Educare a dar voce alle proprie emozioni

“Il primo passo nell’educare al ben-essere emotivo è dare voce a ciò che si prova” (D. Goleman).

Nel corso del primo e del secondo quadrimestre le insegnanti delle classi quarte della Scuola primaria “A.M. Corradi” e della Scuola dell’infanzia di “Via Arenazze” hanno progettato e realizzato un’unità di apprendimento dal titolo “Ascoltarsi… Raccontarsi. Emozioni”.
Lo sfondo metodologico ha privilegiato la didattica inclusiva con percorsi centrati sull’apprendimento cooperativo e sulla meta cognizione, il tutto accompagnato da attività laboratoriali per favorire lo sviluppo di conoscenze e di abilità, ma soprattutto la costruzione di competenze cognitive, meta cognitive e sociali.
I bambini, guidati e stimolati dalle docenti, hanno condiviso un percorso di scoperta del sé che mostra alcuni fondamentali bisogni della dimensione fisica, cognitiva e affettiva. L’attenzione è stata particolarmente rivolta alle “emozioni”.

Elemento cardine dell’esperienza fa riferimento a uno “stato di ben-essere emotivo e psicologico nel quale il bambino è in grado di sfruttare le proprie capacità cognitive ed emozionali per rispondere alla vita di ogni giorno, per conoscere se stesso e gli altri, per adattarsi ai propri conflitti interiori e alle condizioni esterne”.
La conoscenza delle proprie emozioni, detta anche autoconsapevolezza, è una competenza fondamentale per gestire al meglio le diverse situazioni della vita.

Quest’unità di apprendimento, al fine di coinvolgere un numero maggiore di docenti all’interno dell’Istituzione scolastica, ha previsto anche la partecipazione della Scuola dell’infanzia attraverso il Progetto Comenius e il Progetto Continuità.
I docenti sono riusciti a realizzare, attraverso incontri di progettazione e attività laboratoriali con le classi coinvolte, una fattiva continuità verticale.
I bambini delle classi quarte della Scuola primaria hanno “preso per mano”, con attività di tutoraggio, i piccoli alunni della Scuola dell’infanzia di cinque anni e li hanno accompagnati lungo il percorso didattico alla scoperta del proprio corpo e delle proprie emozioni.

A conclusione dell’unità di apprendimento, come situazione di compito, è stato realizzato un mini convegno, gestito autonomamente dagli alunni, alla presenza dei bambini della Scuola dell’infanzia, della Scuola primaria e dei genitori.
Inoltre, nel mese di maggio a conclusione del Progetto Comenius, sarà realizzato un altro mini convegno e – nel mese di giugno – una rappresentazione teatrale.

Per approfondire leggi il pdf completo su “Ascoltarsi… Raccontarsi. Emozioni”

***
Immagine in testata di wikipedia (licenza free to share)

Alessandra Ortolano