

# Ruolo delle Emozioni nell'apprendimento della scuola primaria

CORSO DI FORMAZIONE  
PER DOCENTI

*Docente: Mimmo De Rosa D.*

# EMOZIONI

Cosa sono...

**Le emozioni sono alla base:  
della nostra esperienza del mondo...  
della formazione della nostra personalità...  
delle relazioni interpersonali.**

**Le emozioni ci aiutano a comprendere la  
valenza e la rilevanza degli stimoli con cui  
entriamo in contatto...**

**Le emozioni determinano la qualità delle nostre  
esperienze e giocano un ruolo cruciale nei  
processi decisionali...**

**Ekman evidenzia alcuni punti importanti:**

- Nell'esperienza emozionale è presente una modifica di aspetti motori quali, ad es., la mimica facciale e il tono della voce;**
- le emozioni si accompagnano a variazioni dell'attività del sistema neurovegetativo che comportano una modifica della frequenza del respiro, del battito cardiaco, della sudorazione, etc.;**

- Le emozioni sono caratterizzate dal vissuto soggettivo che le qualifica come paura, rabbia, tristezza, etc.
- Le emozioni si manifestano con caratteristiche fisiologiche, somatiche e comportamentali simili negli individui della stessa specie;
- Le risposte emozionali possono essere controllate dal sistema cognitivo.

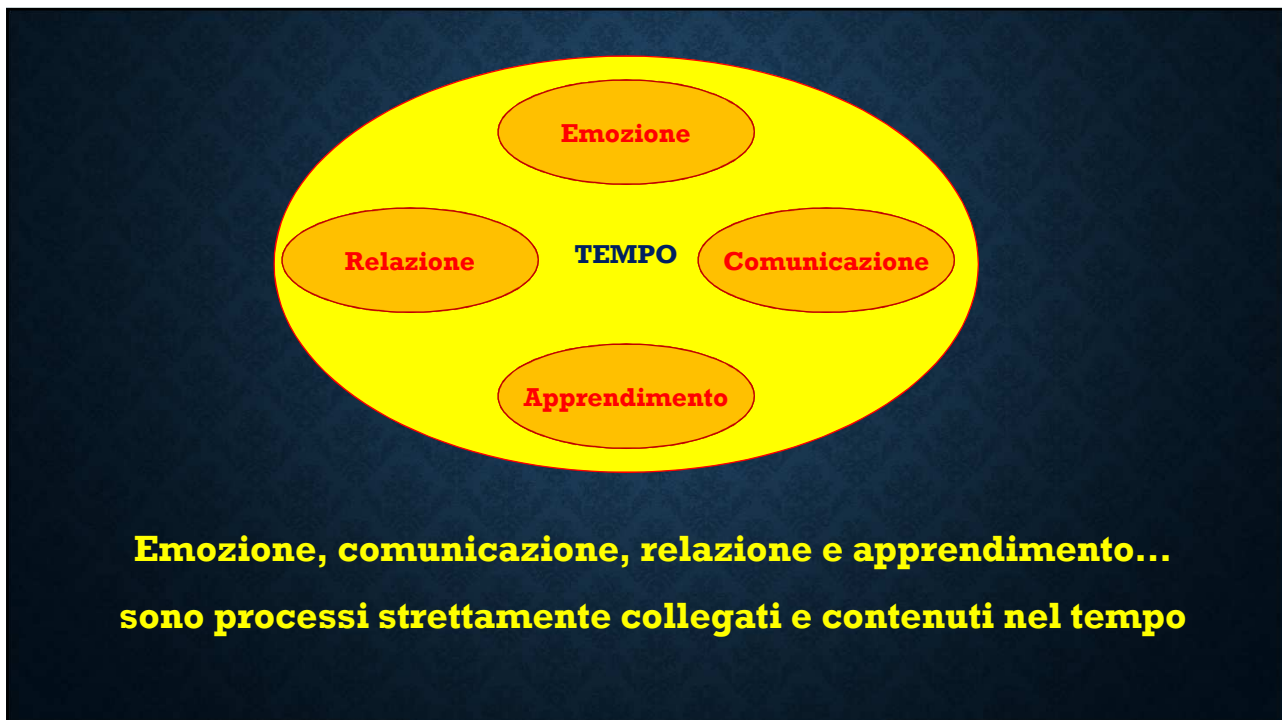
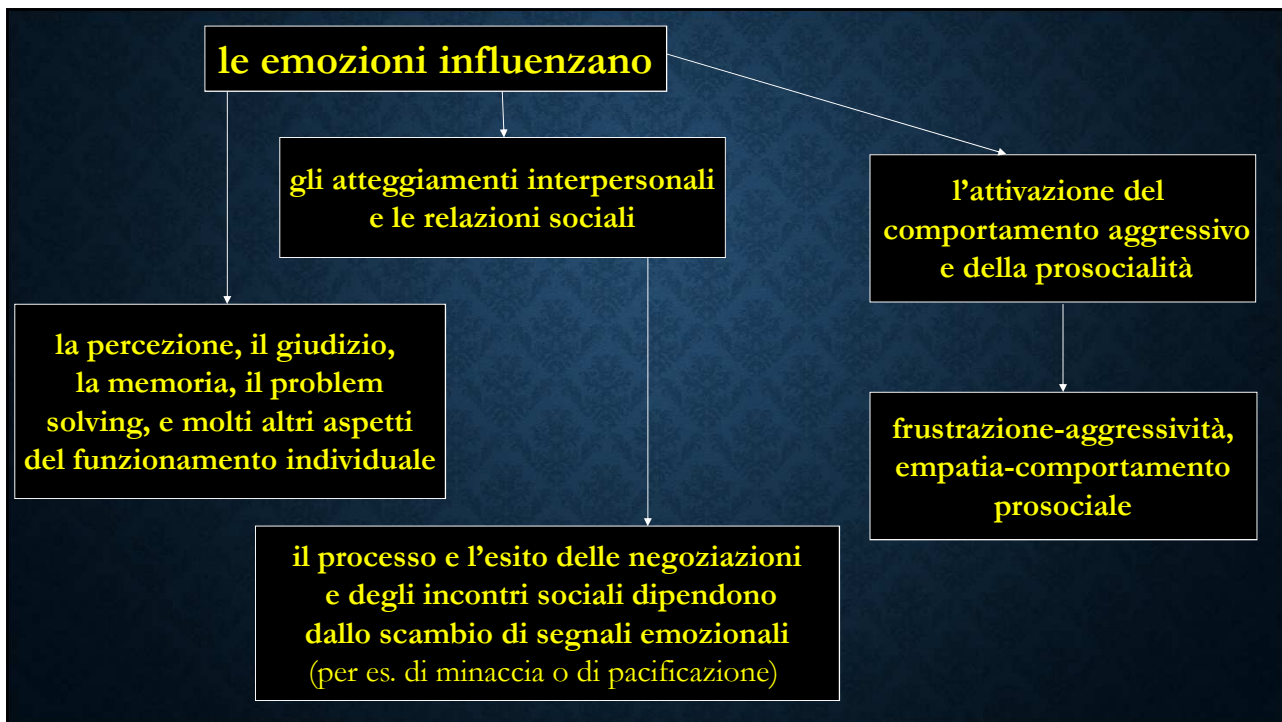
## **Le emozioni...**

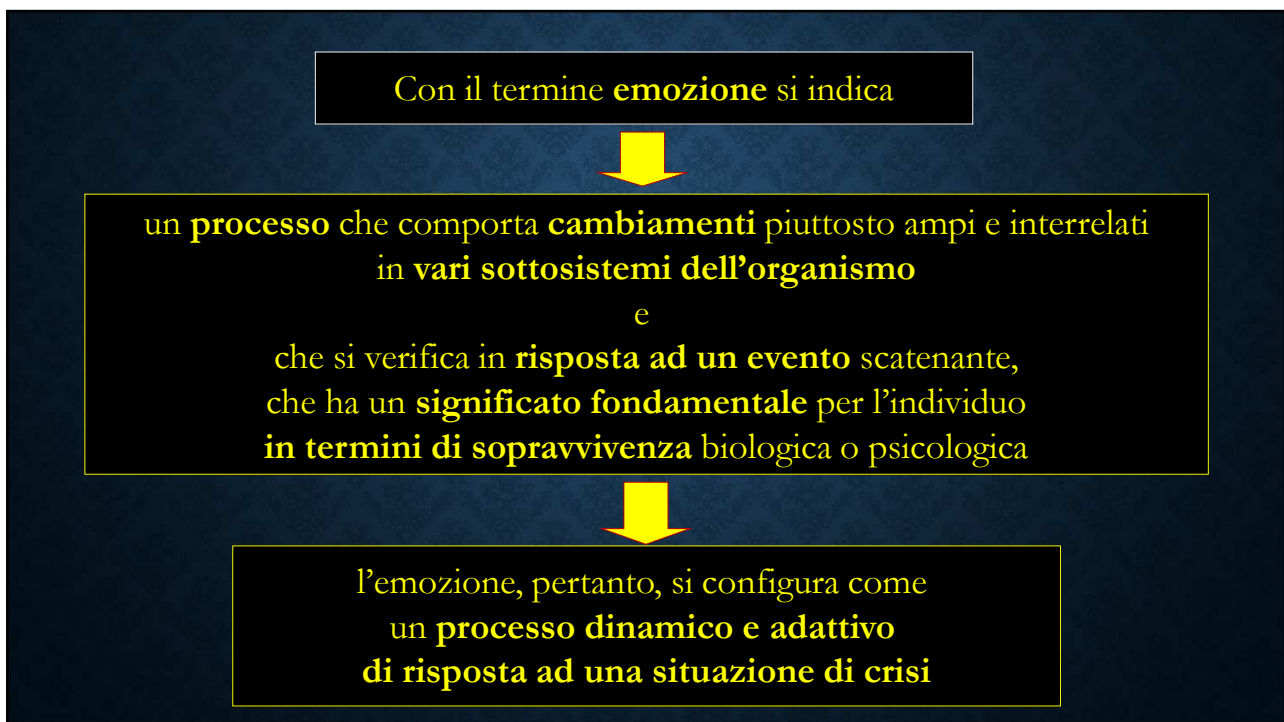
**Sono stati mentali e fisiologici associati a modificazioni psicofisiologiche dovute a stimoli interni o esterni, naturali o appresi...**



**Scopo delle emozioni:**  
**rendere più efficace la**  
**reazione dell'individuo**

**La risposta immediata...**  
**reazione non utilizza**  
**processi cognitivi ed**  
**elaborazione cosciente**





## Le emozioni discrete basilari o primarie sono:

### secondo Campos:

- felicità
- paura
- tristezza
- collera
- interesse

### secondo Argyle:

- felicità
- tristezza
- sorpresa
- disgusto/disprezzo
- paura
- interesse
- vergogna
- senso di colpa

## La ruota di Plutchik

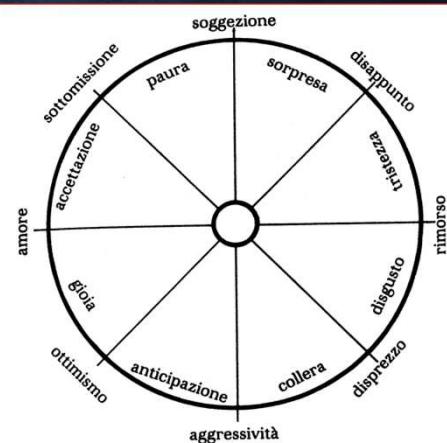
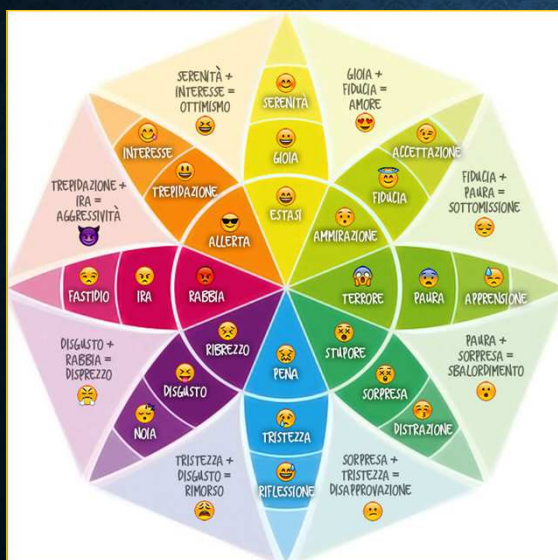
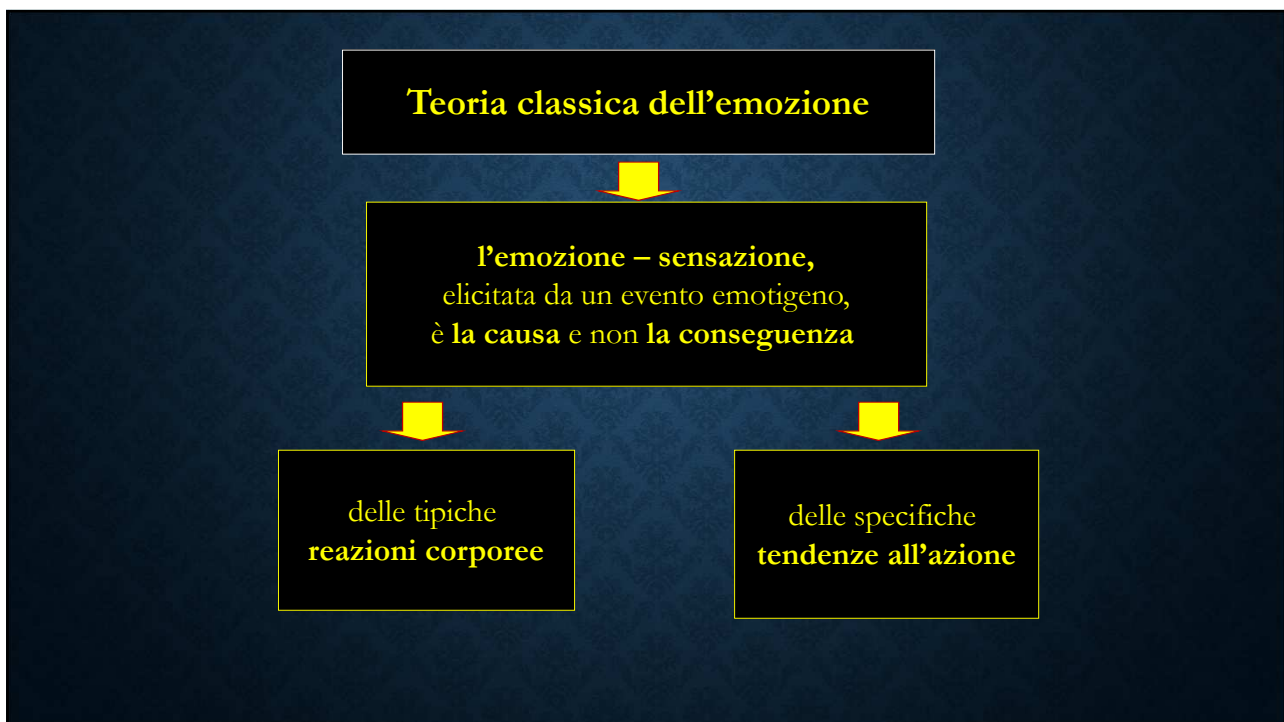
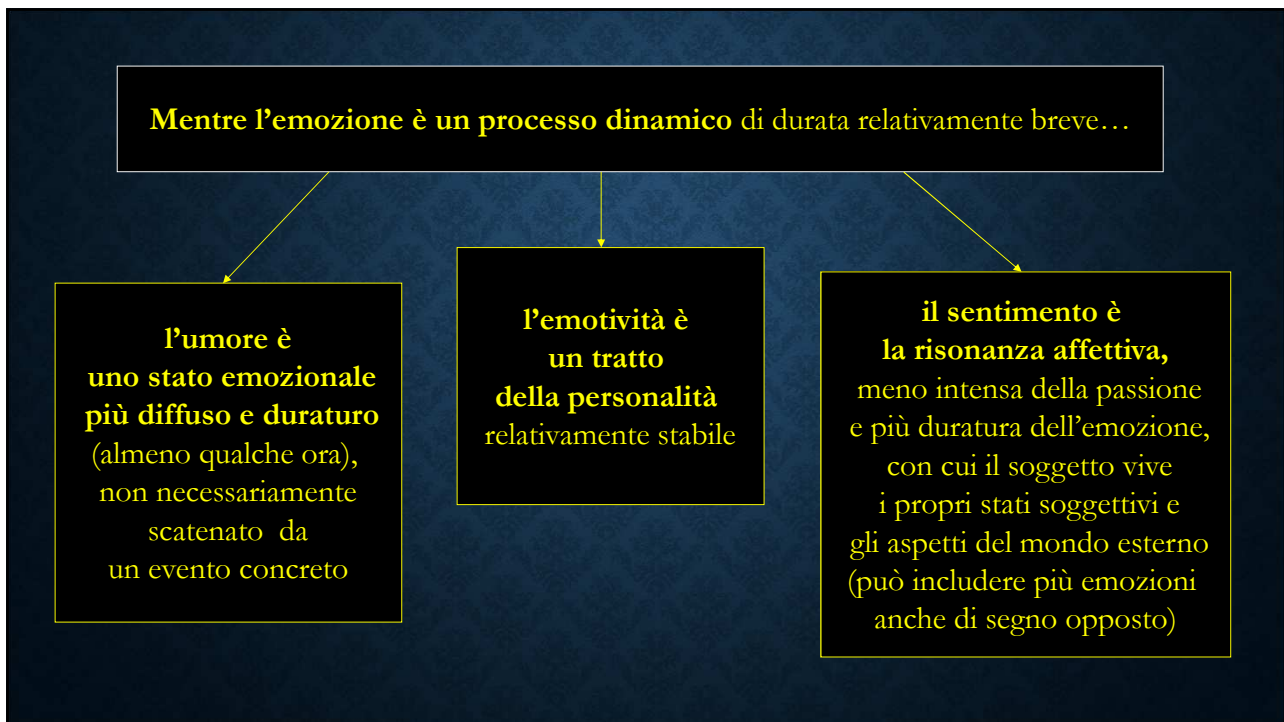


Figura 13.1

Nella ruota di Plutchik le emozioni primarie, rappresentate dall'area compresa fra i raggi, hanno un polo opposto: gioia-tristezza, anticipazione-sorpresa, collera-paura, disgusto-accettazione. La presenza di due emozioni primarie produce un'emozione differente, definita diade primaria, che viene rappresentata dai raggi della ruota. Accettazione e paura producono sottomissione, mentre paura e sorpresa inducono soggezione.







**Gli esseri umani sperimentano emozioni  
in misura superiore a tutti gli animali,  
e tuttavia sono i primi esseri veramente razionali!**

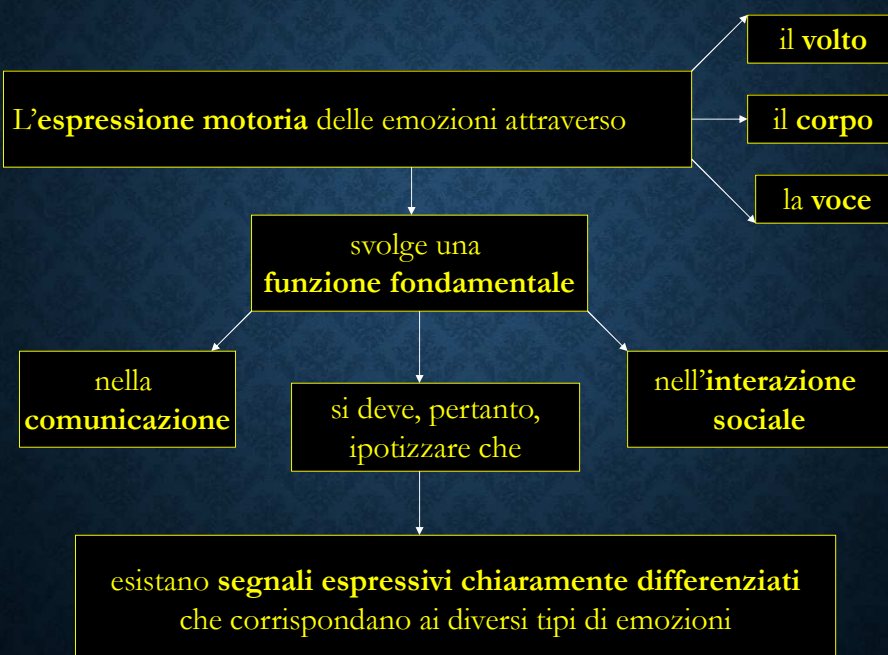


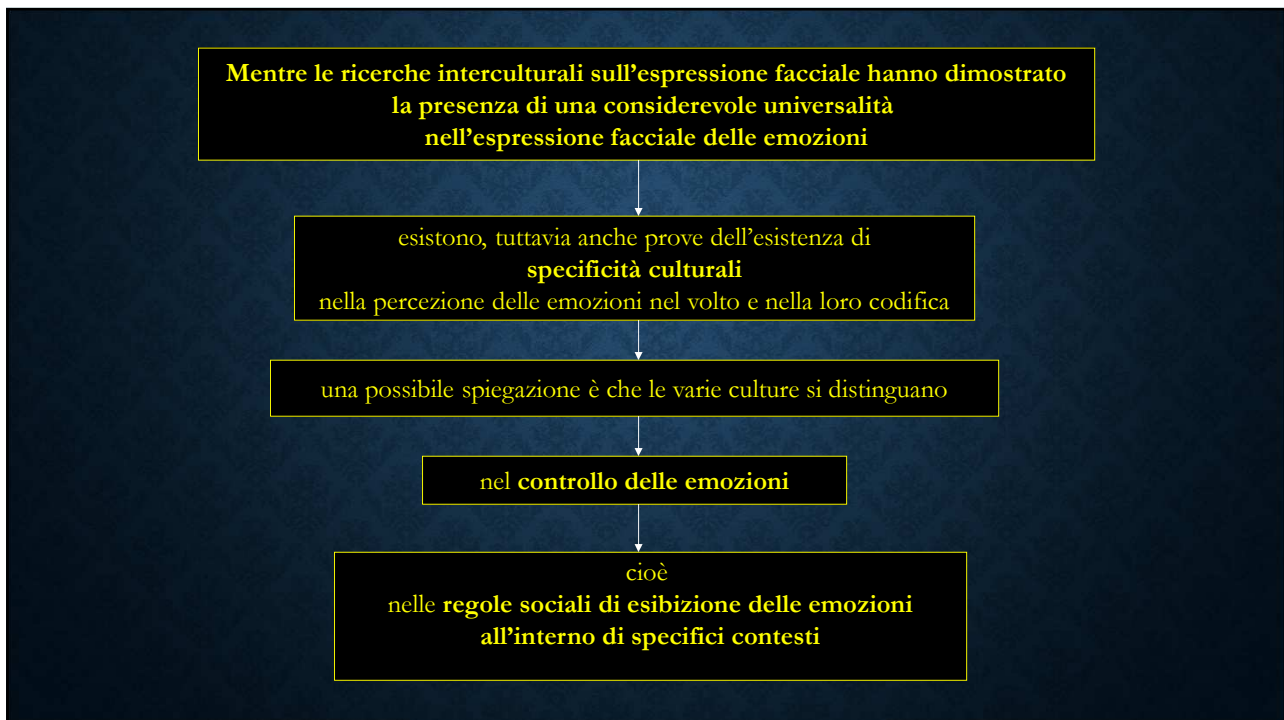
questa condizione apparentemente **paradossale** è spiegata  
dalla **cruciale importanza delle emozioni**  
per la sopravvivenza,  
e l'adattamento dell'organismo all'ambiente

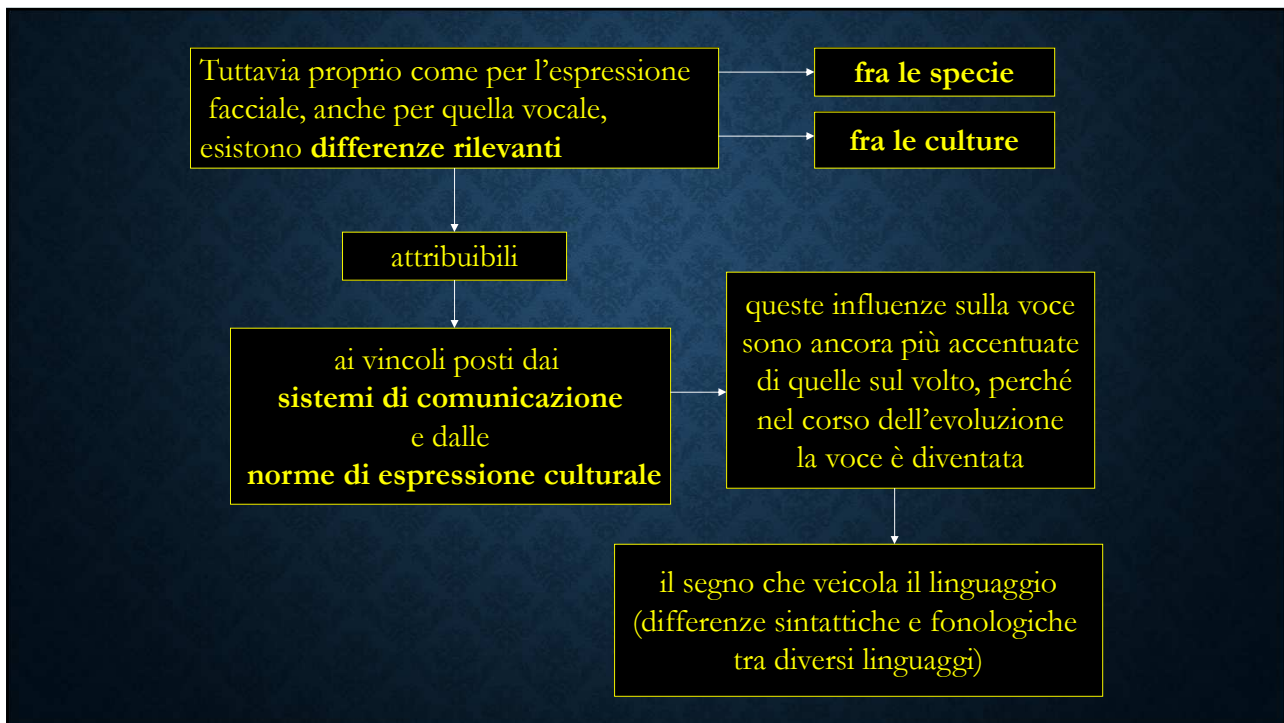
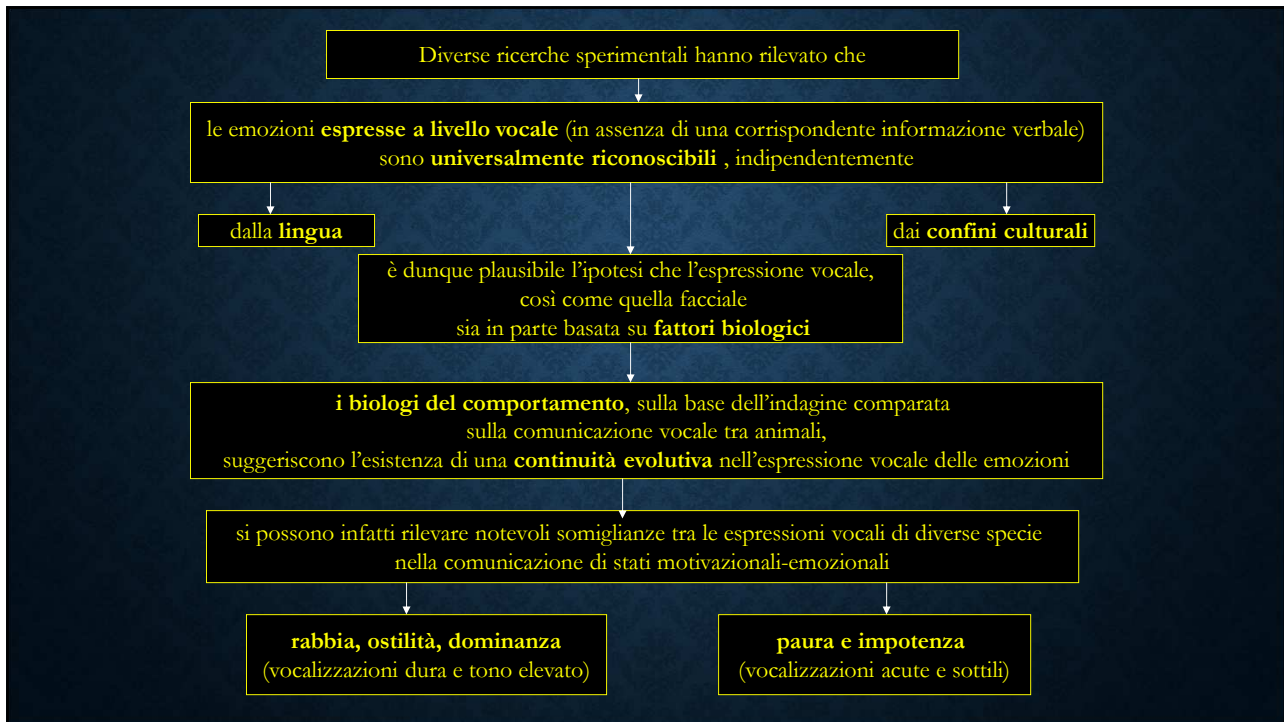


## La triade delle reazioni emozionali:

- espressione motoria
- cambiamenti fisiologici
- sensazioni interne









## Manipolazione strategica e controllata delle emozioni

L'espressione delle emozioni è estremamente complessa e sfaccettata in quanto è determinata

automaticamente e involontariamente dalla reazione di una persona ad uno specifico evento

dal tentativo più o meno cosciente di controllare, modificare e manipolare l'espressione emozionale per ragioni strategiche all'interno di una interazione sociale

Quando proviamo un'emozione, non siamo mai totalmente in balia di essa,

possiamo controllare, regolare o modulare le emozioni

**regole di esibizione o display rules**  
(mascheramento e soppressione delle emozioni spontanee in accordo con le prescrizioni sociali)

**L'espressione emotiva è soggetta al controllo culturale:**  
numerose culture sanciscono più o meno esplicitamente quali siano le emozioni da mostrare legittimamente in determinate circostanze

**uso strategico delle emozioni**  
(dissimulazione di emozioni spontanee e simulazione di emozioni per ragioni tattiche)

il controllo dell'espressione delle emozioni consente di **mentire, ingannare e manipolare il proprio interlocutore**, allo scopo di ottenere dei vantaggi

## COLTIVARE L'EQUILIBRIO EMOZIONALE

...molti problemi derivano dal fatto che:

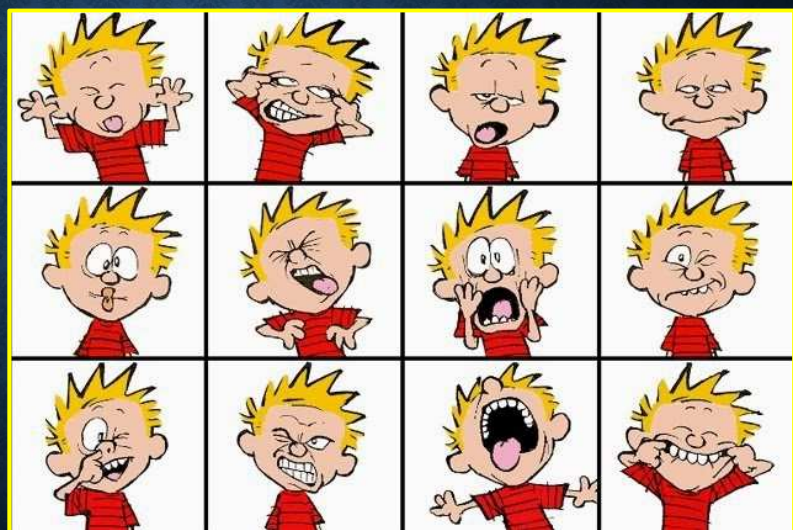
...aspetti importanti delle esperienze emozionali  
si verificano al di fuori della consapevolezza cosciente

...molti di noi, fin dalla più tenera infanzia, sono stati socializzati secondo  
modelli che impediscono di mostrare certe emozioni e di “ragionare sulle  
emozioni”

- ...risultato: **siamo mediamente poco consapevoli riguardo all'insorgere delle emozioni e alla loro espressione nel comportamento**

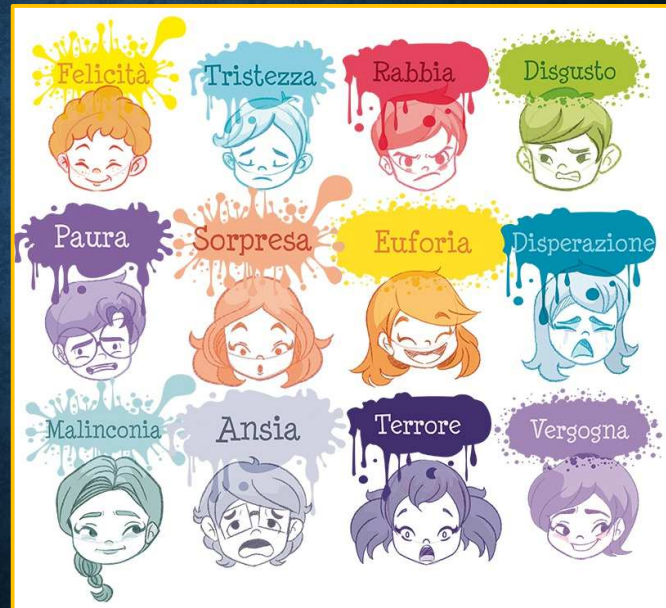
## LE EMOZIONI “CANONICHE”

- Rabbia
- Paura
- Tristezza
- Disgusto
- Disprezzo
- Sorpresa
- Felicità



## ALTRE EMOZIONI...

- **Divertimento**
- **Eccitazione**
- **Sollievo**
- **Meraviglia**
- **Estasi**
- **Fierezza**
- **Gratitudine**
- **... e molte altre**



## 4 FONDAMENTALI “CAMPI EMOZIONALI”

### EMOZIONE

- emerge rapida (millisec.), inattesa, incontrollabile
- ha specifiche cause scatenanti (triggers)
- genera una “valutazione automatica” della situazione
- si esprime con segnali involontari (universali)
- si sviluppa nel corso di un “periodo refrattario” in cui le capacità di elaborazione e azione sono molto limitate

### UMORE (Mood)

- ha maggiore durata (anche ore o giorni)
- i triggers non sono sempre identificabili

### TRATTO (Trait)

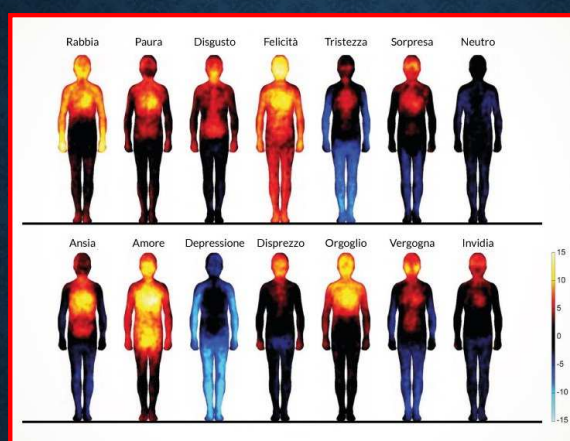
caratteristica della personalità

### DISORDINE EMOZIONALE

interferenza di emozioni ricorrenti su aspetti importanti della vita: alimentazione, sonno, lavoro, relazioni, etc..



EMOZIONE	UMORE	TRATTO	DISTURBO
Rabbia	irritabile	scontroso	violenza
Paura	ansioso	... panico	ansia
Tristezza	"blue"	pessimista	depressione
Disgusto	disgustato	snob	fobia
Disprezzo	disprezzante	arrogante	narcisismo
Sorpresa	schietto	naif	demenza
Felicità	gioioso	ottimista	maniacalità



## Ruolo delle Emozioni nell'apprendimento della scuola primaria

CORSO DI FORMAZIONE  
PER DOCENTI

*Docente: Mimmo De Rosa D.*