



Nome dell'attività: I miei punti di forza / I miei lati

Fascia d'età: 6–8 anni

Durata: 40 minuti

Risultati di apprendimento / Obiettivi:

- Aiutare gli alunni a riconoscere i propri punti di forza.
- Sostenere l'autostima e il senso di autoefficacia.
- Mettere in relazione la resilienza con le risorse interne.

Materiali:

- “Carte stella” (sagome di stelle vuote preparate in anticipo).
- Matite colorate.

Guida operativa (per l'insegnante):

1. Le carte stella si preparano disegnando sagome di stelle su carta oppure cartoncino e ritagliandole.
2. Si avvia innanzitutto un dialogo con gli alunni sul tema “Cosa sono i punti di forza?” Per bambini di questa età i punti di forza possono includere cose che piacciono, attività che amano fare, animali domestici, giocattoli, persone che apprezzano, ecc. L'insegnante avvia il dialogo portando esempi tratti dalla propria vita. Ad esempio: “A me piace molto cucinare.”
3. A ogni studente viene consegnata una “carta stella”.
4. L'insegnante dice: “Abbiamo tutti dei punti di forza. Scrivi oppure disegna all'interno di questa stella le caratteristiche che ti rendono forte dentro.”
5. Gli studenti scrivono e disegnano.
6. Chi desidera condividere con la classe lo fa, e le stelle vengono poi appese alla bacheca.

Risultati attesi:

- I bambini riconoscono i propri punti di forza.
- Aumenta l'autostima.
- Si sostiene un'immagine positiva di sé all'interno del gruppo.

Suggerimenti per gli insegnanti:

- Appendere le stelle alla bacheca funge da promemoria concreto del fatto che i punti di forza dei bambini sono preziosi e visibili.
- Offrire la possibilità di disegnare oppure scrivere permette a ciascun bambino di esprimersi attraverso il canale in cui si sente più a proprio agio.