

“I ragazzi non piangono”

Le emozioni attraverso la storia e la cultura

 TEMPO	<p>30 - 45 minuti</p>
 No.	<p>Numero illimitato di partecipanti</p>
 MATERIALI	<ul style="list-style-type: none"> • Raccolta di fotografie/immagini artistiche con tutti i tipi di espressioni di emozioni attraverso la storia o le culture e sottoculture contemporanee. Potrebbe essere utile preparare il background delle immagini raccolte prima dell'inizio dell'attività.
 OBIETTIVI	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilizzare: ciò che è considerato "normale" dipende sempre dalla cultura corrente, dalle norme sociali e dalle aspettative; • Promuovere il pensiero critico, capire e accettare la diversità.
 ISTRUZIONI PASSO DOPO PASSO	<p>Crea una 'mostra' di immagini e dai le seguenti istruzioni:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cammina (in silenzio) nella stanza; 2. Scegli l'immagine che evoca in te il sentimento più forte - può essere positiva o negativa; 3. Prendi l'immagine e rispondi alle seguenti domande in ordine: <ol style="list-style-type: none"> a. Qual è l'elemento specifico nell'immagine che ha causato una qualsiasi sensazione in te? b. Qual è stata la sensazione IN TE (non nel personaggio dell'immagine) che l'immagine ha evocato? c. Quali credenze, norme, valori possono esserci dietro la tua sensazione?

	<p>La pratica presuppone la conoscenza di sé, in modo da poter aiutare la separazione di emozioni e valori, le "mie posizioni", l'autoriflessione.</p>
 <p>DISCUSSIONE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Puoi facilitare una discussione su ciò che è "normale", ciò che è accettato o punito in una data cultura e società; ● Puoi discutere le norme sociali, la funzione sociale della regolazione delle emozioni. Potresti esplorare se ci sono due pesi e due misure per quanto riguarda il genere - i bambini possono effettivamente piangere? ● Puoi anche coprire i tabù riguardanti le emozioni. Potresti voler discutere più in dettaglio quante emozioni possiamo descrivere: felicità, rabbia, essere tristi, ecc.; ● Cerca di raccoglierne il più possibile. Sulla base delle immagini potresti voler discutere su come è visto nel tuo ambiente e nelle società in generale esprimere queste emozioni per quanto riguarda: <ul style="list-style-type: none"> ○ Età ○ Sesso ○ Professione ○ Background sociale e culturale ● È importante spiegare che la ragione per cui facciamo questa attività in questo modo è per imparare che le norme sociali e culturali sono così profondamente radicate nel nostro sistema, nel nostro pensiero personale che difficilmente riconosciamo i nostri pregiudizi culturali. Tendiamo a pensare che ciò che pensiamo sia 'normale' perché non lo 'pensiamo' ma lo 'sentiamo'. Le nostre reazioni sono molto probabilmente reazioni emotive anche se si tratta di norme e valori culturali. Questo ci impedisce di accettare l'"altro" se è diverso da noi. Questo ci impedisce di accettare la diversità. La diversità è qualcosa che possiamo imparare. Le emozioni sono anche culturalmente organizzate e disciplinate.
 <p>CONSIGLI</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Per questo compito, è importante che lo facilitatore sappia esattamente cosa si vuole ottenere con l'esercizio e se si ha abbastanza conoscenza delle immagini scelte; ● Un'altra versione di questa attività può essere quella di raccogliere frammenti video da film, spettacoli teatrali per mostrare come le emozioni possono essere espresse. Cerca di fare una raccolta da tutti i tipi di culture e tempi storici. Puoi chiedere all3 studenti (o a partecipanti adult3) di portare immagini, video in modo da fare la mostra insieme. Puoi facilitare una discussione su ciò che è

	<p>'normale', ciò che è 'bello', accettato o punito. Potete discutere le norme sociali, la funzione sociale della regolazione delle emozioni.</p>
 <p>QUESTA ATTIVITÀ ONLINE</p>	<p>Questa attività può essere fatta online mostrando le immagini e discutendole in plenaria o in piccoli gruppi.</p>
 <p>TEORIA</p>	<p>Questa attività è stata sviluppata da Dora Djamila Mester @ ArsErotica Foundation & In Touch Amsterdam sulla base della metodologia Critical Incident di Margalit Cohen Emerique's.</p> <p>Fonte: https://doramester.com/2013/10/it-has-nothing-to-do-with-nature-sex-and-culture/</p> <p>C'è un inventario delle emozioni che potresti voler usare</p>