



Editing e progettazione Silvia Larentis

 $Sviluppo\ software$

Michele Linardi
Supervisione tecnica

Matteo Adami

Illustrazioni, elaborazione grafica e animazioni

Riccardo Beatrici

Illustrazione di copertina

Riccardo Beatrici

Copertina

Tania Osele

Foto composizione

Tania Osele

Collaborazione

Serena Larentis

© 2008 Edizioni Centro Studi Erickson via Praga 5, settore E 38100 Gardolo (TN) tel. 0461 950690 – fax 0461 950698 www.erickson.it – info@erickson.it

Tutti i diritti riservati. Vietata la riproduzione con qualsiasi mezzo effettuata, se non previa autorizzazione dell'Editore

INDICE

Installazione e avvio del CD-ROM	p.	4
Presentazione	_	E
di Antonella D'Amico e Tiziana De Caro	p.	5
Guida alla navigazione	p.	7
Login	p.	7
Menu	p.	8
Tasti di scelta rapida	p.	10
Il Test	p.	11
ll Training	p.	14
La verifica finale	p.	19
Guida al gestionale	p.	20
Menu	p.	20
Statistiche	p.	21
Opzioni	p.	22
Esportazione dei dati in formato xls	n	23

Installazione e avvio del CD-ROM

Per usare il CD-ROM su computer Windows, assicurarsi che la propria macchina soddisfi i requisiti di sistema riportati in copertina.

Avvio automatico

- 1. Inserite il CD-ROM nell'apposito lettore.
- Non premete nessun tasto. Il programma partirà automaticamente (il tempo medio è di 25 secondi).

Avvio manuale

- 1. Inserite il CD-ROM nell'apposito lettore.
- 2. Cliccate su Start/Avvio.
- 3. Cliccate su Esegui.
- 4. Digitate D:\AVVIOCD.EXE (dove D indica la lettera dell'unità CD-ROM) e premete «Ok». In alternativa, premete il pulsante «Sfoglia», scegliete l'unità CD-ROM nel campo «Cerca in» e fate doppio clic sul file «Setup».
- 5. Passate alle voce «Installazione del programma».

Installazione del programma

L'installazione del programma può essere di due tipi:

- installazione automatica, ovvero il programma si autoinstalla;
- installazione personalizzata, in cui l'utente può scegliere la cartella in cui installare il programma.

Quando l'installazione è stata completata, appare un messaggio «Installazione completata. Avviare ora l'applicazione?». Cliccate «Sì» per avviare. Attenzione, se possedete un sistema operativo Windows XP o Windows Vista è possibile installare l'applicazione in due modalità:

- 1. Per essere utilizzata da un solo utente.
- Per essere utilizzata da tutti gli utenti che accedono al computer. Per poter fare questo tipo di installazione, l'utente deve avere i diritti di amministratore.

Con Windows Vista all'inserimento del CD-ROM potrebbe comparire una finestra denominata «Controllo dell'account utente» che chiede conferma prima di installare il programma, selezionare l'opzione «consenti». A questo punto partirà l'installazione Erickson. Se non disponete di un account utente con privilegi di amministratore prima di proseguire verrà chiesto di inserire la password di amministratore. Se non disponete di questa password non sarà possibile proseguire con l'installazione.

Leggimi

Per ulteriori informazioni consultare il file «Leggimi». Per visualizzarlo cliccate su «Risorse del computer», selezionate con un clic l'icona CD-ROM, dal menu «File» selezionate la voce «Esplora», fate doppio clic sul file «Leggimi».

Presentazione

di Antonella D'Amico* e Tiziana De Caro**

Percepire, usare, comprendere e gestire le emozioni: conosciamo la «squadra del cuore»

Il concetto di Intelligenza Emotiva (IE) è relativamente giovane nella letteratura scientifica, ma in poco più di quindici anni dalla sua prima elaborazione (Salovev e Mayer, 1990) ha affascinato profani e specialisti della psicologia in tutto il mondo e sollecitato un numero considerevole di contributi teorici. In particolare, nei modelli di Goleman (1995) e Bar-On (1997), o Petrides e Furnham (2001), l'IE viene definita come un misto di competenze e caratteristiche di personalità legate alle emozioni (autoconsapevolezza, empatia, ottimismo, felicità). Salovev e Mayer (1990), al contrario, hanno per primi definito l'IE come vera e propria abilità cognitiva di processamento delle informazioni emotive, suddivisibile in quattro ambiti: abilità di percepire, valutare ed esprimere accuratamente le emozioni; abilità di generare e/o utilizzare sentimenti al fine di facilitare le attività cognitive e i comportamenti adattivi; conoscenza delle emozioni, del modo in cui si evolvono, si trasformano o si combinano fra loro; abilità di gestire le emozioni in se stessi e nelle relazioni con gli altri. Indipendentemente dal modello teorico di riferimento, diversi studi hanno dimostrato l'importanza dell'IE per la qualità della vita e il benessere, per il successo scolastico, accademico e professionale (De Caro e D'Amico, in stampa). Nonostante il fascino esercitato dal concetto di IE, il percorso di definizione teorica del costrutto, nonché di costruzione di strumenti di valutazione e di intervento, è ancora agli inizi, soprattutto nel nostro paese. Infatti, benché siano stati a oggi realizzati diversi strumenti di autovalutazione (Bar-On, 1997; 1997b; Schutte et al., 1998; Petrides e Furnham, 2001), di auto ed etero-valutazione (Sala, 2002) o test di performance (Mayer, Salovey & Caruso, 2002) che si ispirano ai diversi modelli teorici proposti, essi, ad eccezione della scala EO-i YV di Bar-On per bambini e adolescenti (Bar-On e Parker, 2000), sono destinati a una popolazione di adulti. In Italia, è in corso il lavoro di adattamento e standardizzazione di alcuni degli strumenti destinati alla popolazione adulta, quali il MSCEIT di Mayer et al. (2002) e l'Eg-i di Bar-On (1997), mentre attualmente non si dispone di alcuno strumento rivolto a bambini e adolescenti in lingua italiana. Inoltre, non sono disponibili programmi educativo-formativi per lo sviluppo delle abilità emotive ispirati al costrutto di intelligenza emotiva come abilità (Salovey e Mayer, 1990; Mayer e Salovey, 1997). Il software «Sviluppare l'intelligenza emotiva», nel panorama nazionale, è quindi il primo strumento multimediale sull'Intelligenza emotiva destinato a

bambini e preadolescenti. Caratterizzato da una grafica accattivante e modalità di interazione originali e divertenti, il programma si compone di una sezione di assessment e una di training, finalizzate alla valutazione e al potenziamento delle abilità di intelligenza emotiva, secondo il modello di Mayer e Salovey (1997). Nella sezione di assessment vengono valutate le abilità di percepire le emozioni espresse in volti. in figure astratte o in brani musicali: di comprendere le emozioni, nel loro mutare e combinarsi in miscele emotive; di utilizzare le emozioni per facilitare il pensiero e il problem solving emotivo; di gestire le proprie emozioni sia sul piano individuale che nelle relazioni con gli altri. Il modulo di assessment inoltre, disponendo di una funzione di registrazione automatica della data di utilizzo, dei dati personali e delle risposte dell'utente con restituzione del risultato all'operatore. può essere proposto ai soggetti prima e dopo il training, secondo una procedura test-retest. La sezione di training, con 11 attività e più di 40 esercizi, costituisce un vero e proprio percorso interattivo di apprendimento e potenziamento delle abilità che compongono l'intelligenza emotiva. Nelle diverse attività di training, inoltre, l'utente viene guidato e sostenuto grazie a un sistema di feedback sulle risposte date, volto a facilitare la riflessione metacognitiva sulle emozioni.

Note sugli autori

*A. D'Amico: laureata in Psicologia, Dottore di Ricerca in Psicologia, è ricercatore confermato presso la facoltà di Scienze della Formazione dell'Università di Palermo e si occupa di processi di apprendimento e variabili cognitivo-motivazionali ad esso correlate e di tecnologie per l'apprendimento.

**T. De Caro: laureata in Psicologia, Dottore di Ricerca in Pubbliche Relazioni, è titolare di un Assegno di Ricerca presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università di Palermo e si occupa dello studio dei processi cognitivi e affettivomotivazionali legati all'apprendimento e alla comunicazione.

Riferimenti bibliografici

Bar-On R. (1997), The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence, Toronto, Canada: Multi- Health Systems Inc.

Bar-On R. e Parker J.D.A. (2000), *The Bar-On Emotional Quotient Inventory: Youth Version (EQ-i:YV)*, Toronto, Canada: Multi-Health Systems Inc. Adattamento e standardizzazione italiana in corso, a cura di Giunti O.S.

De Caro T. e D'Amico A. (2008), L'intelligenza emotiva: rassegna dei principali modelli teorici, degli strumenti di valutazione e dei primi risultati di ricerca, Giornale Italiano di Psicologia, 4

Goleman D. (1995), Emotional Intelligence, New York: Bantam.

Mayer J.D. e Salovey P. (1997), What is emotional intelligence? In P. Salovey e D. Sluyter (eds.), Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators, New York: Basic Books, pp. 3-31.

Mayer J.D., Salovey P. & Caruso D. (2002a), Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) Item Booklet, Toronto, Ontario, Canada: MHS Publishers. Adattamento e standardizzazione italiana in corso, a cura di D'Amico e Curci, Giunti O.S.

Petrides K.V. e Furnham A. (2001), Trait emotional intelligence; Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies, European Journal of Personality, 15, 425-448.

Sala F. (2002), Emotional Competence Inventory: Technical Manual, Boston: The Hay Group.

Schutte N.S., Malouff J.M., Hall L.E., Haggerty D.J., Cooper J.T., Golden C.J. & Dornheim L. (1988), Development and validation of a measure of emotional intelligence, Personality and Individual Differences, 25, 167-177.

Guida alla navigazione

Login

Per accedere al programma è necessario scrivere il proprio nome sul cartello o selezionarlo dalla lista dei nomi. Per scorrerla si possono usare le due frecce a lato. Quindi deve cliccare il cartello «Vai» per entrare nel menu e iniziare le attività. Per attivare i fumetti contenenti le istruzioni scritte, basta cliccare il pulsante «Istruzioni scritte» e per disattivarli è sufficiente ricliccare. Per continuare la lettura dei testi, si clicca sui fumetti con il mouse. Per visualizzare la guida breve e la guida estesa in formato .pdf, si deve cliccare sulla «Guida».

Login: registrazione di un nuovo utente



Menu

Dopo aver inserito il nome nel login e cliccato «Vai», si accede al menu principale, dove sono presenti gli elementi di accesso alla presentazione dei quattro personaggi-guida (i graffiti sul muro), al test e al training (la bomboletta spray):

Menu principale



a) Pircipò, Utor, Captilla e Gerì: la banda del cuore

I quattro personaggi in primo piano sono gli amici della banda del cuore, che guideranno e sosterranno l'utente nelle attività.

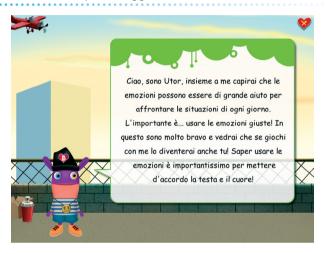
La banda del cuore



b) I graffiti di Pircipò, Utor, Captilla e Gerì

Cliccando sui graffiti della banda del cuore si accede alla presentazione di Pircipò, Utor, Captilla e Gerì che introducono l'utente alla scoperta delle emozioni.

Presentazione del personaggio: Utor



Spiega pulsanti



c) La torcia elettrica

Cliccando sulla torcia elettrica l'utente potrà visualizzare le funzioni principali del programma.

d) La bomboletta spray

Cliccando sulla bomboletta spray si comincia il test. Se il test è già stato svolto, la bomboletta dà l'accesso al training (se non si è superato il test con un risultato al 100% positivo) oppure alla verifica finale (se si è superato il test con un risultato positivo al 100%).

e) Pulsante «X»

Al clic sul pulsante «X» in alto a destra si ritorna alla videata del login.

Tasti di scelta rapida



Il programma consente agli utenti di utilizzare una combinazione di tasti in alternativa al clic del mouse sui pulsanti presenti nelle videate.

Generali

Personaggio guida Ctrl + Barra spaziatrice

Esci/Chiudi Ctrl + x

Login

Entra Invio

Seleziona utente Frecce alto/basso

Guida F1Esci dal software sì/no s/n

Menu

Spiega pulsanti F1

Lista esercizi

Frecce alto/basso Scrolla lista su/giù

Test/Training/Verifica finale

Ho finito Ctrl + Invio

Avanti/indietro Ctrl + Frecce avanti/indietro

Stampa F10

Il test

Questa prima parte del programma, è finalizzata alla valutazione delle sottoabilità che costituiscono le quattro branche dell'intelligenza emotiva.

Tra tali abilità sono individuate quelle di: percezione delle emozioni di base espresse in volti o in figure astratte; comprensione delle emozioni, del loro mutare e del loro combinarsi in miscele emotive; utilizzo delle emozioni per facilitare alcune attività cognitive; gestione delle emozioni fondamentali in se stessi e nelle relazioni con gli altri. È possibile utilizzare questa parte secondo una procedura di test-retest sottoponendola agli utenti prima e dopo il training. Il test dispone di una funzione di registrazione automatica delle risposte e di restituzione del risultato all'operatore consultabili nella parte gestionale (cliccando nel login sul disegno del computer o componendo la combinazione di tasti Ctrl+0, sempre nella videata del login).

Sottomenu con accesso alle quattro aree del test



Test percezione: esempio di videata



Test uso: esempio di videata





Test gestione: esempio di videata



Il training

La seconda parte del programma, è costituita dal training cui si accede se non si è superato il test con il 100% delle risposte corrette. Il training, strutturato in modo tale da far esercitare l'utente sulle quattro aree dell'intelligenza emotiva, è dotato di un sistema di feedback che guidano l'utente sostenendolo durante le attività. Oltre un certo numero di errori, il sistema propone all'utente anche una correzione automatica dove vengono visualizzate le risposte esatte.

Training percezione

Ouesta prima area, riprendendo il modello a quattro branche già proposto nella prima fase di assessment, è dedicata all'acquisizione della capacità di discriminare correttamente le emozioni fondamentali. Vengono quindi presentati stimoli di diverso tipo (animati e statici, semplici e complessi, concreti e astratti) con l'intento di mostrare i corretti abbinamenti tra varie modalità espressive ed etichette verbali relative alle emozioni.

Training percezione: esempio di videata



Training percezione: esempio di videata



Training uso

In questa seconda area gli utenti vengono guidati a un utilizzo «intelligente» delle emozioni, in funzione delle performance richieste dalla vita quotidiana, o a generare emozioni utili al conseguimento di deter-

Training uso: esempio di videata



minati risultati. Si presentano alcune scene di vita sociale richiedendo all'utente di selezionare il personaggio che assume comportamenti emotivi adeguati alle circostanze. Successivamente l'utente stesso. scegliendoli tra una serie di alternative, potrà fornire suggerimenti comportamentali ad alcuni personaggi della scena, osservandone gli effetti.

Training uso: esempio di videata



Training comprensione

In guesta terza area l'utente è invitato alla riflessione sulla possibile modificazione di uno stato emotivo in seguito a determinati eventi esterni o a processi cognitivi interni, nonché sulla possibile combinazione delle emozioni di base per dar luogo a emozioni complesse. Vengono poi proposte delle situazioni stimolo in cui alcuni personaggi protagonisti, a seconda delle interazioni con personaggi secondari o dell'insorgere di pensieri personali, potrebbero passare da uno stato emotivo a un altro: si richiede quindi agli utenti di scegliere, tra una serie di alternative, l'emozione che deriva dalla trasformazione degli stati d'animo iniziali. In una fase successiva si guida l'utente a comprendere quali tipi di emozioni complesse possono essere prodotte dalla combinazione di emozioni semplici, indicando e motivando sempre le risposte corrette.

Training comprensione: esempio di videata



Training comprensione: esempio di videata



Training gestione

In quest'ultima area vengono proposte agli utenti una serie di situazioni di problem solving emotivo e si richiede di individuare le strategie comportamentali idonee alla loro soluzione.

Training gestione: esempio di videata



Training gestione: esempio di videata



Le situazioni potranno riguardare la sfera personale e/o interpersonale. In una seconda fase l'utente può sperimentare, utilizzando percorsi guidati appositamente predisposti, i possibili esiti delle diverse strategie comportamentali adottate.

La verifica finale

Si accede a questa fase solo qualora il test sia stato svolto correttamente. Ciò può avvenire già sin dal primo utilizzo del test in caso di prestazione ottimale, oppure a un successivo utilizzo in fase di retest in seguito allo svolgimento del training.

La verifica è introdotta da una schermata in cui si rivolgono i complimenti all'utente per il lavoro svolto e si anticipa la presentazione dei quattro problemi più articolati che coinvolgono contemporaneamente tutti e quattro gli ambiti di intelligenza emotiva. Conclusa la verifica finale, l'utente riceve un attestato stampabile.

Verifica finale: esempio di problema



Guida al aestionale

Menu

Comprende l'elenco degli utenti e i pulsanti per accedere alla videata delle statistiche e delle opzioni.

Utenti: viene visualizzato l'elenco degli utenti, che si può scorrere con le frecce verticali a lato. Per aggiungere un nuovo utente alla lista, si clicca il pulsante «+» e si digita il nuovo nome. Per cancellare un utente dalla lista, si seleziona il nome e si clicca il pulsante «-», confermando poi l'eliminazione.

Archivia: questo pulsante permette di fare il backup del database utenti, ovvero di salvare tutti i dati statistici relativi agli utenti, nella cartella di installazione del programma (normalmente C:\Programmi\Erickson\).

Ripristina: questo pulsante permette di recuperare i dati relativi agli utenti salvati precedentemente tramite il pulsante «Archivia». I dati del database ripristinato sostituiranno quelli presenti nel programma. La cartella viene proposta automaticamente dal programma, ma è possibile anche selezionare una cartella qualsiasi.

Menu principale del gestionale



Inserisci password: per proteggere l'accesso ai dati è opportuno inserire una password cliccando sul pulsante «Inserisci password». Dopo aver digitato una password, viene richiesto di riscriverla per confermarla.

Al successivo rientro nella parte gestionale, il programma chiederà automaticamente di inserire la password. Dopo 3 tentativi sbagliati, la videata si chiude e si ritorna al login. Si consiglia di scrivere la password su un foglio o su un quaderno per non rischiare di dimenticarla. Per cambiare password bisogna cliccare sul pulsante «Cambia password» e scriverne una nuova.

Statistiche, Opzioni: per accedere alla parte in cui è possibile visualizzare le statistiche relative a ogni singolo utente e scegliere le opzioni si deve selezionare il nome dell'utente e cliccare sul rispettivo pulsante («Statistiche» e «Opzioni).

Statistiche

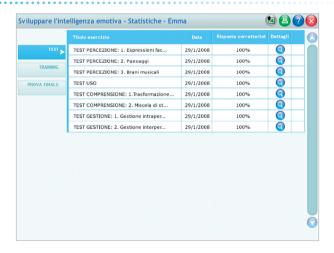
La parte relativa alle statistiche contiene:

- il nome dell'utente selezionato
- l'elenco delle aree del programma.

Per ciascuna area vengono visualizzati:

- il titolo delle attività svolte:
- la data di svolgimento delle attività;
- la percentuale delle risposte corrette;
- i dettagli, con cui aprire una videata con i dettagli analitici dell'andamento di ogni singola attività.

Statistiche



Opzioni

Nella parte relativa alle opzioni sono disponibili le seguenti funzioni (clic con il mouse sul quadratino corrispondente):

Attiva istruzioni scritte: consente di attivare, in particolare per gli alunni con problemi di ipoacusia o sordità, le istruzioni scritte (ovvero i fumetti contenenti le spiegazioni scritte di quello che l'utente può o deve fare nelle varie sezioni del CD-ROM e i feedback positivi o negativi), pur mantenendo l'audio di default; per procedere nelle varie attività del programma e per poter iniziare lo svolgimento di ogni esercizio, il fumetto presente nella videata deve essere fatto scomparire cliccandoci sopra; per proseguire la lettura del testo nel fumetto si deve cliccarlo con il mouse; per richiamare il fumetto basta cliccare sul personaggio.

Risposta corretta automatica dopo 2 errori: già attiva di default, può essere deselezionata cliccando sul quadratino con la crocetta.

Sblocca training: per sbloccare il training a prescindere dalla percentuale di risposte corrette ottenuta nel test.

Opzioni

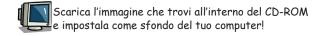


Esportazione dei dati in formato .xls

È possibile esportare i dati relativi alle statistiche del test, del training, della verifica finale e dei dettagli delle singole attività cliccando sul pulsante con il simbolo del foglio excel e la freccia. Al clic comparirà una finestra in cui si deve scegliere dove salvare il file excel estratto dal programma. Ogni file excel si sovrascrive al precedente, perciò si raccomanda di nominare il file salvato con un nome specifico. Di default il programma salva i file estratti nella cartella «Documenti» del PC, ma è comunque possibile modificare il percorso cambiando cartella di destinazione.

Esportazione dei dati in formato .xls







© 2008 Edizioni Centro Studi Erickson.Tutti i diritti riservati. via Praga 5, settore E 38100 Gardolo (TN) tel. 0461 950690 – fax 0461 950698 www.erickson.it – info@erickson.it

