



***Antonella D'Amico***



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PALERMO




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

SCIENZE PSICOLOGICHE  
PEDAGOGICHE ESERCIZIO  
FISICO E FORMAZIONE

# **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>

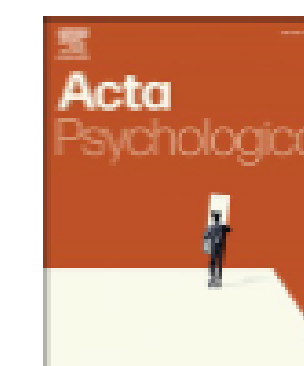
227 (2022) 103594



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

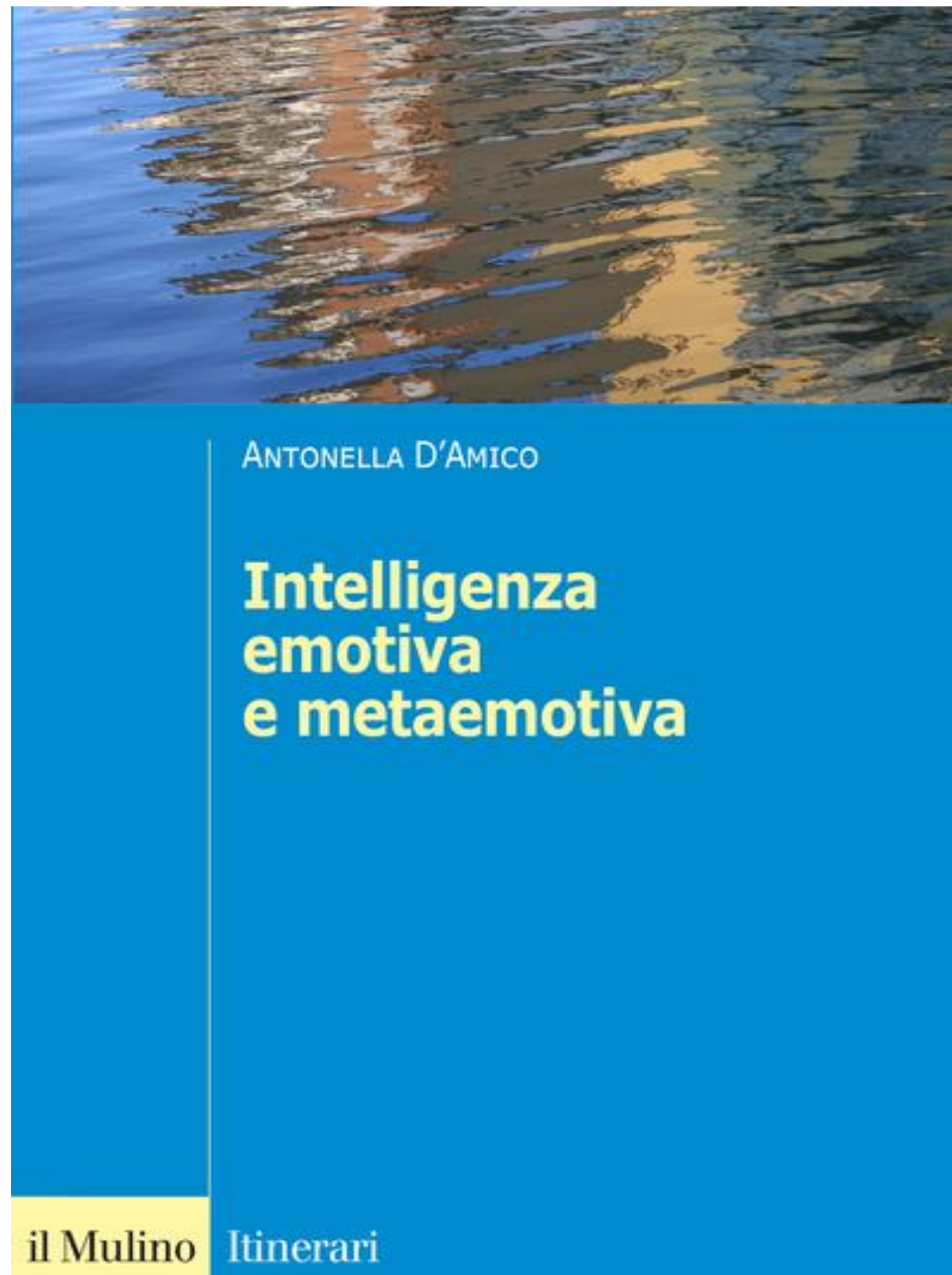




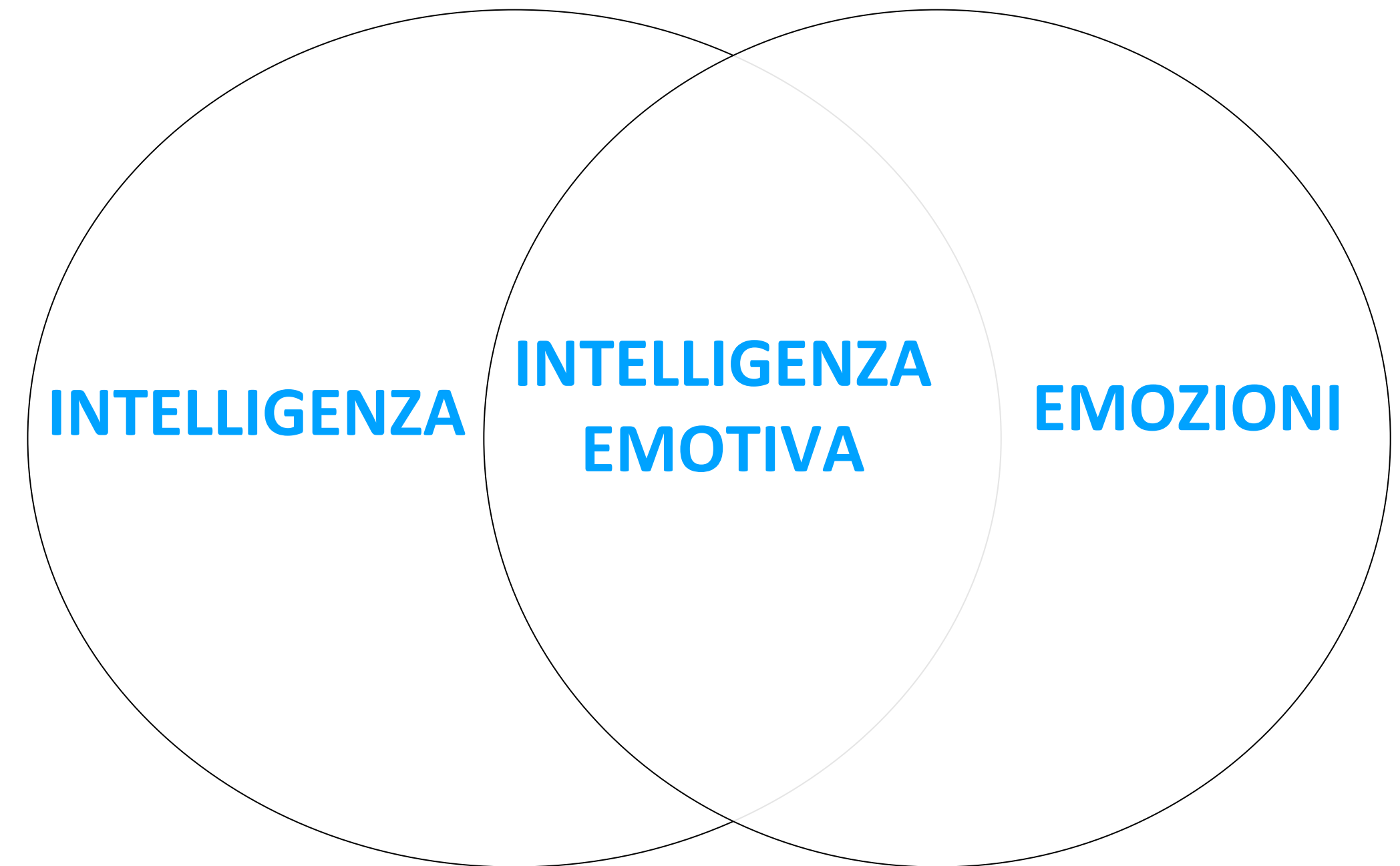
# Dall'Intelligenza Emotiva all'Intelligenza MetaEmotiva

# **COS'E' L'INTELLIGENZA EMOTIVA?**

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

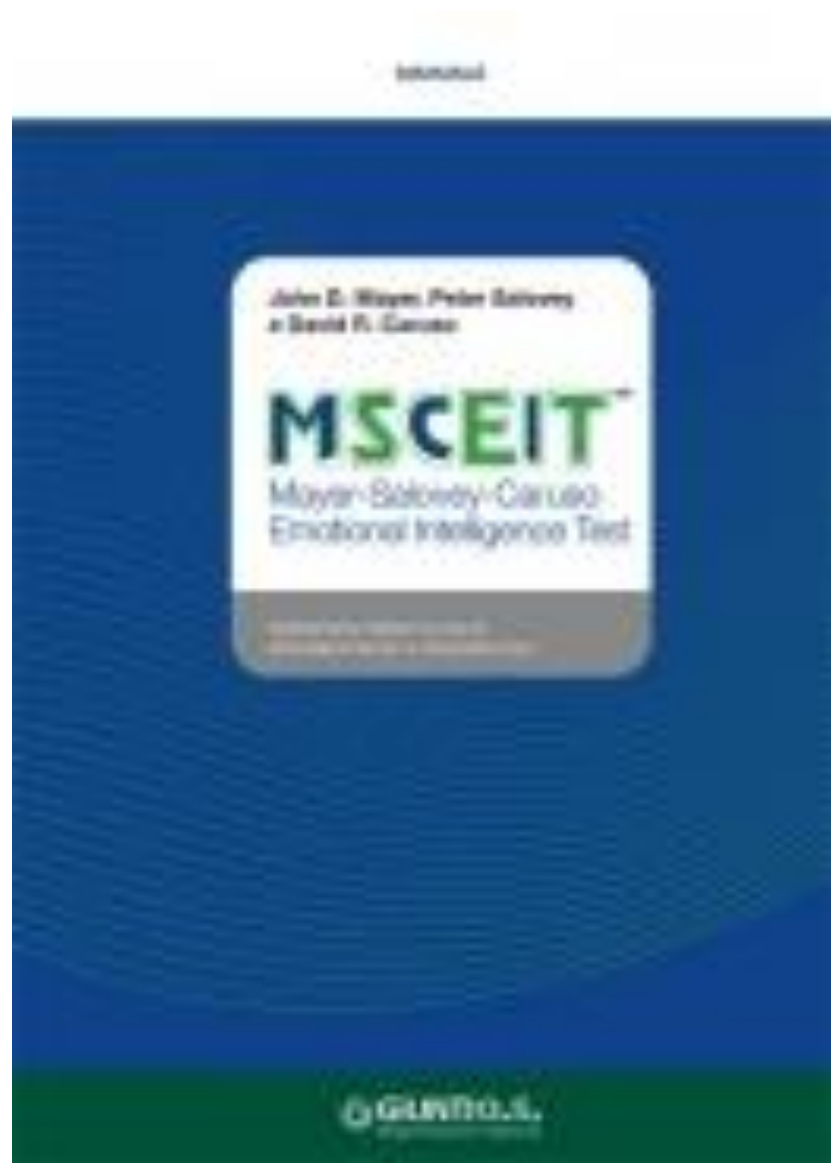


**MAYER E  
SALOVEY,  
[1997]**



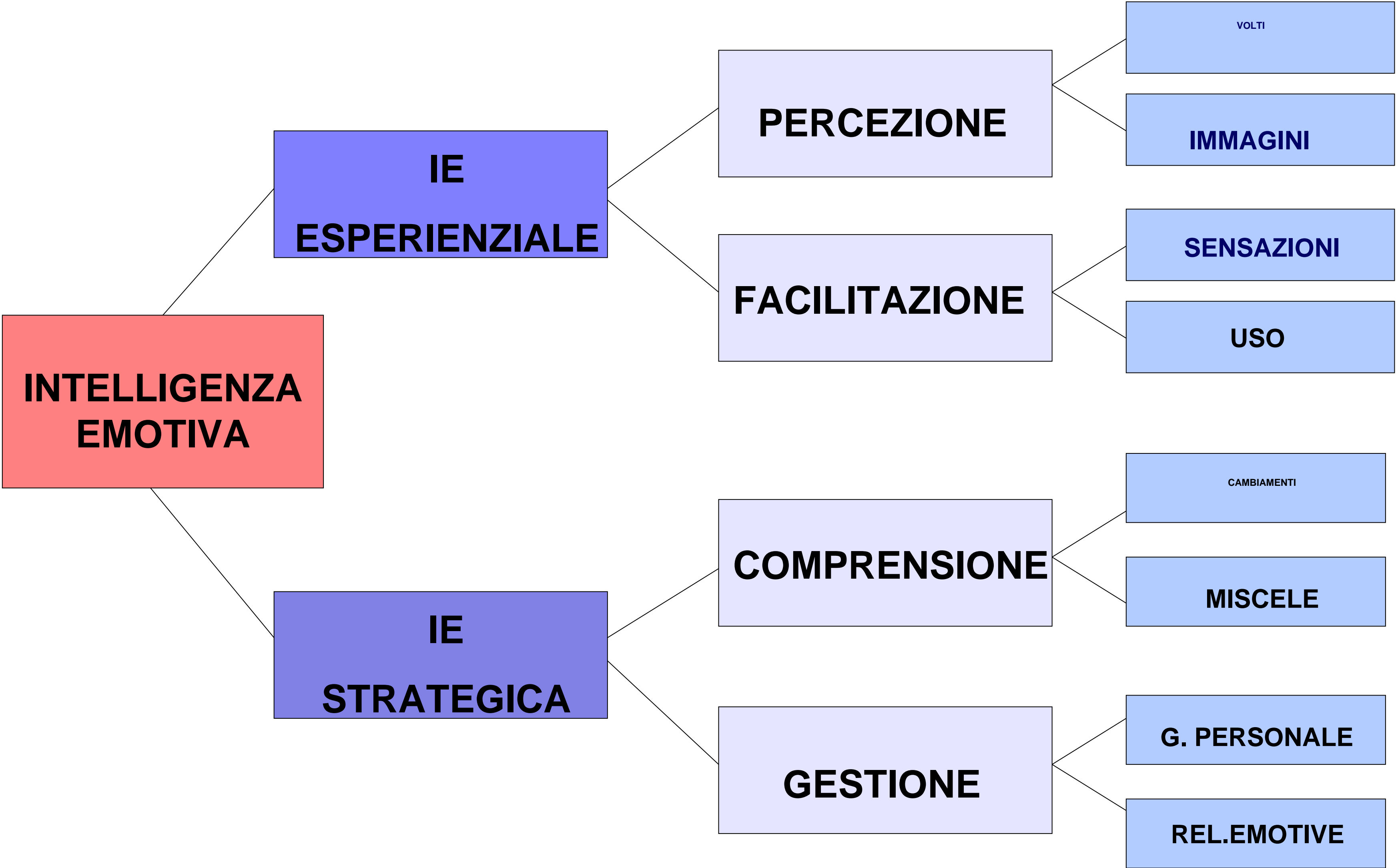
*Fonte: D'Amico, 2018*

# 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

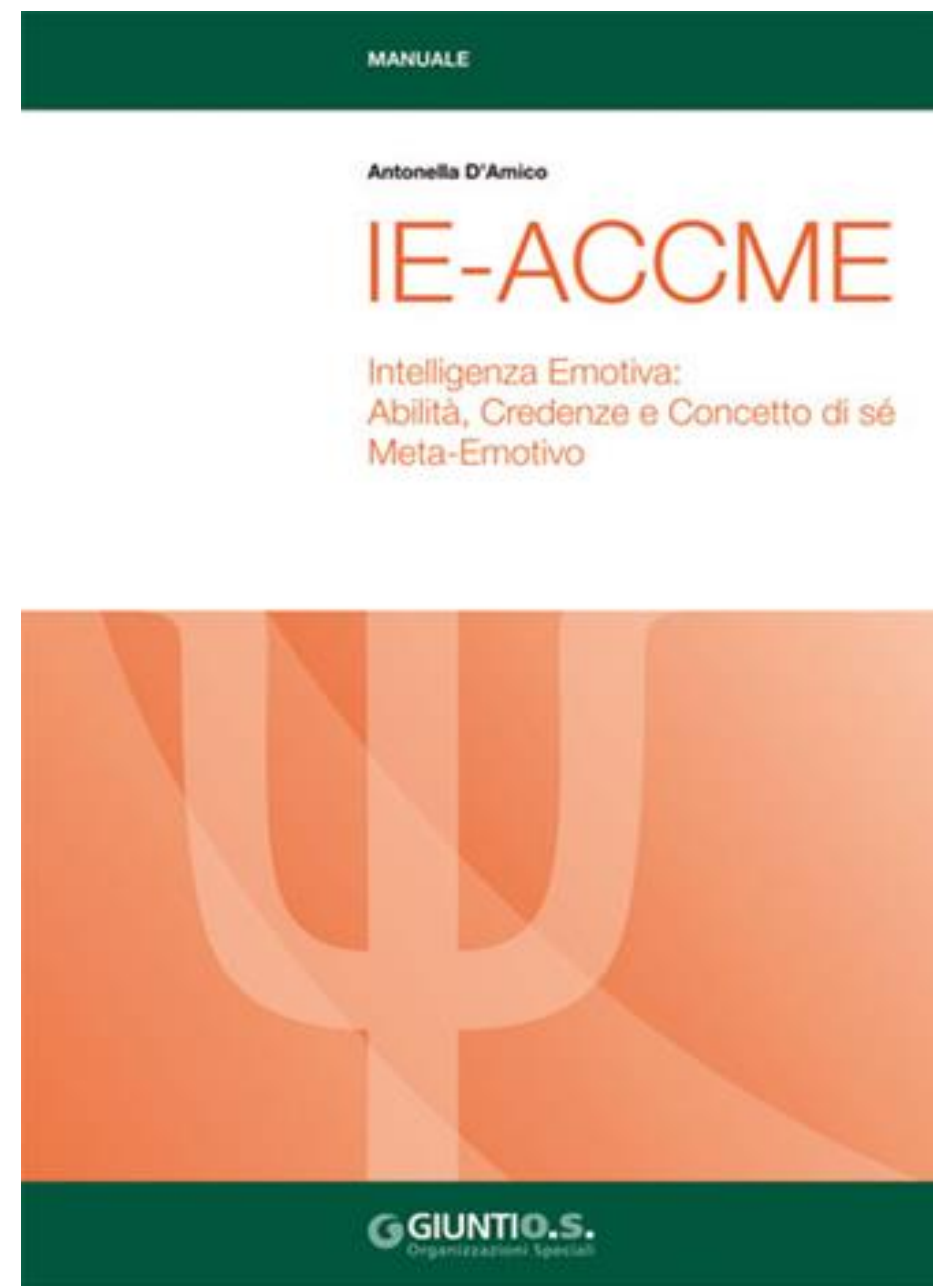
## L'Intelligenza metaemotiva dipende:

- 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 il comportamento ed è un'importante fonte di informazioni. Se non crediamo che le emozioni siano informative, tendiamo a ignorare i segnali emotivi.



# Intelligenza Emotiva

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



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

### 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



|              | poco |   |   |   | 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 |   |   |   | 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     |

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

*Quali emozioni provi?*

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

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

*all'amarlo/la provi ad arca?*

**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.**

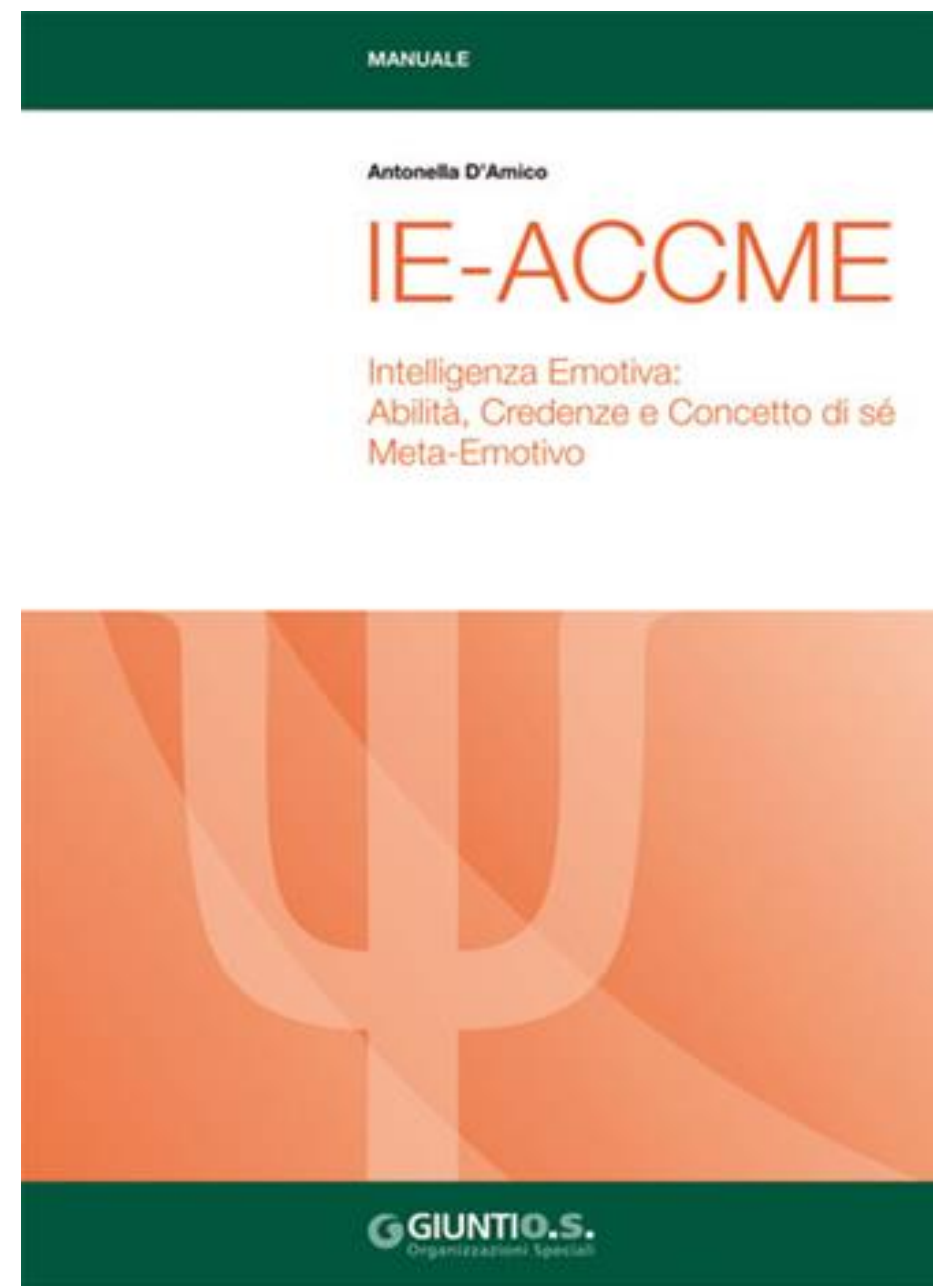
*In una situazione simile, cosa fai tu di solito?*

- |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 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 |

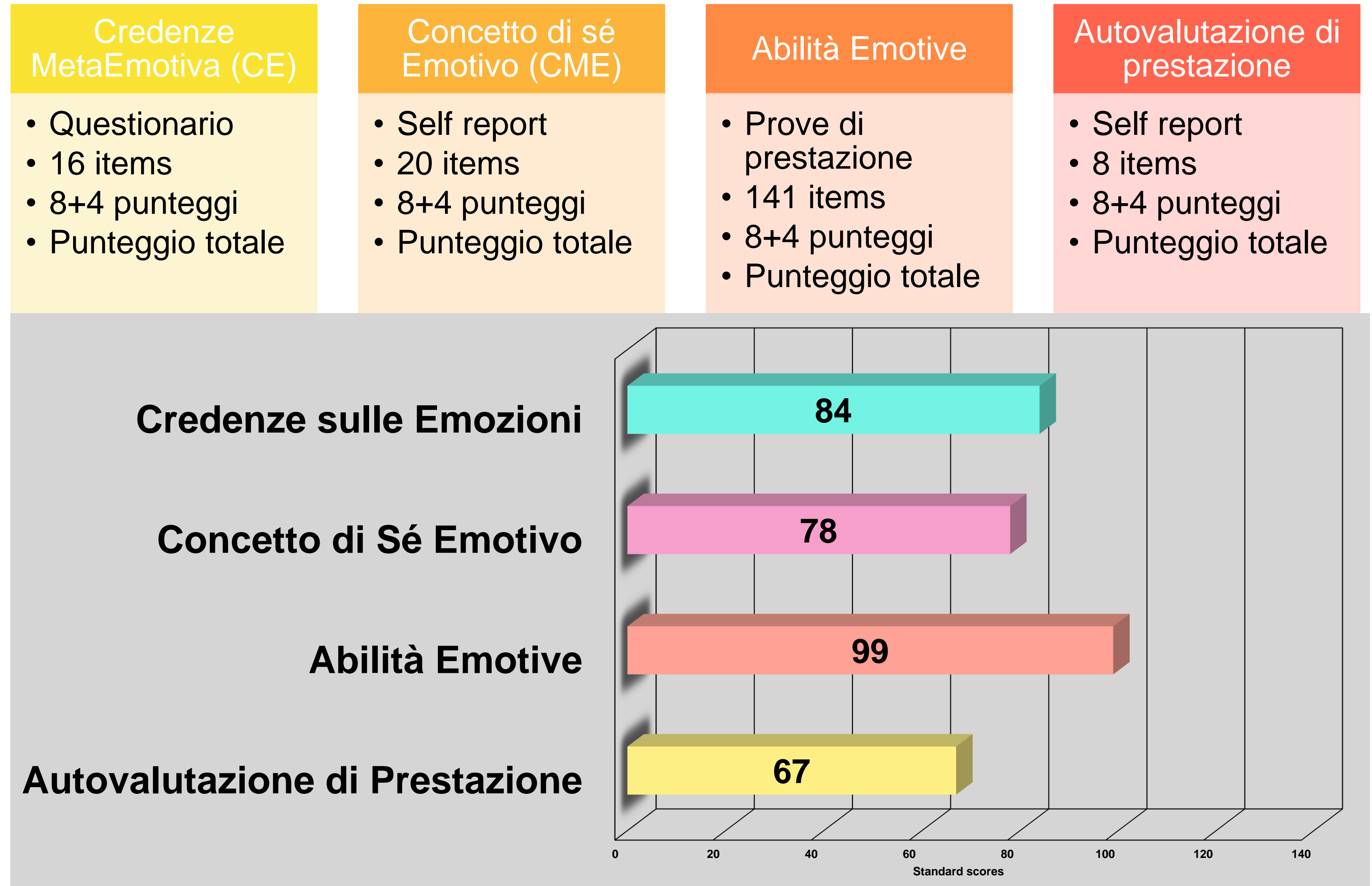


# Intelligenza Emotiva

## 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

### 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

- (MSCEIT)
- 141 item
- 8+4 punteggi
- Punteggio totale

### Autovalutazione di prestazione

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

### Conoscenza MetaEmotiva (CMeta)

$$\text{CMeta} = (\text{CME} - \text{AE}) / \text{AE}$$

### Autovalutazione MetaEmotiva (AVMeta)

$$\text{AVMeta} = (\text{AP} - \text{AE}) / \text{AE}$$

**Valori Negativi:** sottostima delle proprie abilità nella vita di tutti i giorni e/o nelle situazioni di testing.

**Valori Positivi:** sovrastima delle proprie abilità nella vita di tutti i giorni e/o nelle situazioni di testing.





**Antonella D'Amico**



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PALERMO



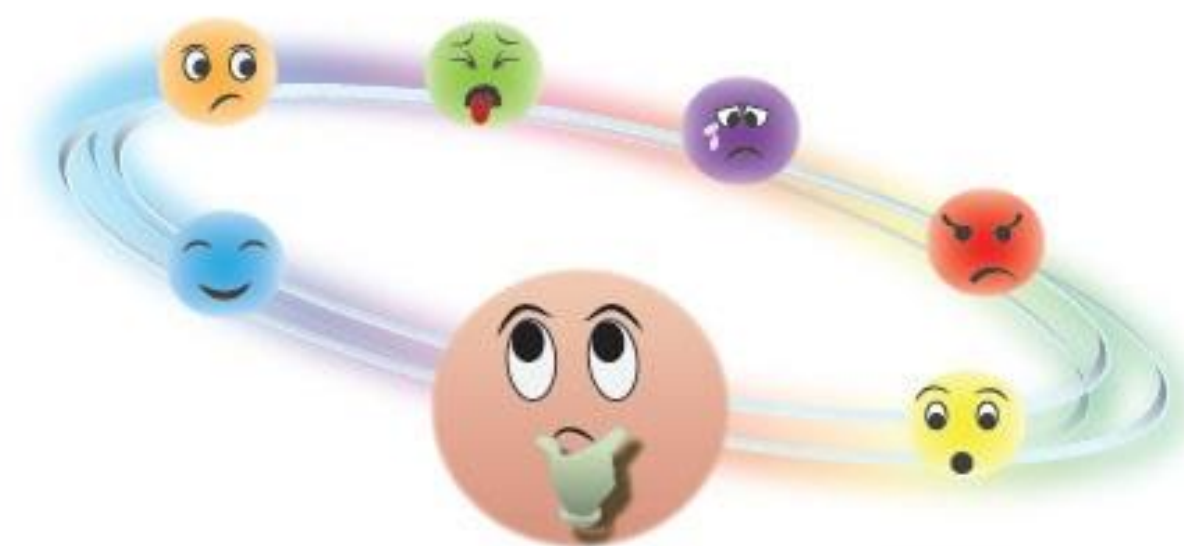
DIPARTIMENTO di

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

SCIENZE PSICOLOGICHE  
PEDAGOGICHE ESERCIZIO  
FISICO E FORMAZIONE

# Il programma MetaEmozioni

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



**MetaEmozioni**



## 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

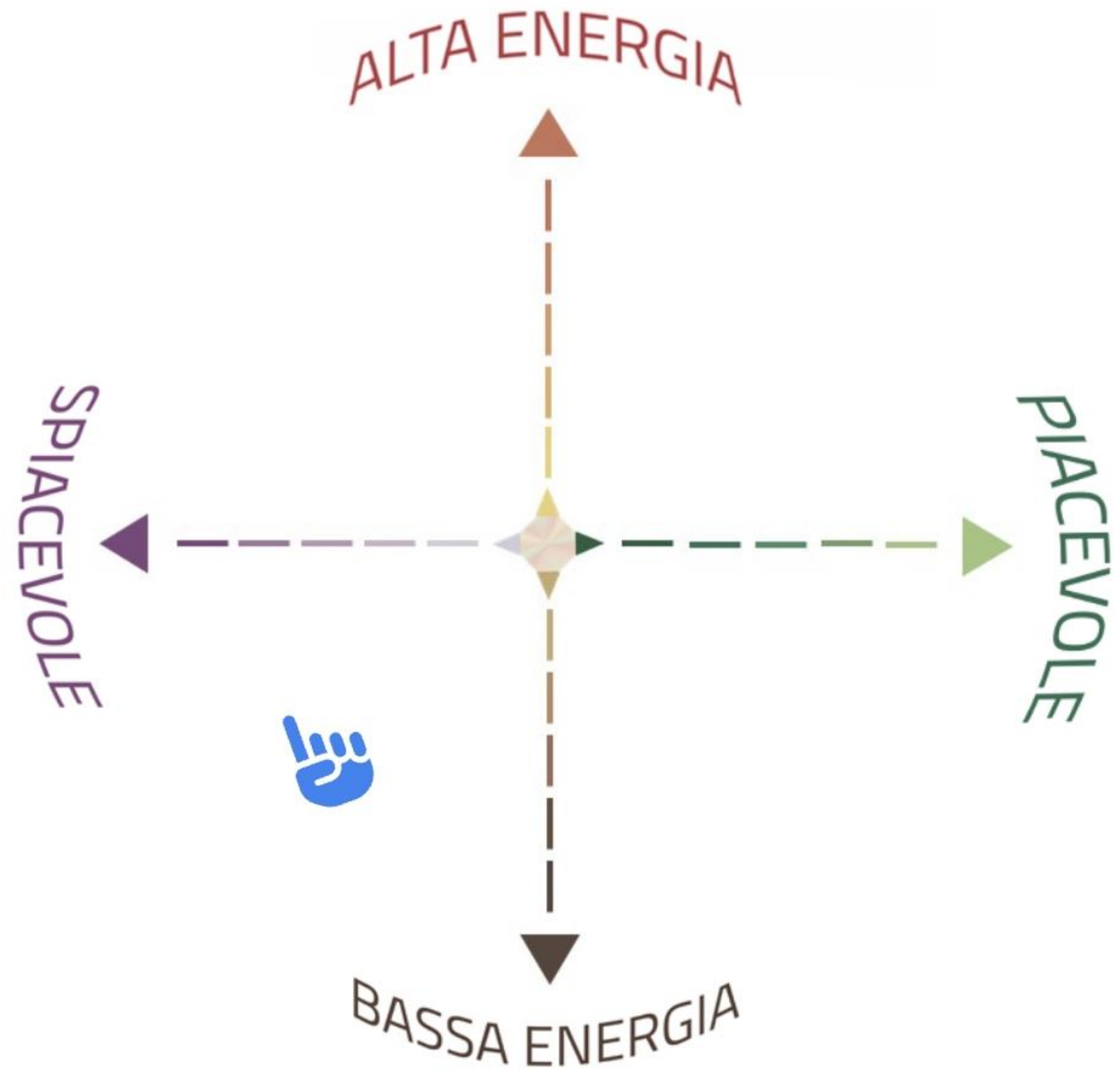
5

•*Focus group* conclusivo



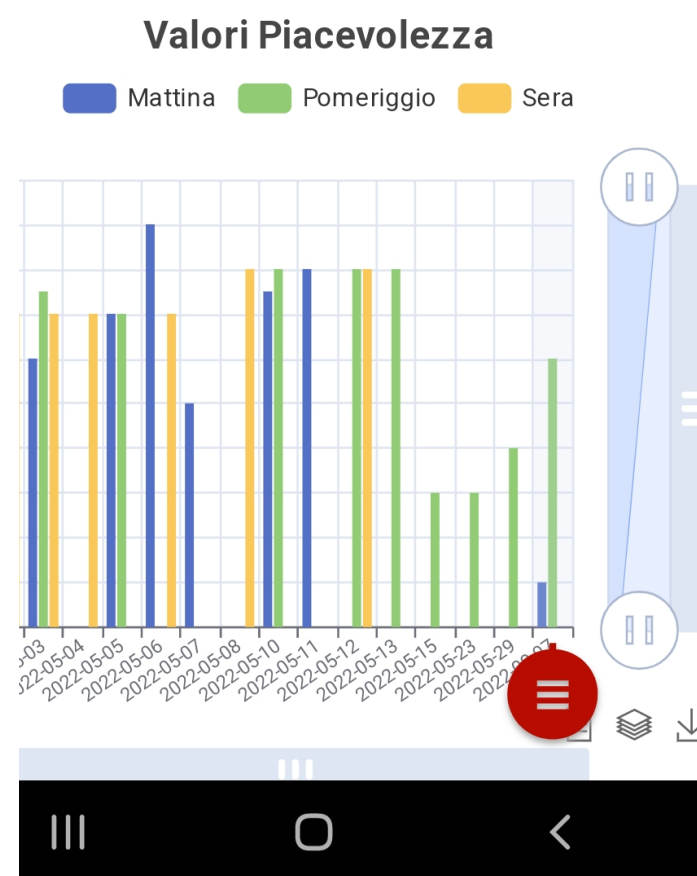
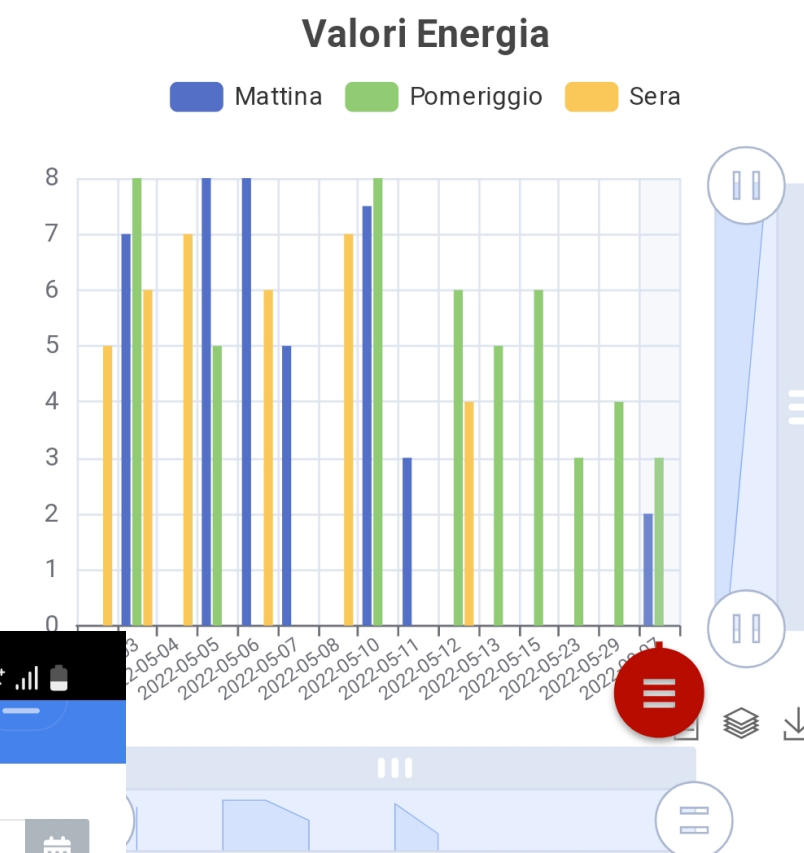
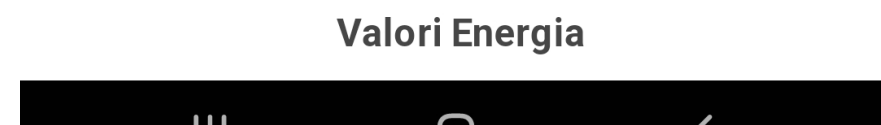
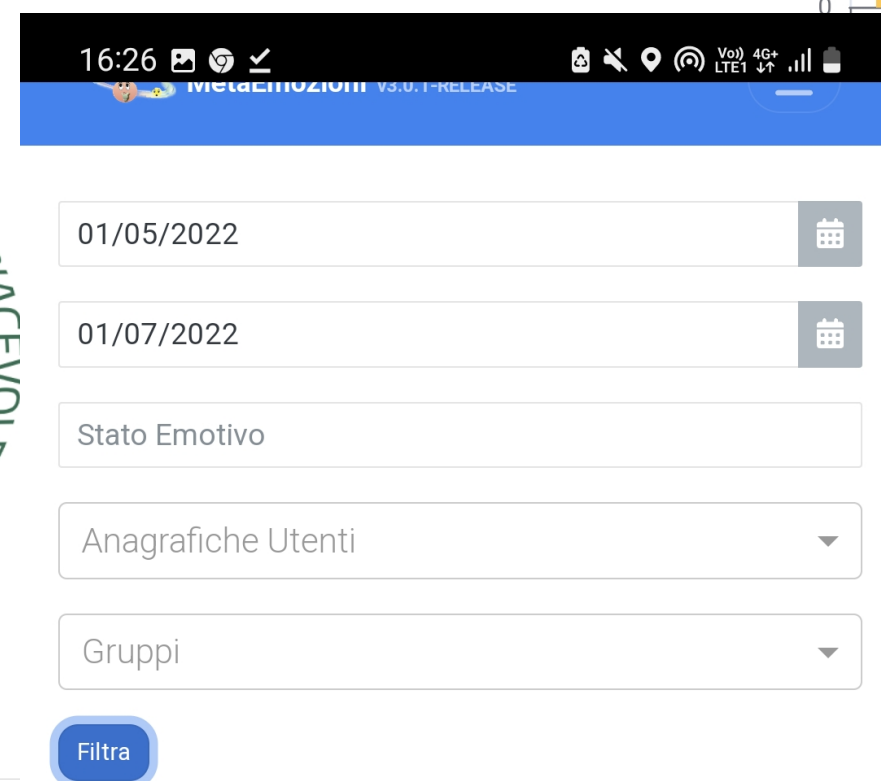
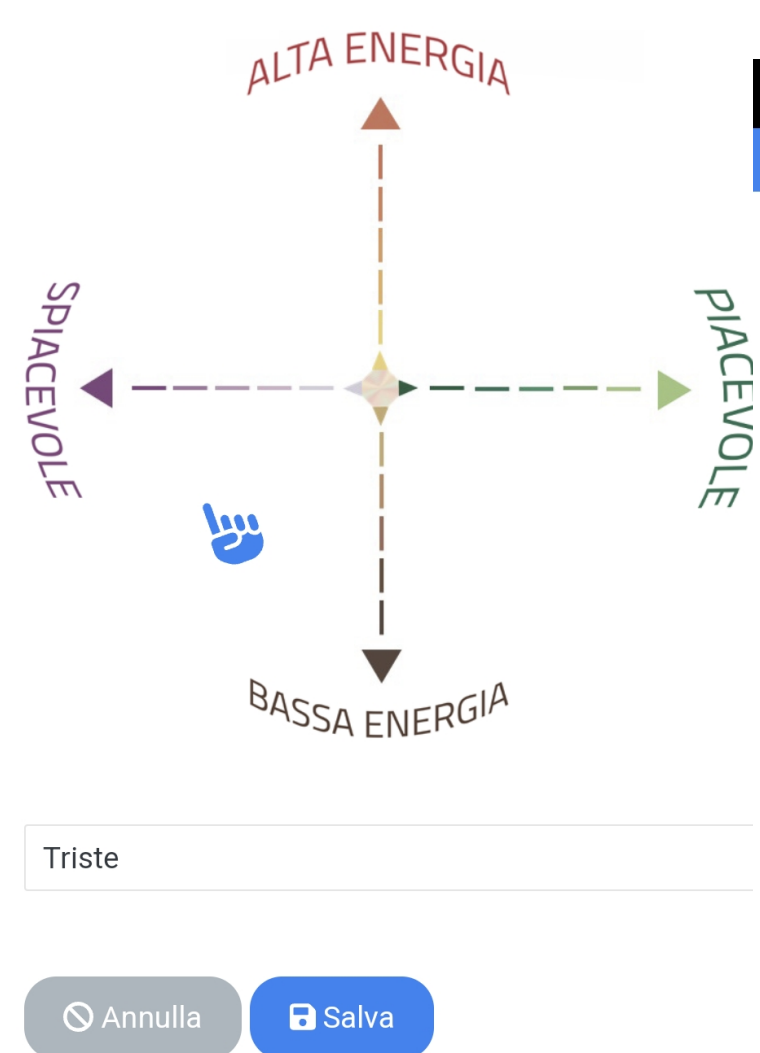
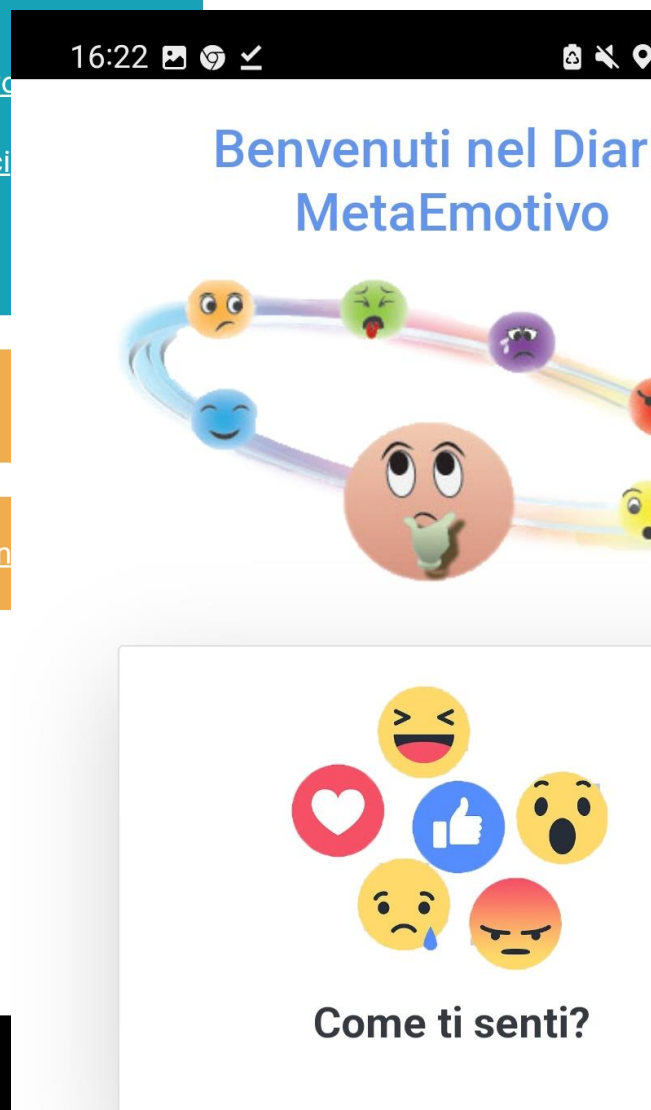
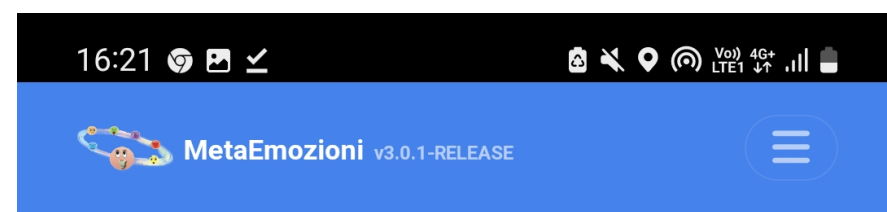
**Il diario  
MetaEmotivo**

**La App**



# Il diario MetaEmotivo

## La App





# LE ATTIVITA' ESPERIENZIALI DEL METODO METAEMOZIONI

## Meta Emozioni

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 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.



MetaEmozioni Scuola

# LA PIATTAFORMA ONLINE METAEMOZIONI

# MetaEmozioni



Home | Antonella D'Amico 

Italiano (it) 

Cerca 

Amministrazione

Dashboard

PERSONALIZZA QUESTA PAGINA

## 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 MetaIntelligenze 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

## Prossimi eventi



# 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.

