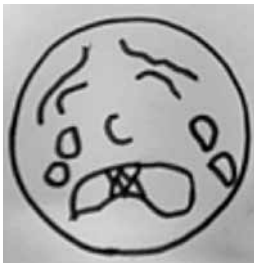
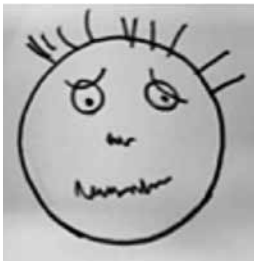
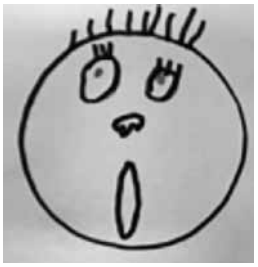
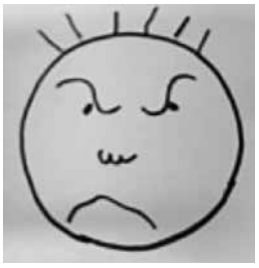
CHE EMOZIONE…
Con i bambini della scuola dell'infanzia









Quest'anno alla scuola dell'infanzia abbiamo presentato un progetto denominato PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies); una sigla che significa Promuovere Strategie Alternative di Pensiero.

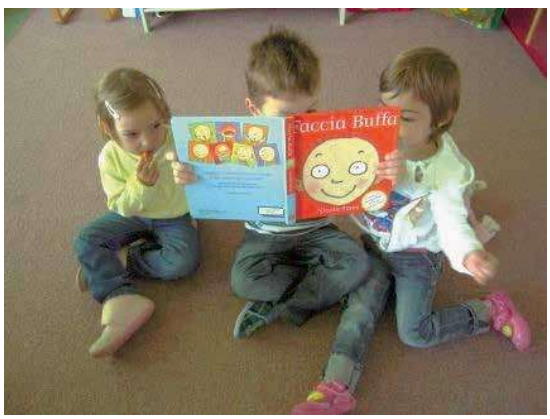
PERCHÉ?

La scelta è motivata dal fatto che da qualche anno l'educazione sociale emotiva sta riscuotendo, dentro e fuori il mondo della scuola, interesse e curiosità. Inoltre c'è una volontà condivisa del Dipartimento Formazione e Apprendimento (SUPSI) e della Fondazione Damiano Tamagni di poter promuovere e utilizzare uno strumento pedagogico che, se ben sfruttato, ha dimostrato la sua efficacia in termini di aumento di competenze sociali ed emotive nei bambini (riconoscere le emozioni in sé e negli altri, prendere decisioni migliori e più consapevoli, approfondire le proprie conoscenze) contribuendo anche a migliorare il clima di classe e le condizioni di apprendimento.

Abbiamo iniziato l'anno scolastico dando un nome alle emozioni che sentivamo durante la giornata vissuta insieme, arricchendo così anche il nostro lessico.

Abbiamo parlato delle situazioni che suscitano tristezza, rabbia, felicità o paura.

Mimando le espressioni legate a queste emozioni, i bambini hanno imparato a riconoscerle in sé stessi e negli altri. Queste attività hanno portato i bambini a una maggiore consapevolezza del loro stato d'animo e delle possibili reazioni legate alle emozioni provate.



BAMBINO DEL GIORNO

Durante due periodi dell'anno scolastico, i bambini sono stati a turno «bambino del giorno». Lo scopo di questa attività è quello di favorire l'autostima e i sentimenti di competenza nei bambini, vitali, sia per lo sviluppo personale sia per il successo scolastico. I bambini che si sentono rispettati dai compagni, dagli adulti e che si sentono bene con se stessi, hanno la possibilità di apprendere maggiormente vivendo così in un clima armonioso. Perciò, i bambini che si sentono bene con sè stessi e all'interno della scuola, sono più motivati e costanti nel lavoro scolastico.

Il «bambino del giorno» ha un ruolo speciale e gode di favoritismi. Alla fine della giornata riceve i complimenti dai compagni e dalle docenti che vengono scritti e portati a casa come testimonianza di grande capacità dimostrata durante la giornata.

CON LE EMOZIONI

Il progetto «PATHS» è stato intrecciato come «fil rouge» con la nostra programmazione annuale, toccando tutte le aree educative (area socio-affettiva, area cognitiva, area espressi-

vo-comunicativa, area psicomotoria). Abbiamo dunque presentato giochi di ruolo, attività grafico pittoriche, racconti e conversazioni, classificazioni, memory,…
Durante questo percorso i bambini hanno anche avuto la possibilità, attraverso l'ascolto di diversi brani musicali, di scoprire che la musica suscita delle emozioni diverse per ogni individuo.

LA TECNICA DELLA TARTARUGA

Nella seconda parte dell'anno scolastico, abbiamo presentato una tecnica che introduce il concetto di autocontrollo e di ritorno alla calma. Abbiamo raccontato una storia di una piccola tartaruga che, quando si arrabbiava perdeva il controllo di sé, picchiando e facendo i dispetti con il risultato di rendere infelice sé stessa e chi le stava vicino. Ha risolto il suo problema dando ascolto ad una saggia tartaruga che le ha proposto di adottare la tecnica della tartaruga, cioè di rispettare questi tre passi:

– STOP (fermarsi quando un'emozione negativa cresce)

– GUSCIO (entrare nel guscio e fare un respiro profondo, calmandosi)

– DIRE (dire qual è il problema e come ci si sente).

In seguito i bambini hanno cercato di immedesimarsi nella piccola tartaruga adottando la sua tecnica per calmarsi.

Accovacciandosi oppure incrociando le braccia o abbassando la testa, i bambini si chiudevano nel loro guscio per ritrovare la calma. In aula è stato costruito un grande guscio in carta pesta sotto al quale i bambini trovavano rifugio per adottare la tecnica della tartaruga.

Parallelamente alla storia della piccola tartaruga, abbiamo conosciuto una vera tartaruga di terra, con le sue necessità vitali, ospitandola e accudendola in classe.

Durante questo percorso è stata fondamentale la collaborazione con le famiglie dei bambini coinvolti.

ALLA FINE DEL PRIMO ANNO

Sicuramente è stata un'esperienza ricca di emozioni e stimolante.
Il progetto PATHS offre infinite possibilità di sviluppo che durante i prossimi anni verranno esplorate ulteriormente.

Esprimere e verbalizzare le proprie emozioni è importante per i bambini come per gli adulti.
Tenere in considerazione l'aspetto emotivo – sociale è fondamentale per avere un approccio positivo in tutto ciò che ci coinvolge nel quotidiano.

Con emozione… Vi salutiamo!

A cura delle maestre
Camilla, **Vittoria** e **Manuela**