

INDICAZIONI PER DOCENTI ADULTI DI RIFERIMENTO

Il dado delle emozioni

Questo gioco vi permette di affrontare il tema delle emozioni con i vostri bambini. Giocare aiuterà i bambini a scoprire le diverse emozioni, a riconoscere i vari modi con cui le esprimono e a trovare alcune delle cause che le provocano.

A cosa serve

Utilizzando il “dado delle emozioni”, avrete l’opportunità di creare uno spazio di ascolto con i vostri bambini/alunni e bambine/alunne che li aiuterà a scoprire alcune delle caratteristiche fondamentali delle emozioni: non si esprimono solo con il linguaggio ma soprattutto con espressioni del volto, la postura, i gesti, il modo di camminare, il tono della voce e attraverso i comportamenti.

Cosa dico / scrivo (per insegnanti)

L’attività che faremo insieme serve per giocare con le emozioni, riconoscerle in noi e negli altri. Come ricorderete le emozioni principali sono sei: la rabbia, la felicità, la paura, la vergogna, la tristezza e la sorpresa.

Ogni emozione viene espressa, oltre che con quello che diciamo e facciamo, anche dalle nostre espressioni facciali, dal tono della voce, la postura e i gesti.

Prima di tutto dovrete costruire il vostro dado, poi potrete iniziare a giocare, seguendo le istruzioni.

Fasi dell’attività

FASE 1

Costruite il dado delle emozioni.

FASE 2

Leggete la scheda istruzioni per giocare.

FASE 3

Giocate!

Quali messaggi chiave

Durante l’attività verranno affrontate le sei emozioni principali: felicità, tristezza, stupore, vergogna, paura e rabbia. I messaggi utili da trasmettere durante l’attività sono i seguenti:

- Le emozioni si esprimono e possiamo capirle attraverso l’espressione del viso, il tono di voce, i gesti e le parole che una persona fa;
- Di fronte ad una stessa situazione si possono provare emozioni diverse (una cosa che a me fa divertire, può far arrabbiare qualcun altro);
- Una stessa emozione può essere espressa in modi diversi (io quando sono triste piango, il mio amico rimane in silenzio e vuole stare da solo);
- Le emozioni sono contagiose: si possono quindi trasmettere da una persona all’altra.

Punti di attenzione

- Potete giocare con tutta la famiglia. Anche i bambini più piccoli riconoscono le diverse emozioni;
- Non ci sono emozioni giuste o sbagliate, sono tutte lecite. Non giudicate l'emozione ma provate a ragionare su cosa provoca quella determinata emozione.
 - **Esempio:** se il vostro bambino vi dice “mi fa molto arrabbiare mio fratello Michele” aiutatelo a ragionare su quale comportamento di Michele lo fa arrabbiare e ricordategli anche le emozioni belle che prova con il fratello;
- Fate esempi concreti per aiutare, soprattutto i più piccoli, a pensare a quello che provano.

Invia i materiali al 375 568 2170

Per ricevere **consulenza psicologica** contatta il **375 568 2171**

Per **informazioni** scrivi una email a oasi@ilcalabrone.org

Collegati a OASI giornaledibrescia.it/rubriche/progetto-oasi

