



CENTRO PER LA FAMIGLIA DELLE VALLI

CONSULTORIO FAMILIARE

COMUNITA' MONTANA DEL PIAMBELLO

Accreditato con D.G.R. 18 maggio 2011 n. IX/1745

LE EMOZIONI A SCUOLA

*Progetto di intervento sulle emozioni e le relazioni
rivolto ai bambini delle scuole primarie*

Responsabili del progetto

Dott.ssa *Emanuela Volponi*
psicologa, mediatrice familiare, consulente educativa

Dott.ssa *Francesca Pelizzoni*
psicologa, educatore alla teatralità

Dott.ssa *Federica Grilanda*
psicologa, consulente educativa

Associazione Temporanea di Impresa **IMPRESA SOCIALE PIAMBELLO**
IGEA SRL Medicina e Servizi alla persona
Fondazione **IL FARO – IMPRESA**
Villaggio della Madre e del Fanciullo **ONLUS**



CENTRO PER LA FAMIGLIA DELLE VALLI

CONSULTORIO FAMILIARE

COMUNITA' MONTANA DEL PIAMBELLO

Accreditato con D.G.R. 18 maggio 2011 n. IX/1745

LE EMOZIONI A SCUOLA

*Progetto di intervento sulle emozioni e le relazioni
rivolto ai bambini (e agli insegnanti) delle scuole primarie*

Premessa:

Di fronte all'attuale contesto educativo e sociale la presente proposta nasce a partire della sempre maggiore evidenza alcuni aspetti di particolare allarme:

- Diffusione delle **difficoltà comportamentali e del disagio in ambito scolastico e sociale**
- Generale crisi dell'"edificio" e della struttura familiare con conseguente **indebolimento del ruolo educativo**
- Il continuo **aumento della presenza degli alunni stranieri** nella scuola italiana impone un lavoro di **comprensione interculturale per una migliore convivenza e integrazione** in una società nella quale il fenomeno immigratorio non è più occasionale bensì strutturale.
- Progressivo **coinvolgimento del corpo docente in richieste e deleghe di difficile gestione perché spesso contraddittorie, implicite e ambigue.**

In base a queste premesse l'intervento psico-educativo si propone le finalità generali di:

- Favorire un **processo alfabetizzazione emotiva per prevenire diverse forme di disagio** stimolando l'elaborazione metacognitiva sul valore funzionale/disfunzionale di alcune emozioni, pensieri e comportamenti in relazione al contesto.



CENTRO PER LA FAMIGLIA DELLE VALLI

CONSULTORIO FAMILIARE

COMUNITA' MONTANA DEL PIAMBELLO

Accreditato con D.G.R. 18 maggio 2011 n. IX/1745

- **Favorire la mobilitazione risorse necessarie alla crescita personale e/o al cambiamento di comportamenti ed atteggiamenti** attraverso la conoscenza delle proprie abilità e competenze, nel **riconoscimento delle emozioni e nella gestione attiva di comportamenti** volti all'incontro all'accettazione dell'altro, di ciò che percepiamo come diverso ed allo scambio reciproco (ALLEGATO A). Questo lavoro presuppone la **valorizzazione delle proprie identità e radici culturali comprendendo il significato complesso del processo di globalizzazione nella società contemporanea.**
- **Promuovere di azioni parallele**, sostenendo un'azione di cambiamento nel contesto relazionale della classe **coinvolgendo tutti gli agenti coinvolti**, attraverso un percorso parallelo che prevede un intervento formativo con gli alunni e un momento di confronto con gli insegnanti.

In questo processo centrato sull'emotività e sulle relazioni nel contesto scolastico consideriamo importante **anche la partecipazioni dei genitori nei termini di una conoscenza e valutazione del percorso proposto insieme al proprio figlio**, fornendo quindi uno stimolo alla riflessione sull'importanza della qualità dell'affettività e delle relazioni.

Obiettivi generali:

I laboratori rivolti agli alunni sono stati pensati con gli obiettivi generali di favorire un processo di conoscenza delle emozioni in modo da stimolare l'elaborazione metacognitiva sul valore funzionale/disfunzionale di alcune emozioni, pensieri e comportamenti in relazione al contesto:

- Stimolare negli alunni l'acquisizione di una maggiore conoscenza e consapevolezza delle emozioni proprie e altrui.
- Valorizzazione della comunicazione interpersonale attraverso la comprensione dei messaggi verbali e non verbali
- Migliorare la gestione comportamentale delle emozioni attraverso specifici interventi di facilitazione della regolazione emotiva

Destinatari

- Alunni della scuola elementare.
- Insegnati



CENTRO PER LA FAMIGLIA DELLE VALLI

CONSULTORIO FAMILIARE

COMUNITA' MONTANA DEL PIAMBELLO

Accreditato con D.G.R. 18 maggio 2011 n. IX/1745

Interlocutori

- Genitori attraverso una riunione informativa iniziale (raccolta del consenso informato) e una finale.
- Insegnanti
- Servizi territoriali per eventuale lavoro di rete

Obiettivi specifici

- **Conoscere e riconoscere le emozioni fondamentali:** riconoscimento e lettura espressioni del viso altrui . Legame emozioni, pensiero e comportamento nel contesto. Confronto espressioni delle emozioni animali e di quelle umane
- **Comprensione della comunicazione emotiva** (linguaggio verbale e non verbale): comprendere le sfumature emotive. Modulazione dell'esperienza emotiva. riconoscimento delle valenze positive, negative e inaspettate e fuori dagli stereotipi (la paura è negativa o positiva, la rabbia è sempre distruttiva?...).
- **Facilitazione dei processi autoregolativi e di mediazione dei conflitti:** imparare ad assumere la prospettiva dell'altro (mettersi nei panni dei compagni attraverso brevi drammatizzazioni teatrali e giochi di ruolo)

Metodologia

- Attivazione psicomotoria (allegato B)
- Circle time (allegato B)
- Attività artistico espressive e di roleplaying (allegato B)
- Possibile utilizzo di materiali audiovisivi

Valutazione e follow up

Attraverso il confronto fra attività sociometrica grafica iniziale ed una successiva (in un tempo da concordare) alla conclusione dall'intervento.



CENTRO PER LA FAMIGLIA DELLE VALLI

CONSULTORIO FAMILIARE

COMUNITA' MONTANA DEL PIAMBELLO

Accreditato con D.G.R. 18 maggio 2011 n. IX/1745

ALLEGATO A

IL SIGNIFICATO DELLE EMOZIONI DURANTE LO SVILUPPO

I recenti studi sulle emozioni orientano in modo concorde nel cogliere la **multidimensionalità del fenomeno emotivo** che coinvolge l'aspetto:

- Espressivo-motorio
- Neurofisiologico
- Cognitivo
- Comportamentale -sociale

Alcune teorie, **infatti**, si sono basate sulla ricerca neuroscientifica trovando così ragione della complessità dei livelli neurofisiologici implicanti il SNC e il SNA (Le Doux 1980, Damasio 2003).

Altri studiosi hanno focalizzato la loro attenzione sulla dimensione relazionale delle emozioni indagando il rapporto organismo-ambiente (Thompson 1995, Scherer 1984)

Altri ancora hanno assunto, **invece**, la prospettiva evolutiva e hanno colto l'influenza delle prime relazioni di attaccamento sulla qualità delle rappresentazioni interne, considerate come forma di conoscenza implicita capaci di guidare i processi autoregolativi. In questo senso la regolazione emotiva consentirebbe agli individui di attingere alle proprie risorse psicofisiche e rispondere in modo adatto all'ambiente (Barone 2008). Numerose ricerche in ambito scolastico (Cornoldi 2003) hanno sottolineato l'importanza dei processi metacognitivi nell'autoregolazione e come **questi** siano favoriti dall'attività riflessiva e dal dialogo interno Bruner (1966) e Goleman (1995).

Recenti studi in ambito clinico hanno inoltre fornito importanti indicazioni circa l'influenza **del livello di alfabetizzazione emotiva durante lo sviluppo e alcune particolare forme di disturbi clinici in età adulta**. Oggi in particolare si pone evidenza al fenomeno dell'alessitimia nel quale le emozioni risultano collegate molto debolmente con le immagini e con le parole e vengono vissute invece come sensazioni somatiche, percezioni o impulsi agiti senza riuscire a differenziarle. Recenti ricerche inoltre collegano l'alessitimia con alcune forme di disturbo da dipendenza quale la tossicodipendenza e i disturbi psicosomatici.

Inoltre, come il dibattito in ambito psicologico e scolastico indica, emozioni quali ansia, senso di impotenza, disistima di sé, possono determinare effetti positivi o negativi nell'apprendimento influenzandolo in modo significativo (vedi abbandono scolastico).



CENTRO PER LA FAMIGLIA DELLE VALLI

CONSULTORIO FAMILIARE

COMUNITA' MONTANA DEL PIAMBELLO

Accreditato con D.G.R. 18 maggio 2011 n. IX/1745

Con queste premesse e nell'ottica quindi della prevenzione al disagio scolastico e a quello psichico è qui proposto un progetto di educazione alle emozioni secondo un orientamento suggerito dalla educazione relazionale emotiva (Ellis , Di Pietro) e attraverso l'uso di Metodi Attivi con l'obiettivo di privilegiare e favorire i processi di auto aiuto e auto trasformazione.

ALLEGATO B

I METODI ATTIVI

I metodi attivi sono metodi d'azione esplorativi e di cambiamento , rivolti a singoli individui oppure a gruppi. Questi metodi A si basano su attività di tipo esperienziale (di Discussione, di Simulazione, di Problem-solving, di Role-Playing, ecc.)

Il circle time è uno strumento di lavoro ideato con lo scopo di proporre, per tutti i gruppi che abbiano uno scopo comune, un mezzo di facilitazione alla consapevolezza emotiva e alla risoluzione dei conflitti.

Questo strumento, con il tempo, si è rivelato particolarmente efficace per stimolare i giovani ad acquisire conoscenza e consapevolezza delle emozioni e per gestire le relazioni sia con i pari che con gli adulti.

Il circle time attraverso la discussione di gruppo su argomenti di diversa natura, ha lo scopo principale di migliorare la comunicazione e far acquisire ai partecipanti le principali abilità comunicative.