

SCHEDA DI LAVORO • DA USARE IN CLASSE

ASCOLTO ATTIVO

Manifesto dell'Educazione Emotiva • Attività collegata al punto:

4. Le emozioni vanno *ascoltate***1. DATI**

Nome

Cognome

Classe:

Data:

**2. PRIMO TURNO • CHI RACCONTA E CHI ASCOLTA**

Facciamo un'attività a coppie in cui uno racconta un episodio e uno ascolta senza interrompere. Decidete chi racconta per primo e chi ascolta. Chi ascolta non interrompe, non commenta e non dà consigli durante il racconto.

IL MIO RACCONTO**L'episodio scolastico significativo che scelgo di raccontare:***(scegli un momento che ha avuto un impatto emotivo su di te)***Le emozioni che ho provato in quell'episodio:**
*(puoi indicarne più di una e provare a ordinarle per intensità)***IL MIO ASCOLTO****Durante l'ascolto mi ha colpito/a:***(parole, tono, espressioni, pause, linguaggio del corpo...)***Le emozioni che ho provato nel ruolo di chi ascolta:***(empatia, disagio, curiosità, difficoltà a non intervenire...)***3. RIFLESSIONE SUL PRIMO TURNO**

Dopo il primo scambio, riflettete individualmente e poi condividete le risposte.

Cosa è rilevante nel ruolo di chi racconta?**Cosa è rilevante nel ruolo di chi ascolta?****Quale emozione ha prevalso in me durante lo scambio? Che cosa l'ha fatta scaturire?****4. DOPO L'INVERSIONE DEI RUOLI**

Invertite i ruoli e ripetete lo scambio. Al termine rispondete a queste domande.

Come è cambiata la mia esperienza passando da un ruolo all'altro?**Qual è la differenza tra ascoltare e sentire?****Cosa cambierò nel modo in cui ascolto gli altri dopo questa esperienza?**