



CENTRO SVILUPPO  
CREATIVO  
DANILO DOLCI



EUMOSCHOOL

**IO3: Linee guida di EUMOSCHOOL  
per un approccio olistico al contrasto  
dell'abbandono scolastico precoce**

**2018**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**IO3: Linee guida di EUMOSCHOOL  
per un approccio olistico al contrasto  
dell'abbandono scolastico precoce**

**2018**

Project n° 2015-1-IT02-KA201-015383



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## AUTORI

### **Centro per lo Sviluppo Creativo Danilo Dolci**

Alberto Biondo  
Antonella Alessi

### **Emotional Training Center**

Rosanna Schiralli  
Ulisse Mariani  
Mariagrazia Mari  
Francesca Mencaroni  
Martina Pontani

### **Verein Multikulturell**

Ovagem Agaidyan  
Omer Duzgun

### **Rogers Személyközpontú Oktatásért Alapítvány**

Zsuzsa Vastag  
Virág Suhajda

### **DOGA Schools**

Zuhal Yilmaz Dogan  
Danny Arati  
Banu Yurtseven  
Gizem Agyuz

### **CILSDGC**

Maria Kovacs  
Ariana-Stanca Vacaretu  
Rodica-Gabriela Gavris-Pascu  
Ioana-Emilia Mihacea  
Corina Pop

### **University of Gloucestershire**

Adeela Ahmed Shafi  
Rebecca Pritchard  
Sian Templeton

# INDICE

<b>1. Introduzione</b> .....	5
Il progetto EUMOSCHOOL.....	6
Struttura delle Linee Guida.....	8
<b>2. L'importanza dell'educazione emotiva nelle scuole</b> .....	10
L'educazione emotiva: il punto di vista di un esperto in psicologia dell'educazione.....	10
L'educazione emotiva nelle scuole: l'opinione di una preside.....	12
<b>3. La Didattica delle Emozioni: una breve introduzione</b> .....	14
<b>4. Implementare la Didattica delle Emozioni all'interno delle scuole: consigli pratici</b> .....	16
<b>5. Il corso online di EUMOSCHOOL: l'e-learning applicato all'educazione emotiva</b> .....	21
<b>6. Come usare tecniche della Didattica delle Emozioni nelle scuole?</b> .....	28
<b>7. Le tecniche</b> .....	31
1. Il cartellino delle emozioni.....	34
2. Il gioco delle marionette.....	31
3. Il trenino delle emozioni.....	36
4. Il gioco delle associazioni.....	38
5. Il collage delle emozioni.....	42
6. Il sacchetto delle emozioni.....	44
7. Music Stop and Go.....	47
8. Videoclip sulle emozioni.....	49
9. L'appello delle emozioni.....	51
10. Corpo ed emozioni.....	54
11. La scatola delle emozioni – con bambini/con adolescenti.....	56
12. Indovina come si sente?.....	60
13. Il gioco del "quando".....	62
14. Stop alle lezioni.....	64
15. Il gioco della scaletta.....	67
16. La cassetta della posta.....	69
17. La sedia che scotta.....	72
18. Laboratori di ricerca.....	74
<b>8. Casi studio</b> .....	77
In che modo la Didattica delle Emozioni ha aiutato gli studenti?.....	79

Il punto di vista degli insegnanti.....	83
Migliorare la coesione all'interno della classe.....	86
Coinvolgere una comunità più ampia (colleghi, genitori.....)	91
<b>9 Domande frequenti.....</b>	<b>94</b>
Come inserire le tecniche della Didattica delle Emozioni nei programmi scolastici?.....	95
Come facilitare la discussione sulle emozioni? Su quali aspetti bisogna concentrarsi?.....	97
Cosa fare quando insorgono delle difficoltà?.....	100
<b>10. Conclusioni.....</b>	<b>101</b>

## 1. INTRODUZIONE

Le *Linee guida di EUMOSCHOOL per un approccio olistico al contrasto dell'abbandono scolastico precoce* costituiscono uno dei principali risultati del progetto **EUMOSCHOOL – Emotional Education for Early School Leaving prevention (Erasmus + Azione Chiave 2: Partenariati Strategici nell'ambito dell'educazione scolastica)**. Il presente documento contiene una summa delle esperienze raccolte dai partner nel corso del secondo anno di implementazione del progetto e presenta degli importanti strumenti corredati di istruzioni passo dopo passo per l'applicazione della Didattica delle Emozioni, un metodo ideato in Italia che ci ha consentito di introdurre l'educazione emotiva nelle scuole di cinque diversi Paesi europei e che ha come obiettivo finale quello di prevenire l'abbandono scolastico. Queste linee guida intendono fornire al lettore una panoramica completa su ciò che è stato fatto e – soprattutto – una serie di suggerimenti e raccomandazioni rivolte a quegli insegnanti che desiderano integrare le tecniche della Didattica delle Emozioni all'interno delle loro lezioni e del loro piano formativo, al fine di creare un clima positivo all'interno delle classi che garantisca il benessere psicologico degli studenti. La lotta all'abbandono scolastico costituisce una delle priorità dell'Unione Europea ed è a questa priorità che il progetto si è ispirato nel corso di questi anni per promuovere una prospettiva olistica a beneficio degli studenti.

Secondo Danilo Dolci educare è rendere possibile la scoperta della vita, e le emozioni sono lo strumento che ci consente di esplorare e apprezzare la nostra esistenza e tutte le relazioni che instauriamo. Prendersi cura delle proprie emozioni significa avere cura della nostra rete sociale, della nostra crescita e della società. È necessario, dunque, coinvolgere più attori – scuole, insegnanti, famiglie, istituzioni pubbliche – per far sì che tale processo educativo si carichi di significato.

Desideriamo ringraziare tutti gli studenti, gli insegnanti, i tutor e le scuole di Italia, Austria, Romania, Ungheria e Turchia che hanno collaborato con noi e hanno contribuito a raccogliere le informazioni contenute nel presente documento: senza il loro supporto, tutto questo non sarebbe stato possibile.

Speriamo che queste linee guida possano essere utili anche al personale di altri istituti, ad altri colleghi e – soprattutto – agli studenti.

*Il Team di EUMOSCHOOL*

## 1.1 Il progetto EUMOSCHOOL

Il progetto EUMOSCHOOL mira a sviluppare, testare ed implementare una nuova e coerente metodologia legata all'educazione emotiva all'interno degli ambienti scolastici, coinvolgendo 6 paesi europei (Italia, Regno Unito, Turchia, Ungheria, Romania, Austria) al fine di fornire un efficace modello di intervento per ridurre il fenomeno dell'abbandono scolastico. EUMOSCHOOL ha sviluppato un innovativo curricolo, un programma di formazione e metodi didattici che rispondono alle esigenze sempre crescenti dei docenti e degli allievi di età compresa fra i 6 e i 16 anni.

Il progetto si basa sull'adattamento a livello europeo della "Didattica delle Emozioni"©, una metodologia nata in Italia, sviluppata nel corso di 18 anni di sperimentazione nel campo dell'educazione emotiva. Tale metodo è stato testato con successo da oltre 3000 docenti, studenti, genitori e tutor allo scopo di migliorare il grado di benessere e le competenze trasversali degli allievi. Grazie ad esso è stato possibile ridurre il tasso di abbandono scolastico precoce e, allo stesso tempo, migliorare le competenze professionali degli insegnanti e del personale ausiliario.

EUMOSCHOOL si propone di diffondere tale metodologia fra un numero sempre maggiore di studenti, insegnanti e scuole attraverso l'introduzione dell'educazione emotiva nei programmi scolastici.

Gli obiettivi specifici del progetto EUMOSCHOOL sono:

- Contribuire ad efficaci strategie contro l'abbandono scolastico attraverso l'integrazione di metodologie d'intervento legate all'educazione emotiva nei programmi degli studenti, creando un impatto nella riduzione del suddetto fenomeno.
- Attraverso l'educazione emotiva, promuovere lo sviluppo e il riconoscimento delle abilità e delle competenze trasversali tra gli studenti per favorire il loro benessere e diminuire i rischi di sconforto emotivo.
- Aumentare le abilità professionali degli insegnanti fornendo una metodologia accessibile per intervenire sul fenomeno dell'abbandono scolastico attraverso l'utilizzo delle potenzialità delle Risorse Educative Aperte (OERs) combinate a tecniche pratiche e strumenti di valutazione e adattata all'apprendimento in classe di ogni livello.
- Supportare un approccio olistico all'insegnamento attraverso networking ed eventi per promuovere il dialogo con stakeholders sull'educazione emotiva in Europa e promuovere lo scambio di buone pratiche per supportare giovani e bambini a rischio di abbandono scolastico precoce.

EUMOSCHOOL ha prodotto quattro principali risultati:

**1. Report della Ricerca Comparativa:** è il risultato di: 1) una ricerca bibliografica sul contesto e sui sistemi educativi dei Paesi coinvolti nel progetto; 2) un'analisi dei bisogni degli insegnanti e degli istituti scolastici in Italia, Austria, Romania, Ungheria e Turchia riguardo il fenomeno dell'abbandono scolastico, alla sua prevenzione e all'educazione emotiva.

**2. EUMOSCHOOL Risorsa Educativa Aperta:** un corso online sulla Didattica delle Emozioni rivolto agli insegnanti, disponibile sulla piattaforma Moodle (moodle.org).

**3. Linee guida di EUMOSCHOOL per un approccio olistico al contrasto dell'abbandono scolastico precoce:** Linee guida utili all'implementazione dell'approccio olistico di EUMOSCHOOL volto a prevenire l'abbandono scolastico, che raccoglie e mette a frutto le esperienze e gli strumenti sviluppati nell'ambito del progetto.

**4. Raccomandazioni politiche:** un documento rivolto ai decisori politici e ad altri soggetti chiave con indicazioni su strategie auspicabili volte a combattere l'abbandono scolastico a livello locale, nazionale ed europeo.

#### **Che cos'è il programma Erasmus+?**

Erasmus+ è il programma dell'UE per l'istruzione, la formazione, la gioventù e lo sport in Europa. Grazie a un bilancio di 14,7 miliardi di euro, darà a oltre 4 milioni di europei l'opportunità di studiare, formarsi, acquisire esperienza e fare volontariato all'estero.

Erasmus+ è stato ideato per sostenere gli sforzi dei Paesi che prendono parte al programma, affinché questi sfruttino il potenziale ed il capitale sociale europeo nel settore dell'apprendimento permanente, sostenendo attività di apprendimento formale, non formale e informale nel campo dell'istruzione, della formazione e del settore giovanile. Il programma promuove, inoltre, opportunità di cooperazione e mobilità fra i Paesi partner, soprattutto nell'ambito dell'Alta Formazione e della gioventù.

Per saperne di più sul programma Erasmus+, ti invitiamo a visitare il sito internet: <http://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/>

## Struttura delle Linee Guida

Il principale obiettivo di queste Linee Guida è di permettere a chi opera nel settore dell'istruzione di migliorare la propria capacità di sfruttare le potenzialità delle nuove tecnologie e combattere l'abbandono scolastico attraverso l'applicazione della Didattica delle Emozioni. Queste linee guida sono, dunque, state redatte allo scopo di supportare i docenti che intendono servirsi delle tecniche della Didattica delle Emozioni nel corso delle loro lezioni. A questo scopo, abbiamo deciso di raccogliere le opinioni degli insegnanti che hanno testato queste tecniche nelle loro classi nel corso del 2017, e abbiamo condotto delle interviste con gli ideatori della metodologia e altri professionisti del mondo della scuola. Grazie ad essi, siamo riusciti a creare una serie completa di strumenti facili da utilizzare che permettono di implementare un approccio olistico volto a contrastare la dispersione scolastica.

Inoltre, per sfruttare a pieno l'esperienza dei partner nell'ambito del progetto, nonché quella dei 45 docenti che vi hanno preso parte, abbiamo deciso di realizzare due diverse versioni di questo prodotto: 1) una versione online e interattiva delle linee guida, con oltre 20 video per vedere e ascoltare l'esperienza di insegnanti, allievi e professionisti del mondo dell'istruzione che hanno utilizzato le tecniche della Didattica delle Emozioni; 2) un manuale cartaceo – quello che hai fra le mani – da utilizzare e portare con te nel corso delle lezioni.

Il manuale presenta la seguente struttura:

### ☀ *L'importanza dell'educazione emotiva nelle scuole*

Per introdurre il tema dell'educazione emotiva all'interno delle scuole, abbiamo deciso di riportare il testo di due interviste condotte insieme a dei professionisti: un esperto in psicologia dell'educazione dell'università di Gloucestershire (Regno Unito) e la preside di una scuola italiana. Il loro contributo è un ottimo punto da cui partire per comprendere l'importanza dell'educazione emotiva nelle scuole.

### ☀ *La Didattica delle Emozioni: che cos'è?*

Il secondo capitolo costituisce un'introduzione alla Didattica delle Emozioni – la principale metodologia utilizzata nell'ambito di EUMOSCHOOL – presentata attraverso un'intervista ai due fondatori dell'*Emotional Training Centre* – l'organizzazione che ha ideato e sperimentato per prima la Didattica delle Emozioni.

### ☀ *Come garantire l'adozione di un approccio olistico?*

Questa sezione fornisce dei suggerimenti su come adottare un approccio olistico a partire dalla propria classe fino a coinvolgere l'intera scuola.

### ☀ *Il corso online di EUMOSCHOOL (Risorsa Educativa Aperta)*

Nel terzo capitolo, spiegheremo in che modo siamo riusciti a creare un corso online sulla Didattica delle Emozioni. La piattaforma di Moodle ospita quattro moduli che illustrano le basi dell'educazione emotiva, le tecniche della Didattica delle Emozioni ed il loro utilizzo pratico all'interno delle scuole.

## ☀ *Implementare la Didattica delle Emozioni all'interno delle scuole: consigli pratici*

In questa sezione, presenteremo tutte e 18 le tecniche della Didattica delle Emozioni. Nel corso del progetto, sono stati realizzati dei brevi video sugli insegnanti che hanno preso parte alla fase della sperimentazione. Sebbene nel presente manuale sia possibile leggere sia delle esperienze sia dei suggerimenti per l'implementazione di tali tecniche, nella versione online è possibile vedere dei video che mostrano come svolgere, adattare ed inserire le attività nel corso delle lezioni, nonché le reazioni degli allievi e degli insegnanti.

## ☀ *Casi studio*

Questa sezione è dedicata ad esempi concreti che testimoniano gli effetti della Didattica delle Emozioni all'interno delle scuole attraverso casi studio, testimonianze di studenti e docenti che hanno preso parte al progetto. I casi studio sono suddivisi in quattro sezioni:

- Gli effetti delle tecniche della Didattica delle Emozioni sugli studenti
- L'opinione degli insegnanti sulla loro esperienza nell'ambito del progetto
- Gli effetti della Didattica delle Emozioni sulle dinamiche di classe
- Come coinvolgere una comunità più ampia

## ☀ *Domande frequenti*

Infine, abbiamo scelto di inserire una sezione per rispondere alle domande e alle curiosità più comuni, quali: come introdurre tali attività nel corso delle lezioni regolari, come gestire una discussione sul tema delle emozioni, che cosa fare quando insorgono dei problemi legati all'implementazione delle tecniche.

## 2. L'IMPORTANZA DELL'EDUCAZIONE EMOTIVA NELLE SCUOLE

*Spesso si può riscontrare una certa diffidenza negli insegnanti riguardo al tema delle emozioni. Molti, infatti, pensano che non sia un argomento di loro competenza, ma che siano i genitori a doverne occupare. “Il mio compito è quello di trasmettere la passione per la mia disciplina.” – dicono. In un certo senso è così, eppure è riduttivo pensare che gli insegnanti si limitino a trasmettere delle nozioni, dal momento che essi interagiscono ogni giorno con i loro allievi. Parlare di emozioni è facile e difficile allo stesso tempo, tuttavia alcuni esperti possono aiutarci a comprendere l'importanza dell'educazione emotiva e la necessità di inserirla nei programmi scolastici. Le interviste a un esperto in psicologia dell'educazione - Sian Templeton dell'Università del Gloucestershire, e una preside, Laura Bonelli, di Viterbo (Italia) – possono fornirci delle informazioni più precise a supporto di questa tesi.*

### L'educazione emotiva: il punto di vista di un esperto in psicologia dell'educazione

**Nome e cognome:** Sian Templeton

**Professione:** Psicologa dell'educazione

**Esperienza:** Sono un'esperta in psicologia dell'educazione e lavoro nel mondo della scuola da oltre 15 anni. Attualmente sono un docente dell'università del Gloucestershire (UK) dove mi occupo della formazione di studenti che diverranno gli insegnanti e gli educatori del domani.

### *Per quale ragione considera la Didattica delle Emozioni tanto importante per i bambini e per i giovani?*

L'educazione emotiva sta diventando un tema sempre più discusso a livello internazionale. Oggi, i bambini e i ragazzi sono considerati individui a tutti gli effetti con desideri e bisogni propri. Inoltre, l'impatto dei social media e le ricadute che l'austerità ha avuto sullo stile di vita delle famiglie hanno portato dei grandi cambiamenti. Numerosi studi dimostrano che nel momento in cui bambini e ragazzi affrontano delle difficoltà emotive o non riescono a rielaborare quanto avviene nelle loro vite a livello sociale ed emotivo, allora divengono incapaci di sfruttare a pieno tutte le opportunità di apprendimento che vengono loro offerte all'interno della classe. Quindi, io credo, e le ricerche mi danno ragione, che sia necessario concentrarsi sul benessere emotivo dei ragazzi per poter favorire e supportare anche il loro sviluppo cognitivo e l'acquisizione di competenze utili all'apprendimento, al fine di permettere loro di raggiungere dei buoni risultati scolastici.

Sono consapevole del fatto che all'interno della nostra società i problemi di salute mentale incidono sempre di più sui bambini e sui ragazzi. Essi trascorrono a scuola gran parte del loro tempo, pertanto, è fondamentale per noi svolgere un lavoro di prevenzione. Possiamo aiutarli a riconoscere il loro stato emotivo, poiché se insegniamo loro a gestire e a regolare le emozioni in momenti di stress, potremmo ottenere dei risultati positivi. Se impareranno a servirsi delle strategie per gestire al meglio il proprio stato emotivo, allora riusciranno

a migliorare anche le loro competenze e a ridurre l'impatto negativo delle emozioni sulla loro salute mentale.

### *Quindi Lei ritiene che gli educatori hanno un ruolo fondamentale nella crescita emotiva dei loro allievi. In che modo noi educatori possiamo sviluppare tali competenze?*

I ragazzi sono individui a tutti gli effetti ed è importante concentrarsi sulla loro crescita adottando un approccio olistico. Le famiglie, la società, le comunità in cui vivono e le scuole che frequentano influiscono sul loro sviluppo. Studi dimostrano che il rapporto che gli allievi creano con un educatore può aiutarli a mitigare l'impatto di potenziali problemi che possono ostacolare il loro processo di apprendimento. Pertanto, avere un buon rapporto con gli educatori può consentire agli allievi di raggiungere un buono stato emotivo e, di conseguenza, di avere accesso a tutte le opportunità di apprendimento a loro disposizione. Come ho detto prima, i ragazzi trascorrono a scuola gran parte del loro tempo, quindi, è compito di noi educatori conoscere e comprendere la loro crescita emotiva, il tipo di relazioni che essi instaurano ed il supporto che possiamo fornire loro per rimediare a eventuali lacune. Possiamo svolgere alcune attività, oppure adoperare delle strategie che li aiutino nell'acquisizione delle loro competenze e fare la differenza.

### *Quindi, secondo lei, è compito degli educatori trovare un equilibrio fra esigenze degli allievi e programmi scolastici?*

Sì, e per farlo abbiamo bisogno di comprendere a fondo il percorso di crescita dei ragazzi; è necessario adottare un punto di vista olistico e non limitarci all'aspetto accademico. Bisogna sentirsi bene per poter ottenere dei buoni risultati scolastici. Ad esempio, pensi ad un ragazzo che è appena arrivato a scuola dopo aver assistito a un litigio furibondo a casa. Potrebbe essere preoccupato di ciò che è accaduto a un genitore, oppure di ciò che succederà a casa. Anche noi adulti, se siamo preoccupati per delle ragioni connesse alla nostra vita privata, non riusciamo concentrarci a pieno sulle riunioni o sulle conversazioni alle quali partecipiamo perché la nostra testa è altrove. Certo, c'è una logica dietro alle nostre intenzioni di educatori: "È importante che i ragazzi stiano bene: dobbiamo comprendere e concentrarci sul loro stato emotivo prima che inizi la lezione".

### *Pensa che la Didattica delle Emozioni possa aiutare i ragazzi e contribuire a combattere la dispersione scolastica?*

È necessario stare bene emotivamente per poter partecipare consapevolmente al processo di apprendimento. Numerosi studi dimostrano che i ragazzi che scelgono di abbandonare il loro percorso scolastico, hanno profili ed esigenze molto diverse fra loro. Sono numerosi i fattori che influiscono sulla loro capacità di accedere a ed impegnarsi in un percorso di apprendimento. Se lavorassimo, fin dalla più tenera età, sullo sviluppo delle competenze interpersonali e sull'intelligenza emotiva degli allievi, allora è probabile che otterremmo dei risultati positivi, poiché i ragazzi sarebbero pronti a gestire tutta la complessità della loro vita quotidiana. Inoltre, sarebbero dotati di un vocabolario emotivo che permetterebbe loro di affrontare le difficoltà e, quindi, di imparare. Di conseguenza, sarebbero meno

inclinati a pensare di non essere capaci di misurarsi con le sfide che potrebbero incontrare nel corso della loro carriera scolastica. Speriamo che i ragazzi imparino ad essere più resilienti e a relazionarsi con il mondo dell'istruzione in maniera positiva.

Guarda il video completo dell'intervista (con sottotitoli in italiano) al seguente link:

<https://www.youtube.com/watch?v=Ab7-0qNv8fc>

## L'educazione emotiva nelle scuole: l'opinione di una preside

**Nome e cognome:** Laura Bonelli

**Professione:** Preside

**Esperienza:** Preside dell'Istituto Comprensivo "Pietro Vanni" di Viterbo (Italia)

### *In base alla sua esperienza, quali sono i problemi che i ragazzi si trovano ad affrontare oggi?*

È una domanda difficile, ed è difficile dare una risposta sintetica: le criticità sono tante. I ragazzi hanno difficoltà relazionali, emotive, affettive. La vita oggi è molto complicata sia in famiglia sia all'interno della società, almeno nel contesto italiano. Inoltre, i più giovani si trovano ad affrontare problemi più grandi di loro, che non riescono a comprendere fino in fondo e le cui conseguenze complicano ulteriormente le loro vite.

### *Qual è oggi il ruolo dei genitori nel sistema scolastico?*

Nel corso degli ultimi anni in Italia il ruolo dei genitori è divenuto sempre più importante. Da un lato, credo di poter interpretare questo fenomeno in maniera positiva. Tuttavia, i genitori hanno acquisito molto potere, e ciò li porta ad interferire spesso con le attività scolastiche. Negli ultimi anni, infatti, sono aumentate le critiche e le proteste rispetto all'offerta educativa. Quando vengono a parlare con me, lamentandosi del fatto che un insegnante ha rimproverato il figlio, rispondo che la scuola contribuisce per il 50% all'educazione del ragazzo/della ragazza, mentre per l'altra metà le responsabilità sono da imputare alla famiglia: da un punto di vista amministrativo è evidente perché i genitori devono sottoscrivere un accordo di responsabilità congiunta. Tuttavia, alcuni di loro non sono affatto pronti ad ascoltare e vogliono sempre avere ragione. Per questo è estremamente difficile gestire questo tipo di rapporti. In particolare, è arduo riconciliare l'educazione fornita dalle scuole e l'importanza attribuita alle regole, e quella impartita dalle famiglie, in cui spesso manca la volontà di rispettarle. Purtroppo, si generano degli enormi contrasti e i ragazzi non sanno più come comportarsi.

### *Che cosa ne pensa della Didattica delle Emozioni?*

Ho sentito parlare della Didattica delle Emozioni, perché sono stata così fortunata da avere un esperto in materia nel mio corpo docente. Ho deciso di introdurre questo metodo grazie al suo contributo e con il sostegno di tutta la comunità scolastica. Dal momento che sono la preside di un istituto frequentato da allievi di ogni età, vorrei contribuire a risolvere questi

problemi fin dalla scuola primaria. Solo se interveniamo in tempo possiamo garantire una crescita armoniosa e positiva a tutti i nostri studenti.

### *Che cosa ne pensa dell'inserimento della Didattica delle Emozioni nei programmi scolastici?*

Ciascun istituto deve garantire delle ore di educazione emotiva e – nello specifico – di Didattica delle Emozioni, tenendo conto del contesto in cui tali lezioni si svolgono e delle possibili modifiche da adottare sulla base delle esigenze di ciascuno. È essenziale per migliorare il rendimento scolastico: studenti calmi e rilassati sono anche più propensi ad apprendere. Bisognerebbe coinvolgere di più le famiglie, in quanto la Didattica delle Emozioni non riguarda solo le attività in classe. Se scuole e famiglie non collaborano, non si va da nessuna parte.

Guarda il video completo dell'intervista al seguente link:

<https://www.youtube.com/watch?v=YG1zwnZkH-M>

### 3. LA DIDATTICA DELLE EMOZIONI: UNA BREVE INTRODUZIONE

*La Didattica delle Emozioni è l'approccio e la metodologia utilizzata per promuovere l'educazione emotiva all'interno del progetto EUMOSCHOOL. Per capire cos'è, come è nata e come funziona, presentiamo un'intervista con i suoi ideatori e principali promotori: i fondatori dell'Emotional Training Centre.*

**Nome e cognome:** Rosanna Schiralli

**Professione:** psicologa, psicoterapeuta, scrittrice e ricercatrice

**Esperienza:** Ha ideato la Didattica delle Emozioni insieme al marito

**Nome e cognome:** Ulisse Mariani

**Professione:** psicologo, psicoterapeuta, scrittore e ricercatore

**Esperienza:** Ha ideato la Didattica delle Emozioni insieme alla moglie

#### *Com'è nata l'idea di una Didattica delle Emozioni?*

Questa idea è nata circa 2 anni fa, quando iniziammo a ricercare un modo nuovo, efficace e compatibile con le esigenze delle scuole per affrontare il disagio, ridurre l'abbandono scolastico e promuovere il benessere tra gli alunni. In questi 20 anni abbiamo perfezionato e validato scientificamente questo metodo e lo abbiamo testato su circa 2000 alunni in Italia, ottenendo dei risultati veramente notevoli.

#### *Potreste descriverci in che cosa consiste questo metodo?*

Consiste nel dotare gli insegnanti di alcuni strumenti, di alcune tecniche semplici per allenare gli alunni ad individuare e a gestire le proprie emozioni. Infatti è ormai certo che benessere, autonomia, autostima si realizzino attraverso un'efficace individuazione del proprio mondo interno. Tutto questo si può fare a scuola senza che ciò interferisca con la normale didattica curricolare e senza impegni supplementari. In più la didattica delle emozioni è davvero molto divertente!

#### *Quali saranno le prossime attività?*

Vogliamo diffondere questo format educativo in Europa realizzando delle vere e proprie linee guida. Credo che a livello planetario ci sia un gran bisogno di riconnetterci, di ascoltare e soprattutto di insegnare ai bambini e ai giovani a utilizzare quelle meravigliose "sostanze stupefacenti" che si chiamano emozioni.

Guarda il video completo dell'intervista al seguente link:

<https://www.youtube.com/watch?v=2JD-mpOC7Aw>

**La Didattica delle Emozioni in breve:**

Format educativo di nuova generazione orientato alla promozione del benessere in classe e alla prevenzione del disagio dei bambini e dei ragazzi con particolare riferimento a quelli caratterizzati da dipendenza patologica. Fa parte delle pratiche di prevenzione precoce e si basa sull'assunto scientifico che una buona padronanza del proprio mondo emotivo costituisce un ottimo fattore di protezione. Il format risponde alle linee guida raccomandate dall'Organizzazione mondiale della sanità ed è stato testato su un campione di alunni molto vasto.

(Schiralli R., Mariani U., 2006)

## 4. IMPLEMENTARE LA DIDATTICA DELLE EMOZIONI ALL'INTERNO DELLE SCUOLE: CONSIGLI PRATICI

La dispersione scolastica è un fenomeno complesso, che non può essere risolto con interventi improvvisati, bensì soltanto attraverso una strategia ben congegnata che veda la partecipazione di numerosi attori che abbiano una chiara comprensione delle esigenze cui tali interventi mirano a rispondere.

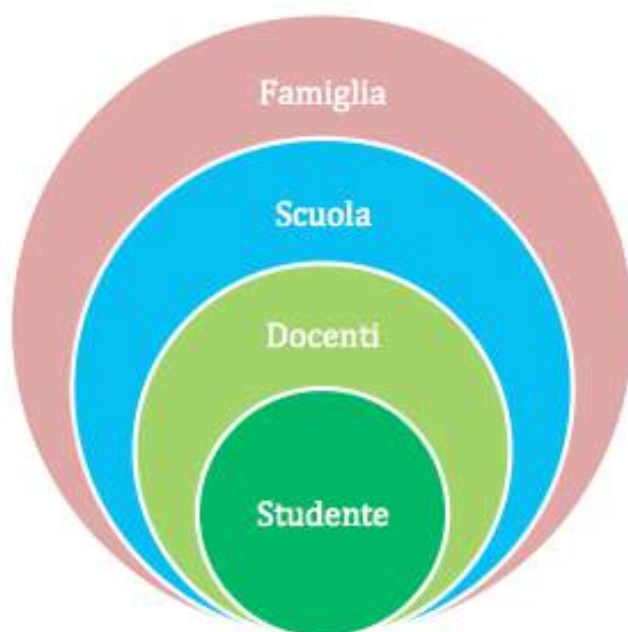
Grazie ad EUMOSCHOOL siamo riusciti a raccogliere alcuni suggerimenti per l'implementazione di misure di intervento coordinate, capaci di coinvolgere diversi soggetti, al fine di creare un ambiente positivo che possa ridurre i rischi e le situazioni di disagio e di stress all'origine del fenomeno.

Certo, non è stato facile: non per tutti i partner si è trattato di una passeggiata, ma come dice il proverbio "Roma non è stata costruita in un giorno": nella maggior parte dei casi, l'implementazione delle tecniche della Didattica delle Emozioni è riuscita ad attirare una maggiore attenzione nei confronti di metodologie innovative volte a prevenire l'abbandono scolastico, consentendo, dunque, di attivare delle sinergie che potranno essere sfruttate a pieno a partire dai prossimi anni, dialogando con i soggetti interessati.

### Quali attori dovrebbero essere coinvolti?

Al fine di avviare un processo olistico, è necessario coinvolgere i seguenti soggetti:

1. Studenti
2. Docenti
3. Scuola (ossia il sistema che supporta gli insegnanti e gli altri educatori)
4. Famiglia



Il grafico mostra chiaramente che ciascuno degli attori indicati è coinvolto in una relazione con lo studente. Chiaramente, il grafico si limita a rappresentare le relazioni dello studente dal punto di vista accademico ed educativo, all'interno dell'ambiente scolastico. Un solido sistema di coordinamento degli interventi garantisce l'efficacia delle azioni intraprese. Maggiore è questo coordinamento tra gli attori coinvolti, maggiore sarà l'impatto dell'intervento. La collaborazione riveste un ruolo preponderante, ed i docenti sono la chiave di questi processi.

### Da dove iniziare?

Il primo passo consiste nel conoscere le esigenze degli studenti ed il contesto in cui si andrà ad operare. È essenziale, poi, sapere quale approccio utilizzare. Dopo aver familiarizzato con la Didattica delle Emozioni, sarà compito dei docenti diffonderla fra i soggetti che possono assisterli nella loro azione di prevenzione.

Quindi, iniziamo dai primi passi:

#### **1. Il microcosmo della classe e le esigenze degli studenti**

Ogni insegnante deve conoscere bene i suoi allievi e le esigenze della sua classe. Anche le famiglie – quelle che seguono i figli da vicino e quelle meno interessate al loro percorso formativo – sono fondamentali per comprendere a pieno la situazione in cui si trovano gli studenti e la portata del tuo intervento.

La gestione della classe è, inoltre, un aspetto chiave per valutare fino a che punto puoi intervenire per supportare l'apprendimento emotivo dei tuoi studenti. A volte, non è affatto semplice rispondere alle esigenze emotive della classe o di uno specifico studente, tuttavia ciò che puoi fare è identificare un bisogno specifico e cercare di capire se è necessario ricorrere un esperto come lo psicologo della scuola.

Condividere i tuoi pensieri con i tuoi colleghi è essenziale per confrontare i vostri punti di vista e decidere se potete intervenire insieme.

#### **2. Apprendere la Didattica delle Emozioni**

Come abbiamo più volte ribadito, la Didattica delle Emozioni può divenire uno strumento fondamentale per rapportarti ai tuoi studenti. Il primo passo consiste nel familiarizzare con il corso e con i suoi contenuti, in modo da convincere altre persone ad unirsi a te: più sarai consapevole della teoria, più facile sarà per te spiegarne le basi, e quindi persuadere altre persone ad adottare il tuo approccio e a creare un'atmosfera positiva in classe.

### La Didattica delle Emozioni: come introdurla?

A questo punto, dovresti essere pronto/a ad introdurre la Didattica delle Emozioni nel corso delle tue lezioni.

Tuttavia, inserire il programma della Didattica delle Emozioni nel corso delle attività scolastiche, nell'intero istituto o in alcune classi, non è semplice. Anche se non rallenta il programma didattico, gli insegnanti tendono a manifestare alcune resistenze poiché ritengono che aumenti il loro già gravoso carico di lavoro, costituito da attività, progetti e iniziative scolastiche.

In base all'esperienza dell'Emotional Training Center, che ha testato il metodo su un largo campione di scuole, e a quella del partenariato di EUMOSCHOOL che nel corso del primo anno di implementazione lo ha testato in 27 scuole in 5 Paesi, gli studenti non rappresentano un problema per l'applicazione della Didattica delle Emozioni nelle scuole, mentre ad essere più restii sono altri attori del sistema scolastico.

Tuttavia, il coinvolgimento degli adulti (a partire dai presidi, passando per i docenti ed i genitori) è fondamentale per garantire l'adozione di un approccio olistico che possa avere un impatto duraturo.

### **Coinvolgere presidi e dirigenti scolastici**

Ottenere l'approvazione del preside è fondamentale per garantirsi appoggio e collaborazione nel corso dell'implementazione delle tecniche della Didattica delle Emozioni. Per farlo, è necessario che tu prepari un programma ben strutturato da implementare sfruttando le sinergie attive all'interno dell'istituto presso il quale operi (progetti paralleli, attività ed iniziative extra-curricolari e così via).

L'obiettivo è quello di ottenere il benessere del preside e di convincerlo della portata delle ricadute positive. Al fine di raggiungere tale obiettivo, è necessario predisporre una descrizione esaustiva e chiara del programma.

Per fare ciò, pensa alla scuola presso la quale operi. Di seguito troverai un elenco di domande e consigli che ti consentiranno di elaborare una proposta da presentare al preside.

- 1.** Nella tua scuola/classe è possibile osservare dei problemi specifici legati al disagio emotivo? Fornisci degli esempi.
- 2.** Ci sono altri colleghi insegnanti che pensano che questo approccio possa essere utile e che vorrebbero collaborare con te?
- 3.** Vi sono delle potenziali sinergie con altri progetti che potrebbero costituire una buona base per l'implementazione della Didattica delle Emozioni?
- 4.** Rifletti sulle figure chiave della tua scuola: è possibile coinvolgere i responsabili della programmazione didattica?
- 5.** La scuola si avvale di uno psicologo? Se sì, chiedi il suo aiuto per preparare la tua proposta.
- 6.** Sottolinea il fatto che l'implementazione della Didattica delle Emozioni non implica alcun costo aggiuntivo e mostra dei documenti o dei rapporti (come quello di EUMOSCHOOL) che attestino l'importanza dell'educazione emotiva e della preparazione degli insegnanti rispetto a tali temi.

7. Presenta un piano chiaro e semplice servendoti della presente tabella:

Problemi individuati	Età degli studenti	Classi	Tecniche della Didattica delle Emozioni	Soggetti coinvolti	Periodo di tempo	Risultati di apprendimento	Competenze emotive acquisite

8. Cerca di pianificare l'incontro con il preside della scuola in un periodo strategico, al fine di includere l'approccio di EUMOSCHOOL nella programmazione didattica della tua scuola.

### Coinvolgere i colleghi

Dopo aver convinto il preside, lo scoglio successivo è quello di coinvolgere i colleghi. Sarebbe bene creare una squadra di insegnanti che abbiano la tua stessa voglia di partecipare e di implementare il programma: se ciò non è possibile, però, non rinunciare.

Armato di una buona dose di pazienza e cerca di persuadere i tuoi colleghi ad abbracciare il progetto.

All'inizio è sufficiente coinvolgere un gruppo composto da pochi colleghi molto motivati. Se nessuno di loro sembra voler partecipare, va' avanti da solo; assicurati, però, che i tuoi colleghi non sminuiscano i tuoi sforzi di fronte agli studenti.

Se sai che alcuni tuoi colleghi sono davvero interessati a partecipare al programma, ma sentono di non essere abbastanza preparati, di' loro che imparare questo metodo è semplice e che hanno una piattaforma di e-learning a loro disposizione.

È opportuno chiamare a raccolta tutti gli insegnanti della classe in modo da garantire l'adozione di un approccio olistico e non creare delle discontinuità nell'implementazione delle tecniche Didattica delle Emozioni.

Inoltre, tutti gli strumenti disponibili sulla piattaforma possono assicurare i docenti circa la solidità dell'intervento programmato e fornire loro l'ispirazione necessaria per adattare le tecniche alle esigenze della classe, coordinando le attività di Didattica delle Emozioni con gli obiettivi di apprendimento della loro classe.

### Coinvolgere i genitori

I genitori, se informati, sono dei validi alleati nell'implementazione della Didattica delle Emozioni. È importante coinvolgerli al fine di creare un ambiente favorevole e completo per l'apprendimento emotivo: così facendo, gli studenti avranno sempre la stessa prospettiva sulle emozioni, sia a casa che a scuola. In caso contrario, si correrebbe il rischio di vanificare gli insegnamenti impartiti a scuola.

Come puoi coinvolgere i genitori? Organizza degli incontri con loro, oltre ai normali ricevimenti nel corso dell'anno scolastico: fa' riferimento al programma, mostra loro documenti e risorse per presentare l'iniziativa che intendi promuovere in classe.

Il corso online contiene numerose informazioni teoriche e scientifiche che ti forniranno tutte le nozioni necessarie per rispondere alle domande dei genitori.

Se capiranno il senso delle tue iniziative, concorderanno con te e ti lasceranno svolgere le attività connesse al tema dell'educazione emotiva. La loro approvazione è molto importante, soprattutto al fine di ottenere dei buoni risultati agli occhi del preside e dei tuoi colleghi.

Un consiglio: evita di parlare con i genitori di *neurobiologia*, *neuroni specchio* e di *cambiare l'assetto delle connessioni cerebrali*. Sono dei termini troppo specifici e poco diffusi che potrebbero generare confusione e che necessitano di una spiegazione lunga ed approfondita (ed è probabile che tu non abbia abbastanza tempo). Al contrario, cerca di essere chiaro/a e diretto/a, utilizza esempi semplici e fa' loro capire l'importanza dell'educazione emotiva per il benessere dei loro figli.

Ti suggeriamo di redigere delle brevi relazioni sulle attività in classe che motivino genitori e colleghi. Mostrare dei risultati è importante al fine di ottenere consensi e promuovere la cooperazione fra le parti. Incontrare i genitori nel corso dell'anno scolastico ti aiuterà ad intervenire su alcuni casi specifici, coordinare il percorso di apprendimento degli studenti e misurare le ricadute delle tue iniziative.

Infine, al termine dell'anno scolastico, potresti organizzare un incontro finale con i genitori per discutere di questioni inerenti l'educazione emotiva.

Come vedi, c'è bisogno di tempo e spirito di collaborazione per implementare un approccio olistico. Non è certo semplice e non sempre è possibile ottenere la collaborazione di tutti gli attori coinvolti. Tuttavia, ti suggeriamo di iniziare per mostrare ai tuoi colleghi che non si tratta certo di un'impresa impossibile. Grazie al tuo contributo, capiranno che non è poi così arduo mettere in pratica questo metodo. In fondo a queste linee guida, troverai una sezione dedicata alle domande frequenti con ulteriori consigli volti ad assicurare la corretta implementazione della Didattica delle Emozioni in una prospettiva olistica. Le tue iniziative col tempo avranno un impatto sempre più duraturo e riscuoterai maggiori consensi, raggiungendo tutti gli studenti e riuscendo a creare un clima positivo a scuola.

I migliori risultati si raggiungono sempre a lungo termine e – anche se a volte può sembrare difficile – la conclusione di un percorso formativo di successo, porta sempre con sé enormi soddisfazioni!

## 5. IL CORSO DI FORMAZIONE DI EUMOSCHOOL: L'E-LEARNING APPLICATO ALL'EDUCAZIONE EMOTIVA

*Grazie al progetto EUMOSCHOOL è stato possibile diffondere la Didattica delle Emozioni attraverso una piattaforma di e-learning gratuita. In questa sezione troverai maggiori informazioni sul modo in cui la metodologia è stata adattata e cosa abbiamo fatto per testarla ed utilizzarla a livello locale.*

**Il secondo prodotto di EUMOSCHOOL – la risorsa educativa aperta** - è una piattaforma di auto-apprendimento sulla Didattica delle Emozioni rivolto agli insegnanti e ospitata da MOODLE.

Il corso online è suddiviso in 4 moduli con obiettivi specifici:

- descrivere il sistema scolastico attuale, prestando particolare attenzione alle difficoltà delle nuove generazioni e alle prospettive pratiche sull'uso dei principi dell'educazione emotiva;
- familiarizzare con le principali teorie e gli studi più recenti alla base della Didattica delle Emozioni;
- imparare a conoscere le tecniche da utilizzare in classe con gli allievi;
- preparare e gestire l'intervento basato sulla Didattica delle Emozioni in classe.

### **Che cosa sono le risorse educative aperte?**

Con risorse educative aperte (*Open Educational Resources - OERs*) si intendono tutte quelle informazioni e quel materiale didattico in formato digitale resi disponibili con licenze che ne permettono il riutilizzo, la modifica e la distribuzione. Le risorse educative aperte includono libri di testo, programmi, appunti, attività, test, progetti, file audio, video e animazioni.

(Fonte: UNESCO, <http://www.unesco.org/new/en/communication-and-information/access-to-knowledge/open-educational-resources/what-are-open-educational-resources-oers/>).

Da ottobre 2016 a gennaio 2017, **45 insegnanti** provenienti da 5 diversi Paesi (Italia, Austria, Romania, Ungheria e Turchia) hanno avuto l'opportunità di studiare i fondamenti teorici, le tecniche e le modalità di gestione delle attività della Didattica delle Emozioni nelle loro scuole e nel corso delle lezioni.

Gli insegnanti hanno preso parte alla fase di sperimentazione nel corso della quale hanno potuto testare il corso ed esprimere la loro opinione sui contenuti, che è stata quindi migliorata sulla base dei loro suggerimenti, fino alla redazione del prodotto finale, disponibile all'indirizzo: <http://eumoschool.eu/oer/>

Il corso è disponibile in sei lingue (italiano, inglese, rumeno, turco, tedesco e ungherese) ed è ospitato dalla piattaforma Moodle.

### Che cos'è Moodle?

Moodle sta per **Modular Object-Oriented Dynamic Learning Environment** (ambiente per l'apprendimento modulare, dinamico, orientato ad oggetti) ed è la piattaforma di e-learning più utilizzata al mondo per via della sua versatilità e flessibilità. È possibile, infatti, sfruttare numerosi plug-in che consentono a insegnanti e professionisti di creare il loro corso, sulla base delle esigenze di apprendimento degli utenti. Permette, inoltre, di valutare il percorso di apprendimento degli studenti e di creare un ambiente specifico, adattabile a ogni argomento. Per maggiori informazioni, visita il sito: [www.moodle.com](http://www.moodle.com)

### Perché servirsi dell'e-Learning?

L'Unione Europea promuove l'e-learning sin dall'inizio del nuovo millennio. I miglioramenti apportati alle nuove tecnologie e all'accessibilità degli ambienti di apprendimento virtuale hanno facilitato la diffusione di nuovi percorsi e strumenti didattici, consentendo la proliferazione di questo tipo di corsi durante l'ultimo decennio. Sono numerosi i benefici connessi all'e-learning: è 1) **adattabile** ai tuoi bisogni di apprendimento; 2) **conveniente**, dal momento che ha un buon rapporto qualità-prezzo, ed i corsi sono spesso gratuiti (come nel caso di EUMOSCHOOL); 3) **flessibile**, dal momento che ti consente di seguire le lezioni quando vuoi, in base ai tuoi impegni personali; 4) **accattivante**, grazie all'utilizzo delle nuove tecnologie; 5) **aperto** all'innovazione e al cambiamento; 6) infine, ti consente di **condividere saperi e buone pratiche** con i tuoi colleghi – provenienti da diversi Paesi – ed estendere la tua rete professionale. Grazie all'e-learning, *“gli insegnanti hanno un atteggiamento più positivo nei confronti del loro lavoro e sono capaci di personalizzare i percorsi di apprendimento”* (Source: UNESCO, [http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/HQ/ED/pdf/The%20Positive%20Impact%20of%20eLearning%202012UPDATE\\_2%206%20121%20\(2\).pdf](http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/HQ/ED/pdf/The%20Positive%20Impact%20of%20eLearning%202012UPDATE_2%206%20121%20(2).pdf)).

Il corso è suddiviso in 4 moduli ed ha una durata stimata di 40 ore (tenuto conto anche della quantità di tempo da destinare alla lettura di tutto il materiale didattico e allo svolgimento di compiti ed esercizi).

La tabella riportata qui accanto illustra la struttura, gli obiettivi ed i sub-obiettivi, i temi, i contenuti, i risultati di apprendimento e gli strumenti utilizzati durante il corso.

## IL CORSO DI EUMOSCHOOL

<b>Obiettivi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. descrivere il sistema scolastico attuale, prestando particolare attenzione alle difficoltà delle nuove generazioni e alle prospettive pratiche sull'uso dei principi dell'educazione emotiva;</li> <li>2. familiarizzare con le principali teorie e gli studi più recenti nel campo della Didattica delle Emozioni;</li> <li>3. imparare a conoscere le tecniche da utilizzare in classe con gli allievi;</li> <li>4. preparare e gestire le attività della Didattica delle Emozioni in classe.</li> </ol>
------------------	--

### Modulo 1 - Cos'è la Didattica delle Emozioni?

<b>Obiettivi specifici</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esplorare il rapporto che intercorre fra il benessere emotivo di bambini ed adolescenti e la dispersione scolastica, nonché la situazione all'interno delle scuole;</li> <li>• Il ruolo dell'educazione emotiva in questo contesto.</li> </ul>
<b>Contenuti</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. nuove sfide educative a casa e a scuola: il disagio di adolescenti e bambini che porta alla dispersione scolastica;</li> <li>2. l'educazione emotiva e alla socialità come strumento per prevenire la dispersione scolastica; istruzione, prevenzione e benessere;</li> <li>3. dall'educazione emotiva alla Didattica delle Emozioni.</li> </ol>
<b>Risultati di apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiegare il rapporto che intercorre fra benessere emotivo degli allievi e rendimento scolastico;</li> <li>• Elencare i fattori che impediscono o supportano la crescita emotiva.</li> </ul>
<b>Valutazione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quiz/attività;</li> <li>• Auto-valutazione;</li> <li>• Auto-riflessione.</li> </ul>

### Modulo 2 - Dall'intelligenza emotive all'educazione emotiva: le basi scientifiche della Didattica delle Emozioni

<b>Obiettivi specifici</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Far comprendere le principali teorie sottese all'educazione emotiva;</li> <li>• Presentare le basi scientifiche della Didattica delle Emozioni.</li> </ul>
<b>Contenuti</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. La prospettiva evolutiva dell'empatia;</li> <li>2. La teoria dell'attaccamento di John Bowlby;</li> <li>3. Il senso del sé secondo la teoria di Daniel Stern;</li> <li>4. La funzione riflessiva in Peter Fonagy;</li> <li>5. Stili educativi;</li> <li>6. Empatia e rispecchiamento;</li> <li>7. Le basi neurobiologiche della Didattica delle Emozioni.</li> </ol>
<b>Risultati di apprendimento</b>	<p>Rispondere alle esigenze educative degli studenti per quanto attiene la sfera sociale ed emotiva, facendo riferimento alle principali teorie della Didattica delle Emozioni.</p>

<b>Valutazione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quiz/attività;</li> <li>• Auto-valutazione;</li> <li>• Auto-riflessione.</li> </ul>
--------------------	--

### Modulo 3 - Riscontri scientifici e strumenti da utilizzare in classe: attività preparatorie

<b>Obiettivi specifici</b>	Imparare a conoscere le tecniche da utilizzare in classe insieme agli allievi.
<b>Contenuti</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Le competenze emotive degli studenti e le competenze chiave per l'apprendimento permanente;</li> <li>2. Le tecniche dell'educazione emotiva: consigli pratici;</li> <li>3. Indicatori e strumenti da utilizzare;</li> <li>4. Istruzioni e consigli per gli insegnanti.</li> </ol>
<b>Risultati di apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizzare le competenze sociali ed emotive;</li> <li>• Capire come utilizzare gli strumenti volti a valutare e a monitorare la crescita sociale ed emotiva degli allievi;</li> <li>• Imparare come, quando e con chi è necessario utilizzare le tecniche della Didattica delle Emozioni.</li> </ul>
<b>Valutazione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Attività;</li> <li>• Auto-valutazione.</li> </ul>

### Modulo 4 - Gestione e preparazione delle attività legate alla Didattica delle Emozioni

<b>Obiettivi specifici</b>	Imparare a preparare e a gestire attività legate alla Didattica delle Emozioni in classe.
<b>Contenuti</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perché e come implementare la Didattica delle Emozioni nelle scuole;</li> <li>2. Pianificare l'implementazione della Didattica delle Emozioni nelle scuole;</li> <li>3. Monitorare l'implementazione della Didattica delle Emozioni nelle scuole.</li> </ol>
<b>Risultati di apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pianificare le attività di Didattica delle Emozioni nelle scuole;</li> <li>• Riflettere sulle reazioni degli studenti a seguito dell'implementazione- di almeno tre tecniche;</li> <li>• Riflettere sulle ricadute della Didattica delle Emozioni sul comportamento degli studenti.</li> </ul>
<b>Valutazione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Test finale;</li> <li>• Attività;</li> <li>• Strumento di valutazione per gli studenti;</li> <li>• Auto-valutazione;</li> <li>• Questionario di valutazione.</li> </ul>

## La struttura

Ciascun modulo presenta la seguente struttura:

- **Introduzione:** per illustrare i principali contenuti, gli obiettivi e i risultati di apprendimento che otterranno gli insegnanti al termine del modulo. Si trova nella pagina principale.
- **Risorse:** in questa sezione si trovano tutte le risorse didattiche con informazioni specifiche sull'argomento trattato nel corso del modulo, fondamentali per svolgere le attività successive.
- **Attività:** in questa sezione, gli insegnanti potranno testare le loro conoscenze rispondendo a domande, quiz, test e via dicendo. È una parte importante del corso dal momento che consente agli insegnanti di capire fino a che punto hanno assimilato i contenuti del modulo.
- **Spazio di collaborazione:** è un forum che gli insegnanti possono utilizzare per discutere dei contenuti del modulo insieme ai loro colleghi, condividere suggerimenti, opinioni e buone pratiche.
- **Auto-valutazione:** questa sezione intende fornire dei consigli agli insegnanti per aiutarli a riflettere sul loro percorso di apprendimento, sulla loro valutazione e sui contenuti acquisiti.

Tutte le sezioni seguono un ordine progressivo. È necessario che gli insegnanti portino a termine tutte le attività prima di passare al modulo successivo, garantendo così il completamento del corso.

## Monitoraggio e valutazione

Nel corso della prima fase di sperimentazione, è stato messo a punto un complesso sistema di monitoraggio e valutazione, che ci ha consentito di raccogliere le opinioni degli utenti al fine di perfezionare il corso finale di EUMOSCHOOL.

La presente tabella illustra il sistema adottato nel corso di questa fase di sperimentazione:

Attività da monitorare	Tipo di attività	Strumenti	Parametri da monitorare/misurare
Fase di sperimentazione	Corso online	Un questionario online al termine di ciascun modulo con domande a risposta aperta, scala di likert, valutazioni.	Contenuti Attività Funzionamento del corso
	Percorso di apprendimento	3 incontri in presenza (iniziale, intermedio, finale) con gruppi di discussione. Questionario online	Auto-valutazione: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aspettative</li> <li>• Competenze informatiche</li> <li>• Competenze chiave</li> <li>• Comprensione della Didattica delle Emozioni</li> <li>• Livello di impegno</li> <li>• Dispersione scolastica ed educazione emotiva</li> </ul>

Tutte le attività di monitoraggio e valutazione sono state condotte da un tutor che è rimasto in contatto con gli insegnanti per tutta la durata della fase di sperimentazione. Il tutor aveva il compito di supportare gli insegnanti nella preparazione e nella programmazione delle attività di Didattica delle Emozioni da applicare in classe, nonché per rispondere ai dubbi e alle incertezze legate all'utilizzo delle tecniche con gli studenti. Inoltre, il tutor ha curato l'organizzazione degli incontri in presenza e online con gli insegnanti, ogni qualvolta necessario, al fine di comprendere le esigenze specifiche e fornire supporto in classe.

### Dalla versione sperimentale a quella finale

Gli insegnanti hanno fornito indicazioni e suggerimenti nel corso degli incontri con i tutor e direttamente tramite la piattaforma online: la maggior parte di loro ha valutato positivamente il corso; tuttavia hanno proposto alcuni cambiamenti al fine di migliorare l'esperienza di apprendimento. Come detto in precedenza, i corsi online consentono di apportare delle modifiche e di adattare il percorso di apprendimento alle esigenze del gruppo target. La sperimentazione ha permesso ai partner di sviluppare ulteriormente i contenuti del corso, e di raggiungere il risultato odierno, arricchito da diversi elementi e strumenti di supporto.

Sulla base dei suggerimenti proposti dagli insegnanti, sono stati apportati dei cambiamenti. La versione finale del corso si è arricchita di un **glossario**, per chiarire il significato dei

termini più ricorrenti, di alcune **infografiche** e di nuove attività per semplificare ed arricchire ulteriormente l'esperienza degli insegnanti. La struttura del corso è stata modificata in modo da permettere agli utenti di compiere un percorso formativo in completa autonomia (quiz con correzioni automatiche, attività di apprendimento fra pari), garantendone la sostenibilità e permettendo ai docenti di approfondire le loro conoscenze sulla Didattica delle Emozioni anche una volta concluso il progetto.

### **Alcuni consigli per ottenere il massimo dalla tua esperienza di e-learning**

È la prima volta che frequenti un corso online? Non temere, non è difficile come può sembrare. Dopo esserti registrato ed aver avuto accesso alla piattaforma, scarica la guida per l'utente e segui le istruzioni. Ecco alcuni consigli relativi alla tua esperienza di e-learning:

1. Segui sempre l'ordine delle sezioni del modulo: Introduzione >>> Risorse >>> Attività >>> Spazio di collaborazione >>> Auto-valutazione. Ogni sezione è propedeutica a quella successiva, quindi non saltarne nessuna.
2. Serviti delle infografiche: ti aiuteranno ad avere un quadro d'insieme degli argomenti di cui hai letto.
3. Se per te è difficile leggere a lungo su uno schermo, scarica il testo in formato pdf al termine di ciascun modulo. Ti aiuterà a fissare concetti e ad approfondire i contenuti. È possibile anche scaricare alcune presentazioni PowerPoint.
4. Se non riesci a comprendere alcuni termini, clicca sulle parole evidenziate nel testo: vedrai comparire una definizione che fugherà ogni tuo dubbio.
5. Accedi al gruppo di e-Twinning per confrontarti con i tuoi colleghi.
6. Se hai delle perplessità, contatta l'organizzazione che opera nel tuo Paese (troverai la lista dei contatti in fondo al manuale).

Ti auguriamo una magnifica esperienza di e-learning!

## 6. COME USARE TECNICHE DELLA DIDATTICA DELLE EMOZIONI NELLE SCUOLE?

*In questa sezione del manuale, troverai una guida dettagliata per implementare le tecniche della Didattica delle Emozioni in classe. Il valore aggiunto della sezione risiede nel fatto che la descrizione di ciascuna attività è il fedele resoconto di un'esperienza maturata nelle classi. Prima di approfondire la conoscenza di ciascuna tecnica, ti mostreremo in che modo i partner hanno scelto di raccogliere le informazioni qui contenute.*

### L'implementazione nelle scuole

Sono state 27 le scuole che hanno preso parte all'implementazione delle tecniche della Didattica delle Emozioni in 5 diversi Paesi (Italia, Ungheria, Austria, Turchia, Romania) nel corso dell'anno scolastico 2016/2017. La sperimentazione ha coinvolto 707 studenti di età compresa fra i 6 e i 16 anni. Tutte e 18 le tecniche sono state testate in diversi tipi di scuole – primarie e secondarie di primo e secondo grado – da insegnanti di discipline diverse.

Ciascun docente ha scelto di testare 3 tecniche nel corso delle proprie lezioni sulla base dei risultati di apprendimento previsti. La sperimentazione delle tecniche ha, dunque, seguito il seguente schema:

Tecniche della Didattica delle Emozioni	Paesi				
	Italia	Romania	Ungheria	Turchia	Austria
Il cartellino delle emozioni	☀	☀	☀	☀	
Il gioco delle marionette		☀			
Il trenino delle emozioni				☀	
Il gioco delle associazioni			☀		
Il collage delle emozioni			☀	☀	
Il sacchetto delle emozioni		☀	☀		
Music Stop and Go			☀		
Videoclip sulle emozioni	☀	☀	☀		☀
L'appello delle emozioni	☀	☀	☀	☀	
Corpo ed emozioni		☀	☀	☀	☀
La scatola delle emozioni	☀	☀		☀	
Indovina come si sente?		☀		☀	
Il gioco del "quando"		☀	☀		☀
Stop alle lezioni	☀	☀	☀		
Il gioco della scaletta	☀				

Tecniche della Didattica delle Emozioni	Italia	Romania	Ungheria	Turchia	Austria
La cassetta della posta		☀	☀		
La sedia che scotta	☀	☀			
Laboratori di ricerca	☀				

### Monitoraggio e valutazione

Così come nella prima fase di sperimentazione, anche per la seconda è stato predisposto un complesso sistema di valutazione e di monitoraggio che ci ha concesso di raccogliere le informazioni qui contenute. Gli strumenti utilizzati sono i seguenti:

1. Tre incontri (iniziale, intermedio, finale), per valutare l'implementazione delle tecniche della Didattica delle Emozioni nelle scuole mediante questionari e gruppi di discussione.
2. Strumenti di valutazione le competenze chiave degli studenti.
3. Test psicometrici – come il SEDS – volti a valutare il quoziente comportamentale ed emotivo degli studenti, somministrati prima e dopo l'implementazione delle tecniche della Didattica delle Emozioni.
4. Strumenti volti ad aiutare gli insegnanti a pianificare l'implementazione delle tecniche della Didattica delle Emozioni nel proprio percorso didattico.

Questo sistema ci ha consentito di ottenere informazioni dettagliate sul modo in cui le tecniche sono state recepite in diversi contesti scolastici, su come hanno reagito gli allievi e sulle loro difficoltà. È stato realizzato un video per ciascuna tecnica al fine di descrivere nella migliore maniera possibile l'esperienza degli insegnanti.

La sezione seguente è dedicata alle tecniche della Didattica delle Emozioni e delinea: 1) il contesto; 2) l'occorrenza; 3) le modalità di implementazione; 4) le competenze emotive e trasversali sviluppate; 5) le modifiche apportate; 6) le opinioni ed i suggerimenti degli insegnanti e degli studenti. Sono informazioni utili per tutti gli insegnanti che intendono svolgere queste attività a scuola.

Nella versione online delle linee guida troverai un video dedicato a ciascuna tecnica con istruzioni dettagliate per l'implementazione.

**RICORDA:** Consulta il modulo 3 del corso online di EUMOSCHOOL per avere un'idea più chiara di come implementare ciascuna tecnica.

# LE TECNICHE



# 1. IL CARTELLINO DELLE EMOZIONI



Paese  
Turchia



**Classe/ Età degli studenti coinvolti**

Scuola primaria – allievi di 6 anni

## ☀️ **Contesto**

- \* Scuole dell'infanzia di Camlica Doga e Gunesli Doga.
- \* Presso la Camlica Doga, le attività si sono svolte in classe.
- \* Presso la Günesli Doga, si è scelto di utilizzare la sala conferenze.

## ☀️ **Occorrente**

Per la scuola dell'infanzia Camlica Doga: buste e carte delle emozioni raffiguranti volti di persone con diverse espressioni facciali.

Per la scuola dell'infanzia Gunesli Doga: cartellini adesivi rappresentanti diverse emozioni, cassetto dei consigli: "cartellini delle emozioni" nel cassetto destro e "cartellini dei suggerimenti" in quello destro.

## ☀️ **Competenze emotive**

- \* Capacità di riconoscere le emozioni
- \* Capacità di vivere le emozioni
- \* Capacità di gestire le emozioni

## ☀️ **Competenze trasversali**

- \* Consapevolezza ed espressione culturale
- \* Imparare ad imparare

## ☀️ **Descrizione della tecnica**

L'insegnante ha scelto di basarsi sulle domande. Ha chiesto agli allievi come si sentissero e li ha incoraggiati a definire sentimenti ed emozioni. Infine, ciascuno studente ha estratto dal cestino il cartellino rappresentante la propria emozione in quel momento e ha spiegato per quale ragione sentiva di provare quella particolare emozione.

## ☀️ **Modifiche apportate**

L'insegnante della scuola Gunesli Doga ha scelto di implementare questa tecnica attraverso un esercizio di drammatizzazione, molto amato dai bambini.

L'insegnante ha creato un "viale delle emozioni", una via in cui sorgono "la casa della felicità", "la casa della sorpresa", "la casa della tristezza", "la casa della rabbia" e "la casa dell'ansia", disposte una vicina all'altra. L'esercizio comincia con l'insegnante che chiede agli allievi se vogliono andare a vivere nella "casa della rabbia". I bambini che provano quell'emozione possono scegliere di fermarsi lì e invitare dei compagni con cui condividere il loro stato d'animo. Lo stesso procedimento si ripete per tutte le altre case.

Al termine di questa prima fase dell'attività, i bambini fingono di andare a dormire ed è in questo momento che entra in gioco un personaggio di fantasia: Flora, la fata delle emozioni. La fatina risveglia le persone che vivono nelle case delle emozioni e chiede loro come si sentono, servendosi delle carte delle emozioni.

## L'esperienza degli insegnanti

Scuola dell'infanzia Camlica Doga: l'insegnante ha scelto di svolgere quest'attività per permettere ai bambini di interagire con del materiale visivo. È stato un piacere per lei implementare le tecniche, anche se, prima di farlo ne ha discusso con i colleghi.

Scuola dell'infanzia Gunesli Doga: l'insegnante ha utilizzato questa variante per incoraggiare lo sviluppo cognitivo ed emotivo dei bambini. Ritiene che i bambini si siano divertiti nell'applicare queste tecniche, inoltre essi sono riusciti a dare prova di tutte le loro capacità mnemoniche e di immedesimazione, nonché della loro creatività. La variante proposta è apparsa più adatta ai piccoli allievi che hanno saputo arricchire le espressioni raffigurate nelle carte con il loro mondo interiore.

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=CJnxFYiaPos> da 00:00 a 2:35  
& <https://www.youtube.com/watch?v=TVi8u6qpLOs>

## 2. IL GIOCO DELLE MARIONETTE



Paese  
Romania



### Classe/ Età degli studenti coinvolti

Classe preparatoria alla scuola primaria – alunni di 6 anni

#### ☀ Contesto

In classe nel corso della ricreazione.

I bambini hanno a disposizione delle marionette e delle bambole con le quali giocare.

#### ☀ Occorrente

Bambole che i bambini conoscono (l'insegnante ha utilizzato Pippi Calzelunghe e le bambole scacciapensieri).

#### ☀ Competenze emotive

\*Capacità di riconoscere le emozioni

\*Capacità di vivere le emozioni

\*Capacità di gestire le emozioni

#### ☀ Competenze trasversali

Competenze sociali e civiche.

#### ☀ Descrizione della tecnica

Questa tecnica mira a riprodurre episodi realmente accaduti con l'ausilio di bambole e marionette. In questo caso, l'insegnante ha raccontato la storia e utilizzato il personaggio di Pippi Calzelunghe come confidente per i bambini della classe.

L'insegnante ha anche utilizzato tre piccole bambole scacciapensieri fatte a mano, poste in una piccola casetta all'interno della classe. Gli allievi possono confidarsi con loro.

Le bambole non servono solo per ricreare delle situazioni, ma anche per gestire i conflitti, poiché aiutano i bambini a parlare delle loro emozioni.



## ☀ Modifiche apportate

I bambini possono servirsi delle bambole non solo nel corso della lezione, ma anche – e soprattutto – nel corso della ricreazione quando hanno bisogno di qualcuno cui confidare i loro problemi.

## L'esperienza degli insegnanti

“

Ho utilizzato queste tecniche in una classe di bambini che si preparano a frequentare la prima elementare con diversi background educativi e provenienti da molte scuole dell'infanzia differenti. È perfetta per aiutarli ad esprimere le proprie emozioni”.

*“I bambini hanno bisogno di oggetti e personaggi concreti, perché vivono in un mondo fatato, in un universo in cui i personaggi di fantasia sono vicinissimi a loro. Per questa ragione ho deciso di utilizzare una bambola che divenisse la loro confidente durante il gioco”.*

*“Ho notato che prendono la bambola nel corso della ricreazione e le parlano. In pratica, la bambola è la confidente dei bambini e a lei rivelano le loro paure e le loro difficoltà. Spesso vedo che le confidano i loro problemi e allo stesso tempo rispondono al posto della bambola. Ha una funzione terapeutica: i bambini imparano a conoscere loro stessi e le loro piccole anime”.*

*“Quando giocano condividono con le bambole alcune esperienze, gioie, dolori, difficoltà. Ho notato che sono più rilassati, sicuri che tutto andrà bene.*

*Le tecniche che ho appreso grazie a EUMOSCHOOL mi hanno aiutato ed hanno aiutato i miei allievi a riconoscere le proprie emozioni e quelle dei loro compagni. È importante sapere ciò che provano le persone vicine a noi in base al comportamento che adottano, leggere i loro gesti e trovare un compromesso: bisogna chiedere agli altri come si sentono e vedere se possiamo fare qualcosa per farli stare meglio”.*

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=Gbg7OhAj-gU>

### 3. IL TRENINO DELLE EMOZIONI



#### Classe/ Età degli studenti coinvolti

Scuola dell'infanzia, fino ai 3 anni

#### ☀️ **Contesto**

Scuola dell'infanzia Camlica Doga.  
Disposizione classica della classe.

#### ☀️ **Occorrente**

Cuscini e poster delle emozioni.

#### ☀️ **Competenze emotive**

- \* Capacità di riconoscere le emozioni
- \* Capacità di vivere le emozioni

#### ☀️ **Competenze trasversali**

- \* Consapevolezza ed espressione culturale
- \* Imparare ad imparare
- \* Competenze linguistiche

#### ☀️ **Descrizione della tecnica**

Questa tecnica consente di visualizzare e riconoscere le emozioni in maniera divertente. L'insegnante ha ricreato l'ambientazione con "Le stazioni delle emozioni" in un'aula abbastanza ampia in cui i bambini possono muoversi fra la stazione della felicità, la stazione della rabbia, ecc.

È necessario che le varie stazioni delle emozioni siano vicine tra loro, al fine di permettere all'insegnante di avere sempre sotto controllo i bambini mentre svolgono l'attività.



Gli allievi sono disposti in fila e sono guidati dall'insegnante-capotreno che li porta da una stazione all'altra. Prima di iniziare l'attività l'insegnante pone ai bambini alcune domande per farli "riscaldare" ("Come state oggi?", "Non dimenticate di allacciare le cinture!" "Ricordatevi che il nostro treno procederà a volte lentamente, a volte molto velocemente") e farli appassionare al gioco.

Il treno procede, dunque, attraverso le stazioni, mentre i bambini ne simulano gli stridii, i rumori ed i movimenti. Una volta arrivati a destinazione l'insegnante esclama "Buongiorno passeggeri, benvenuti nel Paese della sorpresa!" e comincerà a parlare di quel particolare stato emotivo, chiedendo – infine – agli allievi se qualcuno di loro intende fermarsi lì.

Nel caso in cui uno dei bambini decida di scendere, potrà sedersi su dei cuscini posti in corrispondenza della stazione e vedere il treno andare via.

Quando tutti i bambini saranno scesi dal treno, l'insegnante visiterà tutte le stazioni per parlare con i bambini delle emozioni che provano. Dal momento che le stazioni sono poste le une accanto alle altre, nessun bambino corre il rischio di essere lasciato solo.

#### **Modifiche apportate**

La tecnica del treno delle emozioni può essere applicata anche ad altre discipline: ad esempio, potrebbe essere associata al tema dello zoo, con gli animali al posto delle emozioni in modo da trattare dei temi diversi da quello qui proposto.

## L'esperienza degli insegnanti

*"Quando ci serviamo delle tecniche della Didattica delle Emozioni, il nostro obiettivo è quello di permettere agli allievi di riconoscere e di parlare dei loro sentimenti, servendosi non solo delle parole, ma anche della mimica e dei gesti."*

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=CjnxFYiaPos> da 2:35 alla fine

## 4. IL GIOCO DELLE ASSOCIAZIONI



Paese  
Ungheria



### Classe/ Età degli studenti coinvolti

Seconda liceo, ragazzi di età compresa fra i 15 e i 16 anni

#### ☀️ **Contesto**

La tecnica è stata implementata nel corso delle lezioni di letteratura e di inglese.

Nel primo caso, gli studenti hanno spostato i banchi e disposto sedie in cerchio prima dell'inizio della lezione, per stare vicini gli uni agli altri. Inoltre, hanno anche unito dei banchi per lavorare in gruppo.

Nel secondo caso, i ragazzi hanno scelto di sedersi in cerchio servendosi solo delle sedie.

#### ☀️ **Occorrente**

Gli insegnanti hanno utilizzato il seguente materiale:

- \* Lezione di letteratura
- \* Striscioline di carta con su scritte le emozioni;
- \* Carta;
- \* Penne, matite e pennarelli.
- \* Lezione di inglese:
- \* Cartoncini colorati;
- \* Lettore CD + CD

#### ☀️ **Competenze emotive**

Capacità di riconoscere le emozioni.

#### ☀️ **Competenze trasversali**

Competenze sociali e civiche.

#### ☀️ **Descrizione della tecnica**

Il principale obiettivo di questa tecnica consiste nell'aiutare gli studenti a riconoscere e a decodificare le emozioni associandole a forme, colori, animali e brani musicali.

In Ungheria, questa tecnica è stata implementata in due modi differenti (in base al tema selezionato dall'insegnante).

#### ☀️ **Lezione di letteratura:**

Prima dell'inizio della lezione, gli studenti hanno posizionato i banchi al centro dell'aula e disposto le sedie intorno. Quindi, si sono seduti per ascoltare la spiegazione dell'insegnante. L'insegnante teneva in mano numerose striscioline con su scritte diverse emozioni.

Gli studenti dovevano scegliere l'emozione sulla quale intendevano lavorare ed abbinare

ad essa, un animale (“Quale animale potrebbe simboleggiare questa emozione?”) Dovevano tenere conto sia del colore, sia della forma, sia del temperamento dell’animale. Ciascun gruppo ha avuto 15 minuti per scegliere e disegnare il proprio animale.

Una volta terminato, si sono nuovamente seduti in cerchio per mostrare il loro disegno, mentre il resto della classe aveva il compito di indovinare l’emozione rappresentata da ciascun gruppo.



### ☀ **Lezione di inglese:**

Gli studenti si sono disposti in cerchio. L’insegnante aveva in mano diversi pezzi di carta colorati fra cui gli studenti avrebbero dovuto scegliere quello che rappresentava meglio il loro stato emotivo. Inoltre, avevano il compito di trovare una forma, un animale e/o una canzone da associargli.

Infine, gli studenti hanno chiesto ai loro compagni di condividere le loro scelte, fornendo una breve spiegazione. Al termine di questo breve momento di condivisione, hanno ascoltato insieme un brano di musica classica e riflettuto sulle emozioni che quella musica aveva loro trasmesso.

### ☀ **Modifiche apportate**

Gli insegnanti hanno posto due quesiti riguardo all’implementazione di questa tecnica:

**1. Come svolgere l’attività nel corso di una lezione regolare, in modo tale da rispettare il programma e non sottrarre troppo tempo allo studio della disciplina in classe?**

Abbiamo assistito a due lezioni differenti e gli insegnanti hanno proposto due diverse soluzioni.

Nel corso della lezione di letteratura, l'insegnante ha analizzato una poesia che parlava del tema dell'“addio”. Gli studenti hanno, dunque, avuto la possibilità di condividere le loro riflessioni sul significato dell'addio e sulle emozioni che essi associano a questo particolare momento (tristezza, senso di eccitazione per il futuro...).

Al termine di quest'attività, l'insegnante ha introdotto le strisce di carta con su scritte le emozioni, in quanto a quel punto gli studenti erano già riusciti a calarsi in un'atmosfera riflessiva. L'insegnante ha poi fatto riferimento alla lezione precedente sulla Divina Commedia di Dante, nel corso della quale avevano parlato degli animali come simboli ed allegorie – per poi invitare gli studenti ad associare un animale alle emozioni.

La lezione di inglese, poi, si è rivelata particolarmente adatta ad intavolare una discussione sulle emozioni, dal momento gli studenti hanno potuto fare pratica e migliorare la loro capacità di espressione orale.

## 2. Come evitare che le attività divengano ripetitive?

L'insegnante ha dichiarato di aver implementato la tecnica più volte, ed ha ammesso che potrebbe essere un po' ripetitiva. Per questa ragione, ha studiato le seguenti varianti:

- \*a volte sono gli studenti a dover individuare l'emozione presentata, altre volte no;
- \*a volte si concentrano sulle forme, altre sui colori;
- \*a volte devono concentrarsi sul momento in cui sentono certe emozioni.



## L'esperienza degli insegnanti

“ Sono molto sorpresa del modo franco e onesto con cui parlano. Ci sono alcune cose che io, da adulta, non condividerei mai nel corso di una lezione di letteratura di fronte all'intera classe, eppure loro lo fanno. Uno di loro ha persino parlato della morte della nonna, ad esempio.”

“ Li ho aiutati un po' con le forme, perché si tratta di concetti un po' astratti, ma alla fine ce l'hanno fatta. È andata bene, la musica li ha commossi. Sono emersi moltissimi racconti, hanno fatto riferimento a eventi, esperienze che la musica gli ha fatto ricordare”.



## L'opinione degli studenti

“ Mi è piaciuto davvero molto, non avevo mai fatto mai niente del genere prima.

È stato come andare dallo psicologo.”



**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=tZjGSOLViEk>



## 5. IL COLLAGE DELLE EMOZIONI



Paese  
Turchia



Classe/ Età degli studenti coinvolti  
Terza elementare – allievi di 9 anni

### ☀ Contesto

Scuola primaria Avcilar Doga.  
Disposizione classica della classe.

### ☀ Occorrente

Cartoncini colorati, giornali, riviste, colla e forbici.

### ☀ Competenze emotive

- \*Capacità di riconoscere le emozioni
- \*Capacità di vivere le emozioni
- \*Capacità di gestire le emozioni

### ☀ Competenze trasversali

- \*Consapevolezza ed espressione culturale
- \*Imparare ad imparare
- \*Competenze linguistiche

### ☀ Descrizione della tecnica

Questa tecnica è volta ad esercitare la capacità di riconoscere le emozioni. Gli studenti sono stati suddivisi in piccoli gruppi. L'insegnante ha chiesto loro di trovare delle immagini che simboleggiassero sentimenti come la felicità, l'ansia, la rabbia, l'esaltazione, ecc. su giornali e riviste. Inoltre, ha dato a ciascun gruppo anche colla e forbici per permettere loro di ritagliare ed incollare le immagini sui loro cartelloni.

Ciascun gruppo ha lavorato in maniera autonoma e ha presentato il proprio cartellone ai compagni descrivendo tutte le emozioni raffigurate e spiegando per quale ragione avevano scelto proprio quelle immagini.



## L'esperienza degli insegnanti

“ All'inizio erano piuttosto timidi. Si aspettavano di essere giudicati, e quella è stata la parte più difficile. Dopo qualche tempo si sono abituati e hanno capito di non essere giudicati, hanno cominciato a sentirsi a proprio agio e a parlare tranquillamente.”

## L'opinione degli studenti

“ Quest'attività ci ha aiutato a sviluppare la nostra creatività e a riconoscere lo stato emotivo dei nostri compagni.”

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=kN0npfErxNI> Da 0:00 a 3:00

## 6. IL SACCHETTO DELLE EMOZIONI



### Classe/ Età degli studenti coinvolti

Quinta elementare – Studenti di età compresa fra i 10 e gli 11 anni

#### ☀️ **Contesto**

Una scuola pubblica di Paesese, con allievi di quinta elementare

#### ☀️ **Occorrente**

Una piccola borsa o una scatola di fiammiferi per ciascun allievo, strisce di carta colorate.

#### ☀️ **Competenze emotive**

Capacità di riconoscere le emozioni

#### ☀️ **Competenze trasversali**

Competenze sociali e civiche

#### ☀️ **Descrizione della tecnica**

Il principale obiettivo di quest'attività consiste nel riconoscere e categorizzare le emozioni mediante i colori.

All'inizio della fase di sperimentazione, la classe ha scelto quali colori abbinare a ciascuna emozione (blu=stanchezza; giallo=felicità; arancione=tensione; nero=depressione; verde chiaro=benessere; grigio=irritabilità; marrone=malessere; rosso=amore; bianco=neutralità; verde scuro=leggero malessere).

All'inizio della lezione di letteratura, il venerdì mattina, l'insegnante ha chiesto agli allievi di scegliere una delle striscioline colorate che potesse rappresentare il loro stato emotivo. Quindi, hanno discusso per cinque minuti delle loro scelte.



A guidare la discussione è stata l'insegnante che:

- ha fatto riferimento ai sentimenti espressi nel corso delle lezioni precedenti (“Ricordo che avevi scelto il blu anche all’inizio della settimana, quando è stato? Mercoledì?”)
- li ha incoraggiati a motivare le loro scelte (“Ho visto che ieri hai scelto il giallo...cos’è che ti rende così ottimista?”);
- ha chiesto agli allievi di osservare il disegno del corpo umano appeso alla porta della classe (cfr. attività Corpo ed emozioni) per capire se potevano associare il dolore/la sensazione ad una parte del corpo (Sì, hai dei crampi. Dove? Allo stomaco?)
- ha chiesto agli allievi di indovinare le sensazioni provate dai loro compagni nel corso della settimana.

Al termine della discussione, hanno parlato del romanzo che avevano letto. Hanno lavorato sui personaggi per un po’, quindi – a ciascun gruppo è stato assegnato un episodio del romanzo. Hanno avuto a disposizione qualche minuto per prendere nota dei sentimenti provati dai personaggi, servendosi dei colori. Infine, hanno analizzato insieme i risultati.

### ✻ Modifiche apportate

L’insegnante ha scelto di associare questa tecnica all’attività sul corpo e sulle emozioni, nel corso della quale gli allievi devono disegnare il corpo umano per poi trascrivere sentimenti ed emozioni in corrispondenza di una determinata parte del corpo, servendosi degli stessi colori utilizzati nel corso dell’attività del sacchetto delle emozioni.

L’insegnante è riuscita ad inserire il filo conduttore delle emozioni anche durante la lezione di letteratura: i bambini hanno dovuto interpretare i sentimenti del personaggio del romanzo da analizzare servendosi del codice già concordato.

Queste due modifiche servono a creare un legame ancor più forte fra colori e sentimenti, aiutando i bambini a riconoscerli.



## L’esperienza degli insegnanti

“Ho notato che, dopo qualche tempo, i bambini sono divenuti più indipendenti. Ho visto una bambina prendere il colore giallo fluorescente per indicare il suo stato emotivo, ha creato un quadernino con delle piccole tasche, in cui si è messa a collezionare le sue striscioline colorate. I bambini hanno cercato di personalizzare quest’attività.”

“A un certo punto, ho anche proposto alcune varianti, perché i bambini cominciavano ad annoiarsi. Ho notato che sceglievano i colori velocemente, perché vedevano che stavo per entrare in classe. Quindi, quando ho capito che stava diventando una procedura di routine, ho ideato delle attività più complesse, come “Presta attenzione allo stato emotivo di uno dei tuoi compagni di classe, un amico

oppure uno che non conosci molto bene” oppure “Presta attenzione a una persona di un sesso diverso dal tuo”, ecc.

## L'opinione degli studenti



“

È bellissimo poter condividere i nostri sentimenti.”

“Se siamo di cattivo umore, possiamo parlarne e spiegare le nostre ragioni. C'è uno dei nostri compagni che è sempre stanco il mercoledì.”

“Sì, sono sempre stanco il mercoledì. Abbiamo 10 ore di lezione.”

“Quindi, tutta la classe sa che per te il mercoledì è una giornata complicata.”

## 7. MUSIC STOP & GO



### Classe/ Età degli studenti coinvolti

Seconda liceo – studenti di età compresa fra i 14 e i 15 anni

#### ☀️ **Contesto**

La tecnica è stata implementata nel corso delle lezioni di letteratura

#### ☀️ **Occorrente**

\* La scena di un film salvata su una pen-drive, CD, connessione e internet

\* Computer/laptop

\* Proiettore

\* Casse

#### ☀️ **Competenze emotive**

Capacità di gestire le proprie emozioni

#### ☀️ **Competenze trasversali**

\* Consapevolezza ed espressione culturale

\* Imparare ad imparare

#### ☀️ **Descrizione della tecnica**

Al termine della lezione di letteratura, l'insegnante ha mostrato una scena tratta dal film "Romeo e Giulietta" la famosa scena del balcone in cui gli amanti si dicono addio. L'insegnante fa scorrere il video senza audio, in modo che gli studenti non possano sentire la colonna sonora originale. Quindi, chiede agli studenti di pensare a un brano musicale che vorrebbero inserire in quella scena, uno o due brani che ritengono adeguati e di



portarli in classe la prossima volta, in modo che tutti possano ascoltarli.

Nel corso della lezione successiva, i ragazzi ascolteranno i brani che hanno scelto e riguarderanno la scena del film. Dopo aver guardato la scena con la colonna sonora originale discuteranno dell'esperienza individuando differenze ed emozioni trasmesse dalle diverse scelte musicali.

Dal momento che si tratta di una lezione di letteratura, a questo punto potrebbe essere opportuno introdurre i temi dell'Amleto.

### **Modifiche apportate**

La descrizione riportata qui sopra è già un adattamento della tecnica, dal momento che nella versione originale è l'insegnante che fa sentire ai ragazzi diversi brani musicali da associare alla scena. In questo caso, però, la docente ha deciso di lasciare questo compito ai ragazzi, in modo da farli sentire più coinvolti e permettere loro di dare il proprio tocco personale. I ragazzi erano entusiasti di poter far ascoltare i loro brani preferiti ai loro compagni e di esprimersi di fronte alla classe.

Questa tecnica può essere facilmente implementata nel corso di una lezione di letteratura, dal momento che l'insegnante può scegliere l'adattamento cinematografico di un romanzo da analizzare.

## L'esperienza degli insegnanti

“

Temo che guarderanno l'originale, e che ne possano essere influenzati e mi rattrista un po'. Se avessero l'autocontrollo necessario, non guarderebbero l'originale, come gli ho chiesto...allora penso...che tipo di musica sceglierebbero? Penso che assomiglierebbe a loro.”

## L'opinione degli studenti

“Credo che andrebbe bene anche un brano che hanno suonato alla mia festa, River flows in you, o qualcosa del genere. È melanconico e rassicurante allo stesso tempo.”

“Be' penso che sia molto interessante, non ci hanno mai dato dei compiti del genere, o almeno non ho mai fatto nulla di simile.

Be', inoltre a scuola non si può nemmeno ascoltare musica in pubblico.”

“Non facciamo neanche lezioni di musica, adesso!”

**Link al video:** [https://www.youtube.com/watch?v=QPwQerXu\\_0Q](https://www.youtube.com/watch?v=QPwQerXu_0Q)

## 8. VIDEOCLIP SULLE EMOZIONI



### Classe/ Età degli studenti coinvolti

Allievi di età compresa fra i 14 e i 16 anni

#### ☀ Contesto

Classe preparatoria per allievi di origine straniera, Innsbruck/Tirolo. Gli allievi sono seduti in cerchio.

#### ☀ Occorrente

Sedie, aula spaziosa

#### ☀ Competenze emotive

- \*Capacità di riconoscere le emozioni
- \*Capacità di vivere le emozioni
- \*Capacità di gestire le emozioni

#### ☀ Competenze trasversali

- \*Consapevolezza ed espressione culturale
- \*Competenze sociali e civiche

#### ☀ Descrizione della tecnica

I ragazzi si sono seduti per scegliere insieme lo stato emotivo e le emozioni che il loro video avrebbe dovuto ritrarre, in questo caso ansia, stress, bisogno di aiuto e attenzioni. Hanno deciso di filmare una situazione piuttosto comune: una persona si reca in un negozio, ma dimentica di portare con sé dei soldi.

Dopo aver ideato la sceneggiatura e preparato il set, i ragazzi hanno cominciato a provare. Ciascuno di loro doveva riflettere sul proprio personaggio, immaginare la situazione ed il tipo di personalità da ritrarre, nonché le motivazioni in gioco.



Quando si sono sentiti pronti, hanno filmato la scena e guardato le riprese insieme. Una volta ultimato il video, hanno discusso insieme della loro esperienza. Gli studenti hanno cercato di esprimere le sensazioni che avevano provato. “Si sono sentiti soli? Hanno apprezzato il fatto di scoprire qualcosa di più su loro stessi? Come hanno fatto a capire che si stavano divertendo? Perché e quando hanno provato rabbia?” L’insegnante ha cercato di capire se gli studenti conoscevano queste emozioni o se avevano vissuto un’esperienza simile.

## L’esperienza degli insegnanti

“ L’attività che vedrete è ispirata a situazioni reali. Volevamo discutere di emozioni quali l’ansia, lo stress e il desiderio di aiutare gli altri. Come si sentono i ragazzi di fronte a qualcuno che ha bisogno di aiuto? Alcuni sono più restii ad esporsi, mentre altri sono pronti a dare una mano. Inoltre volevamo capire come ci si sente ad essere aiutati da qualcuno? Volevamo che l’attività trattasse questi temi e ha funzionato. Alcuni ragazzi sono venuti da me al termine della lezione e mi hanno detto di essere riusciti a percepire le proprie emozioni.”

## L’opinione degli studenti

Gli studenti che hanno preso parte all’attività erano particolarmente motivati. Hanno anche capito come gestire le loro emozioni in questi casi.

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=j8OQsb-A2uM>

## 9. L'APPELLO DELLE EMOZIONI



Paese  
Italia



**Classe/ Età degli studenti coinvolti**

Bambini fra i 6 e i 7 anni – Ragazzi fra i 15 e i 16 anni

### ☀ **Contesto**

La tecnica è stata implementata nel corso di lezioni regolari (frontali).



### ☀ **Occorrente**

Registro di classe

Un quaderno su cui l'insegnante possa prendere nota delle risposte degli studenti e monitorare le loro emozioni nell'arco di un determinato periodo di tempo.

### ☀ **Competenze emotive**

Capacità di riconoscere le emozioni

### ☀ **Competenze trasversali**

Competenze sociali e civiche

### ☀ **Descrizione della tecnica**

All'inizio delle lezioni, nel corso dell'appello, l'insegnante chiede agli studenti di rispondere anziché con il tradizionale "presente" con un'emozione oppure con un voto da 1 a 10. Le votazioni più basse indicano uno stato emotivo negativo, mentre quelle più alte uno positivo.

Nel caso dei bambini, gli insegnanti hanno scelto di lasciare che i bambini utilizzassero le parole, anziché i numeri.

Nel corso dell'appello l'insegnante non è tenuto ad esprimere dei commenti, ma potrà solo riflettere sull'umore generale della classe.

Al termine dell'appello, l'insegnante darà agli allievi l'opportunità di riflettere sulle proprie risposte e sul proprio stato emotivo. Dopo una breve discussione, la lezione può cominciare.

L'insegnante monitorerà lo stato emotivo della classe e degli studenti al termine di ogni mese e ne parlerà con loro.

Questa tecnica consente di osservare l'andamento della classe e di individuare eventuali problemi. È utile al fine di creare un legame più profondo con gli allievi – anziché limitarsi a discutere di nozioni e interrogazioni.

Serve anche per fare della classe un ambiente in cui gli studenti si sentano a proprio agio e possano esprimere emozioni ed idee.



#### ☀ **Modifiche apportate**

L'insegnante che ha svolto quest'attività con gli allievi della scuola primaria ha scelto di far loro descrivere lo stato emotivo con una parola.

L'insegnante di scuola superiore, invece, ha integrato la tecnica creando dei grafici coi dati raccolti quotidianamente che gli hanno consentito di comprendere chiaramente le variazioni nello stato emotivo degli allievi nel corso di un determinato arco di tempo.



## L'esperienza degli insegnanti

L'insegnante ha scelto questa tecnica perché la reputava molto utile ai fini dell'individuazione e del monitoraggio dello stato emotivo della classe e dei singoli studenti (*"Mi ha dato la possibilità di comprendere rapidamente cose che avevo notato nei miei studenti in passato, ma che non ero stato capace di definire con precisione"*), per cercare di risolvere i problemi alla radice.

L'insegnante incoraggia i colleghi ad implementare questa tecnica dal momento che la considera un modo facile e veloce per conoscere gli studenti e far emergere degli argomenti di discussione anche delicati.

“ È una tecnica semplice, facile ed immediata, perfetta per comprendere cosa succede in classe. È semplice intavolare una discussione con gli allievi sulla base dei punteggi ottenuti.”

## L'opinione degli studenti

“ Ho apprezzato questa tecnica perché ci concede un momento per pensare alla nostra giornata, alle cose che sono andate bene e a quelle che sono andate male. Ci consente di fermarci a riflettere.”

Gli studenti sono felici di affrontare il tema delle emozioni in classe, perché dà loro l'opportunità di conoscersi e di avere uno spazio per l'introspezione a scuola. Gli studenti ritengono che la loro capacità di riconoscere le emozioni sia migliorata: *"Non puoi dare un punteggio immediatamente, devi rifletterci un po' su, perché le emozioni sono multi-sfaccettate e sfuggenti. Puoi essere felice, triste, non sapere cosa provi, credo sia stata un'attività molto interessante."*

Pensano, inoltre, che la tecnica abbia permesso loro di dedicare un momento della loro giornata scolastica a loro stessi e all'introspezione, allentando lo stress. Inoltre, gli studenti credono di aver acquisito maggiore sicurezza nell'esprimere le loro emozioni e capito quali sono i benefici dati dall'aprirsi e parlare in pubblico dei loro sentimenti. Sono più interessati ai loro compagni, e hanno preso l'abitudine di chiedere la ragione di una votazione negativa per poter dare una mano o offrire il proprio supporto emotivo: *"Mi è capitato più volte di sentire un mio compagno di classe dare un punteggio negativo e di chiedergli perché"*.

Nonostante gli studenti abbiano partecipato con entusiasmo all'attività, hanno sottolineato che questa rischia di far aumentare la distanza che separa studenti ed insegnanti, dal momento che questi non sono tenuti a rispondere all'appello. Gli studenti suggeriscono, allora, che faccia lo stesso in modo da rafforzare il legame. *"Ciò che non mi è piaciuto affatto è stata l'indifferenza di alcuni insegnanti, avrei preferito che prendessero parte al progetto"*.

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=HCmPazkGc2A>

## 10. CORPO ED EMOZIONI



Paese  
Austria



**Classe/ Età degli studenti coinvolti**  
Studenti di età compresa fra i 13 e i 16 anni

### ☀ **Contesto**

Classe preparatoria per allievi di origine straniera, Landeck/Tirolo.  
Gli studenti sono seduti in cerchio.

### ☀ **Occorrente**

Forbici, evidenziatori, fogli di carta bianchi e colorati.

### **Competenze emotive**

\*Capacità di riconoscere le emozioni

\*Capacità di vivere le emozioni

### ☀ **Competenze trasversali**

Consapevolezza ed espressione culturale.

### ☀ **Descrizione della tecnica**

La versione originale di questa attività è la seguente: prima bisogna invitare gli studenti a raccogliere delle espressioni che leghino corpo ed emozioni. Dopodiché, gli studenti devono disegnare delle figure che esprimano diverse emozioni (rabbia, paura, tristezza, sorpresa, felicità...). Se gli allievi sono molto giovani suggeriamo di utilizzare delle bambole di carta o dei modelli prestampati. L'insegnante chiede, dunque, agli allievi di mostrare la parte del corpo legata a una particolare emozione.

L'insegnante può aiutarli a scoprire quale emozione può essere legata a quella parte del corpo ponendo le seguenti domande: "Che cosa sentiamo quando siamo arrabbiati con qualcuno? Che cosa succede al nostro corpo quando siamo arrabbiati?" In questo modo gli allievi imparano ad associare la rabbia a una mano serrata in un pugno, la gioia a dei saltelli, la sorpresa a degli occhi spalancati, la paura a delle palpebre serrate.

Continuando a lavorare con questa tecnica, il gruppo di studenti austriaci ha pian piano cominciato a disegnarsi, usando colori diversi per esprimere il loro stato emotivo. Gli studenti hanno poi individuato le parti del corpo interessate da un'emozione servendosi di un codice di colori.

Una volta terminati i disegni, gli studenti si siedono in cerchio e spiegano le emozioni legate all'immagine che hanno prodotto. L'insegnante chiede loro il senso dei colori utilizzati e i sentimenti che volevano esprimere.

### Modifiche apportate

L'insegnante ha chiesto agli studenti di creare un autoritratto in modo da personalizzare l'attività. In questo modo è più semplice rispondere alle esigenze di giovani con un diverso *background* culturale e dalle competenze linguistiche disomogenee.

## L'esperienza degli insegnanti

“

Per me è normale parlare di educazione emotiva in classe, come previsto dal progetto EUMOSCHOOL. Voglio che nella mia classe si possa parlare di emozioni, per far sì che gli studenti si sentano a proprio agio e siano felici in un ambiente che frequentano ogni giorno.”

## L'opinione degli studenti

Gli studenti hanno partecipato attivamente ed erano molto motivati. Hanno anche detto di essere pronti a svolgere queste attività più spesso.

**Link al video:** [https://www.youtube.com/watch?v=\\_sHLwKCW3g0](https://www.youtube.com/watch?v=_sHLwKCW3g0)

## 11. LA SCATOLA DELLE EMOZIONI (BAMBINI)



Paese  
Italia



Classe/ Età degli studenti coinvolti  
Bambini di età compresa fra i 6 e i 7 anni

### ☀ Contesto

La tecnica è stata implementata nel corso di lezioni regolari (frontali).



### ☀ Occorrente

- \* Una scatola ed alcune striscioline di carta.
- \* Per i bambini: carta, penne, matite colorate e pennarelli.

### ☀ Competenze emotive

- \* Capacità di riconoscere le emozioni
- \* Capacità di vivere le emozioni

### ☀ Competenze trasversali

Competenze sociali e civiche.

### ☀ Descrizione della tecnica

L'insegnante invita gli allievi a scrivere o a disegnare il loro stato emotivo su dei pezzi di carta per poi raccogliarli, leggerli e commentarli ad alta voce.

### ☀ Modifiche apportate

Dal momento che l'insegnante ha proposto quest'attività a degli studenti molto giovani ha apportato due cambiamenti:  
Primo, invece di chiedere agli allievi di scrivere del loro stato emotivo, ha dato loro anche la possibilità di disegnare, per rendere le cose più semplici;



Secondo, invece di aprire la scatola e di discutere immediatamente del suo contenuto, ha scelto di farlo al termine delle lezioni, o il giorno seguente, al fine di consentire agli studenti di riflettere sui loro sentimenti e sui cambiamenti del loro stato emotivo, a mente serena e dopo un sufficiente lasso di tempo.

L'insegnante ha scelto questa tecnica perché credeva che fosse la più adatta da implementare con i bambini di quell'età, in quanto permette loro di esprimere le emozioni in maniera differente.



## L'esperienza degli insegnanti

“ Avevo bisogno di una strategia che permettesse ai bambini di parlare di loro stessi, e credevo che La scatola delle emozioni avrebbe potuto aiutarli, così l'ho implementata”.

L'insegnante sostiene che la tecnica abbia contribuito a potenziare la capacità dei bambini di condividere e di parlare delle loro emozioni: *“sono riusciti a discutere delle loro emozioni e del loro umore con il resto della classe”*.

I bambini hanno espresso delle opinioni molto positive al riguardo, ed è rimasta piacevolmente colpita da un episodio: *“C'è stato un piccolo litigio fra una bambina e un bambino, ed all'inizio della lezione, la bambina aveva espresso tutta la sua rabbia. Quando abbiamo letto i loro pensieri il giorno dopo, ha riso perché ha capito che la rabbia è un sentimento momentaneo.”* L'insegnante consiglia agli altri docenti interessati all'implementazione di questa tecnica di adattarla alle caratteristiche e alle esigenze della classe.

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=yy8fSaXBBko>

## 11. LA SCATOLA DELLE EMOZIONI (ADOLESCENTI)



Paese  
Italia



**Classe/ Età degli studenti coinvolti**

Studenti di età compresa fra i 14 e i 15 anni

### ☀ **Contesto**

La tecnica è stata implementata in classe, con gli studenti seduti in semicerchio e l'insegnante in mezzo a loro per raccogliere gli appunti e leggerli ad alta voce.



### ☀ **Occorrente**

Una scatola di cartone, fogli di carta, penne e matite.

### ☀ **Competenze emotive**

- \* Capacità di riconoscere le emozioni
- \* Capacità di vivere le emozioni

### **Competenze trasversali**

- \* Competenze sociali e civiche
- \* Consapevolezza ed espressione culturale

### **Descrizione della tecnica**

L'insegnante invita gli studenti a scrivere le proprie emozioni su dei pezzi di carta che saranno poi raccolti e messi in una scatola. L'insegnante li leggerà ad alta voce in un secondo momento, mentre la classe sarà chiamata a commentarli per dare consigli e supporto ai compagni.

L'insegnante ha scelto questa tecnica perché ritiene sia quella più adatta all'età dei suoi allievi. Pensa, infatti, che i quindicenni siano più pronti ad esprimere i loro sentimenti a parole.

### ☀ **Modifiche apportate**

In questo caso, l'insegnante ha scelto di chiedere agli studenti di indovinare l'autore di ciascun biglietto, poiché credeva che così avrebbero avuto l'opportunità di conoscersi meglio e di creare un legame più profondo. Questa modifica ha aumentato il fattore empatia, dal momento che gli studenti dovevano mettersi nei panni dell'autore di ciascun messaggio.

## L'esperienza degli insegnanti

L'insegnante ritiene che la tecnica le sia stata molto utile per conoscere la classe e consentire ai suoi alunni di *“raggiungere un certo livello di comprensione ed coesione nel corso del primo anno di liceo”*, anche perché *“la classe era molto entusiasta”* quando ha proposto loro di implementare questa tecnica. Pensa che abbia avuto delle ricadute molto positive sul benessere degli studenti che si erano chiaramente *“liberati di un peso”*, *“è stato bello vedere l'impatto emotivo di alcune cose che hanno scritto, ed è stata un'esperienza forte vedere alcuni studenti piangere e parte della classe correre per consolare i propri compagni. Un momento davvero toccante”*.

L'insegnante pensa che per impartire un'educazione emotiva, sia necessario fare squadra con gli altri insegnanti, in caso contrario l'efficacia delle tecniche ne risulta intaccata.

## L'opinione degli studenti

Gli studenti hanno reagito in maniera positiva all'implementazione della tecnica, li ha aiutati a conoscere i loro compagni di classe, a discutere di argomenti interessanti, a dare e ricevere consigli e supporto:

“ **Mi ha consentito di scoprire i problemi che i miei compagni si trovano ad affrontare e di aiutarli”.**

Gli studenti erano contenti di aver avuto l'occasione di discutere e scambiarsi idee e consigli con compagni di classe ed insegnanti (*“ciò che ho apprezzato di più è stato poter discutere con i miei compagni e ascoltare i loro suggerimenti, ci ha aiutato molto”*) e di affrontare grandi temi sociali che potrebbero avere delle ricadute sul loro stato emotivo (uguaglianza di genere, discriminazioni, integrazione ed omofobia).

Infine, l'attività ha dato a tutti la possibilità di condividere le proprie emozioni dal momento che *“è difficile dire certe cose a voce alta”*.

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=UAzAIBwJJAM>

## 12. INDOVINA COME SI SENTE



**Classe/ Età degli studenti coinvolti**  
Terza elementare – Allievi di 9 anni

- ☀ **Contesto**  
Scuola primaria Avcilar Doga.  
Disposizione canonica della classe.
- ☀ **Occorrente**  
Fogli colorati.
- ☀ **Competenze emotive**
  - \*Capacità di riconoscere le emozioni
  - \*Capacità di vivere le emozioni
  - \*Capacità di gestire le emozioni
- ☀ **Competenze trasversali**
  - \*Consapevolezza ed espressione culturale
  - \*Imparare ad imparare
- ☀ **Descrizione della tecnica**

La versione originale di questa tecnica consiste nel chiedere a uno studente che ha bisogno di supporto o che si trova in uno stato di agitazione emotiva di scrivere ciò che prova. Quindi l'insegnante inviterà i compagni a descrivere lo stato emotivo di quello studente. Dopodiché l'interessato dovrà leggere quanto ha scritto ed elencare le sue ragioni. Infine, l'insegnante leggerà ciò che hanno scritto gli altri studenti e chiederà loro sulla base di quali presupposti hanno elaborato le loro ipotesi.





L'insegnante ha, quindi, il compito di avviare una conversazione riguardo alle emozioni di cui si è discusso.

In Turchia, questa tecnica è stata utilizzata con degli allievi molto piccoli. Questi sedevano al loro posto, mentre l'insegnante raccontava una storia vicina a loro nella quale potessero immedesimarsi.

Quindi, l'insegnante ha chiesto ai bambini di immaginare che la storia fosse capitata a loro, di immedesimarsi e di scrivere ciò che avrebbero provato se quell'episodio fosse successo proprio a loro. Quindi, i bambini hanno descritto e parlato delle sensazioni che la storia aveva suscitato in loro.

#### **Modifiche apportate**

L'insegnante ha scelto di semplificare l'attività utilizzando delle storie che innescassero la reazione emotiva dei bambini. L'intento, tuttavia, è sempre lo stesso: aiutare i bambini a mettersi nei panni di un'altra persona e permettere loro di sviluppare la propria empatia.

## L'esperienza degli insegnanti

“ Prima non avevano il coraggio di esprimersi. Erano troppo timidi e temevano che sarebbero stati giudicati. Poi si sono abituati, hanno acquisito sicurezza e hanno imparato ad esprimersi al meglio delle loro capacità.”

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=kN0npfErxNI>

## 13. IL GIOCO DEL “QUANDO”



Paese  
Austria



Classe/ Età degli studenti coinvolti  
Studenti di età compresa fra i 13 e i 15 anni

### ☀️ **Contesto**

Classe preparatoria per allievi di origine straniera, Landeck/Tirolo.  
Gli studenti siedono in cerchio.

### Competenze emotive

- \* Capacità di riconoscere le emozioni
- ☀️ \* Capacità di vivere le emozioni
- \* Capacità di gestire le emozioni

### Competenze trasversali

- \* Consapevolezza ed espressione culturale
- \* Competenze sociali e civiche



### Descrizione della tecnica

- ☀️ L'obiettivo della tecnica è di collocare le emozioni nel tempo e nello spazio, associandole a determinate situazioni. L'insegnante chiede agli studenti di completare frasi del tipo “Sono triste quando...litigo con il mio migliore amico.” È possibile svolgere quest'attività sia per iscritto che oralmente.

In questo caso, l'insegnante ha iniziato chiedendo agli studenti di condividere una frase che esprimesse a pieno le loro emozioni. L'insegnante sostiene che gli studenti sanno descrivere meglio le loro emozioni se gli si offre un catalizzatore.

Quindi ha chiesto agli studenti di completare la frase “Sono felice quando...”



- ☀ Nel corso della seconda parte dell'attività, l'insegnante ha scelto di concentrarsi sulle emozioni negative, partendo dalla frase "Sono triste quando..."

## L'esperienza degli insegnanti

“ Gli studenti imparano ad esprimersi, a non reagire in maniera violenta e a gestire le proprie emozioni. Imparano come comportarsi in situazioni difficili.”

## L'opinione degli studenti

Gli studenti hanno partecipato attivamente e si sono mostrati molto motivati e felici di testare questa tecnica.

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=4VHnSVdLqms>

## 14. STOP ALLE LEZIONI



Paese  
Ungheria



**Classe/ Età degli studenti coinvolti**  
Studenti di età compresa fra i 14 e i 15 anni

- ☀ **Contesto**  
La tecnica è stata implementata nel corso di lezioni regolari. Gli insegnanti hanno deciso di interrompere le lezioni per parlare insieme di un problema, hanno spostato i banchi in un angolo della classe, in modo che gli studenti potessero formare un cerchio al centro della classe.
- ☀ **Occorrente**  
L'implementazione della tecnica non prevede l'utilizzo di materiale speciale, in quanto non richiede alcuna preparazione. Spetta all'insegnante decidere se parlare del problema e se ricorrere ad altri strumenti (ad esempio, il docente dovrà esser pronto a fornire agli alunni carta e penna, nel caso in cui scelga di far riportare per iscritto il problema).
- ☀ **Competenze emotive**  
Cooperazione e risoluzione dei conflitti.
- ☀ **Competenze trasversali**
  - \*Imparare ad imparare
  - \*Spirito di iniziativa e imprenditorialità
- ☀ **Descrizione della tecnica**  
L'implementazione di questa tecnica non richiede alcuna programmazione da parte dell'insegnante che vi ricorre spontaneamente.

È il docente a dover intuire se la classe ha bisogno o meno di fare una pausa. Di solito, è piuttosto semplice notare un problema all'inizio della lezione, soprattutto nel corso delle ore di matematica durante le quali gli studenti lavorano in coppia. I ragazzi non riescono a concentrarsi, parlano a voce alta, si riferiscono a un episodio capitato poco prima. Sarà compito degli insegnanti avviare questo momento di riflessione fino a quando gli studenti non si saranno abituati alla tecnica. In seguito, potranno essere loro stessi a chiedere di interrompere le lezioni.

L'insegnante chiederà dunque agli studenti di mettere via i banchi in modo tale che possano cominciare a discutere senza ostacoli a fraporsi fra loro. Gli studenti potranno sia sedersi in cerchio, sia rimanere in piedi – questa posizione un po' inusuale permette ai ragazzi di cambiare prospettiva.



Il docente deciderà di volta in volta come procedere. La cosa migliore da fare è lasciare che gli studenti parlino fra loro e discutano del problema. Altre volte diviene necessaria una mediazione diretta, l'insegnante potrebbe chiedere agli studenti di scrivere le emozioni che sentono per poi aiutarli a descriverle di fronte ai loro compagni. È fondamentale far sì che la discussione si attenga ai fatti e avvenga in un ambiente sicuro per permettere agli studenti di sentirsi liberi di parlare dei propri problemi. È essenziale attenersi alle regole della buona comunicazione, ed è vietato attaccare gli altri in maniera diretta.

### ☀ **Modifiche apportate**

Le varianti di questa tecnica sono numerose. La sua forza risiede proprio nella sua non-convenzionalità e nell'attenzione posta al problema.

Se l'insegnante ritiene che possa essere utile ricorrere ad altri strumenti o combinarla ad altre tecniche della Didattica delle Emozioni (cfr. La scatola delle emozioni) può farlo liberamente.

È importante, però, che conosca bene la classe allo scopo di moderare una discussione proficua.

## L'esperienza degli insegnanti

“Di solito non vogliono discutere dei problemi perché preferiscono evitare di saltare le lezioni. In prima liceo, però, i ragazzi sono abbastanza grandi e diventa impossibile per loro concentrarsi sullo studio. Perdere una lezione di matematica non è poi la fine del mondo, potranno recuperarla, a quel punto ci sediamo e parliamo del problema prima di continuare”.



Perché pensa che sia impossibile continuare?  
A causa di tutta questa tensione fra i ragazzi, non riescono a concentrarsi, a prestare attenzione. Per loro esiste solo quel litigio e nient'altro. Così le cose non possono che peggiorare..."

“

Ha funzionato: i ragazzi sono stati pronti a parlare di ciò che li aveva infastiditi. Il resto della classe ascoltava e cercava di aggiungere ulteriori dettagli. Certo, si può essere arrabbiati e a ragione, ma bisogna lavorare

per rendere questo gruppo una buona classe. Se continueranno a litigare così per i prossimi quattro anni, sarà una tragedia per tutti. Possiamo costringerli a stare tranquilli in classe, ma a lungo andare ne soffrirebbero. Abbiamo cominciato a costruire dei buoni rapporti e penso che stia funzionando.”

## L'opinione degli studenti

“Davvero, solo così si possono creare dei buoni rapporti...non pensavo che questi giochi potessero aiutarci a costruire una vera comunità, ma... Adesso quando qualcuno di noi ha un'idea, la condivide con gli altri oppure lavoriamo per trovarla insieme. È fantastico perché possiamo risolvere molti problemi.

Penso che da quel momento le cose si siano sistemate.

I gruppi non sono più così divisi. Va bene, d'accordo, a volte sì, ma andiamo tutti d'accordo.”

“Penso che non abbiamo ancora realizzato quanto siamo migliorati nel riconoscere le nostre emozioni. Ho imparato ad accettarmi.”

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=LzPq8xAy06Q>

## 15. IL GIOCO DELLA SCALETTA



Paese  
Italia



Classe/ Età degli studenti coinvolti

Allievi di 7 anni

### ☀ Contesto

Questa tecnica è stata implementata in classe. Gli allievi sono stati suddivisi in 4 gruppi. I banchi sono disposti in modo tale da facilitare la collaborazione fra gli allievi.

### ☀ Occorrente

Dizionario, cartoncini bianchi e colorati, forbici e colla.

### ☀ Competenze emotive

- \* Capacità di riconoscere le emozioni
- \* Capacità di vivere le emozioni

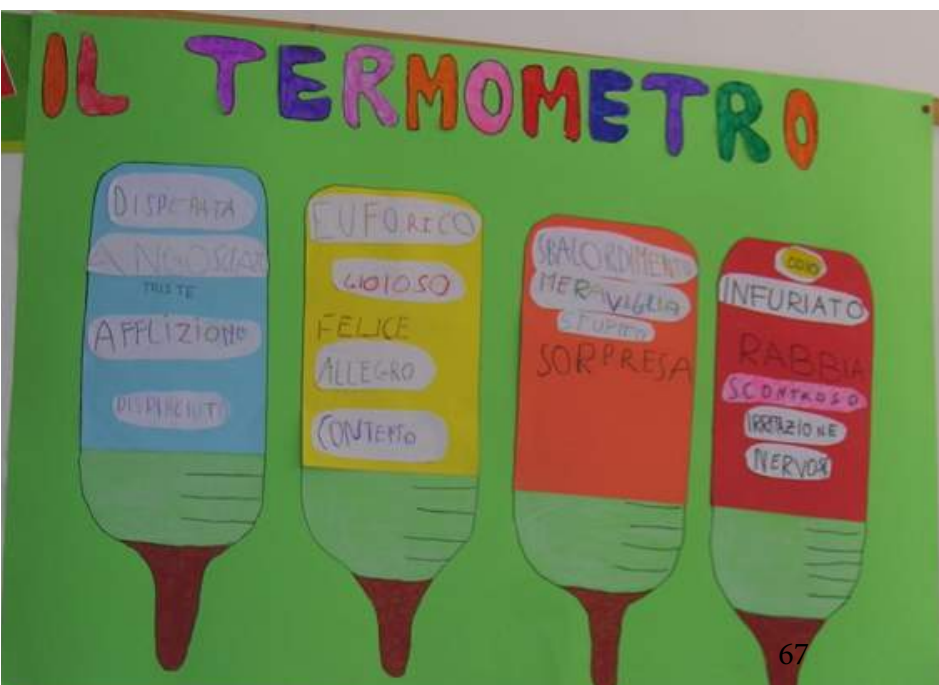
### ☀ Competenze trasversali

- \* Competenze sociali e civiche
- \* Consapevolezza ed espressione culturale
- \* Imparare ad imparare

### ☀ Descrizione della tecnica

Gli allievi hanno scelto un'emozione neutra da cui partire per poi cercare di esprimere delle sfumature più o meno forti. L'insegnante ha provato a discutere dell'intensità delle emozioni e di come andrebbero espresse a parole.

In questo caso, gli studenti sono stati divisi in 4 gruppi, ciascuno dei quali ha lavorato su una delle seguenti emozioni di partenza: tristezza, felicità, sorpresa e rabbia.



Con l'aiuto del dizionario, ciascun gruppo ha cercato dei termini che definissero diverse sfumature di quell'emozione per poi trascrivere le parole su un cartoncino.

Queste sono poi state incollate su un cartellone più grande a forma di termometro.

Gli studenti hanno apprezzato molto quest'attività, sia perché hanno potuto mettere a frutto le loro capacità manuali nell'assemblare il

cartellone, sia perché hanno imparato a riconoscere le varie sfumature di un'emozione e a definire in maniera più precisa i loro sentimenti.

### **Modifiche apportate**

Le modifiche apportate miravano a migliorare la capacità degli allievi di lavorare in gruppo e di confrontarsi con i loro compagni.

Inoltre, attraverso l'introduzione del termometro gli studenti hanno imparato a definire con precisione le sfumature di ciascuna emozione.

## L'esperienza degli insegnanti

Gli insegnanti hanno scelto di implementare questa tecnica al fine di migliorare i rapporti fra i compagni di classe e aiutare gli allievi a comprendere meglio le proprie emozioni. La tecnica può essere adattata facilmente per rispondere alle esigenze di apprendimento di studenti di diverse età.

## L'opinione degli studenti

“ Questo progetto ci è servito per imparare a definire meglio le nostre emozioni.”

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=IPLCKsVRtCc>

## 16. LA CASSETTA DELLA POSTA



Paese  
Ungheria



### Classe/ Età degli studenti coinvolti

Bambini e ragazzi di età compresa fra i 10 ed i 15 anni

- ☀ **Contesto**  
La tecnica è stata implementata in classe, apportando delle piccole modifiche alla disposizione dei banchi e delle sedie per favorire il lavoro di gruppo.
- ☀ **Occorrente**
  - \*Una scatola di cartone colorata;
  - \*Carta e penna (gli allievi possono utilizzare il proprio materiale di cancelleria)
- ☀ **Competenze emotive**  
Capacità di gestire le emozioni.
- ☀ **Competenze trasversali**
  - \*Imparare ad imparare
  - \*Spirito di iniziativa e imprenditorialità
- ☀ **Descrizione della tecnica**  
L'insegnante da solo o insieme agli alunni decora una scatola di cartone in modo da farla assomigliare a una cassetta della posta in cui i ragazzi potranno imbucare i loro messaggi.



Potranno scrivere ed inviare i loro messaggi fra una lezione e l'altra, li leggeranno insieme al docente coordinatore una volta a settimana. Sono gli allievi a decidere se firmare o meno i loro messaggi.

I docenti hanno il compito di rassicurare gli allievi circa la riservatezza delle informazioni: nessuno potrà conoscere il contenuto dei loro messaggi, a meno che non lo desiderino.

### ✻ **Modifiche apportate**

Gli insegnanti ungheresi hanno ideato una variante di questa tecnica. Il compito degli allievi consisteva nel pensare ai personaggi di un racconto da analizzare per cercare di immaginarne le sensazioni. Avrebbero poi dovuto riportare quei sentimenti su un biglietto da inserire nella cassetta della posta. In questo caso, sono le emozioni dei personaggi ad essere al centro dell'attività.



## L'esperienza degli insegnanti

“ Il progetto ha cominciato a vivere di vita propria. Ho visto due dei miei ragazzi litigare in classe. Poi uno di loro ha deciso di scusarsi utilizzando la cassetta della posta. L'hanno gestita molto bene, il ragazzo mi ha consegnato la lettera, che era indirizzata a me, nella quale si scusava con il suo compagno per il comportamento del giorno precedente.

A quel punto gli ho chiesto per quale ragione avesse dato a me la lettera, dal momento che io non avevo bisogno di ricevere delle scuse, quella lettera non era per me. È lì che è cominciato tutto: il ragazzo mi ha dato il permesso di imbucarla, il compagno l'ha letta. Sembrava che si stessero scambiando dei messaggi. Adesso tutto questo accade anche senza il mio aiuto. Ho sentito che i ragazzi sono riusciti a risolvere fra loro conflitti ed incomprensioni.”

“Ho notato che sono più inclini a parlare delle loro difficoltà. All'inizio si trattava di questioni molto generiche, affermazioni del tipo: oggi non me la sentivo di alzarmi dal letto, oppure sono stanco. Dopo un po' hanno cominciato ad essere più profondi, alcuni di loro, non tutti. Il fatto che decidano di imbucare dei messaggi è già un passo avanti.

All'inizio molti di loro dicevano...non voglio scrivere...non ho alcuna voglia di imbucare dei messaggi. Pian piano ho visto, però, che i miei studenti erano sempre meno refrattari. Hanno anche scritto delle riflessioni profonde sui problemi che hanno con i loro compagni di classe. A volte ho persino avuto delle difficoltà ad individuare l'autore del messaggio, per via dello stile adottato. Anche i ragazzi hanno tentato di indovinare chi fosse l'autore, senza riuscirci. Allora ho detto alla classe, che non era così importante sapere chi avesse scritto il messaggio, perché dovevamo concentrarci sul problema in sé.”

“Dunque, a volte svolgiamo l'attività due volte nel corso della stessa lezione. Ricorro spesso alla cassetta della posta perché vedo che sono così tesi e sono spinti da un forte desiderio

di comunicare, quantomeno su carta. Non posso fare molto altro. Scrivere li aiuta molto, la rabbia e la tensione svaniscono. Sono terrorizzati dalle emozioni che provano e questo esercizio li aiuta a calmarli.”

## L'opinione degli studenti

“Loro (gli insegnanti) sono dalla nostra parte, ci capiscono. Sappiamo di poter condividere con loro i nostri problemi, anche quando riguardano gli altri insegnanti. Non abbiamo paura di essere giudicati.”

“ L'insegnante ci ha detto di concentrarci sui problemi che riguardano l'intera classe. Non su quelli di cui possiamo parlare in private.”

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=w8RwLtA4QIU>

## 17. LA SEDIA CHE SCOTTA



Paese  
Romania



Classe/ Età degli studenti coinvolti  
Terza liceo – studenti di 17 anni

- ☀ **Contesto**  
La tecnica è stata implementata nel corso delle sessioni di *counselling*. Lavoro di gruppo.
- ☀ **Competenze emotive**  
Capacità di vivere e di riconoscere le emozioni.
- ☀ **Competenze trasversali**  
Competenze sociali e civiche.
- ☀ **Descrizione della tecnica**  
L'insegnante ha diviso gli studenti in 4 gruppi sulla base dei loro interessi. L'insegnante ha chiesto ai ragazzi di trovare le caratteristiche che accomunavano il loro gruppo e le caratteristiche che accomunavano gli altri gruppi. Ha, quindi, invitato il portavoce di ciascun gruppo a sedersi sulla "sedia che scotta", al centro della classe e a presentare i risultati del loro lavoro.
- ☀ **Modifiche apportate**  
Invece di invitare i singoli studenti a condividere le proprie impressioni, essi sono stati rappresentati da uno dei membri del loro gruppo.



## L'esperienza degli insegnanti

“ I miei studenti hanno 16 anni. Sono adolescenti e hanno molti problemi, comuni fra ragazzi della loro età. La classe è composta da 29 alunni, molto diversi fra loro. Ho adattato questa tecnica con il sostegno dello psicologo della scuola. Abbiamo concordato insieme la tecnica da applicare, nonché l'arco di tempo in cui avrebbe dovuto essere implementata. Ho modificato la tecnica in modo da farla assomigliare più ad un'attività di gruppo. Credo, infatti, che quando si è all'interno di un gruppo di persone che si conoscono, si abbia maggiore fiducia in sé stessi, si sia più a proprio agio nel discutere di sentimenti. È più facile aprirsi, riconoscere le proprie emozioni, capire chi sono le persone più vicine a noi (...). Penso che il vantaggio connesso all'utilizzo di questa tecnica sia dato dal fatto che offre agli studenti un ottimo spazio per esprimersi, analizzare i propri sentimenti, riconoscere le proprie emozioni e confessarle guardando negli occhi i propri interlocutori.”

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=3298J9EenD4>

## 18. LABORATORI DI RICERCA



Paese  
Italia



Classe/ Età degli studenti coinvolti  
Studenti di 16 anni

### ☀ Contesto

L'insegnante siede insieme agli studenti disposti in cerchio.

### ☀ Occorrente

Materiale di divulgativo, libri, quaderni, penne, opuscoli, computer portatili, diapositive e occorrente per organizzare una conferenza (poster, inviti, aula magna).

### ☀ Competenze emotive

- \* Capacità di vivere le emozioni
- \* Capacità di gestire le emozioni

### ☀ Competenze trasversali

- \* Imparare ad imparare
- \* Competenze sociali e civiche
- \* Spirito di iniziativa e imprenditorialità

### ☀ Descrizione della tecnica

Gli studenti e l'insegnante hanno preso parte a una serie di incontri pomeridiani (per un totale di 10 ore), al fine di discutere di un argomento concordato in precedenza. L'insegnante ha stilato un elenco di testi letterari per stimolare la discussione. L'insegnante ha affidato dei compiti diversi ai gruppi di studenti affinché analizzassero diversi aspetti del tema proposto.



Gli studenti hanno presentato i risultati della loro ricerca alla classe e ne hanno discusso insieme. Con l'aiuto dell'insegnante hanno poi organizzato un momento di condivisione, invitando anche gli allievi di altre classi e i genitori a una conferenza di cui hanno curato gli aspetti logistici e per la quale hanno preparato gli inviti e i manifesti promozionali.

L'implementazione di questa tecnica consente agli studenti di migliorare la propria capacità di esprimere un'opinione argomentandola. Hanno avuto l'opportunità di sviluppare la loro capacità di gestire lo stress, di esprimere le loro opinioni e di parlare in pubblico. Hanno rafforzato il loro legame con la classe e il senso di appartenenza a un gruppo, hanno acquisito maggiore fiducia in sé stessi e migliorato le proprie competenze interpersonali.

### ☀ **Modifiche apportate**

Per semplificare l'implementazione di questa tecnica, sia per ragioni logistiche, sia per via del tema affrontato – il dialogo intergenerazionale e il rapporto fra genitori e figli – l'insegnante ha scelto di tenere una conferenza finale aperta ai genitori e agli studenti delle altre classi. In questo modo, è stato più facile organizzare l'evento e condividere opinioni e sensazioni.



## L'esperienza degli insegnanti

L'insegnante ha scelto di implementare questa tecnica perché sentiva di avere bisogno di migliorare il rapporto con i suoi studenti:

“

Trascorrere del tempo con i miei studenti, provando a decostruire i rigidi rituali della didattica tradizionale, mi ha permesso di sfruttare i vantaggi legati alla condivisione di tempi e spazi comuni”.

La tecnica ha consentito, infatti, al docente di avere più tempo a disposizione da condividere con gli studenti per permettere loro di esprimersi liberamente. Sebbene vi siano stati dei problemi nell'organizzazione dei laboratori (dovuti alla necessità di concordare gli impegni di ciascuno), l'insegnante ritiene che l'implementazione dell'attività sia positiva dal momento che gli studenti hanno espresso un'opinione favorevole e lui stesso riconosce la bontà dell'esperienza. Consigliava ad altri docenti di seguire il suo esempio, perché crede che passare più tempo con gli studenti e andare al di là del rigido copione imposto dalla relazione studente-insegnante possa costituire un importante momento di crescita.

## L'opinione degli studenti

Gli studenti sono stati entusiasti di prendere parte all'implementazione delle attività.

I laboratori ruotavano intorno al tema delle relazioni fra genitori e figli e del dialogo intergenerazionale. Alcuni hanno sottolineato il fatto che quest'attività li ha aiutati a migliorare il loro rapporto con i genitori e ad appianare i conflitti:

“

**Credo sia stato fondamentale per migliorare il rapporto con i miei genitori, prima c'era una certa distanza, si notava subito che appartenevamo a due generazioni differenti e non abbiamo quasi nulla in comune, adesso c'è più dialogo.”**

Gli studenti hanno apprezzato molto il carattere dialogico dell'attività, in quanto tutti hanno avuto la possibilità di esprimere le loro opinioni e sentimenti. Hanno migliorato la loro capacità di prestare ascolto ai loro compagni e hanno tratto ispirazione dalle opinioni e dai punti di vista altrui. Sono stati felici di poter parlare di un argomento che hanno a cuore e di essere riusciti a creare un ambiente sicuro in cui potessero esprimersi:

“

**Non è semplice aprirsi, ma a poco a poco abbiamo parlato e scoperto che condividevamo gli stessi pensieri e le stesse emozioni, abbiamo così acquisito maggiore fiducia in noi stessi e nella nostra capacità di esprimere emozioni.”**

**Ciò li ha aiutati a rafforzare i legami instaurati con i loro compagni di classe. Hanno inoltre apprezzato la possibilità di avvicinarsi al loro insegnante e di costruire un nuovo tipo di rapporto con lui: “Di solito il rapporto fra studente ed insegnante è piuttosto rigido, penso che discutere insieme ad uno di loro dei nostri problemi adolescenziali ci abbia aiutato ad aprirci di più”.**

Fra le criticità riscontrate vi è la disposizione in cerchio e il forte invito ad esporsi che sono stati avvertiti come un obbligo da parte degli studenti più introversi, tuttavia l'applicazione costante di questa tecnica può contribuire a risolvere il problema.

**Link al video:** <https://www.youtube.com/watch?v=3298J9EenD4>

# Casi studio



# Casi studio

Nel corso della fase di sperimentazione, sono stati raccolti dei casi studio e delle testimonianze al fine di condividere le esperienze degli studenti e degli insegnanti.

**I casi studio raccolti trattano 4 diversi temi:**

- 1. I benefici che gli studenti possono trarre dalla Didattica delle Emozioni;**
- 2. I cambiamenti avvenuti in classe a seguito dell'implementazione delle tecniche;**
- 3. Le sensazioni e le riflessioni degli insegnanti nel corso della fase di implementazione;**
- 4. Come coinvolgere genitori, colleghi e membri della comunità locale nell'implementazione della metodologia.**

Ciascun episodio coinvolge diversi soggetti (studenti, insegnanti, ecc.), per questa ragione diviene fondamentale sia adottare una prospettiva olistica, sia concentrarsi sui diversi attori al centro di ciascun caso studio.



# In che modo la Didattica delle Emozioni può aiutare i ragazzi?

In questa sezione presenteremo alcuni casi studio che mostrano come gli studenti hanno reagito all'implementazione della Didattica delle Emozioni ed i benefici che essi ne hanno tratto. Gli studenti che si sentono soli in classe, creano una spirale negativa: chi si sente solo, spesso adotta un atteggiamento particolarmente aggressivo o cerca di rendersi invisibile. In entrambi i casi la risposta dei compagni di rado è costruttiva e contribuisce ad isolare ancor di più lo studente. Queste tecniche ci permettono di cambiare prospettiva e di innescare dinamiche empatiche.

## Caso studio 1



Paese  
Austria



Data/Durata  
Il semestre dall'anno scolastico 2016/2017



Soggetti interessati  
Studenti



Contesto  
Scuola pubblica di Innsbruck nell'Austria occidentale.

Età degli studenti  
Studenti di età compresa fra i 13 e i 14 anni

È una classe preparatoria per giovani migranti e rifugiati che non sono ancora pronti per frequentare le classi regolari.

### Tematica trattata

Uno degli studenti della classe credeva di non piacere a nessuno e si sentiva incompreso. I suoi compagni erano troppo vivaci ed irrequieti. Gli insegnanti non riuscivano a comprendere le ragioni di questo forte disagio. Il ragazzo preferiva allontanarsi dai compagni e stare da solo. D'altra parte, il fatto di non avere amici con cui parlare lo rattristava.

### Descrizione del caso studio

Lo studente era da poco entrato a far parte della classe e se ne stava da solo seduto a leggere e a piangere in silenzio. Nessuno lo aveva notato. Solo quando l'insegnante ha visto che il posto dove si sedeva di solito era vuoto è andato a cercarlo. Quando l'insegnante si è rivolto a lui, è tornato a posto e ha continuato a lavorare piuttosto abbattuto.

Lo studente cercava di non farsi notare. Era piuttosto tranquillo e se ne stava sulle sue. L'unica cosa per la quale si distingueva era il suo starsene seduto a piangere da solo nel corso della lezione e dell'intervallo. Non sapeva spiegare né all'insegnante né ai compagni perché piangesse così spesso. Preferiva stare da solo. Non parlava mai con i compagni. Al momento



di formare i gruppi, non mostrava di prediligere un gruppo sull'altro, ma aspettava di essere scelto. Né l'insegnante, né i compagni di classe sapevano cos'era che non andava.

Grazie alla scatola delle emozioni, gli studenti hanno imparato a sentirsi più a proprio agio, sanno di non aver bisogno di reprimere le loro emozioni, perché possono condividerle con gli altri.

Questa tecnica ha dato l'opportunità a questo ragazzo di esprimersi e agli altri di comprenderlo. Ha aiutato lo studente a sentirsi più integrato.

## Caso studio 2



Paese  
Austria



Data/Durata  
Il semestre dall'anno scolastico 2016/2017



Soggetti interessati  
Insegnanti, studenti



Contesto  
Scuola pubblica di Innsbruck nell'Austria occidentale.

### Età degli studenti

Studenti di età compresa fra i 13 e i 14 anni

È una classe preparatoria per giovani migranti e rifugiati che non sono ancora pronti per frequentare le classi regolari.

### Tematica trattata

Lo studente soffriva di un deficit di attenzione e di concentrazione, il suo rendimento era calato in maniera molto rapida. Si distraeva facilmente, cambiava spesso attività e si stancava quasi subito. Era difficile per lui aspettare il proprio turno o attendere che l'insegnante finisse di parlare. Non sapeva aspettare né rinunciare ai propri bisogni.

### Descrizione del caso studio

Lo studente frequenta la prima liceo. È alto e robusto e sembrava che non fosse a suo agio con il suo corpo. Appariva irrequieto. Nel corso delle lezioni, si dondolava sulla sedia fino a cadere a terra, oppure tamburellava con la penna sul banco, si alzava per chiudere le tapparelle, apriva la finestra, si dirigeva verso il cestino per svuotare il proprio temperamatite, reagiva in maniera violenta agli sguardi di rimprovero o ai gesti dei propri compagni, li colpiva con dei pugni alle braccia, lanciava delle penne all'indirizzo degli studenti seduti al primo banco e commentava borbottando tutto ciò che succedeva intorno a lui.

Quando veniva redarguito o gli veniva chiesto di smetterla, invece di cooperare, diceva di non aver fatto nulla e che ce l'avevano tutti con lui. Difficilmente si calmava, e si rifiutava di seguire le indicazioni degli insegnanti: non cambiava posto, né lasciava la classe. Rideva alle minacce di punizione, ascoltava a malapena, ma rispondeva a tono all'insegnante con affermazioni roboanti o gesti minacciosi.

Lo studente pensava che la scuola fosse un male necessario. Le ore trascorrevano troppo lentamente. Accoglieva di buon grado qualunque attività non implicasse la scrittura o l'ascolto. Per lui era fondamentale esprimere la propria inquietudine interiore con il movimento. La maggior parte degli insegnanti lo trovava inadeguato e maleducato.

Di solito si stancava ben presto di qualunque attività, diceva di aver mal di testa o di avere gli arti indolenziti, ma in realtà per lui stare seduto era una tortura. In quei momenti, era particolarmente suscettibile e si sentiva attaccato da compagni e insegnanti.

Grazie alla tecnica "Indovina come mi sento", gli studenti hanno avuto la possibilità di spiegare le emozioni ed i sentimenti che provano. Hanno imparato ad esprimere, condividere e riflettere sui propri sentimenti e su quelli degli altri.

Questa tecnica ha permesso allo studente problematico in questione di vivere la scuola in maniera diversa, e di fargli comprendere che può esprimersi con garbo e attirare l'attenzione senza interferire con la lezione o disturbare gli altri. La classe ha imparato a guardare a questo suo lato e a provare maggiore empatia nei suoi confronti.

## Caso studio 3



Paese  
Turchia



Data/Durata  
Aprile 2017, all'inizio di una lezione di 70 minuti  
L'attività ha richiesto circa 25 minuti



Soggetti interessati  
Studenti

Età degli studenti  
Studenti della terza liceo di età compresa fra i 16 e i 17 anni



Contesto  
Una scuola privata di Istanbul in Turchia: Acarkent Doga Anadolu Lisesi

### Tematica trattata

Quest'attività è servita a sviluppare le competenze emotive e l'empatia degli studenti permettendo loro di riconoscere le emozioni altrui. L'attività "Indovina come mi sento" è perfetta per favorire la cooperazione all'interno della classe.



## Descrizione del caso studio

L'insegnante ha osservato a lungo lo stato emotivo dei propri allievi prima di dedicarsi a quest'attività. È opportuno, infatti, svolgerla a seguito di un evento/episodio speciale, in modo da aumentarne l'efficacia.

In questo caso, si è scelto di procedere con quest'attività, nel momento in cui una studentessa aveva dichiarato di sentirsi particolarmente tesa rispetto ai giorni precedenti. Gli studenti si sono, dunque, disposti in semi-cerchio. La studentessa in questione ha dovuto scrivere su un pezzo di carta colorata i sentimenti provati in quel momento. Tutti gli altri studenti hanno dovuto rispondere alla domanda "Quali pensi siano i sentimenti della tua compagna?" su dei fogli di carta. Dopo cinque minuti, gli studenti hanno letto ciò che avevano scritto. L'insegnante li ha incoraggiati a segnalare le emozioni che era state fraintese o meno.

L'attività è stata condotta insieme a un gruppo di studenti che non avevano mai svolto esercizi simili. Per questa ragione, hanno prima ricevuto delle istruzioni. L'insegnante ha risposto ai loro quesiti riguardo alla possibilità di poter rappresentare le proprie emozioni attraverso foto e illustrazioni. Hanno cercato di immedesimarsi nella loro compagna per comprenderne i sentimenti. Dopo aver letto tutto ciò che i compagni avevano scritto, l'umore della ragazza è migliorato perché si è sentita appoggiata dai propri compagni. Così gli studenti hanno insistito affinché potessero svolgere la stessa attività un'altra volta. L'insegnante ha dichiarato che lo avrebbero fatto in un secondo momento, perché non aveva previsto che gli studenti sarebbero stati così interessati. Non pensava che avrebbe sentito gli studenti fare commenti di questo tipo, tenuto conto della cautela e dell'interesse con i quali li aveva approcciati.



# Il punto di vista degli insegnanti

I seguenti casi studio descrivono le azioni intraprese dagli insegnanti al fine di sostenere i propri allievi. Leggerai di decisioni prese sul momento o di specifiche modifiche apportate alle tecniche che hanno permesso agli studenti di superare un momento di impasse, di sentirsi integrati ed amati. Il nostro intento è quello di mostrare dei piccoli punti di svolta.

## Caso studio 1



Paese  
Italia



Data/Durata  
Maggio 2017



Soggetti interessati  
Insegnanti



Contesto  
Una scuola pubblica di  
Palermo

Età degli studenti  
Allievi di età compresa  
fra i 14 e i 16 anni

### Tematica trattata

Un messaggio che descriveva un particolare stato di disagio inserito nella scatola delle emozioni.

### Descrizione del caso studio

L'insegnante ha scelto di implementare le tecniche della Didattica delle Emozioni in una delle sue classi perché sentiva il bisogno di creare un'atmosfera più coesa all'interno della classe. A suo parere gli studenti erano troppo distanti ed incapaci di comunicare fra loro.

Ha scelto di svolgere due attività: "La sedia che scotta" e "La scatola delle emozioni".

Man mano che si ripetevano gli incontri, gli studenti si sentivano sempre più coinvolti nelle attività e sembravano acquisire una maggiore familiarità con queste tecniche.

A circa due mesi dall'inizio del periodo di implementazione, uno degli studenti ha espresso tutto il suo disagio in un messaggio imbucato nella scatola delle emozioni. Tale sentimento di sconforto era descritto in maniera molto chiara e drammatica. L'insegnante ha deciso di non leggere il messaggio di fronte a tutti, ma di aspettare un paio di giorni nel corso dei quali ha parlato del caso con il consiglio di classe, senza però trovare nei colleghi un appoggio adeguato.



Quindi ha deciso di cambiare approccio leggendo tutti i messaggi nella scatola. Così facendo, ha notato che il disagio espresso da quello studente era lo specchio di quello provato dal resto della classe. Gli studenti avevano espresso lo stesso bisogno di essere sostenuti ed appoggiati. L'insegnante ha, dunque, deciso di creare dei momenti di confronto frequenti nel corso delle lezioni.

La classe ha intrapreso un percorso che ha permesso agli allievi di acquisire una maggiore fiducia in loro stessi e nei confronti dei professori.

Lo studente che ha espresso per primo il suo malessere non è mai venuto allo scoperto, eppure la sua relazione con i compagni di classe è andata incontro a dei cambiamenti positivi. È stato attivato un sistema di supporto fra pari all'interno della classe. Le tecniche della Didattica delle Emozioni hanno consentito agli studenti di instaurare dei rapporti più saldi, di sensibilizzarli sulle dinamiche studente-studente e studente-insegnante, di avviare dei processi di supporto all'interno della classe.

## Caso studio 2



Paese  
Turchia



Data/Durata  
Maggio 2017, a due settimane dall'inizio del periodo di implementazione



Soggetti interessati  
Insegnante d'asilo – lezioni sul tema dell'amicizia

Età degli studenti  
Allievi di 6 anni



Contesto  
Scuola dell'infanzia  
Camlica Doga

### Tematica trattata

È connessa al tema dell'espressione delle emozioni per gli alunni della scuola dell'infanzia nel corso dell'implementazione dell'attività legata al "cartellino delle emozioni".

### Descrizione del caso studio

L'insegnante stava lavorando all'attività "il cartellino delle emozioni" quando ha chiesto a una delle sue allieve di scegliere una carta che corrispondesse alle sue emozioni, per poi mostrarla ai compagni.

Dopo aver guardato tutte le carte, la bambina si è rifiutata di sceglierne una perché sosteneva che nessuna delle carte corrispondesse davvero al suo stato emotivo. Un'affermazione piuttosto strana dal momento che la bambina in questione è piuttosto riservata ed introversa.

Di solito, infatti, cerca di stare lontano dalle attività di gruppo, mentre adesso era ansiosa di prendervi parte e di trovare il suo vero stato emotivo. L'insegnante ha proposto una soluzione e chiesto alla bambina di disegnare una nuova carta e di mostrarla ai propri compagni. Ha, quindi, disegnato una faccia piuttosto annoiata. Il secondo giorno è stata la prima a definire e a condividere le sue emozioni con i compagni.

Grazie alle tecniche della Didattica delle Emozioni, gli studenti possono spiegare le ragioni alla base del loro stato emotivo ed indicarne la causa. Ciò rende la descrizione più razionale ed efficace. Gli allievi, inoltre, hanno imparato che non devono esprimere le loro emozioni solamente in momenti di esaltazione, ma devono vivere ed imparare a gestire anche le emozioni negative. In questo caso, l'intento dell'insegnante era quello di coinvolgere gli alunni in un'attività e di apportare dei piccoli cambiamenti, che si sono rivelati particolarmente importanti, poiché hanno permesso ai suoi piccoli allievi di divenire consci dei loro sentimenti e di dividerli con altri.



# Migliorare la coesione all'interno della classe

Le tecniche della Didattica delle Emozioni non servono solo a dare una mano ai singoli studenti, l'intera classe, infatti, può ottenere dei vantaggi quali una maggiore coesione e un più forte senso di appartenenza a un gruppo. Man mano che gli studenti imparano a conoscere i sentimenti dei loro compagni, comprendono la vicinanza delle loro emozioni e cominciano a provare una maggiore empatia. Spesso la condivisione di un'esperienza ("Siamo una classe consapevole delle proprie emozioni") crea un senso di familiarità, dato dal prendere parte insieme ad attività inusuali e speciali. Le tecniche della Didattica delle Emozioni, inoltre, contribuiscono a far migliorare i rapporti fra studenti ed insegnanti. La prossima sezione è dedicata a queste storie.

## Caso studio 1



### Paese

Ungheria



### Data/Durata

febbraio-giugno  
2017



### Soggetti interessati

**Classe**

### Età degli studenti

Studenti di età compresa  
fra i 13 e i 15 anni



### Contesto

Una piccola scuola  
pubblica di Paesese

### Tematica trattata

C'era un autentico conflitto all'interno della classe, dal momento che una delle allieve era solita derubare i propri compagni. Sfortunatamente la ragazza è stata espulsa, ma grazie alla cassetta della posta, la classe è riuscita ad esprimere le proprie emozioni, perdonare la ragazza e tornare più unita di prima.

### Descrizione del caso studio

Una delle insegnanti che ha preso parte alla fase di sperimentazione del progetto è anche la coordinatrice di una delle classi di seconda media di una piccola scuola di Paesese. Lavorava lì da un anno, e, la classe non era facile da gestire. Ciò è risultato evidente nel momento in cui gli allievi si sono accorti che qualcuno compiva dei furti ai loro danni.

Gli animi erano piuttosto accesi in quel periodo, c'era molta tensione fra gli allievi che non si sentivano al sicuro in aula. Sono state avviate delle indagini e si è scoperto che l'autrice dei furti era una delle loro compagne. Anche la polizia è stata coinvolta e, purtroppo, la ragazza è stata espulsa. Prima che lasciasse la scuola, la coordinatrice di classe ha ritenuto opportuno parlare con lei e l'ha incoraggiata a chiarire la situazione con i propri compagni. Ha scelto di

non farlo, perché – comprensibilmente – si trattava di una situazione estremamente difficile. In questo modo, però, le tensioni sono rimaste tali e non è stato possibile trovare una soluzione pacifica.

La coordinatrice ha infine deciso di utilizzare la cassetta della posta (una tecnica sperimentata in classe da circa un mese). Gli insegnanti hanno chiesto agli allievi di scrivere dei messaggi alla ragazza in cui esprimevano tutte le loro emozioni nei suoi confronti, da inviarle – poi - via Facebook. Eccone alcuni esempi:

“Non sono arrabbiato con te.”

“Se ce lo avessi detto prima, le cose sarebbero andate diversamente.”

“Ti perdono.”

“Non sono più arrabbiata con te. Ma ti consiglio di smettere di rubare.”

“Non sono più arrabbiata con te, siamo persone diverse.”

“Non sono più arrabbiato con te, ma non farlo più.”

“Abbiamo tentato di dimenticare quello che è successo, dovresti farlo anche tu e concentrarti sui tuoi studi. Non siamo arrabbiati con te.”

“Non sono più arrabbiato con te. Anche se hai sbagliato, il tuo errore è perdonabile.”

“Non sono arrabbiata con te. Sei umana anche tu. Tutti commettono degli errori, ma dobbiamo affrontarne le dirette conseguenze. La vita non è facile.”

La ragazza ha visualizzato i messaggi e un’ora dopo ha risposto con un “Mi dispiace”.

Grazie alla cassetta della posta, gli insegnanti hanno potuto risolvere questo particolare conflitto all’interno della classe. In questo modo la ragazza ha potuto notare che la stragrande maggioranza della classe non era in collera con lei, e così alleviare tensioni e sensi di colpa. Ha potuto scusarsi e compiere un passo avanti verso la soluzione del problema.

La coordinatrice di classe ha detto che i ragazzi sono più uniti che mai, sanno condividere le loro emozioni più facilmente, con calma e, in generale, sono più tolleranti.



## Caso studio 2



Paese  
Italia



Data/Durata  
marzo, aprile e  
maggio 2017



Soggetti interessati  
**Classe**

Età degli studenti  
Studenti di età compresa  
fra i 16 e i 17 anni



Contesto  
Una scuola pubblica di  
Palermo

### Tematica trattata

Migliorare le dinamiche di gruppo

### Descrizione del caso studio

Il docente di letteratura ha deciso di coinvolgere gli allievi in un corso extra-curricolare basato su una delle tecniche della Didattica delle Emozioni: il laboratorio di ricerca.

I ragazzi hanno accolto la proposta con un certo scetticismo. Tuttavia, dopo un primo incontro in cui sono apparsi molto disorientati per via dell'innovatività del metodo didattico, si sono appassionati rapidamente alle attività. Nelle settimane successive, infatti, gli allievi hanno dato prova di una maggiore apertura e fiducia nei confronti dei compagni di classe e del docente stesso, e hanno potuto parlare dei loro problemi, delle loro preoccupazioni e del loro disagio.

L'atmosfera rilassata creatasi nel corso delle sessioni extracurricolari ha influito anche sulle ore trascorse in classe, permettendo agli studenti di riprodurre delle dinamiche positive. Il docente è rimasto piacevolmente colpito da tale cambiamento. Nel corso delle lezioni i ragazzi sono divenuti più attenti e motivati e anche il loro rendimento scolastico è migliorato.



## Caso studio 3



### Paese

Romania



### Data/Durata

Secondo semestre  
dell'anno scolastico  
2016-2017



### Soggetti interessati

Una terza liceo

### Età degli studenti

Ragazzi di età compresa fra i  
16 e i 17 anni



### Contesto

Una scuola pubblica,  
frequentata da allievi  
di età compresa fra i 6  
e i 19 anni. La scuola  
si trova in una città di  
oltre 300.000 abitanti  
nella Romania nord-  
occidentale.

### Tematica trattata

Una classe di studenti del liceo con difficoltà nell'interagire, esprimere, riconoscere e riconoscere le emozioni, che sono riusciti a superare le loro paure servendosi della tecnica "La sedia che scotta".

### Descrizione del caso studio

Gli studenti non erano ancora riusciti a creare un clima di coesione all'interno della classe, sebbene la maggior parte di loro stesse insieme da un anno e frequentasse la medesima scuola da 9 anni. L'interesse per generi musicali, discipline, sport, modi di vestire e comunicare diversi dividevano la classe in piccoli gruppi incapaci di interagire fra loro. Esprimere le proprie emozioni era visto come un segno di debolezza.

La coordinatrice di classe aveva preso parte a un corso sulla Didattica delle Emozioni, ed aveva dunque deciso di implementare una versione adattata de *La sedia che scotta*. Ha chiesto quindi allo psicologo della scuola di prendere parte a quella lezione, in modo che potesse intervenire qualora necessario.

L'insegnante ha chiesto agli studenti di formare dei gruppi mettendo assieme persone che generalmente vanno d'accordo fra loro. All'inizio, l'insegnante li ha invitati a dare un nome al gruppo e dividerlo col resto della classe. Ha poi distribuito un elenco di caratteristiche e domandato agli studenti di selezionare quelle che pensavano appartenessero al loro gruppo. Quindi, ha detto agli studenti di riflettere e descrivere i loro rapporti con gli altri gruppi della classe. A questo punto, l'insegnante ha introdotto *La sedia che scotta* e ha invitato la classe a spiegare per quale ragione fosse stato dato proprio quel nome all'attività (esempi: perché la sedia è particolarmente scomoda, perché da lì si possono criticare gli altri, ecc.). I portavoce di ciascun gruppo hanno avuto la possibilità di andare di fronte alla classe, sedersi sulla sedia e condividere con gli altri gli argomenti di cui avevano discusso insieme i loro gruppi: il loro



rapporto con gli studenti che componevano gli altri gruppi. Al termine di questo passaggio, la classe ha avuto la possibilità di chiedere dei chiarimenti o di commentare l'intervento.

In tre casi su quattro, i portavoce hanno parlato a lungo non solo a nome del gruppo che rappresentavano, ma hanno anche condiviso il loro punto di vista sulle dinamiche di classe. Hanno riconosciuto i propri pregiudizi nei confronti degli altri gruppi ed ammesso che tale atteggiamento non è certo produttivo per la classe. Secondo loro, infatti i loro rapporti potrebbero migliorare se fossero capaci di comunicare ed interagire in maniera costruttiva con tutti i compagni.

Al termine della lezione, tutti erano concordi nell'affermare che gli studenti dovrebbero cercare attivamente delle opportunità per conoscersi e adottare una mentalità aperta, nonostante la diversità dei loro rispettivi interessi.

L'intervento dello psicologo non è stato necessario, in quanto – nonostante alcuni momenti di tensione – tutti gli studenti sono riusciti a contenere le proprie reazioni. L'insegnante ha sentito di aver raggiunto i propri obiettivi, dal momento che gli studenti sono riusciti a riflettere sulle dinamiche di classe.



# Coinvolgere una comunità più ampia (colleghi, genitori)

Nell'ambito del progetto EUMOSCHOOL sono stati solo pochi insegnanti per istituto ad aver deciso di implementare le tecniche della Didattica delle Emozioni nelle loro classi. Tuttavia, è essenziale che la comunità nel suo insieme accolga quest'approccio allo scopo di supportare la trasmissione di valori e di un modo speciale di concepire la vita emotiva agli studenti. Per questa ragione, diviene fondamentale cercare di coinvolgere l'intera comunità, includendo i colleghi, i genitori, ecc. In questa sezione presenteremo alcuni esempi positivi in questo senso.

## Caso studio 1



Paese  
Ungheria



Data/Durata  
Anno scolastico  
2016/2017



Soggetti interessati  
Comunità scolastica

Età degli studenti  
Studenti di età compresa  
fra i 13 e i 14 anni



Contesto  
Una scuola pubblica di  
Paesese, frequentata  
da numerosi studenti  
svantaggiati o con  
bisogni speciali.

### Tematica trattata

Il sostegno del preside e dei colleghi è fondamentale per implementare le tecniche della Didattica delle Emozioni.

### Descrizione del caso studio

Il preside e la vicepreside della scuola hanno preso parte al programma sperimentale del progetto Eumoschool.

Uno dei criteri utilizzati per selezionare le scuole che avrebbero dovuto prendere parte alla seconda fase di sperimentazione del progetto era, infatti, di avere almeno due insegnanti che avevano partecipato al programma di formazione, in modo che questi potessero sostenersi l'un l'altro.

In questo caso, una delle insegnanti era anche il preside della scuola, mentre l'altra la sua vice. Insegnavano anche in una delle classi della scuola, in cui sono state implementate le tecniche della Didattica delle Emozioni nel corso dell'intero anno scolastico.



La scuola si trova in un piccolo paese in cui vivono molte persone economicamente e socialmente svantaggiate. La maggior parte degli allievi della scuola non aveva mai parlato di emozioni né in classe, né a casa. Quindi, una volta avviato il programma della Didattica delle Emozioni, hanno dovuto creare pian piano un'atmosfera in cui condividere le emozioni fosse del tutto normale. All'inizio sembrava molto difficile, ma col tempo gli allievi si sono abituati. La scuola sembra avviata verso il coinvolgimento di una comunità più ampia nel programma. Il fatto che la preside sia stata coinvolta nel progetto fin dall'inizio ne ha garantito l'implementazione. Nonostante siano state preside e vicepreside ad implementare le tecniche, anche gli altri colleghi sono stati incuriositi dai racconti dei bambini. Preside e vicepreside hanno anche organizzato un corso di formazione rivolto agli insegnanti in un periodo dell'anno particolarmente favorevole per permettere loro di approfondire le altre tecniche senza caricarsi di ulteriori responsabilità. Ciò dimostra che l'intento di diffondere la Didattica delle Emozioni fra gli insegnanti deve accompagnarsi alla capacità di riconoscere le esigenze del personale scolastico, in modo da vincerne le resistenze.

Si è tentato, inoltre, di presentare il progetto agli abitanti del paese attraverso la pubblicazione su un giornale locale di un articolo sulla Didattica delle Emozioni e sul suo utilizzo nelle scuole. Tale azione è volta a creare una maggiore consapevolezza nei confronti dell'educazione emotiva, coinvolgendo non solo gli allievi ed il personale docente, ma anche i genitori e la società civile.

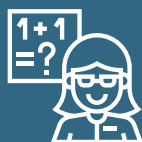
## Caso studio 2



Paese  
Romania



Data/Durata  
Secondo semestre  
dell'anno scolastico  
2016/2017



Soggetti interessati  
La coordinatrice di classe

Età degli studenti  
Studenti di età compresa fra  
i 12 e i 13 anni



Contesto  
Una scuola pubblica,  
frequentata da allievi di  
età compresa fra i 6 e i 19  
anni. La scuola si trova in  
una città di oltre 300.000  
abitanti nella Romania  
nord-occidentale.

### Tematica trattata

Una nuova studentessa si è unita alla classe nel settembre 2016. La classe si era formata circa un anno prima ed era molto affiatata. La nuova arrivata aveva delle difficoltà ad interagire con il nuovo gruppo e si sentiva sotto pressione. Sembrava molto sensibile e piangeva spesso, l'insegnante aveva riscontrato delle difficoltà nell'interagire con lei in maniera costruttiva e nell'aiutarla a rapportarsi al resto degli studenti, perché era difficile prevedere come avrebbe reagito.

La madre della studentessa era pronta a cooperare perché capiva che la figlia stava attraversando un momento difficile.

### Descrizione del caso studio

Una volta completato il suo corso sulla Didattica delle Emozioni, la coordinatrice di classe ha deciso di provare la tecnica de La scatola delle emozioni. Pensava che quest'attività avrebbe aiutato gli studenti che erano colpiti dalle emozioni e dai comportamenti della nuova arrivata a condividere le loro sensazioni ed analizzare la propria risposta emotiva, per imparare a gestire i propri sentimenti.

Ha chiesto agli studenti di decorare una scatola da lasciare in classe. Ha poi invitato gli studenti a scrivere dei messaggi ogni qualvolta sentivano di dover condividere delle emozioni o desideravano spiegarne le ragioni. L'insegnante aveva il compito di leggere i messaggi e commentarli nel corso delle sessioni di *counselling*. All'inizio, la nuova allieva non scriveva messaggi, ma vedendo che i compagni lo facevano, ha trovato il coraggio di imitarli. I suoi messaggi erano per lo più positivi. Anche i compagni esprimevano dei commenti positivi su di lei.

Per incoraggiare gli studenti a condividere i loro sentimenti, l'insegnante ha avuto l'idea di coinvolgere anche i genitori e ha chiesto loro di creare una scatola delle emozioni anche a casa. Hanno portato le loro scatole a casa per la prima volta il giorno della Festa della Mamma, quando hanno scritto dei messaggi di apprezzamento e affetto nei confronti delle loro madri e, più in generale, dei loro genitori. L'insegnante aveva parlato ai genitori di quest'attività nel corso di un incontro preliminare.

Anche la nuova allieva ha preparato la sua scatola delle emozioni da portare a casa, in questo modo è riuscita a parlare delle emozioni che provava a scuola e nei confronti della madre.

Con l'aiuto dell'insegnante, la madre ha imparato a gestire questi messaggi e a riservare del tempo per controllare la scatola delle emozioni insieme alla figlia. In questa fase, l'insegnante ha instaurato un rapporto piuttosto stretto con la madre dell'allieva, organizzando degli incontri o telefonandole per aiutarla ad interagire con la figlia e per monitorare eventuali cambiamenti nel comportamento della ragazza.

La possibilità di poter esprimere emozioni sia a scuola sia in classe ha prodotto degli ottimi risultati, sia per l'allieva, sia per il resto della classe. La nuova allieva si è adattata alla classe ed ha instaurato dei legami di amicizia. La madre è molto contenta del fatto che la figlia abbia imparato ad esprimere e a gestire le proprie emozioni. Anche gli altri genitori hanno riconosciuto di aver tratto dei benefici da uno strumento che semplifica i loro rapporti con i figli che possono parlare delle loro emozioni, un alleato prezioso per fronteggiare il periodo turbolento dell'adolescenza.

L'insegnante è lieta di aver trovato un modo per coinvolgere i genitori e supportare l'educazione emotiva dei suoi studenti.



# Domande frequenti



## 9. Domande frequenti

*Questa sezione raccoglie tutte le risposte alle domande poste dagli insegnanti prima dell'implementazione delle tecniche della Didattica delle Emozioni.*

### Come inserire le tecniche della Didattica delle Emozioni nei programmi scolastici?

È importante che la Didattica delle Emozioni sia inserita nella routine scolastica. Alcune scuole integrano già l'educazione emotiva nei programmi con lezioni dedicate, tuttavia la maggior parte degli istituti non può permettersi questo lusso.

Ad ogni modo, gli insegnanti dovrebbero tenere conto delle seguenti opzioni a loro disposizione:

- Dedicare del tempo all'educazione emotiva **prima delle lezioni**: è possibile avviare una breve discussione o implementare le tecniche della Didattica delle Emozioni prima dell'inizio delle lezioni. Basta che l'insegnante chieda agli allievi di arrivare con 15 minuti di anticipo. Questo provvedimento può funzionare con gli allievi più piccoli (fino ai 10 anni), perché basta concordare il nuovo orario con i genitori che accompagnano i figli a scuola. Tale accorgimento ha funzionato in molti casi; consente di iniziare la mattina con più carica.
- È possibile implementare le tecniche della didattica delle emozioni fra **una lezione e l'altra** o nel corso dell'intervallo, anche se solo occasionalmente. Le pause sono importanti per i bambini, per questo consigliamo di utilizzarle solo nel caso in cui insorgano dei problemi. Gli allievi sono più inclini a privarsi del loro tempo libero se gli insegnanti sono pronti a raggiungere dei compromessi.
- Dedicare del tempo all'educazione emotiva **al termine delle lezioni**: se l'orario scolastico è particolarmente pesante, suggeriamo agli insegnanti di implementare le tecniche della Didattica delle Emozioni al termine delle lezioni. È importante trovare degli orari che vadano bene a tutti gli allievi. Nel caso in cui non sia possibile trovare un accordo, sconsigliamo di svolgere queste attività solo con un piccolo gruppo di allievi, dal momento che si potrebbero creare delle spaccature all'interno del gruppo. Tuttavia, una soluzione potrebbe essere quella di offrire un corso extra-curricolare di Didattica delle Emozioni che coinvolga un gruppo più ampio, con allievi di classi diverse, per permettere loro di lavorare sulla loro intelligenza emotiva.
- Nel corso delle lezioni dell'insegnante-coordinatore di classe: nella maggior parte delle scuole gli insegnanti-coordinatori hanno a disposizione delle ore da dedicare alle dinamiche di classe. Potrebbe essere opportuno servirsi in questa sede delle tecniche della Didattica delle Emozioni, l'insegnante-coordinatore vedrà crescere il senso di comunità permettendo ai propri alunni parlare delle loro emozioni.

- **Gite di classe:** è possibile dedicarsi alla Didattica delle Emozioni nel corso di gite ed escursioni. Questa aiuterà gli allievi ad avvicinarsi gli uni agli altri e a costruire un miglior rapporto con l'insegnante – senza tener conto delle potenziali ricadute sull'intelligenza emotiva. Ad esempio, una versione modificata dell'appello delle emozioni può essere utilizzata per ingannare l'attesa di un bus e parlare delle emozioni provate all'inizio e al termine della gita.
- **Nel corso delle lezioni:** nella maggior parte dei casi, è più semplice rivolgersi agli allievi nel corso delle lezioni. Sebbene sembri difficile incorporare le tecniche della Didattica delle Emozioni, queste – in realtà – riservano numerosi vantaggi: se gli allievi sono poco motivati, anche il loro rendimento ne risentirà. Gli insegnanti che si sono serviti della Didattica delle Emozioni, dedicando anche solo 10 minuti del loro tempo a un'attività, hanno aiutato i loro allievi a concentrarsi e hanno riscontrato degli importanti miglioramenti. È possibile, inoltre, implementare le tecniche della Didattica delle Emozioni nel corso delle lezioni adattandole in base al tema trattato.

Di seguito, presentiamo una serie di spunti:

**Biologia:** è possibile inserire l'attività *Corpo ed emozioni* (tecnica n°10) nel corso di una lezione sul corpo umano. Gli allievi potrebbero creare dei videoclip sul tema del corpo e delle emozioni (tecnica n°9), oppure utilizzare *La scatola o l'appello delle emozioni* (aggiungendo la domanda "in quale parte del corpo avverti questa emozione?"). Gli insegnanti di scienze potrebbero anche pensare di approfondire il tema della biologia delle emozioni con la classe.

**Letteratura:** le emozioni sono una parte fondamentale della letteratura. Quando si crea una lezione di questo tipo (su Romeo e Giulietta, ad esempio, come avvenuto nel corso della fase di sperimentazione) si possono inserire le attività della Didattica delle Emozioni, come *il Gioco delle associazioni* e *il Collage delle emozioni* (tecnica n°4 e 5). Gli insegnanti possono servirsi di pupazzi e marionette per interpretare parti del testo che stanno leggendo, ricostruendo la trama e cercando di porre in evidenza i sentimenti provati dai personaggi. È importante, inoltre, riflettere sui sentimenti che la storia ha suscitato negli allievi, a questo scopo suggeriamo di utilizzare il *sacchetto delle emozioni*, *l'appello delle emozioni* o *il cartellino delle emozioni*.

**Storia:** come la letteratura, anche la storia ha una componente narrativa, in cui le emozioni hanno un posto importante. Concentrarsi sulle emozioni, attraverso – ad esempio – la creazione di brevi video, aiuterà gli allievi a riflettere sui loro sentimenti.

**Chimica:** anche se il collegamento potrebbe apparire improbabile, le emozioni hanno una componente biochimica: per questo è possibile parlare di emozioni nel corso di una lezione di chimica. In alternativa, è possibile fare un parallelismo fra legami molecolari e legami umani.

**Lingue straniere:** è semplicissimo integrare le tecniche della Didattica delle Emozioni nel corso delle lezioni di lingua! Gli allievi arricchiranno il loro vocabolario riflettendo sui propri sentimenti e sulle loro storie personali.

**Educazione fisica:** nel corso di una lezione di educazione fisica si possono svolgere tutte le attività che prevedono l'uso del movimento (ad esempio, *Il treno delle emozioni*).

Come dimostra l'elenco qui sopra, le emozioni sono profondamente connesse a tutte le aree delle nostre vite, quindi – con un po' di creatività – è possibile connettere alla Didattica delle Emozioni ad altri temi ed argomenti. Perciò, buttati!

## Come facilitare le discussioni sulle emozioni? Su quali aspetti bisogna concentrarsi?

La comunicazione è fondamentale, specie quando si parla di emozioni e sentimenti. Essere capaci di instillare nei bambini la fiducia necessaria ad aprirsi è essenziale. Secondo Carl R. Rogers, noto psicologo clinico, compito degli educatori creare un'atmosfera in cui gli studenti si sentano liberi di esprimersi, senza aver paura del giudizio altrui o di essere attaccati. L'atmosfera giusta è essenziale per una corretta educazione emotiva.

**Il modello della comunicazione non-violenta di Marshall Rosenberg<sup>1</sup>** può tornarci utile per riflettere sul nostro modo di comunicare. Rosenberg ha descritto due diverse modalità di comunicazione: il linguaggio sciacallo e il linguaggio giraffa. Gli sciacalli guardano a qualunque interazione sociale attraverso le lenti del potere, pertanto comunicano in due modi: se il loro interlocutore è più debole, lo attaccano; se, invece, il loro interlocutore è più forte, desistono rapidamente. Al contrario, le giraffe sono grandi e gentili – anche se potrebbero distruggere il loro “nemico” sferrandogli un solo calcio, non lo fanno mai. Esistono, dunque, due diversi modi di comunicare: uno violento e uno non violento.

Sebbene sia del tutto naturale e, a volte, persino appropriato comunicare servendosi del linguaggio sciacallo, quando ci sono di mezzo le emozioni, è bene ispirarsi alle giraffe. Per questo, è necessario seguire le seguenti indicazioni:

1. *Osservazione* – non interpretare, osserva i comportamenti altrui (sii preciso/a!) (Hai riso, quando ti ho chiesto di andare fuori).
2. *Sentimenti* – parla delle sensazioni che provi (“Mi hai fatto sentire solo/a e inutile”)
3. *Bisogni* – parla dei tuoi bisogni (“Vorrei che mi prendessi sul serio”)

---

<sup>1</sup> Rosenberg, Marshall (1995). *Words Are Windows Or They're Walls*. - Nonviolent Communication: Varighed 145 Min. Create Your Life - Productions

4. *Domande* – Chiedi ciò di cui hai bisogno (“La prossima volta che propongo qualcosa, ascoltami, così possiamo riflettere insieme”).

A questo proposito suggeriamo di seguire il metodo elaborato da **Thomas Gordon**<sup>2</sup>. Questo si basa su presupposti simili a quello di Rosenberg: bisogna prestare attenzione ai propri sentimenti per comunicare in maniera efficace. Per questa ragione, bisogna rimuovere le barriere che ostacolano la comunicazione ed impediscono alle persone di condividere le loro emozioni, e utilizzare le tecniche di ascolto attivo.

Di seguito, presentiamo alcuni ostacoli alla comunicazione:

*Ordinare*: quando dai degli ordini a qualcuno, eserciti su di lui/lei il tuo potere. Ciò potrebbe spingere il tuo interlocutore a litigare con te.

*Minacciare*: Chi si sente sotto attacco si richiude in sé stesso. Potrà cambiare il suo comportamento, ma a lungo andare questa strategia influirà negativamente sui tuoi rapporti interpersonali.

*Fare la predica*: se fai la predica al tuo interlocutore mentre parla dei propri sentimenti, questi potrebbe sentirsi umiliato.

*Consigliare*: se dai dei consigli a delle persone che si trovano ad affrontare dei problemi molto gravi, potresti ottenere lo stesso effetto sortito da un ammonimento. Il tuo interlocutore potrebbe sentirsi uno stupido per non essere riuscito a trovare la soluzione giusta.

*Offrire il proprio punto di vista*: se qualcuno ti parla dei suoi sentimenti, e – per tutta risposta – gli/le cominci a raccontare di un episodio che è capitato a te, dimostri di non essere davvero interessato a lui/lei, perché preferisci attirare l’attenzione su di te.

*Argomentare*: le argomentazioni logiche sortiscono degli effetti simili ai consigli in queste situazioni. Una persona sopraffatta dalle proprie emozioni non è capace di ascoltare la voce della ragione. Questo atteggiamento non è, dunque, affatto produttivo.

*Incoraggiare*: l’incoraggiamento può essere utile in certe situazioni. Se qualcuno, però, ti confessa di essere triste e tu gli/le rispondi con un “Su col morale”, potrebbe non sentirsi autorizzato a provare quelle sensazioni.

*Criticare*: “Forse, hai commesso degli errori” – criticare il nostro interlocutore in questo modo, potrebbe spingerlo sulla difensiva.

---

2 Gordon, Thomas – Burch, Noel (1974). *Teacher Effectiveness Training*, P. H. Wyden

*Scherzare*: se ti prendi gioco delle emozioni di qualcuno, potresti ferirlo e spingerlo a chiudersi in sé stesso.

*Etichettare*: etichettando il tuo interlocutore, ne sminuisci il valore. Potrebbe rifiutarsi di condividere con te le sue emozioni.

Se evitare le barriere presentate qui sopra è importante, lo è ancor di più dimostrare di essere interessati e pronti ad ascoltare le parole del nostro interlocutore.

Di seguito, presentiamo una serie di suggerimenti che ti aiuteranno a migliorare la tua capacità di ascolto attivo:

*Rispecchiamento* (“Ho visto che eri a disagio per non essere riuscito a finire in tempo”): Quando ti servi delle tecniche di rispecchiamento, non devi far altro che descrivere a parole l’atteggiamento del tuo interlocutore. Non devi dare una tua interpretazione, ma limitarti a fare delle osservazioni. Non importa che le tue osservazioni siano esatte, perché possono essere corrette in qualunque momento.

*Domande a risposta aperta* (“Che cosa ne pensi del cambiamento di programma?”): Se desideri saperne di più su un argomento, devi imparare a formulare domande che prevedano una risposta aperta e che consentano agli altri di condividere i loro sentimenti. Non dare mai al tuo interlocutore la possibilità di rispondere con un sì o con un no.

*Parafrasi* (“Quindi, stai dicendo di esserti annoiato nel corso del gioco.”): parafrasare i commenti altrui ti aiuta a capirli fino in fondo, e a dare agli altri la possibilità di descrivere in maniera dettagliata i loro sentimenti.

*Auto-riflessione* (“Anch’io mi arrabbio, quando non mi ascoltano”): ricorda che condividere in maniera discreta i tuoi sentimenti, facilita la discussione. È importante che tu cerchi di non attirare troppo l’attenzione su di te (raccontando un intero episodio), ma devi mostrare di essere vicino/a al tuo interlocutore.

*Riassumere*: Riassumere ciò che è stato detto nel corso della conversazione aiuta le persone a comprendere ciò che è accaduto e ad ottenere maggiori informazioni.

*Informare*: A volte puoi aiutare il tuo interlocutore fornendo maggiori informazioni su un argomento complesso. In questo modo, troverai una rapida soluzione ai problemi.

Quando si lavora con gruppi di studenti, è bene stabilire alcune regole di base. Potrebbe non essere semplice all’inizio, soprattutto per chi non è abituato a comunicare in questo modo. Il nostro ruolo di educatori ci costringe ad assumerci questa responsabilità. Si tratta di una sfida: il nostro obiettivo è di gestire le risposte emotive degli allievi ed essere consci dell’eventualità

di dover essere chiamati a facilitare la discussione nel corso e durante le attività. Gli studenti devono imparare a vivere le loro emozioni, senza ferire nessuno.

## Cosa fare quando insorgono delle difficoltà?

Molti insegnanti non vogliono che gli allievi parlino delle loro emozioni, per paura che queste inneschino delle dinamiche che sarebbero incapaci di gestire. Gli insegnanti spesso si sentono impotenti di fronte a bambini che piangono mentre condividono le loro difficili storie personali. È del tutto normale. È importante riconoscere i propri limiti – per alcuni di noi, è semplice mediare in situazioni di conflitto, per altri no.

Quando si parla di emozioni, può capitare di riportare a galla situazioni difficili. Non succede però così spesso. Nella maggior parte dei casi sono gli allievi a decidere cosa condividere con gli altri o con l'insegnante. Quando parlano di situazioni gravi e complesse, lo fanno perché hanno bisogno di aiuto. Rispondere con il voto di 1 all'appello delle emozioni o scrivere dei messaggi su dei problemi pressanti ed imbucarli nella cassetta della posta, costituiscono delle richieste di aiuto.

Se succede, è fondamentale **non lasciarsi prendere da panico**. Basta servirsi delle tecniche di ascolto attivo menzionate poco prima: stare in silenzio ed ascoltare, utilizzare le tecniche di rispecchiamento e di osservazione, ecc. Se i tuoi allievi vogliono parlarti di qualcosa che li mette a disagio, è essenziale che tu dedichi loro tutta la tua attenzione. Questo piccolo gesto aumenta il loro senso di sicurezza e li aiuta a confrontarsi con le loro emozioni, a rientrare in contatto con loro stessi e ad avvicinarsi gli uni agli altri (non dimenticare le barriere della comunicazione! Dare dei consigli o condividere la propria esperienza personale può essere deleterio in alcuni casi).

Se la situazione o il problema che ti viene presentato è particolarmente complesso, o noti che uno dei tuoi allievi è stato maltrattato, ha subito degli abusi, è depresso o soffre di gravi disturbi mentali, **rivolgiti a un esperto**. La maggior parte delle scuole si avvalgono di psicologi. In alternativa contatta dei centri specializzati. Se noti dei segni di violenza (lividi da percosse) o di maltrattamenti (malnutrizione, cattiva igiene personale), informa immediatamente il preside e concordate insieme i provvedimenti da intraprendere.

Se non sai cosa fare, rivolgiti a dei centri di supporto e tutela dei minori nel tuo Paese. Il numero europeo è il 116-111, ti consigliamo, in ogni caso, di verificare quello attivo sul tuo territorio nazionale. Ti diranno loro cosa fare e a chi rivolgerti.

## 10. Conclusioni

Speriamo che queste linee guida interattive ti aiutino ad implementare le tecniche della Didattica delle Emozioni nel corso delle tue lezioni. L'intento del progetto EUMOSCHOOL è quello di adattare la metodologia e diffonderla il più possibile, in modo da attirare l'attenzione dell'opinione pubblica sull'educazione emotiva all'interno delle scuole, esaltandone gli effetti positivi.

Ti invitiamo a testare le tecniche, anche se all'inizio potrebbe sembrarti difficile o lontano dalle tue mansioni. La nostra esperienza dimostra che anche un piccolo cambiamento alla routine degli studenti può avere degli effetti importanti, può generare dei cambiamenti positivi che portano a uno stile di vita più salutare e a una riduzione del tasso di dispersione scolastica. Se non sai bene come svolgere le attività, chiedi aiuto ai tuoi colleghi o a persone con le quali puoi discutere della tua esperienza. E poi, ricorda, puoi sempre contattare i partner del progetto EUMOSCHOOL!

In bocca al lupo!

Il team di EUMOSCHOOL

# Partner



**CENTRO SVILUPPO  
CREATIVO  
DANILO DOLCI**

**Coordinator:**

**Centro per lo Sviluppo Creativo “Danilo Dolci” (Italia)**

[www.danilodolci.org](http://www.danilodolci.org)



**EMOTIONAL  
TRAINING  
CENTER**

**Emotional Training Center (Italia)**

[www.educazioneemotiva.it](http://www.educazioneemotiva.it)



**VEREIN  
MULTI  
KULTURELL**

**Verein Multikulturell (Austria)**

[www.migration.cc](http://www.migration.cc)



**Rogers**

**Rogers Személyközpontú Oktatásért Alapítvány (Ungheria)**

[www.rogersalapitvany.hu](http://www.rogersalapitvany.hu)



**doga**  
SCHOOLS  
A Doga Generation Grows  
SUCCESS = DOGA

**DOGA Schools (Turchia)**

[www.dogaokullari.com](http://www.dogaokullari.com)



**RWCT**  
INTERNATIONAL  
CONSORTIUM

**Consortiul International Lectura Si Scrierea Pentru  
Dezvoltarea Gandirii Critice (Romania)**

[www.rwctic.org](http://www.rwctic.org)



**UNIVERSITY OF  
GLOUCESTERSHIRE**  
at Cheltenham and Gloucester

**University of Gloucestershire (Regno Unito)**

[www.glos.ac.uk](http://www.glos.ac.uk)



EUMOSCHOOL

[www.eumoschool.eu](http://www.eumoschool.eu)



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.