

# MANIFESTO della GENERAZIONE EMPATICA

EMPATIA: IL SUPERPOTERE DEL CAMBIAMENTO

Il Manifesto della Generazione Empatica, promosso da Fondazione AIEF, è un impegno condiviso per costruire una società fondata su empatia, comprensione e reciproco rispetto.

I dieci principi che lo compongono guidano le nostre azioni quotidiane e le relazioni con gli altri, aiutandoci ad affrontare le sfide globali e a costruire un presente migliore e un futuro più inclusivo e solidale.

Promuoviamo così i valori della tolleranza, della comprensione e della solidarietà, contribuendo a rendere il mondo un luogo più empatico e accogliente.

1

Incoraggiamo lo sviluppo dell'empatia: ci impegniamo a comprendere e riconoscere emozioni, pensieri, stati d'animo ed esperienze altrui praticando l'ascolto attivo e la sospensione del giudizio. Riconosciamo l'empatia come abilità sociale fondamentale.

2

Accogliamo le diversità: valorizziamo ogni individuo e favoriamo un ambiente inclusivo e rispettoso. Utilizziamo la comprensione empatica per risolvere le conflittualità, accogliere le diversità e contrastare il senso di isolamento.

3

Combattiamo l'ingiustizia: ci opponiamo ad ogni forma di discriminazione, bullismo, cyberbullismo, razzismo e violenza. Insegniamo e usiamo strategie proattive per intervenire, segnalare e garantire gli stessi diritti e opportunità per tutti.

4

Pratichiamo la gentilezza: diffondiamo amore, gentilezza e solidarietà, attraverso gesti di aiuto e di bontà, per alleviare la sofferenza e sostenere chi è in difficoltà.

5

Sosteniamo la ricerca delle soluzioni pacifiche: risolviamo i conflitti con il dialogo e la mediazione empatica per raggiungere soluzioni pacifiche.

6

Tuteliamo le relazioni umane e un uso etico della tecnologia: incentiviamo un utilizzo della tecnologia consapevole e rispettoso, che non trascuri l'importanza del valore delle relazioni umane, del dialogo e della connessione con la natura.

7

Sviluppiamo la consapevolezza sociale: utilizziamo l'empatia per comprendere le sfide globali, come la povertà, i cambiamenti climatici, i conflitti, le disuguaglianze e il loro impatto sulla fragilità delle persone. Incoraggiamo la partecipazione attiva e stili di vita sostenibili.

8

Promuoviamo la salute mentale e il benessere emotivo: riconosciamo l'importanza di tutelare la salute mentale, nostra e degli altri, favorendo il benessere emotivo di tutti.

9

Ispiriamo le generazioni: ci impegniamo a essere modelli di comportamento empatico, a mantenere una crescita personale continua e a vivere diffondendo amore e rispetto.

10

Agiamo ora: trasformiamo le parole in azioni concrete, per creare insieme un mondo migliore.

FONDAZIONE  
**AIEF**

**CHIARA AUDENINO**  
Storie che educano,  
progetti che ispirano

I valori diffusi dal 'Manifesto della Generazione Empatica' guidano ogni progetto della Fondazione AIEF e sono condivisi dai suoi sostenitori, che ne diventano a loro volta promotori. Il Manifesto si lega al progetto educativo 'Racconti di bambini maleducati' di Chiara Audenino e si traduce in percorsi laboratoriali rivolti alle scuole primarie e secondarie, dedicati allo sviluppo delle competenze emotive e relazionali, alla prevenzione del bullismo, delle discriminazioni e alla promozione di comportamenti responsabili e consapevoli tra i più giovani.

Firmato,  
La Generazione Empatica