



**M** MONDADORI  
EDUCATION

Rizzoli  
EDUCATION

**FORMAZIONE  
SU MISURA**

*for***YOU**

# SOS alfabetizzazione emotiva!



La didattica teatrale può sollecitare l'**alfabetizzazione emotiva** di alunne e alunni adolescenti, sempre più lontani dal loro "sentire reale", interiore e personale.

**EDUCAZIONE  
ALLA TEATRALITÀ**

# Educare alle relazioni oggi



# Emozioni... in scena!



Un laboratorio di teatro a scuola offre agli allievi un'opportunità unica di **esplorare e comprendere meglio le proprie emozioni e quelle degli altri**, in un contesto creativo e protetto, sviluppando:

- una maggiore **consapevolezza di sé**;
- la capacità di **esprimere** le proprie emozioni;
- **ascolto attivo** ed empatia;
- la capacità di **gestione delle difficoltà** e dei conflitti;
- una migliore capacità di **collaborazione** e di lavoro in gruppo.

# La consapevolezza di sé



- Allenamento alla **presenza scenica** attraverso esercizi e giochi con cui **sperimentare** il linguaggio e la forma del proprio corpo, la voce, la relazione rispetto alle emozioni e alle intenzioni di scena.
- Costruzione di un **diario delle emozioni**, per imparare attraverso l'alfabetizzazione di ciò che si prova durante l'esperienza teatrale.

# Espressività emotiva



## Mimica delle emozioni

Attraverso esercizi di linguaggio del corpo, senza la parola.

## Scrittura emotiva

Stesura e messa in scena di brevi testi con esperienze emotive reali o immaginate.

# Ascolto attivo ed empatia



## Role-playing

Giochi per esplorare nuove situazioni e prospettive diverse.

## Feedback emotivo

Allenamento alla condivisione, con focus sulle emozioni provate durante le attività.

# Gestione dei conflitti



## Teatro Forum

Gli studenti propongono alternative e soluzioni per esplorare e risolvere conflitti.

## Esercizi teatrali

Per sviluppare le tecniche di negoziazione emotiva attraverso l'ascolto, l'empatia e le abilità di risoluzione dei problemi.

# Collaborazione e lavoro di gruppo

- **Creazione collettiva** della performance teatrale.
- Focus sul **processo di collaborazione e condivisione**: momenti di riflessione condivisa sul processo creativo, sul lavoro in team e sull'apprendimento emotivo.



# Formazione su Misura *for*YOU

Una formazione **online on demand**,  
che si adatta alle **esigenze** e ai **ritmi**  
degli insegnanti.

**SCOPRI I CORSI**

[www.formazioneSUMISURA.it](http://www.formazioneSUMISURA.it)

