

MEZZANI

Laboratorio

EMOZIONI ED AUTOSTIMA

Progetto steso e realizzato dall'Insegnante SAVOLDI LAURA

INTRODUZIONE

L'emozione non è solo al centro dell'individuo ma è espressione stessa della vita, per cui si deduce che saper riconoscere, ascoltare e rispettare le proprie ed altrui emozioni significa rispettare le persone nella loro globalità.

La scuola dell'infanzia è uno degli ambienti principali in cui il bambino costruisce la sua storia personale e sperimenta le relazioni con gli altri, attraverso emozioni e sentimenti. È fondamentale insegnare al bambino un'alfabetizzazione emotiva, l'empatia in questo caso è essenziale perché i bambini capiscano che anche noi adulti proviamo quello che provano loro. È quindi normale sentirsi tristi, arrabbiati, felici o spaventati, ma si può comunicare ciò che si sente, "mitigare" le reazioni negative come la rabbia (che porta alla violenza) o situazioni frustranti come la vergogna.

Va da sé che una corretta gestione delle emozioni porta ad un "concetto di sé" positivo, atto a costruire il pilastro della nostra esistenza, cioè l'autostima.

I bambini hanno maggiore probabilità di sviluppare una sana autostima quando le persone significative della loro vita hanno un atteggiamento accogliente e non giudicante, con una relazione chiara e mai ambigua. Quando i bambini si sentono apprezzati come soggetti unici hanno maggiori probabilità di accettare se stessi.

Ho deciso di lavorare in questo senso attraverso la storia "Le piume e le pietre", che aiuta in maniera molto chiara a dare un significato condiviso alle emozioni.

Per quanto riguarda l'approccio all'autostima ho invece preferito la via ludica dato che il controllo volontario sul gioco (esercitato in modo che i risultati negativi siano scarsamente pericolosi) ha effetti strettamente correlati alla padronanza delle esperienze. Successivamente, quando il comportamento viene eseguito in una modalità diversa dal gioco, potrebbe risultare più specializzato e associato a una più ampia gamma di significati; così il gioco può contribuire ad accrescere l'esperienza e l'efficacia del giocatore nel mondo reale (Garley, 1977)

Insegnante SAVOLDI LAURA

CAMPI D'ESPERIENZA

IL SE' E L'ALTRO

- Prendere coscienza di sé
- Rafforzare autonomia
- Creare momenti che suscitano emozioni

I DISCORSI E LE PAROLE

- Parlare con grandi e coetanei
- Individuare caratteristiche che differenziano gli atti dell'ascolto e del dialogo
- Essere fiduciosi nelle proprie capacità espressive e comunicative

OBIETTIVI

- Stimolare ad esprimere e controllare i propri stati d'animo
- Stimolare autonomia
- Stimolare la reazione positiva tra bambini
- Partecipare ad attività di gruppo e mostrare preferenze
- Favorire o creare una buona competenza emotiva, senza disorganizzarsi
- Reagire alle situazioni manifestando le proprie esigenze (autostima)
- Favorire il riconoscimento delle espressioni facciali delle emozioni
- Creare abitudine all'ascolto
- Valorizzare i sentimenti e favorire la creatività
- Favorire l'empatia e la cura della relazione

METODOLOGIA

L'impatto con l'insegnante deve essere informale, accogliente, accorto, cauto e rassicurante.

Bisogna sapersi far ascoltare ma è anche più importante che l'adulto sappia mettersi in ascolto diretto e completo, rispetto a quello che i bambini esprimono senza parlare.

ATTIVITA'

Ogni incontro inizia con una parte del racconto "Le piume e le pietre" in circle time fino ad arrivare ad un percorso di "vera" autoconsapevolezza sui nostri comportamenti. Ci saranno anche elaborati e brainstorming.

Nella seconda parte del laboratorio svilupperemo l'aspetto ludico della scoperta dell'autostima, attraverso le seguenti attività:

- gioco del come mi chiamo
- indovina la voce
- macedonia

- saluti silenziosi
- se fossi un animale
- legami viventi
- simboli
- cammina in questa direzione
- vero o falso
- io so, tu sai
- raggruppiamoli
- trova il leader
- quante emozioni

(giochi presi dal manuale Erickson "Laboratorio Autostima")

TEMPI, SPAZI E MATERIALI

Il laboratorio si svolgerà dalla seconda metà di settembre fino circa a gennaio in tre pomeriggi con i bambini delle tre sezioni miste, per un totale di 16 incontri.

Il laboratorio si svolgerà nella sezione tulipani, utilizzando vari materiali.