



# PROPOSTA PER IL SECONDO CICLO DELLA SCUOLA PRIMARIA

## IL TERMOMETRO DELLO STAR BENE

La proposta si inserisce nel contesto più ampio del Programma Scuola Amica e intende tradurre in un percorso di lavoro i diritti all'ascolto e all'educazione dei bambini e dei ragazzi.

### ART. 29 DELLA CONVENZIONE SUI DIRITTI DELL'INFANZIA E DELL'ADOLESCENZA

Gli Stati Parti convengono che l'educazione dei bambini e dei ragazzi deve avere come finalità:

- favorire lo sviluppo dei bambini e dei ragazzi nonché lo sviluppo delle loro facoltà e delle loro attitudini mentali e fisiche, in tutta la loro potenzialità;
- sviluppare nei bambini e nei ragazzi il rispetto dei diritti dell'uomo e delle libertà fondamentali e dei principi consacrati nella Carta delle Nazioni Unite;
- sviluppare nei bambini il rispetto dei loro genitori, della loro identità, della loro lingua e dei loro valori culturali, nonché il rispetto dei valori nazionali del paese nel quale vivono, del paese di cui possono essere originari e delle civiltà diverse dalla loro;
- preparare i bambini e i ragazzi ad assumere le responsabilità della vita in una società libera, in uno spirito di comprensione, di pace, di tolleranza, di uguaglianza tra i sessi e di amicizie tra tutti i popoli e gruppi etnici, nazionali e religiosi e delle persone di origine autoctona;
- sviluppare nei bambini e nei ragazzi il rispetto dell'ambiente naturale.

Il diritto all'ascolto è il terreno sul quale si sviluppa la proposta per le classi III, IV e V della scuola primaria. Saper ascoltare è una capacità per la cui costruzione è determinante non solo aver vissuto l'esperienza di essere ascoltati, ma anche aver imparato ad esprimersi. Per consolidare le competenze necessarie alla realizzazione del diritto all'ascolto e alla libera espressione, i contenitori delle emozioni costituiscono uno strumento interessante per sollecitare nelle bambine e nei bambini l'attenzione a ciò che accade e ciò che percepiscono delle proprie esperienze, all'interno di un orizzonte di cui l'individuo non sia il solo protagonista. Dei comuni barattoli trasparenti, delle palline di cartapesta, della sabbia o della terra sono quanto necessario a costruire una sorta di termometro del benessere del gruppo-classe. Ad ogni barattolo verrà associata una emozione o uno stato d'animo – rabbia, paura, tristezza, felicità, fiducia, fatica, entusiasmo ...; al termine di ogni settimana verrà dedicato un tempo perché ogni bambina e bambino, avendo a disposizione delle palline o un bicchiere di sabbia o di terra, possa distribuirne il contenuto nei barattoli cui corrispondono le emozioni e gli stati d'animo più significativi ed importanti della settimana trascorsa. I contenuti dei barattoli costituiranno la fotografia del benessere nella classe nei diversi momenti dell'anno scolastico, e dalla riflessione su quanto emergerà di volta in volta, potranno maturare scelte collettive, che sosterranno bambine e bambini nel processo di costruzione dell'autonomia e del senso di responsabilità.

LA PROPOSTA È ARTICOLATA IN TRE ATTIVITÀ

**1. LA MIA CARTA D'IDENTITÀ INTERIORE**

**2. LA SAGOMA DELLE EMOZIONI**

**3. IL TERMOMETRO DELLO STAR BENE**

## ATTIVITÀ 1: LA MIA CARTA D'IDENTITÀ INTERIORE

La carta di identità interiore è un utile strumento di lavoro, che offre a bambine e bambini la possibilità di ascoltarsi, soffermarsi a riflettere su se stesse/i e raccontarsi, ponendo attenzione non all'esteriorità, a ciò che appare, ma a ciò che è dentro di loro. Ad ogni bambina e bambino sarà consegnata una carta d'identità ("Allegato La carta d'identità interiore") che sarà compilata da ciascuno.

È importante dedicare del tempo a questa attività ed esplicitare che si tratta di un momento di libera espressione, per garantire la quale è necessario che tutti sospendano ogni forma di valutazione e di giudizio: nessuno quindi può essere preso in giro e nessuno dovrà avere il timore di scrivere cose sbagliate.

Una volta compilate le carte d'identità, può essere molto interessante proseguire l'esperienza sedendosi in cerchio, in modo che ciascuna bambina e ciascun bambino possano raccontarsi attraverso di esse.

L'insegnante potrà chiedere ai bambini stessi quale parte della carta preferiscono leggere o raccontare, in modo tale che possano esprimere le emozioni che, nel momento che stanno vivendo, sono per loro particolarmente significative. Emergeranno in tal modo le ragioni di vicinanza, oltre le differenze, e questo può rivelarsi di grande utilità per creare empatia e comprensione anche tra bambine e bambini che possono aver difficoltà a comunicare o essere in conflitto tra loro.

## ATTIVITÀ 2: LA SAGOMA DELLE EMOZIONI

Ogni bambina e bambino, a turno, si posizioneranno nel modo che preferiscono su un grande foglio di carta da pacchi, aperto a terra, ed una/un compagna/o ne traccierà con un pennarello i contorni del corpo, delineando così una sagoma.

Ciascuna/o assocerà liberamente un colore ad un'emozione, che collocherà all'interno della sagoma, in relazione alla parte del corpo in cui percepisce quell'emozione nel momento in cui la vive.

Al termine dell'attività ognuno potrà raccontare la propria sagoma al gruppo, tutti potranno riconoscere negli altri le stesse emozioni, anche se espresse diversamente, e comprendere meglio i propri compagni.

## ATTIVITÀ 3: IL TERMOMETRO DELLO STAR BENE

Obiettivo dell'attività è sollecitare i bambini ad esprimere le proprie emozioni, offrire uno spazio ed un tempo per

ascoltarsi e far comprendere loro che gli adulti sono interessati a ciò che esprimono.

### MATERIALI

- sabbia o sale
- colori a tempera
- dei contenitori trasparenti
- un bicchierino, tipo da caffè, per ogni bambina/o

Costruire un elenco di emozioni e stati d'animo – rabbia, paura, piacere, disagio, vergogna, interesse, curiosità, entusiasmo, etc. Associare un colore ad ogni emozione, con una decisione collettiva. Colorare la sabbia o il sale con i colori a tempera. Al termine di ogni settimana, in un momento dedicato, sarà chiesto alle bambine e ai bambini di scegliere quali emozioni e stati d'animo hanno caratterizzato la loro settimana a scuola – potranno sceglierne al massimo due – e inseriranno un bicchierino di polvere colorata nel barattolo corrispondente. Il contenuto dei barattoli varierà significativamente, offrendo ogni settimana una precisa immagine del benessere e delle difficoltà del gruppo classe. Sull'immagine così offerta, bambine e bambini potranno discutere insieme, all'interno di piccoli gruppi, con il supporto di un mediatore, cioè un membro della classe, di volta in volta diverso, cui sarà affidata la responsabilità di ascoltare i pareri di tutti, aiutare a trovare delle forme di accordo, quando possibile, e restituire alla classe le riflessioni emerse.

Il gruppo nel suo intero potrà così lavorare ad immaginare possibili strategie di risoluzione dei conflitti, piuttosto che contrattare regole condivise per migliorare la qualità delle relazioni e dell'apprendimento. Si suggerisce di tenere una sorta di registro del benessere, grazie al quale conservare memoria del variare di emozioni e stati d'animo a livello individuale e di classe, e delle scelte e strategie attuate per affrontare e risolvere le difficoltà emerse e dare risposta ai bisogni espressi.

È importante sottolineare che la proposta non si pone l'obiettivo di fornire soluzioni preconfezionate all'emergere di situazioni di disagio, ma intende sostenere ed accompagnare il corpo docente nel garantire il diritto all'ascolto e alla libera espressione delle bambine e dei bambini. Saranno i docenti, le bambine, i bambini e la comunità scolastica a decidere in che modo tener conto di quanto emerso durante il percorso, ad attivare le misure utili a migliorare la qualità delle relazioni e a promuovere processi di trasformazione.