



## Estratto dispensa DISABILITY IN LOVE

Seguono alcune pagine dell'elaborato di LoveLife APS, è possibile richiederne la versione integrale tramite una mail a [segreteria@love.life.it](mailto:segreteria@love.life.it).

### Nota di riproduzione, citazione, diffusione e copyright

Questo è l'estratto di una dispensa ad accesso aperto di proprietà intellettuale di ©LoveLife APS, distribuita secondo i termini della licenza **Creative Commons Attribution (CC BY)**. L'uso, la distribuzione e la riproduzione in altri contesti sono consentiti, a condizione che vengano attribuiti adeguato credito agli autori originali e al detentore dei diritti, in conformità con le pratiche accademiche accettate. Non è consentito alcun uso, distribuzione o riproduzione che non rispetti questi termini. Il testo va citato come:

LoveLife Editing Committee (Scientific Director: Federici S.; Editor in Chief: Russo E.A.; Members: De Leonibus R., Rossler M.E., Study group: Conigli L., Boriosi D.) (2025). Amicizia, amore, sesso & disabilità. Dispensa formazione e psicoeducazione per professionistæ e studentæ che si occupano di disabilità intellettiva e sviluppo atipico.

### Nota terminologica

Di seguito, il genere grammaticale maschile e femminile, al singolare o al plurale, sarà utilizzato in modo alternato quando non si riferisca a individui o gruppi specifici di persone, adottando così un linguaggio inclusivo e non discriminatorio.

## Scheda-attività sulle emozioni

Segue un esempio di attività sulle emozioni primarie, realizzabile in diversi contesti con i dovuti accorgimenti.

<i>Le emozioni</i>	Scheda attività per il riconoscimento delle emozioni primarie.
<b>Target</b>	6 giovani (15–20 anni) con disabilità intellettiva e sviluppo atipico ad alto funzionamento.
<b>Obiettivi</b>	Favorire il riconoscimento delle emozioni di base. Stimolare l'espressione personale e creativa. Rafforzare le capacità di ascolto e condivisione.
<b>Setting</b>	Training room chiusa, silenziosa e spaziosa, con sedie disposte a cerchio.
<b>Materiali</b>	Kit di emozioni componibili (emozioni attacca-stacca in feltro)



<b>Durata</b>	45-60 minuti		min
<b>Fasi dell'attività</b>	<b>Accoglienza/ Energizer</b>	Saluto dei partecipanti. I partecipanti camminano nello spazio al proprio tempo e ritmo, quando il facilitatore nomina un'emozione, ognuno deve mimarla, utilizzando corpo e voce.	5
	<b>Introduzione</b>	Le emozioni sono 6, le abbiamo nominate prima, le ricordate? Sono gioia, disgusto, etc. le proviamo tutti ma si vivono in modo diverso, ora vediamo come!	5
	<b>Attività centrale</b>	<p>Presentazione emozioni attacca-stacca e costruzione di ogni emozione in gruppo.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1- A ogni partecipante si dà 1 emozione scomposta, indicando di comporla. Ognuno mostra e nomina l'emozione che ha costruito (5 min)</li> <li>2- Il facilitatore raccoglie le emozioni e fa un test di riconoscimento delle emozioni, le si mostrano e nominano a ripetizione per 2/3 volte ognuna, chiedendo anche il mimo e supportandone la drammatizzazione. (5 min)</li> <li>3- Ogni emozione viene posizionata a terra, costituendo un percorso in 6 tappe; si chiede ai partecipanti che lo desiderano di posizionarsi su ognuna di loro e spiegare quando la si prova e come si sta quando la si prova. Ad esempio, Adesso sei sulla gioia, quand'è che provi gioia? Dove la senti nel corpo? Cosa fai quando provi gioia? (10-20 min)</li> </ol>	20-30
	<b>Debriefing</b>	<p>Domande guidate su emozioni vissute e condivise, quando si nomina un'emozione mostrare l'emozione in oggetto.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1- Cos'abbiamo fatto oggi?</li> </ol>	10-15



LoveLife APS



[www.love-life.it](http://www.love-life.it)



[segreteria@love-life.it](mailto:segreteria@love-life.it)



3471278539

via dei glicini 71, PG

p.iva/cf 03866900545



**Disability**  
in Love

		<p>2- Quali sono le 6 emozioni?</p> <p>3- Di quale emozione è stato più facile parlare? E di quale più difficile? Secondo voi perché?</p> <p>4- Quindi abbiamo visto che si può essere tristi quando...</p> <p>5- E se sono triste cosa potete fare per me?</p> <p>6- E se sei triste tu, cosa possiamo fare per te? E se invece sei triste tu?</p>	
	<b>Chiusura</b>	Giro finale: 'Oggi ho imparato che...'	5
<b>Indicatori di successo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 su 6 partecipanti completano un giro delle emozioni, raccontandosi in almeno 2.</li> <li>- Le emozioni vengono riconosciute sia nei volti che nel dispositivo.</li> <li>- Partecipazione attiva al debriefing di almeno metà gruppo.</li> </ul>		
<b>Rischi e criticità</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Difficoltà fino-motorie (offrire supporto)</li> <li>- Ansia nel condividere (condivisione non obbligatoria)</li> <li>- Qualcuno può non voler parlare, altri parlare molto (considerare l'uso di una clessidra come timer)</li> <li>- I partecipanti potrebbero confondere alcuni termini, p.es., gioia e felicità, non è fondamentale distinguerli, anche se raccomandabile</li> </ul>		
<b>Accorgimenti particolari</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nominare solo le emozioni primarie e presenti nel kit</li> <li>- Non forzare la dedica dello stesso tempo a tutte le emozioni ma dar priorità a quelle presentate dai partecipanti</li> <li>- Garantire un clima sereno e non giudicante</li> <li>- Appendere le emozioni al muro e lasciarle a disposizione dei partecipanti per le attività successive</li> </ul>		