

Titolo: Iceberg delle emozioni Green13

Obiettivo:

Aumentare la consapevolezza delle emozioni e del comportamento riguardo al cambiamento climatico.

Intro:

Pensa a un iceberg: ciò che è visibile sopra la superficie dell'oceano è solo una piccola parte del tutto. Crea un Iceberg delle Emozioni sul cambiamento climatico per esplorare le tue idee e le tue emozioni oltre la superficie.

Materiali:

- Penne / Matite /Pastelli per colorare e scrivere
- Documento [Iceberg Emozionale](#)

Istruzioni:

1. Pensa a un periodo recente in cui hai avuto forti emozioni sul cambiamento climatico (puoi scegliere qualsiasi sensazione come gioia, dolore, accettazione, rabbia, fiducia, anticipazione, ecc.)
2. Prendi un documento vuoto Iceberg Emozionale dal tavolo. Sulla parte superiore (sopra l'acqua) scrivi o disegna ciò che gli altri potrebbero vedere dei tuoi pensieri, sentimenti e azioni riguardo al cambiamento climatico. (Ad esempio, forse eri triste e hai pianto, così le persone potevano vederlo)
3. Poi, pensa a quali parti dei tuoi pensieri, sentimenti e azioni potrebbero non essere state visibili agli altri. Mettili nella parte inferiore dell'iceberg, sotto l'acqua. (Ad esempio, forse dentro di te eri triste, ma non l'hai mostrato)
4. Aggiungi colori, immagini e dettagli per illustrare cosa ti sta succedendo: sia le parti visibili sia quelle nascoste.

Punti di Discussione:

- Trova un'altra persona che ha creato un Iceberg delle Emozioni Green13. In che modo i tuoi sono simili o diversi?
- Sei rimasto sorpreso da qualcosa che hai annotato sotto la superficie?
- La prossima volta che provi un'emozione, cosa succederebbe se ricordassi il tuo Iceberg Emozionale e provassi a condividere le tue emozioni in modo più diretto? Per condividere le tue emozioni, chi sarebbe una persona sicura con cui parlare?



**POP-UP
FESTIVAL**