ansiosi? Siamo cinici o realisti? Sappiamo amare con onestà e passione in questa società fluida, colorata, mutevole ?

Qual è il livello di empatia che siamo in grado di reggere in questo immenso contenitore fatto di varia umanità, di paesaggi e suoni, bisogni e sogni, connessioni e relazioni?

L’idea di creare dei giochi per sviluppare ed allenare l’intelligenza emotiva arriva da qui: dal desiderio di contribuire a migliorare almeno un po’ la qualità del “mondo” che abitiamo.

Gli EmotionsGame ambiscono a dare forma a questo mondo: chiunque ne verrà attratto potrà sperimentarsi nella sua eccezionalità, condividerla con chi vuole e meravigliarsi della propria bellezza.

Vogliamo produrre autenticità e unione.

Vogliamo riabilitare gli sguardi, gli abbracci, l’ascolto, la fantasia e la creatività.

NEL MONDO EMOTIONSGAMES

Il ragionamento apre la porta alla riflessione.

La gentilezza allontana il disagio

L’entusiasmo spodesta l’ansia.

L’empatia rimpiazza il nichilismo.

Ma soprattutto ... l’amore sgancia l’ancora della paura!

# STORYTELLING

come sono nati gli Emotions Games, il racconto dei protagonisti del progetto

CHIARA FUSI classe 1963:

Il primo dei giochi Emotions Games nasce nel 2007. Sono (ero, sigh...) una “giovane” 44enne neodiplomata counselor piena di entusiasmo e voglia di fare!

Lavoro da subito con la forma più classica della professione, il colloquio singolo; ma la mia passione sono da sempre i gruppi: la sinergia, il contagio, il confronto e l’unione effettiva che si crea in un gruppo di persone unite da un interesse condiviso, è per me un’esperienza unica.

In passato, nei 20 anni precedenti, ho già avuto modi di lavorare nella conduzione di gruppi: dapprima come insegnante in una scuola di arti decorative (dal 1984 al 1997), successivamente con gruppi di formazione aziendale per la comunicazione e la psicologia della vendita.

Imposto i miei primi gruppi di counseling artistico e subito capisco che per agevolare la consapevolezza emozionale è meglio lavorare per fasce di età.

“CUCCIOLINI” tra i 4 e gli 8 anni, “CUCCIOLI CON GRINTA” 9-13 anni, “BELLI RIBELLI” 14-17 anni, “EMANCIPATI”, più di 18 anni.

Tra i primi e più frequenti impedimenti che incontro spicca tra tutti il dare un nome alle proprie sensazioni ed emozioni: come uscire da un generico “bene/male” (o peggio ... “normale”) in risposta alla domanda “come ti senti ora”?

Riutilizzo dei ritagli di cartoncini avanzati e scrivo a mano tutti i nomi delle emozioni di cui sono a conoscenza, sul retro li coloro a caso e subito li sperimento con un gruppo di belli ribelli.

Avere a portata di vista la parola scritta (gioia, tristezza, rabbia) agevola molto il mio lavoro, ma una cosa tra tutte mi colpisce: l’attrazione fatale che suscita la sorpresa della casualità: mischiare tutti i cartoncini dal retro e pescarne a caso è il momento più gradito, più stimolante ed eccitante! I primi giochi che invento, seguendo quest’onda, sono molto semplici: si pesca un’emozione a caso ed ognuno la rappresenta su un foglio con dei colori; si creava poi un pannello collettivo per osservare le differenze. Oppure, sempre pescando a caso, si mima l’emozione e i compagni la devono indovinare. Ben presto però mi rendo conto che i cartoncini dal retro, essendo tutti diversi, rimangono impressi nella loro memoria. Risultato: con le emozioni scomode non ci vuole giocare nessuno! -“No quella forma lì mi sembra quella della vergogna, non la voglio!” ...

Giusto! Se si vuole mantenere la sorpresa, bisogna che i retri e le forme siano tutte uguali, proprio come il mazzo di carte da scala 40! Ecco il collegamento al gioco. Un mazzo di carte, un semplicissimo mazzo di carte che al posto della donna di cuori o del due di picche svela la passione o l’ansia, la leggerezza o la nostalgia ... Sì! Può funzionare!

Ed è così che è nato il primo mazzo di carte delle emozioni realizzato con una grafica ed un taglio uniforme. Da lì in avanti è stata un’escalation di scoperte, connessioni, invenzioni; nuovi giochi, tanti nuovi giochi con un unico mazzo di carte. Il passo successivo è stato utilizzarle anche con gli adulti proponendo giochi più complessi, regole più definite, riflessioni più intense; il volano dal quale sviluppare un’infinità di possibili combinazioni per giochi emozionali di varia intensità.

Quindi perché non fare un bel mazzo di carte anche per giocare con le metafore? E inventare un’asta di certificati per vivere selvaggiamente felici? E comunicare attraverso dei semafori/paletta restando in silenzio?

Inventare giochi per “allenare” l’intelligenza emotiva e le competenze relazionali è diventata così la mia peculiarità.

Quando impari a “giocare” con il tuo mondo emotivo, non lo ignori e non lo temi. Diventare il traduttore, e non il traditore, della tua materia emozionale (cit. Aldo Carotenuto) ti dà una marcia in più in ogni ambito della vita.

Però ... Dopo 10 anni di invenzioni, serate, workshop e sperimentazioni ... comincio a sentirmi un po’ sola, sento urgente il desiderio di portare i miei giochi in altri ambiti, ma ancor di più sento il bisogno di contagiare ed essere contagiata, sento che è giunta l’ora di andare oltre, di lavorare con dei partner, di creare un’organizzazione strutturata sul tema dei giochi per l’intelligenza emotiva.

Così comincia la mia ricerca: dove scovare esseri umani in risonanza? Persone con un adeguato allineamento valoriale e con virtù complementari alle mie?

Colleghi? Amici? Amici-colleghi? Sconosciuti? Metto un annuncio? ... e come illustrare al meglio 15 anni di evoluzione personale, 15 chili di titubanza, 100 chili di desiderio, una tonnellata di sogni?

Dopo un paio di anni di riflessioni, di studi, di ricerca ... li ho trovati!

Ve li presento in ordine alfabetico, poi saranno loro in prima persona a raccontarsi.

**ANDREA:** classe 1961, mio compagno dal 2013. La terza cosa che mi dice, dopo esserci frequentati da poche ore è: “sei una donna impegnativa, ma mi piaci, quindi accetto la sfida”. Anche lui mi piace, anche io accetto la sfida. Andrea ha una mente informatica, ma è anche un genio emotivo. La sua intelligenza mi spiazza e mi rapisce. Ha un lavoro a tempo pieno, anzi pienissimo, che lo coinvolge molto, ma fin da sempre supporta le mie iniziative come counselor e come autrice di giochi per l’intelligenza emotiva. Andrea è stato, e continua ad essere, una fertile fonte di ispirazione per le mie creazioni fornendomi preziosi contributi; ma è anche una strategica risorsa per il nostro assetto social/informatico. Andrea è counselor dal 2017, formatosi alla scuola SIBIG di Milano.

**DIEGO:** classe 1977, lo conosco nel 2008. Sin dalla prima volta che lo sento parlare lo trovo irresistibile; durante un lavoro di gruppo di counseling dichiara in plenaria “Vi temo e vi desidero”. Diego è intelligente, ironico, riservato, essenziale, profondo. Con il passare degli anni si aggiungono altre forme di ammirazione/connessione: Diego è uno scrittore fenomenale (timido e celato), un appassionato di arte moderna, uno spirito libero, quindi tormentato, soprattutto è un amico. Già nel 2011 gli propongo una collaborazione per realizzare uno dei miei sogni (ancora non realizzato) inerenti l’intelligenza emotiva. Il progetto non prende forma a causa della malattia dei miei anziani genitori che mi costringe ad un risparmio energetico assoluto per due anni. Nel 2015 pubblico un libro (Amori Snodati per Odoia Editore) e lui, leggendone in anteprima alcuni passi mi dice “ma ti rendi conto quanto sei fastidiosa ... ???” Ok! È esattamente questo che volevo sentirmi dire! Così mi hai definitivamente conquistata! “Ti voglio nella mia vita”! Diego è anche un appassionato di giochi da tavolo e di ruolo; un altro motivo che si aggiunge all’essere una preziosa risorsa al progetto. Diego, dal 2010, è anche lui un counselor, formatosi alla scuola C.S.T.G. di Milano.

**IRENE:** classe 1979, raramente ho incontrato una congiunzione di grazia, dolcezza, sensibilità, apertura mentale, desiderio di conoscenza e spiritualità, il tutto coesistente in una unica e bellissima creatura. Ecco, questa magia è Irene! Lei si avvicina a me alla fine della presentazione editoriale in un locale milanese nel novembre del 2015. Acquista un mio libro, così, sulla fiducia. Il suo desiderio di “Amori Snodati” è pari al mio. Restiamo in contatto, viene a Milano, da Bergamo, per partecipare ai miei workshop del sabato pomeriggio, insieme al suo amato, marito, Denis. La conosco meglio, sto con i suoi vissuti dolorosi ma anche con la sua più intima visione dell’amore e del mondo, quindi anche con i suoi sogni. Il passaggio da cliente ad amica è graduale quanto naturale. Da amica ad amica-socia praticamente è fisiologico. Anche lei si sta formando come counselor.

**RITZ:** classe 1984, arriva da Genova a Milano una domenica di maggio del 2018 per un colloquio di counseling. Vicissitudini matrimoniali le hanno fatto incontrare il mio libro in rete ed assieme al marito Mario, si prende cura della loro relazione. Fin dal primo incontro mi accorgo che Ritz (Rithika, per l’esattezza) è una “creatura superiore”. Non so bene come e perché, ma sento che è così. Più passa il tempo, più comprendo la sua intelligenza veloce, la sua acutezza, la sua capacità di elaborare lucidamente ed emozionalmente ciò la vita le sta portando: esperienze e sfide. Solo più avanti scopro le sue origini indiane della casta dei Bramini. La nostra connessione cresce velocissima, laddove solitamente vengo accusata di essere un’impaziente, lei è “con me”. I nostri ritmi corrono insieme, si fondono contagiandosi e contaminandosi di limpida reciprocità. Ritz è insegnante di lingua inglese ed imprenditrice, è un portento logico e digitale. Ci conosciamo da poco, ci siamo già date tanto, tanto ancora ci regaleremo.

## Ed ora, Andrea, Diego, Irene e Ritz ... A voi la parola!

### ANDREA GERBO

Nato mercoledì 15 febbraio 1961, giorno di eclissi solare totale; della mia passione per elettronica, l'informatica e le tecnologie ne ho fatto la mia professione.

La possibilità, datami dal mio lavoro, di risolvere problemi inventando e creando "cose" nuove, mi ha permesso di esprimere le mie abilità e talenti, sfamare la mia curiosità e nel contempo sentirmi utile verso gli altri.

Nella mia vita ho cambiato parecchie abitazioni, molti posti di lavoro, anche rischiando; Il cambiamento, quando necessario/opportuno, sebbene talvolta difficile e/o doloroso, fa parte di processo che soddisfa il mio bisogno di rinnovo. Così nel 2012 ho rivoluzionato la mia vita cambiando letteralmente tutto: lavoro, separazione, compagna, città, dieta (ora sono vegano); a 52 anni ho imparato a nuotare (indossando, le prime lezioni, i bracciali per stare galla come i bambini.... che imbarazzo); Il desiderio di migliorare, di capire meglio me stesso e gli altri mi ha spinto ad iscrivermi ad un corso triennale di counseling. Della mia vita "precedente", a parte le esperienze ed i ricordi, mi rimane il frutto più bello e prezioso: mio figlio.

Della mia vita nuova il dono più prezioso è l'incontro con Chiara, mia Sposa (non mi piace molto "moglie"). Il suo impegno, per rendere migliore un pezzo di mondo ha meritato, fin da subito, tutto il mio supporto... .. e così eccomi qua.

### DIEGO BULGARINI

Ci sono percorsi che t'accorgi d'averli attraversati solo voltandoti indietro, poiché durante il tragitto eri talmente occupato a viverlo che sembrava d'esser fermi.

La mia diffidenza nei confronti delle emozioni parte da lontano, forse nei giorni senza memoria della prima infanzia, forse nel rimosso degli anni successivi.

Eppure, come un risveglio del quale non percepivo il bisogno, ho cominciato a frequentare corsi sulla relazione d'aiuto a Brescia, l'Università di Psicologia a Padova, il corso di Counseling a Milano, il Tantra. Ho saltellato tra vari indirizzi rimbalzando (credevo) casualmente, quasi in balia degli istanti.

Quando Chiara mi ha chiesto di partecipare a questo progetto, credevo mi avrebbe coinvolto solamente per quanto pertinente alla regolistica, poiché tra le varie passioni, coltivo anche quella per i giochi da tavolo.

Invece, incontrando Irene, Ritz e Andrea, mi si è spalancato un mondo più grande, che mi ha permesso, giocando insieme, senza giudizio, senza secondi fini, semplicemente di voltarmi un attimo, respirare, e stare fermo a guardare la strada percorsa. Il mio impegno, qui, in questo gruppo, è quello di consentire e facilitare la creazione di questi spazi di condivisione, consapevolezza, respiro, accettazione.

### IRENE CAPONE:

Sin da bambina sento forte il mio spirito curioso e sognatore da esploratrice: amo nutrire la mia parte curiosa viaggiando.

Crescendo ho trovato similitudini tra il viaggiare per il mondo, tra le sue vie e viaggiare dentro le persone e con le persone; entrambi mi regalano le stesse emozioni: integrità e appartenenza.

Dal mio incontro con la meditazione e lo yoga, ho sentito la voglia e l'istinto di poter continuare ad approfondire ed esplorare le vie infinite e colorate dell'animo umano.

La mia formazione professionale è di tutt'altro genere. Per anni mi sono occupata di amministrazione e pianificazione finanziaria.

Ad un certo punto della mia vita ho capito che solo questo non mi bastava più; anzi non era per niente adatto al mio temperamento; ma guardatemi !!! con tutti questi ricci sempre in movimento e fuori controllo come posso essere destinata a dei freddi e prevedibili numeri?:-)

Da tempestose e POLI-edriche vicende affettive, serendipity mi regalo l'incontro fortuito con Chiara durante la presentazione del suo libro Amori snodati.

Avete presente Sliding Doors? Penso che quello sia nella top ten dei bivi che mi hanno cambiato la vita. Il movimento iniziato anni prima ha così proseguito e preso una decisiva rincorsa.

Ho iniziato nel gennaio 2018 la mia formazione da conselour con la volontà di portare avanti le mie volontà di esploratrice delle proprie e altrui emozioni .

Sempre più entusiasta persevero con il desiderio di poter diffondere una cultura del benessere emotivo; sento che è giunta l'ora di saper essere più che di saper fare.

Incontrare 4 persone con lo stesso intento, con la voglia di rendere questo mondo un mondo migliore o perché no creandone uno nuovo, lo sento tutt' ora un regalo dell'universo.

### **RITHIKA (Ritz) PUNJ (segue in lingua italiana):**

I started my career in Marketing working for a financial company in the heart of 'The City'. The pay was good, the people were great but something was missing. I couldn't put my finger on it, but everyday I would go to work feeling unsatisfied. Dissatisfied with the train ride to work, dissatisfied with my job, dissatisfied with almost everything.

So, I decided to do something completely different. Make a radical change. Rock the boat. Blow away the cobwebs! I trained as a teacher of English as a foreign language, packed my bags and headed to the land of pizza, pasta and Alessandro Del Piero!

I began working as a teacher for My English School Bologna in 2012. Through my job, I quickly realised that the best way to reach my students was to connect with them on a more personal, more emotional level; on a dimension that went beyond the classroom. That's when my exploration into the minds and emotions of people started.

In 2015, after a successful period of teaching and managing in Bologna, I put on my entrepreneurial hat and embarked on an adventure with my husband (my partner in life and in business) and a good friend. We opened a franchise, My English School Genova, and then My English School Livorno in 2018. We now employ 17 people and have over 400 students. It was during this new period as a entrepreneur that my personal growth accelerated.

First unlocked by an ex student (a sociologist), working with her through her association Sentieri di Luce playing games and using the Toa breathing technique, and then taking it to the next level through counselling sessions with Chiara Fusi. My mind had now been opened. My curiosity had been ignited. There was no turning back.

So what next? Emotions Games is what! A project which shares my vision of life. A concept which will connect with people on a different dimension the way I connected with my students. A new revolutionary view on how we can relate to our emotions through play.

Ho iniziato la mia carriera nel marketing lavorando nel settore finanziario nel cuore della "City". Lo stipendio era buona e la gente era fantastica ma qualcosa mancava. Non riuscivo a capire che cosa; ogni giorno andavo a lavoro e mi sentivo scontenta: non contenta del lungo viaggio in treno, insoddisfatta del mio lavoro ... insoddisfatta quasi di tutto.

Quindi ho deciso di fare qualcosa di completamente diverso; di cambiare radicalmente, di agitare un po' le acque. Rinfrescare le idee! Mi sono riqualficata come insegnante di inglese, ho preparato la valigia e sono partita in direzione del "Bel Paese": pizza, pasta e Del Piero!

Ho iniziato a lavorare come insegnante per My English School a Bologna nel 2012. Attraverso il mio lavoro ho subito capito che il modo migliore per arrivare ai miei studenti era di connettermi con loro ad un livello personale ed emotivo; in una dimensione che usciva dal mio ruolo in aula. È da lì che è iniziata la mia esplorazione del poliedrico mondo emozionale.

Nel 2015, dopo un periodo di successi come insegnante a Bologna, ho indossato il mio cappello da imprenditrice e avviato una nuova avventura con mio marito (il mio partner nella vita ed anche nel business) e un caro amico. Abbiamo così aperto un franchise di "My English School con sede a Genova e tre anni dopo, un'altra filiale a Livorno. Attualmente abbiamo 17 dipendenti con più di 400 studenti. È stato durante questo periodo come un imprenditrice che ho compreso l'accelerazione della mia crescita personale.

Il mio percorso di crescita è iniziato all'associazione "Sentieri di luce" sperimentando la tecnica del "Rebirthing"; il livello successivo della mia scelta evolutiva l'ho realizzata tramite sedute di counseling

con Chiara Fusi. La mia mente ora è “aperta”. Ho acceso la miccia alla mia curiosità. Ormai non si trona più indietro!

“So what next?” Quindi cos’altro? EmotionsGames! Un progetto in linea con la mia visione della vita. Un nuovo concetto di connessione tra le persone, lo stesso che utilizzo con i miei studenti. Un rivoluzionario approccio ludico all’intelligenza emotiva e alla bellezza delle relazioni.