

## *Attività su competenza emotiva ed empatia - una cassetta degli attrezzi*

### ATTIVITÀ - Riconoscere le emozioni

**Target:** Ragazzi della scuola secondaria di primo e secondo grado.

**Obiettivi:** Approfondire le caratteristiche del volto caratteristiche delle emozioni primarie

**Su cosa si lavora:** Riconoscimento delle emozioni.

**Materiali:** 6 cartelloni. Su ciascuno riportare una foto/immagine che rappresenti le emozioni primarie (ndr si possono usare immagini evocative o relative a situazioni specifiche): rabbia, felicità, tristezza, paura, disgusto, sorpresa. 6 cartoncini (x2) con la descrizione delle caratteristiche di ciascuna emozione (es. felicità=volto disteso, angoli degli occhi e della bocca rivolti verso l'alto, sorriso, energia nel parlare; tristezza=sguardo rivolto verso il basso, sopracciglia abbassate, movimenti lenti in generale, ripiegamento su sé stessi, voce flebile). (Per una descrizione degli indici si rimanda alla prima lezione del presente Modulo 3 - Corso 2 della Piattaforma ELISA).

**Indicazioni per i conduttori:** Disporre i cartelloni di fronte alle studentesse e agli studenti. Dividere la classe in 2 squadre. Ad ogni gruppo vengono dati 6 cartoncini con la descrizione delle caratteristiche di ciascuna emozione. Ogni squadra nominerà un portavoce, il quale, confrontandosi con il proprio gruppo, assegnerà la caratteristica all'emozione corrispondente. Alla fine dell'associazione cartellone-cartoncino, l'insegnante aprirà una discussione relativa alle associazioni fatte dai ragazzi. Inoltre, l'insegnante assegnerà 2 punti per ogni associazione corretta. La squadra con il punteggio più alto vince.

**Spunti di riflessione:** l'universalità delle emozioni: "Secondo voi, una volta che si conoscono le caratteristiche delle emozioni, è più semplice riconoscerle?". Valore adattivo/disadattivo delle emozioni: "il fatto che la felicità o la tristezza siano facilmente riconoscibili nel volto dell'altro, può essere utile per capire come comportarci?". Regole sociali delle emozioni: "Come mai a volte cerchiamo di camuffare alcuni elementi legati all'emozione che stiamo provando, come ad esempio arrossire?"