



Comune
di Bagnolo Mella



Istituto comprensivo
di Bagnolo Mella



CLASSI SECONDE

Formazione docenti

Riconoscimento delle emozioni e
gestione della rabbia

La comprensione delle emozioni

Si intende comprensione delle emozioni generalmente una conoscenza cosciente dei processi emotivi propri e altrui
(Southam-Gerow, Kendall, 2002)

Le componenti di sviluppo della comprensione delle emozioni

(Harris, 2000; Pons, Harris, de
Rosnay, 2000;...altri)

Individuano nel 2004
9 componenti che concorrono la
definizione e comprensione delle
emozioni

RICONOSCIMENTO (etichettamento) 2-3 anni

- Riconoscimento di emozioni come gioia
tristezza paura
- Vengono comprese le prime emozioni
piacevoli
- Emozioni espresse attraverso la zona
della bocca (poi la zona degli occhi)



CAUSA ESTERNA (situazionale) 3-4 anni

- I bambini iniziano a capire come le cause esterne influenzino le emozioni proprie e degli altri
- Sono in grado di anticipare (tristezza di un altro bambino per la perdita di un gioco)



DESIDERIO

4 anni

- I bambini iniziano a capire come le reazioni emotive dipendono dai loro desideri
- Due persone possono provare emozioni diverse riguardo la stessa situazione perché hanno desideri differenti



CONOSCENZA (credenza) 5-6 anni

- I bambini iniziano a capire come le credenze (siano esse vere o false) portino a reazioni emotive differenti
- Due persone possono provare emozioni diverse riguardo la stessa situazione perché hanno desideri differenti



RICORDO 3-6 anni

- I bambini iniziano a comprendere la relazione tra ricordo ed emozione
 - Percepiscono come l'intensità dell'emozione decresce col tempo



REGOLAZIONE 6-7 anni

- I bambini utilizzano diverse strategie per controllare le emozioni
 - La maggior parte delle strategie utilizzate sono comportamentali
- Verso gli 8 anni entrano in gioco anche strategie psicologiche (negazione, distrazione)



OCCULTAMENTO (nascondere) 4-6 anni

- I bambini cominciano a comprendere che può esistere discrepanza tra espressione di un'emozione e emozione realmente provata
 - Verso i sei anni i bambini riescono a identificare meglio la dissimulazione
 - Comprensione nel tempo anche delle regole culturali



EMOZIONI MISTE (ambivalenti) 8 anni

- I bambini cominciano a capire come una persona possa avere molteplici, anche contraddittorie risposte emotive, a una data situazione



MORALE

8 anni circa

- I bambini cominciano a capire che sentimenti negativi risultano da un'azione moralmente repressibile (rubare, mentire) positivi nascono da azioni lodevoli (fare un sacrificio, resistere a una tentazione,



Tabella 1. Componenti della comprensione delle emozioni (età di comparsa)
 (adattato da Pons, Doudin, Harris, de Rosnay, 2002)

Comprensione della <i>natura</i> delle emozioni	Comprensione delle cause delle emozioni	Comprensione del controllo delle emozioni
I: Riconoscimento e categorizzazione di gioia, paura, tristezza, collera (due-tre anni)	II: Comprensione delle cause esterne (tre anni) III: Comprensione del ruolo dei desideri (quattro anni)	
	IV: Comprensione del ruolo delle credenze (sei anni) V: Comprensione dell'influenza dei ricordi (cinque-sei anni)	VII: Distinzione emozione apparente/provata (sei anni)
VIII: Categorizzazione di emozioni miste (otto anni)	IX: Comprensione del ruolo della morale (otto anni)	VI: Regolazione dell'esperienza emotiva (otto anni)



Gestione delle emozioni

Punti di attenzione

- TUTTE LE EMOZIONI SONO LEGITTIME
 - E' IMPORTANTE DARE NOME ALLE EMOZIONI
- AIUTARE A RICONOSCERE ED ESPRIMERLE
 - DARE SPAZIO PER CONDIVIDERLE
 - RICONOSCERE I MOTIVI SCATENANTI
- TROVARE DIVERSE MODALITA' DI GESTIONE



Gestione delle emozioni

BUONE PRASSI

- **CHIEDERE CON DISCREZIONE AL BAMBINO CHE MANIFESTA TRISTEZZA COSA ABBIA, SE DESIDERI PARLARNE**
- **E' IMPORTANTE NON FERMARSI ALLE PAROLE DETTE CHE POSSONO INGANNARE; CERCARE DI CAPIRE IL BISOGNO CELATO**
- **PER IL BAMBINO IL GIOCO, IL DISEGNO, LA DRAMMATIZZAZIONE LA SCRITTURA SONO MODI POSSIBILI DI ESPRIMERE CIÒ CHE PROVA**



Gestione delle emozioni

BUONE PRASSI

- SI PUO' PENSARE CHE NELLA FATICA DI UN ALLIEVO O GENITORE ENTRANDO A SCUOLA POSSANO TROVARE UN'ACCOGLIENZA CARATTERIZZATA DA ATTENZIONE E VICINANZA
- L'EMPATIA E' GUARDARE AGLI ALUNNI CON ATTENZIONE
- AVERE EMPATIA RICHIEDE CONSAPEVOLEZZA DELLA PROPRIA STORIA, DELLE PROPRIE ESPERIENZE DI VITA

