



***Antonella D'Amico***



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PALERMO



DIPARTIMENTO di  
**SPeF**  
SCIENZE PSICOLOGICHE  
PEDAGOGICHE ESERCIZIO  
FISICO E FORMAZIONE



**MetaIntelligenze**  
CENTRO STUDI INTERNAZIONALE / ONLUS  
ognuno ha un dono

# Il programma MetaEmozioni per la promozione del Social Emotional Learning (SEL) negli studenti universitari



Article

# MetaEmotions at School: A Program for Promoting Emotional and MetaEmotional Intelligence at School; a Research-Intervention Study

Antonella D'Amico \* and Alessandro Geraci 

OPEN ACCESS

EDITED BY

Marina Fiori,  
Swiss Federal Institute for Vocational Education  
and Training, Switzerland

REVIEWED BY

Jose Miguel Mestre,  
University of Cádiz, Spain  
Gemma Filella,  
Universitat de Lleida, Spain

## Beyond emotional intelligence: The new construct of meta-emotional intelligence

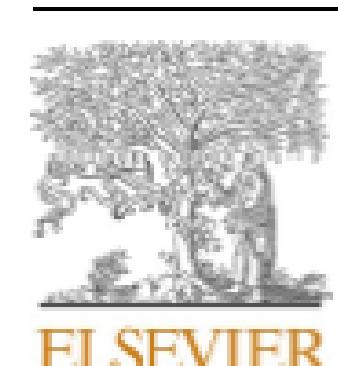
Antonella D'Amico\* and Alessandro Geraci

Department of Psychology, Educational Science and Human Movement, University of Palermo, Palermo, Italy

## The Role of Emotional and Meta-Emotional Intelligence in Pre-adolescents' Well-Being and Sociometric Status

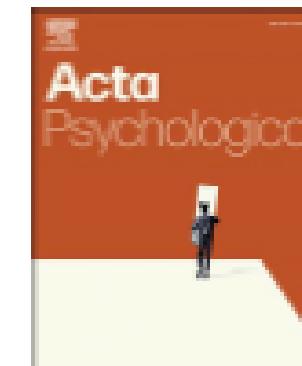
Antonella D'Amico<sup>1,2\*</sup> and Alessandro Geraci<sup>1,2</sup>

227 (2022) 103594



Contents lists available at ScienceDirect

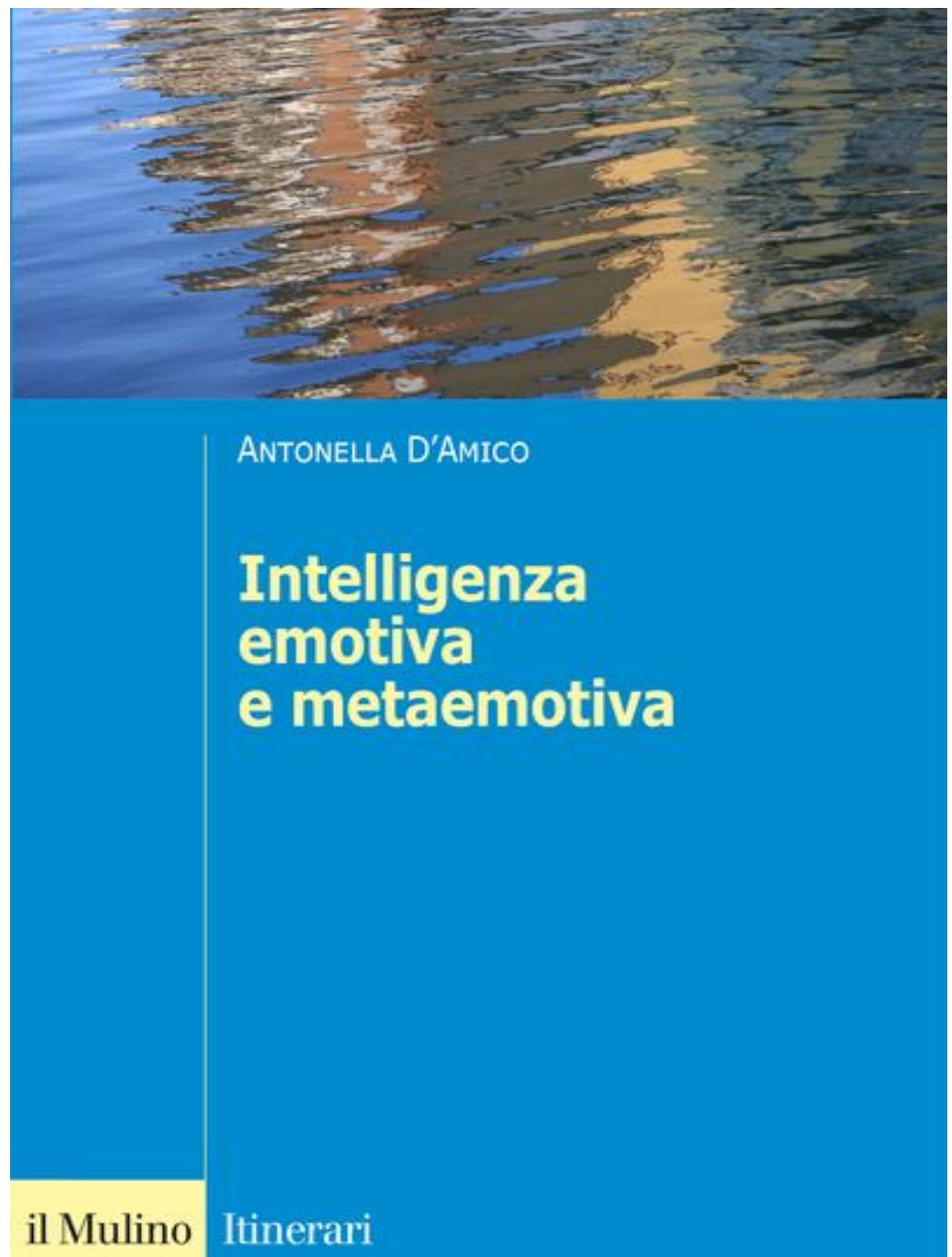
Acta Psychologica

journal homepage: [www.elsevier.com/locate/actpsy](http://www.elsevier.com/locate/actpsy)

Sex differences in emotional and meta-emotional intelligence in  
pre-adolescents and adolescents

Antonella D'Amico\*, Alessandro Geraci

Department of Psychology, Educational Science and Human Movement (Dipartimento di Scienze Psicologiche, Pedagogiche, dell'Esercizio Fisico e della Formazione),  
University of Palermo (Università degli Studi di Palermo), Viale delle Scienze, Edificio 15, 90128 Palermo, Italy



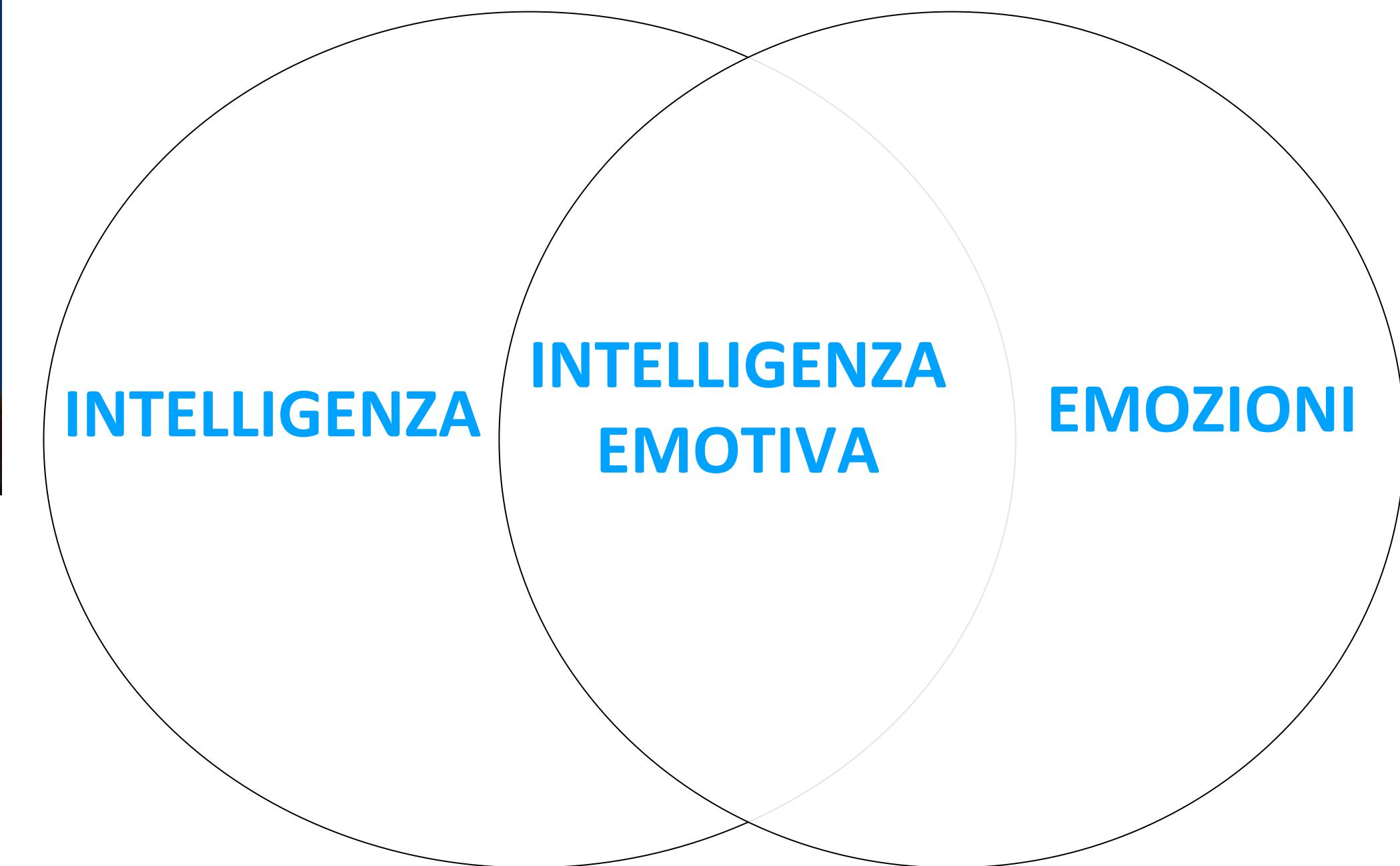
# Dall'Intelligenza Emotiva all'Intelligenza MetaEmotiva

# COS'E' L'INTELLIGENZA EMOTIVA?

**INSIEME DI ABILITA' COGNITIVO-AFFETTIVE  
UTILI PER PERCEPIRE, UTILIZZARE, COMPRENDERE E  
GESTIRE LE EMOZIONI  
MISURABILI ATTRAVERSO PROVE DI PRESTAZIONE**

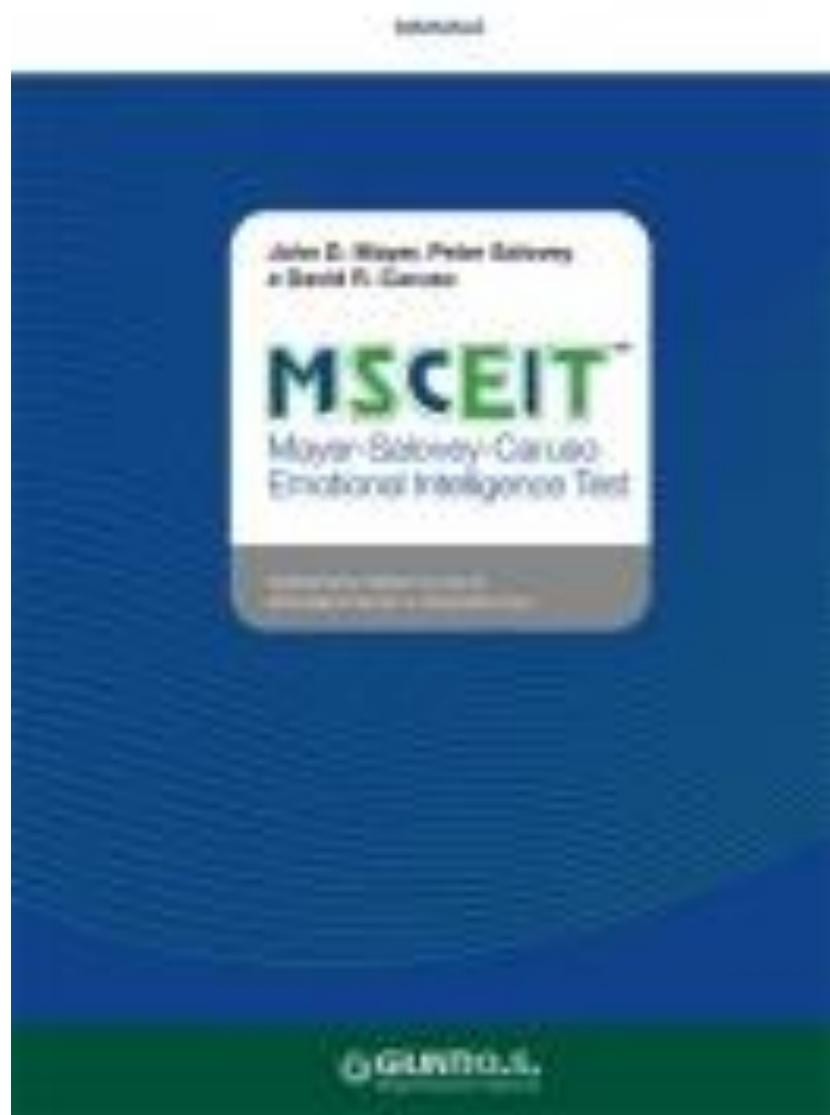


**MAYER E  
SALOVEY,  
(1997)**



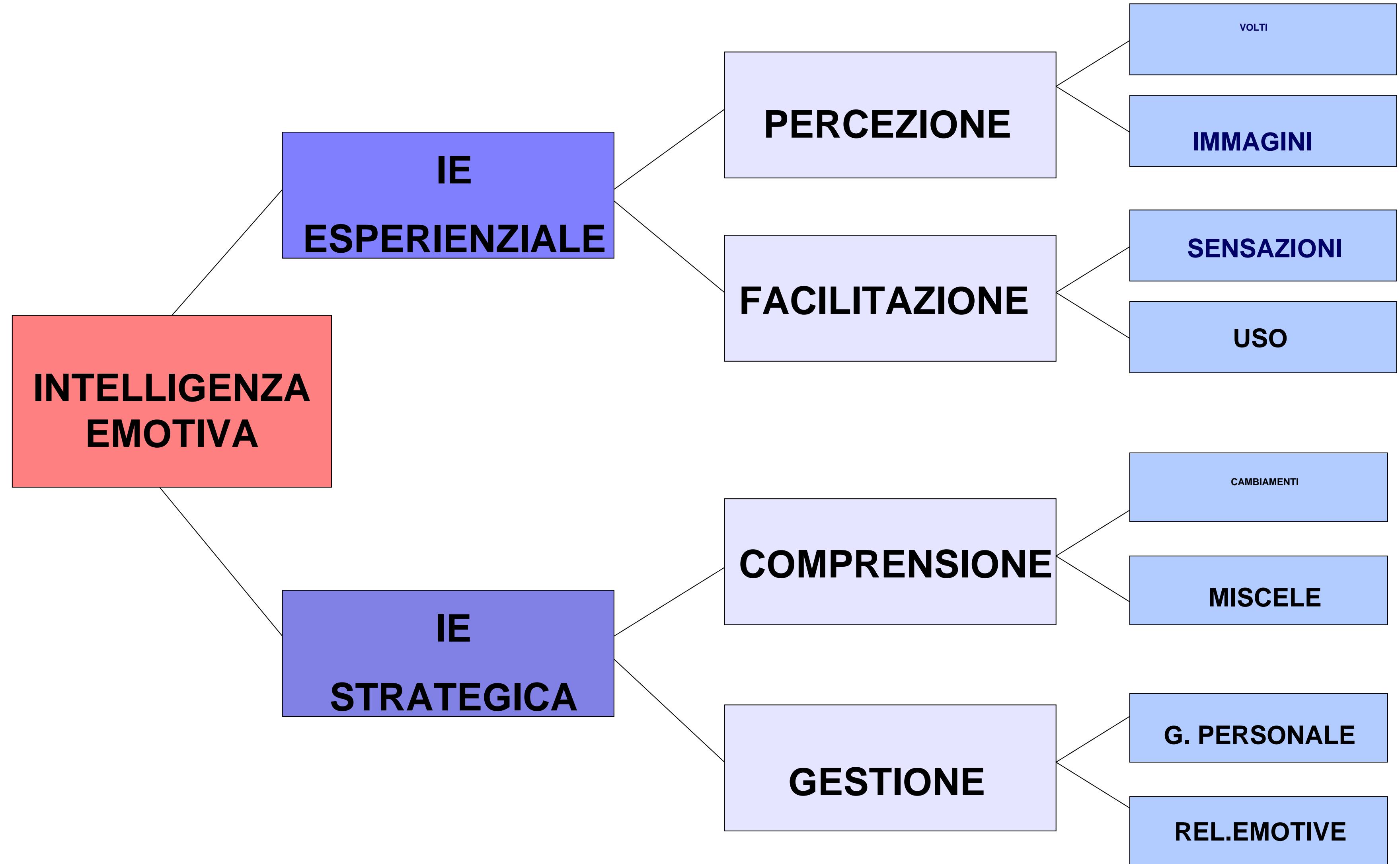
*Fonte: D'Amico, 2018*

# MISURARE LA SINTONIZZAZIONE EMOTIVA



**Misurare l'Intelligenza Emotiva**

**Il MSCEIT di Mayer, Salovey e Caruso (2002; ad. It. D'Amico e Curci, 2010)**

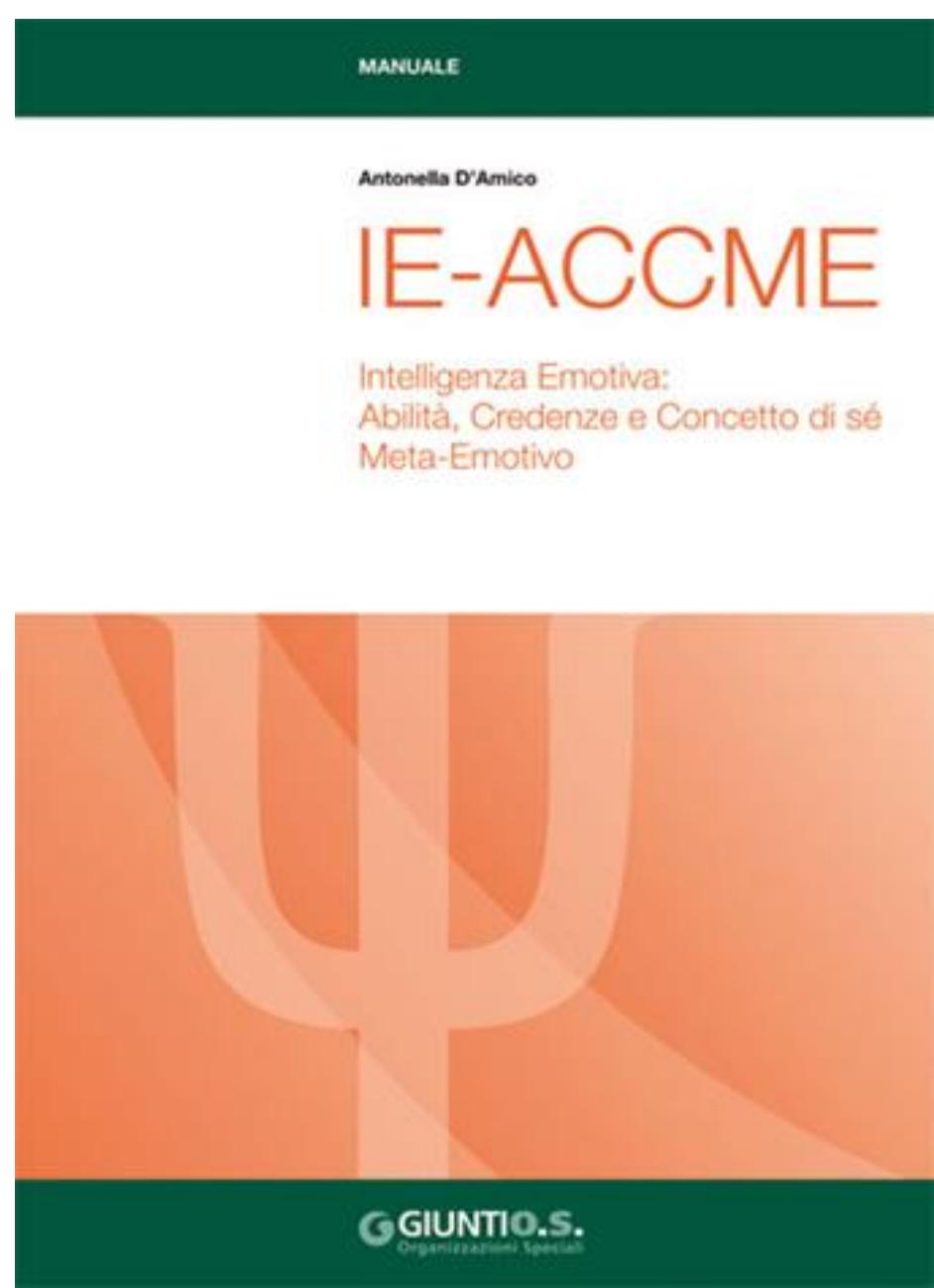


# IL COSTRUTTO DI INTELLIGENZA METAEMOTIVA



## L'Intelligenza metaemotiva dipende:

- Da grado di consapevolezza delle proprie abilità emotive
  - Dal proprio sistema di credenze sulle emozioni
- ❖ **È necessario essere consapevoli della propria intelligenza emotiva per usarla in modo intelligente**
- La mancanza di consapevolezza della propria IE spesso porta le persone a sovrastimarsi o sottovalutarsi nelle scale dei report e ad agire sulla base delle loro percezioni piuttosto che delle loro abilità
- ❖ **È necessario attribuire attenzione e valore alla sfera delle emozioni?**
- **Abbiamo bisogno di un sistema di credenze emotivamente intelligente per usare l'IE nella vita di tutti i giorni**
  - **Il nostro sistema di credenze guida la motivazione, l'attenzione ed comportamento ed è un'importante fonte di informazioni. Se non crediamo che le emozioni siano informative, tendiamo a ignorare i segnali emotivi.**



## Il Test IE-ACCME per pre-adolescenti ed adolescenti



	poco	2	3	4	molto
1. paura	1	2	3	4	5
2. disgusto	1	2	3	4	5
3. rabbia	1	2	3	4	5
4. gioia	1	2	3	4	5
5. sorpresa	1	2	3	4	5
6. tristezza	1	2	3	4	5



	poco	2	3	4	molto
1. sorpresa	1	2	3	4	5
2. paura	1	2	3	4	5
3. disgusto	1	2	3	4	5
4. gioia	1	2	3	4	5
5. tristezza	1	2	3	4	5
6. rabbia	1	2	3	4	5

# Intelligenza Emotiva Abilità, Credenze, Concetto di sé Meta-Emotivo

MANUALE

Antonella D'Amico

IE-ACCME

Intelligenza Emotiva:  
Abilità, Credenze e Concetto di sé  
Meta-Emotivo

### Credenze MetaEmotiva (CE)

- Questionario
- 16 items
- 8+4 punteggi
- Punteggio totale

### Concetto di sé Emotivo (CME)

- Self report
- 20 items
- 8+4 punteggi
- Punteggio totale

### Abilità Emotive

- Prove di prestazione
- 141 items
- 8+4 punteggi
- Punteggio totale

### Autovalutazione di prestazione

- Self report
- 8 items
- 8+4 punteggi
- Punteggio totale

1. Oggi passerai il pomeriggio con il/la tuo/a migliore amico/a.

*Quale emozione provi?*

- a. gioia      b. eccitazione      c. sorpresa      d. disgusto      e. attesa

1. Il/la tuo/a amico/a però non viene più senza avvisarti.

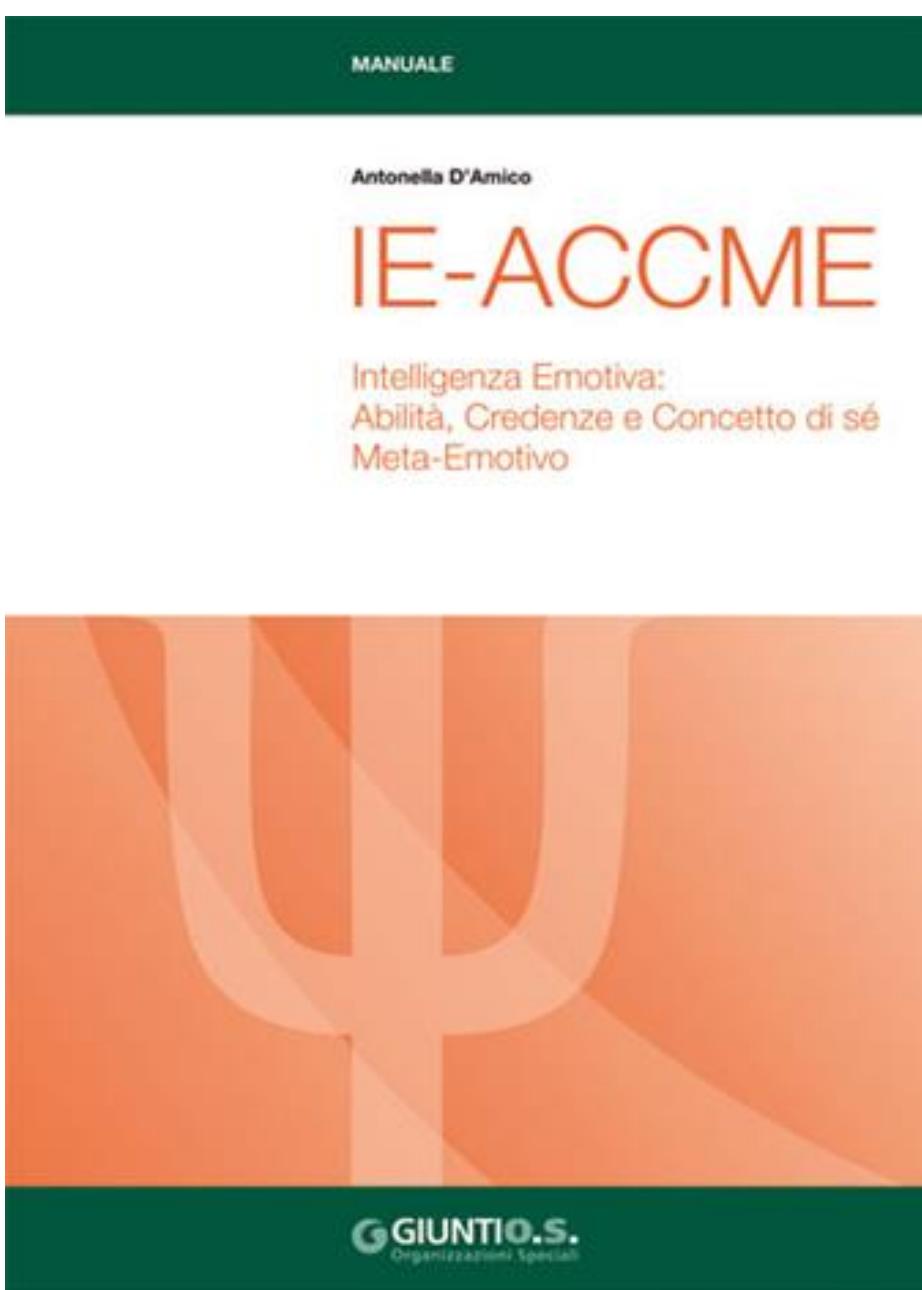
*all'avvertito andò adesso?*

1. L'interrogazione di fine quadrimestre è andata veramente male. Tu avevi studiato ma l'insegnante non ti crede. Sei amareggiata e arrabbiata, ma capisci che devi recuperare un buon rapporto con l'insegnante.

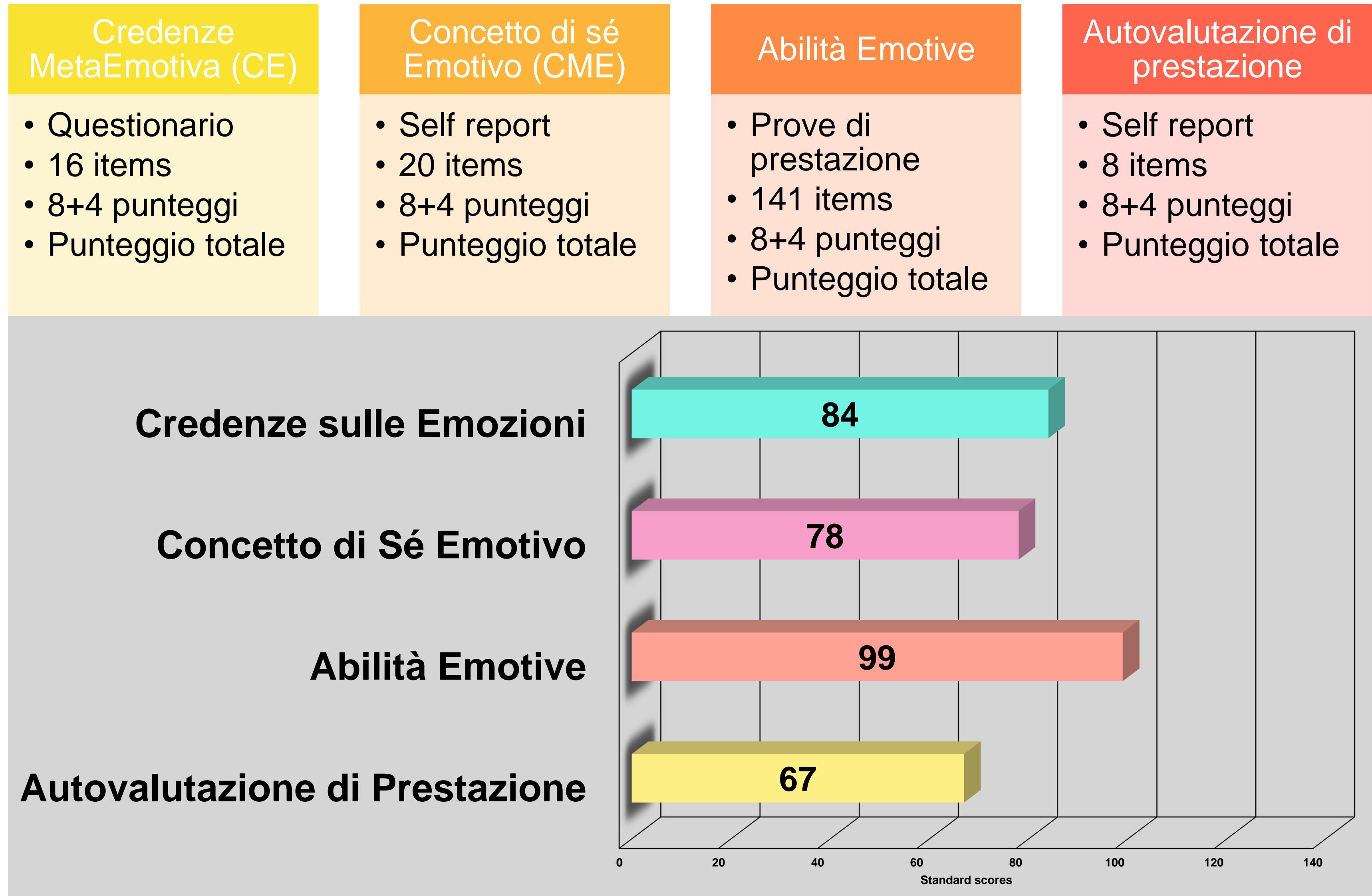
*In una situazione simile, cosa fai tu di solito?*

- |   |                       |
|---|-----------------------|
| a. Chiedo ai miei di andare a parlare con l'insegnante e difendermi.              | 1    2    3    4    5 |
| b. Chiedo all'insegnante di interrogarmi di nuovo, e faccio del mio meglio.       | 1    2    3    4    5 |
| c. Mi mostro irritata ed offesa con l'insegnante.                                 | 1    2    3    4    5 |
| d. Mi chiudo in me stessa, l'insegnante si renderà conto di avermi trattato male. | 1    2    3    4    5 |

# Intelligenza Emotiva Abilità, Credenze, Concetto di sé Meta-Emotivo



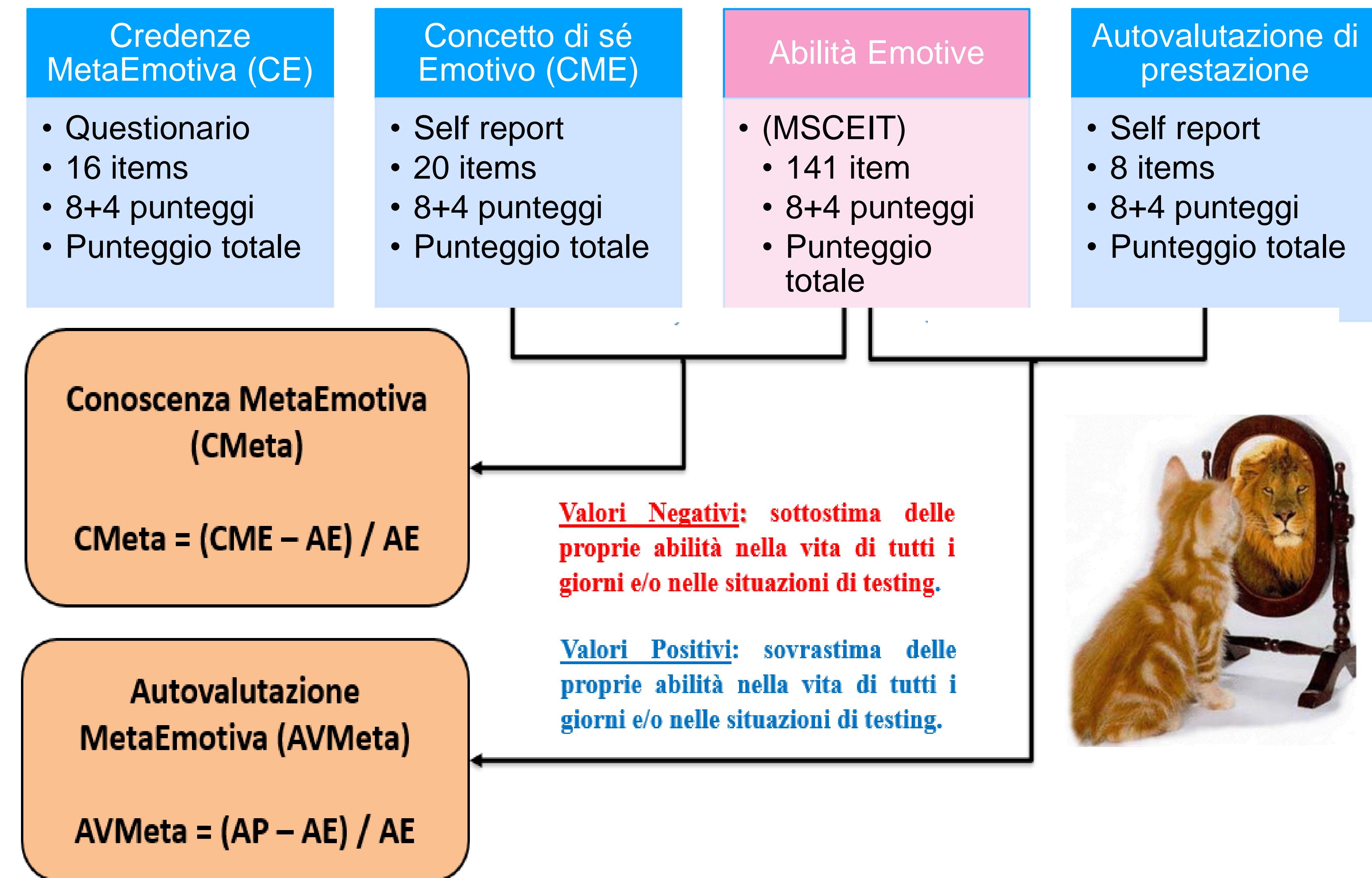
**Il Test IE-ACCME  
per pre-adolescenti  
ed adolescenti**



# Profilo metaemotivo negli adulti



## Test MSCEIT ed IE-ACCME





**Antonella D'Amico**

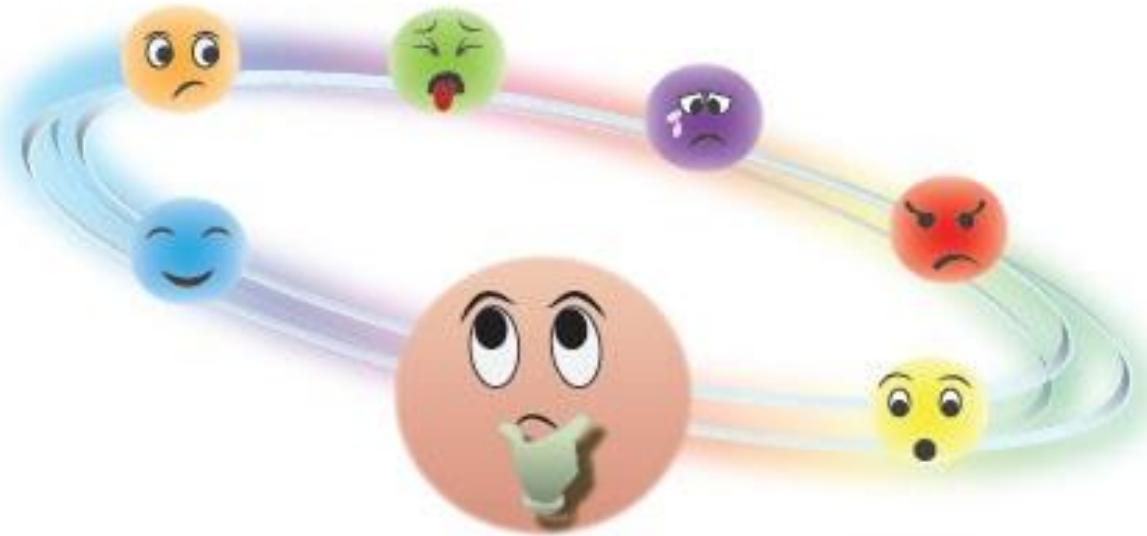


UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PALERMO



# Il programma **MetaEmozioni**

**PER LA PROMOZIONE  
DELL'INTELLIGENZA EMOTIVA IN  
BAMBINI, ADOLESCENTI E ADULTI**



**Meta Emozioni**

## **OBIETTIVI**

**Sviluppare nei  
partecipanti la  
consapevolezza delle  
proprie abilità emotive**

**Potenziare le abilità  
emotive con specifiche  
attività di training**

## **AMBITI DI APPLICAZIONE**

**Promozione del  
benessere e  
prevenzione del  
rischio  
psicosociale**

**Intervento  
educativo e di  
comunità**

**Intervento  
psicologico**

## **DESTINATARI**

**BAMBINI**

**ADOLESCENTI**

**ADULTI**

## LE FASI

1

- Assessment dei partecipanti

2

- Colloquio di restituzione dei risultati

3

- Avvio dell'automonitoraggio mediante il diario metaemotivo

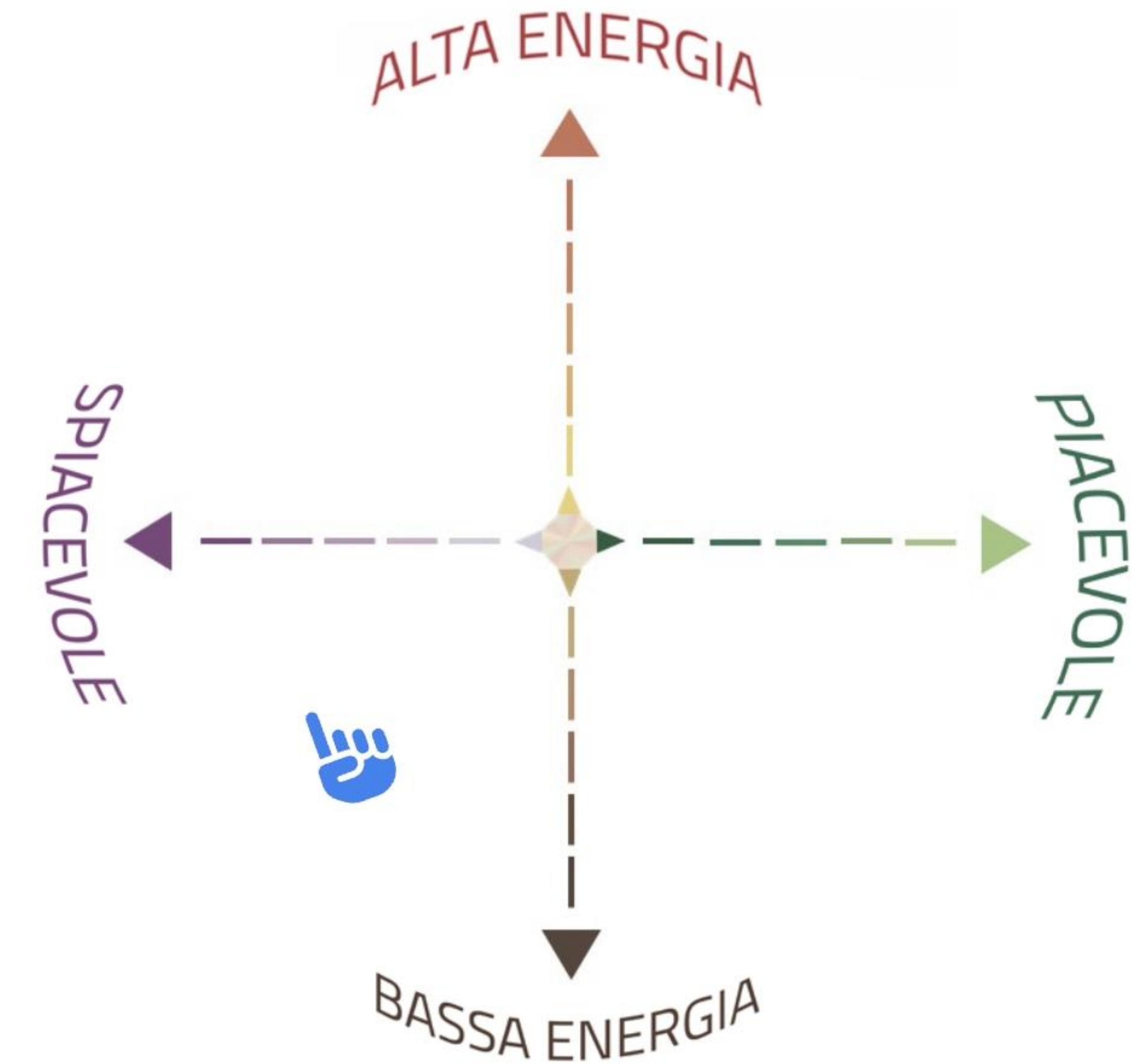
4

- Realizzazione delle sessioni di training

5

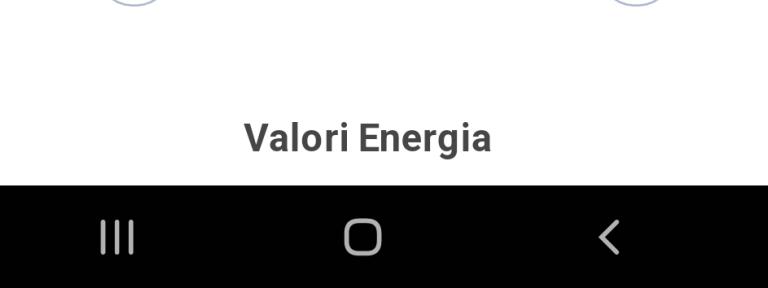
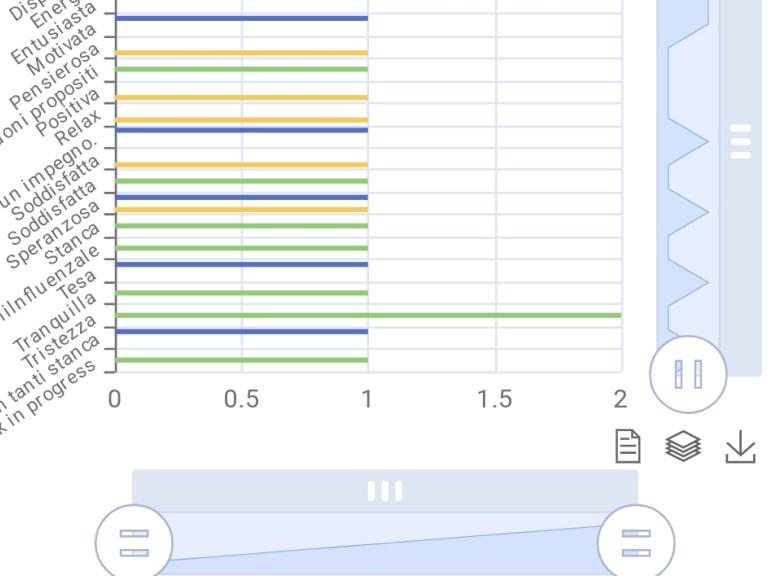
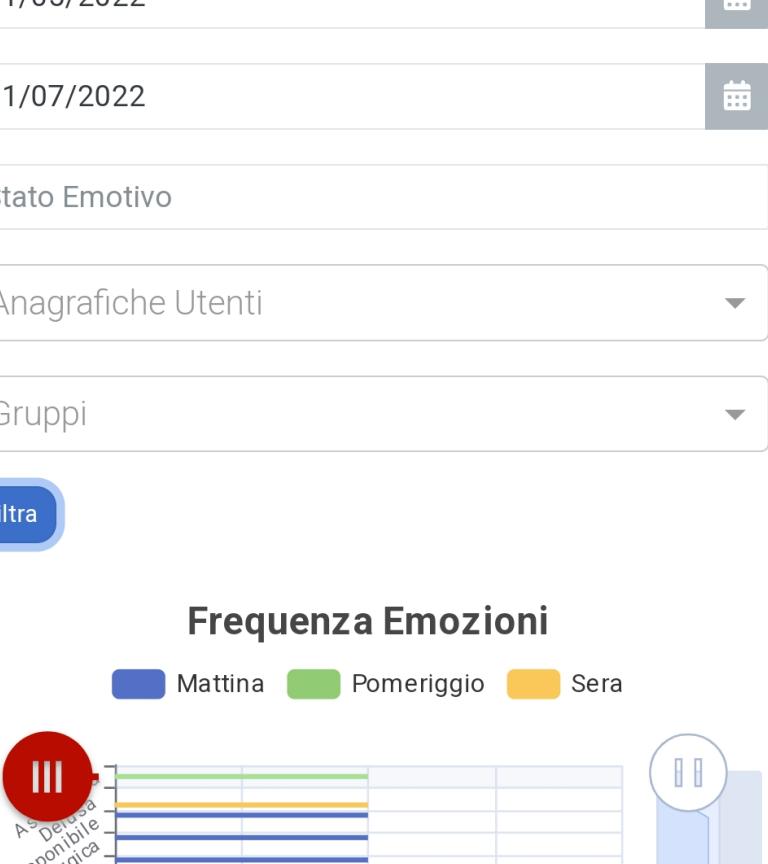
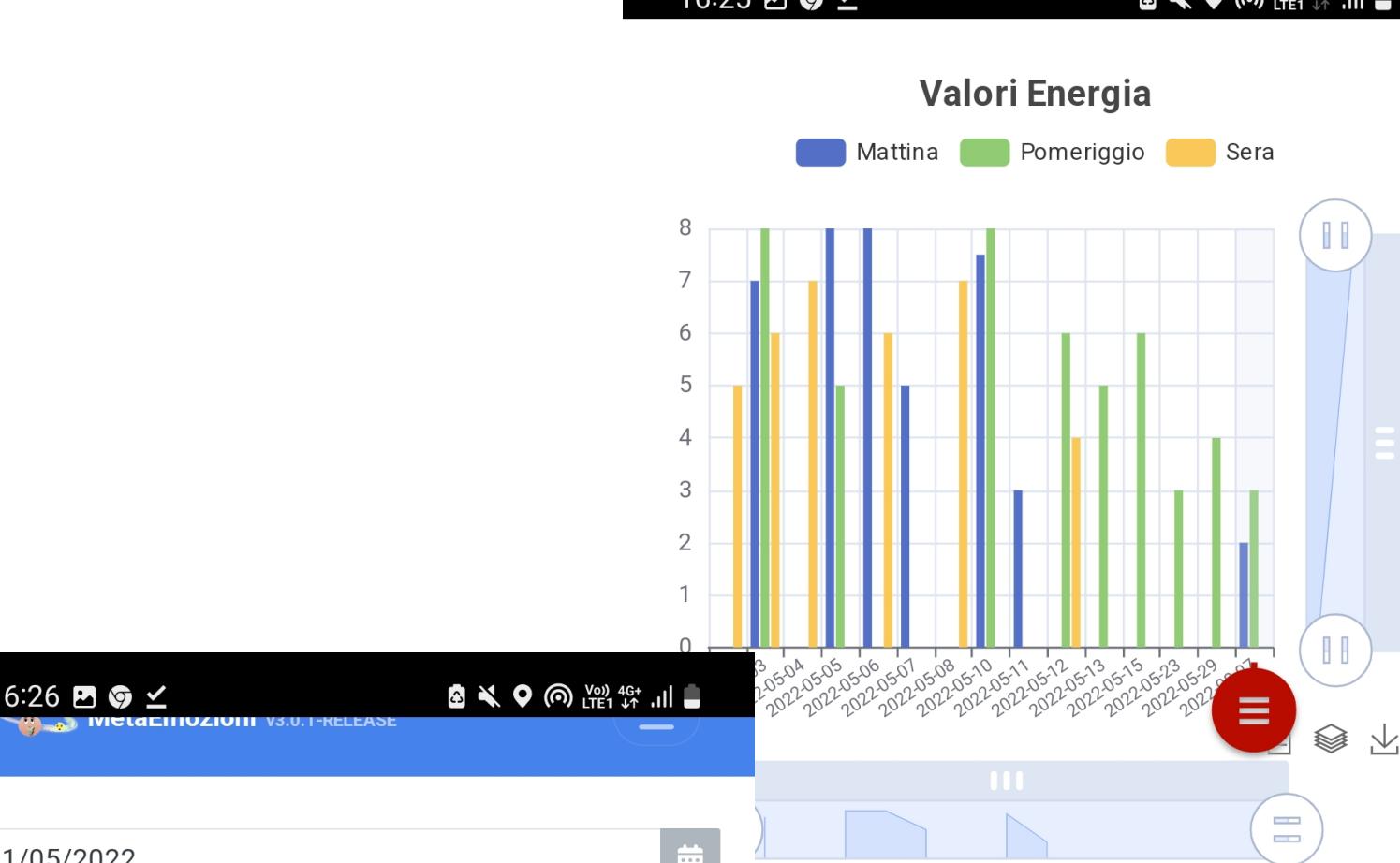
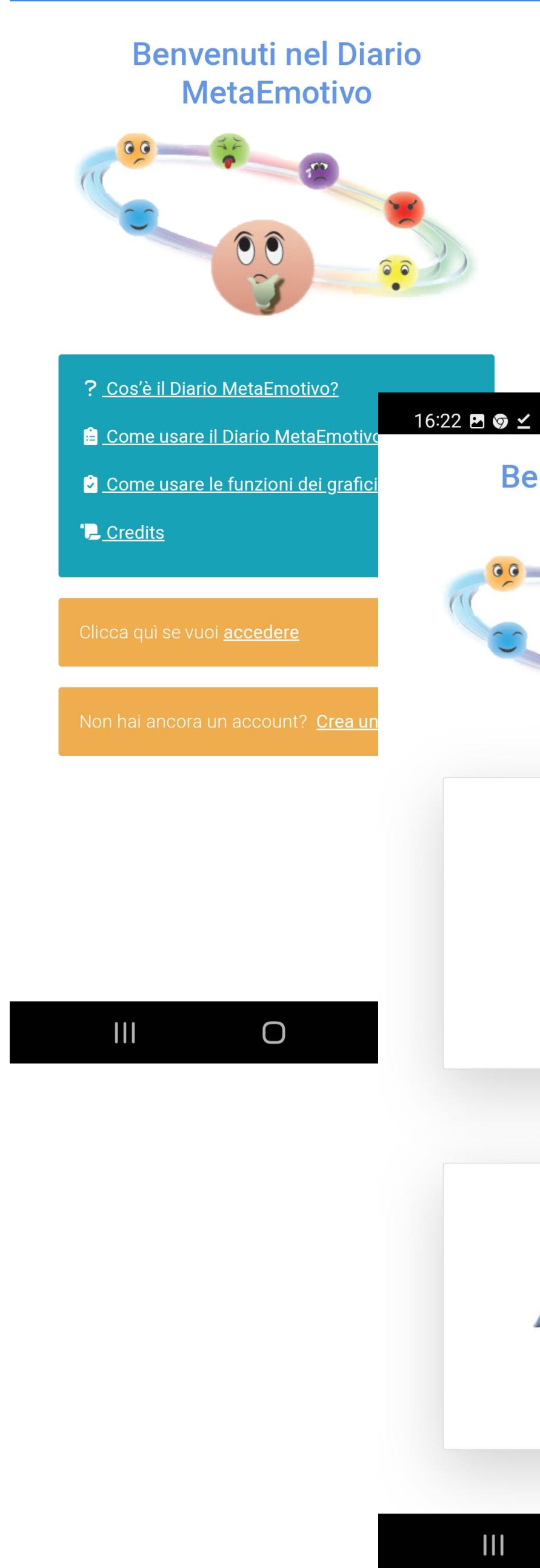
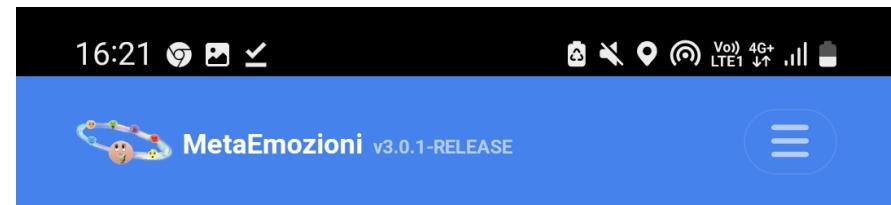
- *Focus group* conclusivo

# Il diario MetaEmotivo La App



# Il diario MetaEmotivo

## La App



# LE ATTIVITA' ESPERIENZIALI DEL METODO METAEMOZIONI

Riconoscimento ed espressione non verbale delle emozioni

Espressioni facciali

Gesti

Prossemica e aptica

Sinestesie emotive

Colori

Forme

Suoni e musica

Gusto

Odore

Tatto

Integrazione multisensoriale

Comprensione delle emozioni

Livello semantico-lessicale

Livello esperienziale

Livello situazionale

Gestione emotiva (regolazione 1)

Gestire le emozioni mediante il comportamento

Gestire le emozioni mediante il pensiero

Genesi ed uso delle emozioni (regolazione 2)

Usare emozioni e metaemozioni per regolare il comportamento ed il pensiero

Generare le emozioni per regolare il comportamento , il pensiero e le emozioni

# MetaEmozioni Scuola

Partecipazione degli insegnanti ai workshop di formazione esperienziale per diventare “ambasciatori” dell’intelligenza emotiva e metaemotiva a scuola.



Assessment sull’intelligenza emotiva e metaemotiva seguito da una restituzione e discussione collettiva sui risultati ottenuti.

Applicazione delle attività con il supporto e la guida di psicologi esperti formati sul metodo.

Disseminazione del metodo a scuola.



Home | Antonella D'Amico 

Italiano (it) Cerca 

PERSONALIZZA QUESTA PAGINA

## LA PIATTAFORMA ONLINE METAEMOZIONI

**Navigazione** 

**Dashboard**

▶ Sezioni

**Categorie di corso** 

Area risorse comuni

MetaEmozioni-Test

... - - - - -

**Benvenuto** 

Benvenuti nella piattaforma online MetaEmozioni!

MetaEmozioni è un metodo per promuovere l'intelligenza emotiva e metaemotiva nato a seguito delle mie ricerche, condotte sia come ricercatore del Dipartimento di Scienze Psicologiche, Pedagogiche, dell'Esercizio Fisico e della Formazione dell'Università degli Studi di Palermo che come Direttore Scientifico del Centro Studi Internazionale MetalIntelligenze Onlus.

Attualmente, esistono due versioni del metodo:

- **MetaEmozioni-Test & Training:** è pensato per la crescita personale e anche per un utilizzo professionale negli ambiti psico-educativi, clinici, di comunità ed organizzativi. Diversi tipi di operatori possono prendere parte a fasi differenziate

**Annunci recenti** 

Aggiungi nuovo argomento...  
(Non ci sono annunci.)

**Utenti online** 

(ultimi 5 minuti: 1)

 Antonella D'Amico

**Dati** 

# Il laboratorio con le studentesse di Scienze della Formazione Primaria

Laboratorio MetaEmozioni 2024

Domande Risposte 9 Impostazioni

*Laboratorio MetaEmozioni 2024*

B I U ↲ ✖

Lo scopo del presente questionario è quello di rilevare l'efficacia del percorso laboratoriale MetaEmozioni sviluppato nei mesi di Marzo, Aprile e Maggio 2024. Il questionario semi-strutturato, oltre a rilevare l'indice di gradimento di chi ha partecipato con costanza, vuole comprendere il significato legato all'esperienza personale di ciascuno.

+

✉

Tr

▲

▶

≡

?

