

Geronimo Stilton



# EMOZIONI IN CORSO

## IL CONTAEMOZIONI



Consulenza a  
cura di Sara Cassuto,  
psicologa e psicoterapeuta

**A CHI È RIVOLTO:**

per tutti.

### LA PAROLA ALL'ESPERTA!

Dentro a ognuno di noi esiste **una vasta gamma di emozioni** a cui bisogna prestare la giusta attenzione per poterne riconoscere l'unicità e la diversità. Spesso succede che, se chiediamo ai bambini "come è andata la tua giornata?" oppure "come stai?", loro si limitano a rispondere "bene/male". Questo perché ancora non sanno che dentro di loro esistono **tante sfumature per tutte le emozioni**, ognuna delle quali ha un nome.

Ad esempio, se pensiamo alla gioia possiamo sentirci contenti, felici o addirittura euforici; se invece pensiamo alla paura possiamo sentirci preoccupati, impauriti o addirittura terrorizzati. L'attività proposta ha quindi l'obiettivo di **ampliare il vocabolario** del bambino, facendogli scoprire che esistono diverse parole per nominare ogni tipo di emozione che sente, accompagnandolo così a essere sempre più preciso nella descrizione di quello che prova.

Un viaggio per grandi e piccoli alla scoperta del variegato mondo emotivo che ognuno di noi custodisce dentro di sé.



**QUAL È  
L'OBIETTIVO**

**Imparare a riconoscere le sfumature delle emozioni e le parole che le esprimono.**

**CHE COSA  
SERVE**

**Procuratevi:**

- cartoncino, forbici, colla
- matite colorate oppure tempere e pennelli
- fermacampioni



### COME SI COSTRUISCE IL CONTAEMOZIONI

- 1** Fotocopiare il **Contaemozioni** e incollarlo su cartoncino.
- 2** Scegliere il colore che si vuole abbinare all'emozione del Contaemozioni e preparare (se si usano le tempere) o individuare (se si usano le matite colorate) 5 sfumature di quel colore.
- 3** Colorare le 5 sezioni del Contaemozioni partendo da sinistra verso destra, dalla sfumatura più tenue fino alla più intensa. L'aumento dell'intensità del colore, infatti, rispecchia l'aumento dell'intensità dell'emozione.
- 4** Ritagliare il Contaemozioni e praticare un piccolo foro alla base, dove segnato dal pallino nero.
- 5** Fotocopiare l'ago del Contaemozioni, incollarlo su cartoncino, colorarlo a piacere e ritagiarlo.
- 6** Praticare un piccolo foro alla base dell'ago, dove segnato dal pallino nero.
- 7** Appoggiare l'ago sul Contaemozioni in modo che i rispettivi fori combacino e fissarli con un fermacampione.

### GLI ALLEGATI

I Contaemozioni da fotocopiare o stampare. Nel dettaglio:

- **Contaemozioni per:** felicità, paura, tristezza, rabbia e sorpresa
- **Contaemozioni** in bianco





### COME SI PUÒ UTILIZZARE IL CONTAEMOZIONI

Ognuno può indicare con l'ago, a seconda dell'intensità emotiva che sta vivendo, in quale "settore" dell'emozione si sente. In questo modo **"scopre" la parola che può aiutarlo a descrivere quello che prova.**

L'ideale sarebbe che ognuno di voi avesse a disposizione vari Contaemozioni, in modo che possiate utilizzarli per attività diverse scegliendo di volta in volta quello più adatto. Sarà un bel modo per parlare delle proprie emozioni, definirle e scoprire le parole con cui è possibile indicare le diverse sfumature di ogni stato d'animo.

Prendete spunto da esperienze vissute insieme o da episodi raccontati dai bambini e **create i vostri momenti per giocare... emozionandovi!**



#### UN'IDEA IN PIÙ.

Per poter creare Contaemozioni diversi (per altre emozioni o per inserire altre scelte di parole) usate una delle sagome in bianco in allegato.









