

Cognizione

Pensiero critico

Risolvere problemi

Pensiero creativo

Prendere decisioni

Gestione dello stress

Relazioni efficaci

Consapevolezza di sé

Comunicazione efficace

Gestione delle emozioni

Empatia

Individui e gruppi (life skills OMS)

Emozioni

Relazioni

IO - Emozioni: GESTIONE EMOZIONI

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|--|--|
| SEC 2° | rielaborare efficacemente e criticamente le proprie emozioni | rielabora criticamente le proprie emozioni con linguaggio verbale/non verbale |
| | gestire le proprie emozioni in modo che non ostacolino mai la relazione e il dialogo | ricosce e rispetta le emozioni altrui per creare empatia e rafforzare il legame con gli altri |
| SEC 1° | identificare le emozioni | dimostra consapevolezza di ciò che prova |
| | comunicare le emozioni | esprime nei vari linguaggi ciò che prova |
| | riflettere prima di agire, nel rispetto di sé e dell'altro | ascolta, si immedesima e collabora con l'altro |
| | reagire in maniera appropriata rispetto alla situazione da affrontare | ricosce e affronta la situazione formulando proposte |
| PRIMARIA | conoscere e riconosce le emozioni | - sa cogliere le reazioni dal punto di vista fisico - sa cogliere le reazioni dal punto di vista emozionale |
| | saper autoregolare le proprie emozioni | autoregola le emozioni e il proprio comportamento in modo adeguato al contesto |
| INFANZIA | ricosce il proprio stato emotivo | denomina le proprie emozioni capendone le cause |
| | ricosce i propri bisogni | denomina i propri bisogni |
| | ricosce le proprie emozioni | racconta le proprie emozioni |
| | ricosce le emozioni degli altri | interviene in maniera solidale nei confronti dei compagni |

IO - Emozioni: CONSAPEVOLEZZA DI SE'

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORAMENTO OSSERVABILE |
|----------|---|---|
| SEC 2° | manifestare il proprio disagio e esprimerlo in modo maturo e consapevole | si rivolge all'adulto di riferimento per esprimere le proprie difficoltà, definendo con puntualità i termini del problema e chiede aiuto |
| | riconoscere i propri errori e usarli nel processo di maturazione | parte dall'errore e pianifica-realizza una strategia di recupero costruttivo |
| | riconoscere le proprie risorse, valorizzare i propri punti di forza | nelle attività cooperative utilizza i propri talenti per finalizzare efficacemente il lavoro del gruppo |
| SEC 1° | prendere coscienza dei propri errori | individua e corregge i propri errori |
| | conoscere i propri punti di forza, le proprie criticità, i propri bisogni | esprime le proprie peculiarità |
| | conoscere le proprie passioni e i propri gusti | - manifesta i propri interessi - si pone obiettivi adeguati (es scelta scuola) |
| PRIMARIA | riconoscere i propri bisogni | - sa dare un nome ai propri bisogni - sa riconoscere i propri bisogni emozionali o fisici - impara a chiedere aiuto ai compagni o agli adulti - impara dal confronto con gli altri - individua e corregge i propri errori |
| | avere la percezione dei propri limiti | sa essere autocritico verso i propri comportamenti |
| | sviluppare la percezione del proprio potenziale | sa riconoscere i propri interessi, talenti, inclinazioni, sviluppando autostima |
| INFANZIA | riconoscere l'intensità delle emozioni nel rispetto di se stessi | esprime verbalmente quanto è forte la sua emozione (positiva e/o negativa) |
| | individuare le emozioni più complesse e le emozioni primarie da cui sono composte | esprime attraverso diversi canali comunicativi i propri stati d'animo (emozioni complesse: la malinconia e la gelosia; le emozioni primarie: gioia/tristezza; paura/rabbia; disgusto e sorpresa) |
| | riconoscere la propria identità (chi sono io?) | racconta il proprio vissuto |
| | riconoscere l'altro come identità diverso da sè | ascolta il vissuto dei compagni e degli adulti |
| | costruire relazioni positive di collaborazione e condivisione | crea relazioni positive |

IO - Emozioni: GESTIONE DELLO STRESS

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORTAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|---|---|
| SEC 2° | riconoscere e prevenire segnali di stress e promuovere comportamenti consapevoli | - pianifica le proprie attività in modo realistico ed efficace - gestisce efficacemente le risorse, con particolare attenzione al tempo |
| | usare lo stress come leva positiva per conseguire risultati funzionali alla crescita | nei momenti in cui sono richieste prestazioni trasforma lo stress in risorsa per superare efficacemente la difficoltà |
| SEC 1° | conoscere varie forme di stress | manifesta esplicitamente e consapevolmente le situazioni di stress |
| | conoscere strategie per affrontare situazioni di stress | individua strategie per affrontare situazioni di stress |
| | essere consapevoli delle difficoltà nelle diverse situazioni | accetta l'insuccesso e chiede aiuto |
| | trasformare una situazione di stress in un percorso di crescita | gestisce lo stress per agevolare un percorso di crescita |
| PRIMARIA | riconoscere il gruppo come opportunità | sviluppa un'interdipendenza positiva, valorizzando il confronto con l'altro e cogliendone le opportunità |
| | sviluppare atteggiamenti di resilienza | non teme il giudizio degli altri; sa cogliere nelle avversità e negli insuccessi la spinta motivazionale per affrontarli |
| | saper gestire le frustrazioni | - sa trovare strategie per il controllo dell'ansia - sa gestire le frustrazioni e tollerare i tempi di attesa per la soddisfazione di un bisogno |
| INFANZIA | riflettere, confrontarsi e discutere con adulti e pari per raggiungere una cooperazione condivisa | porta a termine i compiti assegnati |
| | raggiungere il benessere con se stesso e gli altri | soddisfa in maniera autonoma i propri bisogni |
| | raggiungere il benessere con gli altri | aiuta i compagni che necessitano di aiuto |
| | riconoscere l'importanza del rispettare le regole di convivenza, collabora per un fine comune. | rispetta le regole |

NOI - Relazioni: RELAZIONI EFFICACI

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORAMENTO OSSERVABILE |
|---------------|---|--|
| SEC 2° | costruire relazioni efficaci e significative | <ul style="list-style-type: none"> - rispetta ogni componente della relazione - mantiene la propria individualità-autonomia nelle relazioni |
| | esprimere le proprie idee emozioni con sicurezza | <ul style="list-style-type: none"> - difende i propri diritti nel rispetto degli altri - esprime la propria opinione anche quando è in disaccordo |
| | ascoltare in modo attivo | <ul style="list-style-type: none"> - risponde in modo pertinente alle richieste degli altri - dimostra interesse per i punti di vista, gli argomenti dell'interlocutore - stimola l'interlocutore in modo da incoraggiarlo a continuare il dialogo |
| | trasformare i conflitti in occasioni di sviluppo attraverso la negoziazione | <ul style="list-style-type: none"> - riconosce l'esistenza del conflitto e sa esplicitarlo - accetta il conflitto come elemento naturale della relazione con gli altri - accetta la non risolvibilità del conflitto (1 vince, 1 perde) - trasforma il conflitto da scontro ad incontro - risolve i conflitti in molteplici modalità |
| | collaborare con gli altri | <ul style="list-style-type: none"> - ascolta l'altro e trasforma la rabbia-paura in empatia - negozia in tutti gli aspetti della vita - ricerca vantaggi reciproci nella negoziazione - trova soluzioni alternative al problema - si focalizza su obiettivi prioritari |
| | usare il linguaggio del corpo nelle relazioni | <ul style="list-style-type: none"> - adegua il linguaggio corporeo alle specificità del contesto - usa con consapevolezza il linguaggio del corpo nelle relazioni (espressioni facciali, postura, prossimità, contatto con gli occhi, voce, gesture, abbigliamento) - utilizza consapevolmente il corpo per comunicare le emozioni - comprende le emozioni altrui dal linguaggio del corpo |
| | gestire relazioni online | <ul style="list-style-type: none"> - crea e condivide online, con consapevolezza, contenuti per raccontare le proprie esperienze (storytelling) - gestisce consapevolmente la propria identità digitale in ambienti virtuali - cura e protegge i propri dati personali e privacy - distingue le relazioni online da quelle offline - non usa l'anonimato per creare relazioni pericolose per sé e per l'altro |
| | relazionarsi nella cittadinanza globale | <ul style="list-style-type: none"> -adotta comportamenti inclusivi nei confronti dei compagni portatori di elementi di diversità -rispetta, mostra interesse e accoglie le differenze culturali nel gruppo classe - adotta comportamenti quotidiani per un mondo più sostenibile |

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|---|--|
| SEC 1° | conoscere, comprendere e interiorizzare le regole di comportamento adeguate ai diversi contesti | accetta l'altro e applica le regole di comportamento |
| | partecipare alla costruzione di regole di convivenza in classe e nella scuola | - interagisce e si relaziona in modo positivo ed efficace - si informa, propone e si confronta sulle regole |
| PRIMARIA | saper risolvere i conflitti | - è disponibile sia a superare i pregiudizi, sia a raggiungere compromessi - esprime il proprio punto di vista ricercando prove a sostegno delle proprie teorie |
| | agire in modo inclusivo | assume comportamenti rispettosi/di accoglienza verso i compagni nuovi o portatori di elementi di diversità per provenienza, condizione, lingua etc |
| | favorire la condivisione | si accorge dei bisogni altrui ed interviene in aiuto autonomamente |
| | coltivare atteggiamenti solidali | attua comportamenti rispettosi e solidali |
| INFANZIA | sviluppare processi di condivisione | ascolta le idee altrui e le confronta con le proprie |
| | risolvere conflitti | mostra atteggiamenti di tolleranza e disponibilità |
| | valutare scelte in un processo collaborativo | condivide strategie per un fine comune |
| | rispettare l'altro come diverso da sé | rispetta il proprio turno (nelle esperienze, nelle conversazioni, nelle relazioni...) |

NOI - Relazioni: EMPATIA

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORTAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|--|---|
| SEC 2° | avere consapevolezza di sé | riconosce i propri segnali emotivi e ne gestisce le conseguenti reazioni |
| | saper immedesimarsi nell'altro | - ascolta il proprio interlocutore con attenzione - rispetta e valorizza le opinioni altrui |
| | assumere un atteggiamento prosociale | - non agisce in modo competitivo - si mostra solidale nei confronti degli altri |
| SEC 1° | controllare sentimenti ed emozioni | esprime sentimenti ed emozioni |
| | dare valore alle emozioni nella comunicazione e nei rapporti con gli altri | - riconosce nella diversità un valore e una risorsa - si sa mettere nei panni dell'altro |
| PRIMARIA | dare valore alle emozioni nella comunicazione e nei rapporti con gli altri | si pone in un atteggiamento di ascolto, non esprime giudizio, cerca di capire il punto di vista dell'altro |
| | saper riconoscere i diversi stati d'animo | - riconosce gli stati d'animo altrui e li esprime in modo appropriato |
| | prendersi cura di sé, della comunità, dell'ambiente | - è consapevole di essere parte integrante di un gruppo e si impegna per conseguire un interesse comune - ha un atteggiamento aperto verso il gruppo e fa proposte che tengano conto anche delle emozioni ed esigenze altrui |
| INFANZIA | comprendere le emozioni dell'altro. | discrimina le espressioni facciali e corporee dei pari e degli adulti |
| | riconoscere consapevolmente le emozioni, i sentimenti e i pensieri dei coetanei e degli adulti | è attento al punto di vista dell'altro |

NOI - Relazioni: COMUNICAZIONE EFFICACE

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORTAMENTO OSSERVABILE |
|---------------|---|---|
| SEC 2° | comunicare in modo assertivo | <ul style="list-style-type: none"> - riconosce e fa valere i propri diritti e riconosce e rispetta quelli degli altri - esprime le proprie posizioni, senza ansietà non necessarie, senza tentare di prevaricare gli altri - rispetta le regole di cortesia, di cooperazione e di reciprocità |
| | comunicare in modo corretto i propri messaggi | <ul style="list-style-type: none"> - espone in modo corretto e completo - adatta il linguaggio all'uditorio - espone in modo logico e ordinato - rimane aderente al tema |
| | ascoltare e farsi ascoltare | <ul style="list-style-type: none"> - lascia spazio e tempo agli altri - mantiene l'attenzione e il coinvolgimento - evita di interrompere inutilmente - domanda per capire e sintetizzare |
| | negoziare nella comunicazione | <ul style="list-style-type: none"> - riconosce il punto di vista dell'altro - accetta punti di vista divergenti - ricerca l'accordo basandosi sui fatti - chiarisce i termini dell'accordo - affronta il dissenso come occasione per esercitarsi nella gestione creativa dei conflitti |
| | comunicare con il linguaggio non verbale | <ul style="list-style-type: none"> - condivide e accoglie le emozioni proprie ed altrui - utilizza in modo consapevole la postura del corpo - decodifica i messaggi provenienti dalla postura degli altri - gestisce le distanze, la gestualità, la voce |

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORTAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|--|--|
| SEC 1° | esprimere, verbalmente e non verbalmente, opinioni e desideri, bisogni e sentimenti, in modo efficace e in ogni situazione | utilizza un linguaggio verbale e non verbale per esprimere opinioni e desideri |
| | sviluppare capacità di sintesi e analisi | analizza e riassume le fasi salienti di un processo |
| PRIMARIA | avere uno stile assertivo | <ul style="list-style-type: none"> - controlla il tono di voce - esprime le proprie opinioni - è disponibile al dialogo e al confronto - riassume le opinioni altrui |
| | praticare l'ascolto attivo | <ul style="list-style-type: none"> - rispetta il proprio turno di parola - comprende i punti di vista diversi |
| INFANZIA | essere inclusivi | nelle esperienze condivide spazi, materiali e idee |
| | condividere strategie per progetti comuni (azioni e scelte) | utilizza un linguaggio corretto ed efficace |
| | sviluppare il senso di sé nel dialogo tra pari e adulti | individua soluzioni verbali e non per la gestione dei confronti |

MONDO - Cognizione: PENSIERO CRITICO

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORTAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|---|--|
| SEC 2° | conoscere strategie per affrontare situazioni di stress | focalizza, ascolta, formula domande pertinenti |
| | saper accedere alle fonti | raccoglie documentazioni e informazioni |
| | selezionare adeguatamente informazioni e dati pertinenti | rielabora autonomamente le informazioni, ipotizza possibili soluzioni |
| SEC 1° | raccogliere informazioni e analizzare dati ed evidenze | ricerca e analizza fonti e dati coerenti con il compito assegnato |
| | formulare giudizi | utilizza consapevolmente i contenuti |
| | assumere una posizione in merito al problema | esprime le proprie riflessioni |
| PRIMARIA | raccogliere informazioni e analizzare dati ed evidenze | discrimina dati/informazioni pertinenti e non pertinenti |
| | saper valutare criticamente la propria e l'altrui posizione | <ul style="list-style-type: none"> - discrimina fatti/opinioni e sa identificare notizie vere e false - sa prendere posizione indipendentemente dal pensiero del gruppo/dell'insegnante - sa mettere in dubbio le pratiche, le opinioni altrui - sa auto-valutarsi e valutare il lavoro del gruppo |
| INFANZIA | esaminare una situazione, assumendo una posizione personale | esprime il proprio pensiero |
| | superare il pregiudizio | si confronta in modo positivo con gli altri e l'ambiente |
| | interagire in modo corretto con gli altri | si confronta in modo positivo con gli altri e l'ambiente |

MONDO - Cognizione: CREATIVITA'

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORTAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|--|---|
| SEC 2° | prendere atto dei cambiamenti | è disponibile a rivedere le proprie posizioni alla luce di nuove evidenze e situazioni |
| | utilizzare canali o strumenti comunicativi in base al contesto | usa e interpreta diversi linguaggi in modo responsabile |
| | attivare meccanismi di resilienza | <ul style="list-style-type: none"> - riesce a non omologarsi - individua interpretazioni più articolate, alternative, non scontate - utilizza tutti i canali comunicativi |
| SEC 1° | affrontare situazioni conosciute e nuove in modo originale, non convenzionali | esprime liberamente idee, proposte, punti di vista in modo adeguato |
| | dare risposte varie e diverse | individua soluzioni differenti |
| | rielaborare in modo personale e condividere informazioni e sinergie operative di approfondimento | presenta in modo originale il proprio percorso |
| PRIMARIA | utilizzare la creatività per affrontare situazioni conosciute e nuove | <ul style="list-style-type: none"> - affronta in modo personale/originali i compiti assegnati - elabora ipotesi alternative per spiegare un evento/fatto - ha un atteggiamento di curiosità e cerca spiegazioni su ciò che accade - apporta un contributo personale nel contesto in cui opera |
| INFANZIA | esprimere le proprie opinioni e ascoltare le ipotesi degli altri per un confronto costruttivo | confronta le proprie ipotesi |
| | utilizzare creatività e concretezza | offre soluzioni diverse a un problema |
| | esprimersi con inventiva e spontaneità | formula idee e proposte innovative |
| | esprimersi con fantasia e praticità | utilizza le proprie soluzioni in modo non convenzionale |

MONDO - Cognizione: PROBLEM SOLVING INTEGRATO

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|---|--|
| SEC 2° | impiegare tecniche, conoscenze e metodi per risolvere situazioni problematiche standard | focalizza il problema e lo risolve |
| | aggiornare e concretizzare | trasforma le ipotesi risolutive in atti fattibili e riproducibili |
| | orientarsi nella realtà | in una situazione problematica reale è capace di rilevare criticità, gestire gli imprevisti e contribuire all'evoluzione di un sistema noto individuandone risorse e limiti, utilizzando anche metodi euristici |
| SEC 1° | riconoscere il problema e le sue cause | esprime il problema e ne ricerca le cause |
| | saper utilizzare risorse interne (intese come contesto scolastico) ed esterne (vari contesti sociali) | individua risorse e le finalizza al raggiungimento di un obiettivo |
| | saper individuare nuove strategie pratiche e teoriche di intervento | organizza e pianifica il raggiungimento dell'obiettivo |
| PRIMARIA | saper individuare i termini delle situazioni problematiche | - definisce un problema - individua l'obiettivo/gli obiettivi |
| | saper progettare strategie risolutive | - progetta azioni per raggiungere gli scopi prefissati - pianifica una sequenza di azioni - affronta problemi che emergono, adattando il percorso - confronta diverse strategie risolutive adatte al problema |
| INFANZIA | in situazioni di difficoltà, riflettere per identificare il problema | comprende o identifica il problema |
| | - decodificare il problema attraverso domande che generano altre domande (brain storming) - formulare ipotesi risolutive tramite prove ed errori per dare risposte soddisfacenti | formula ipotesi |
| | mettere in campo: attenzione, percezione, memoria, pensiero per valutare e verificare il materiale a disposizione | verifica e valuta le risorse |
| | ri-elaborare i dati emersi mettendoli relazioni | prova soluzioni e prende decisioni |

MONDO - Cognizione: DECISION MAKING

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|--|--|
| SEC 2° | acquisire consapevolezza dei propri bisogni, delle proprie attitudini e potenzialità | assume un atteggiamento responsabile, ha cura di sé, si pone obiettivi sostenibili |
| | capacità critica e di dare senso | ha un atteggiamento attivo, formula e avanza richieste, fa scelte condivise con il proprio gruppo di appartenenza |
| | consapevolezza di essere parte di una comunità | individua e attua strategie e soluzioni efficaci ed originali per sé e per l'interesse collettivo |
| SEC 1° | individuare azioni da mettere in pratica | descrive e propone azioni |
| | valutare le conseguenze delle proprie azioni | - soppesa vantaggi e svantaggi - riconosce l'impatto delle sue decisioni su di sé e sugli altri |
| | scegliere strategie adeguate individualmente o all'interno di un gruppo | manifesta il processo per arrivare al compimento dell'azione in condivisione con gli altri |
| PRIMARIA | sgire dopo aver valutato ipotesi | all'interno del gruppo rileva problemi di esperienza, suggerisce ipotesi di soluzione, seleziona quelle che ritiene più efficaci e le mette in pratica |
| | scegliere strategie adeguate allo scopo | - prende l'iniziativa nel gioco e nel lavoro assegnato - individua all'interno del gruppo risorse e competenze utili al raggiungimento dell'obiettivo - all'interno del gruppo prende decisioni e le motiva in modo pertinente spiegando i vantaggi e gli svantaggi relativi ad una scelta |
| | valutare le conseguenze delle proprie azioni | - valuta vantaggi e svantaggi e le conseguenze delle decisioni - sa assumersi responsabilità |

| GRADO | SOTTO-SKILL (FATTORI) | COMPORTAMENTO OSSERVABILE |
|-----------------|---|--|
| INFANZIA | effettuare valutazioni relative a informazioni o a problemi emersi nell'esecuzione del compito individuale per confrontare le proprie idee con quelle dei coetanei e con gli adulti, sostenendo la propria opinione con semplici argomentazioni | si confronta su diversi argomenti, sostenendo le proprie ragioni |
| | riflettere sulle proprie esperienze, mettendo in relazione i fatti (causa-effetto) nell'esplorazione della realtà, durante attività laboratoriali | fa ipotesi di previsione |
| | valutare alternative, analizzare varie opzioni, i vantaggi, gli svantaggi e le conseguenze | individua varie possibilità di scelta |
| | decidere tra due o più possibilità quale comportamento, azione o procedura attuare in relazione ad un determinato contesto | opera scelte tra diverse possibilità |