



Nome dell'attività: La scatola dei ricordi

Fascia d'età: 6–8 anni

Durata: 40 minuti

Obiettivi di apprendimento:

- Consentire ai bambini di esprimere in modo concreto i propri sentimenti e pensieri riguardo alla situazione/oggetto/persona che hanno perso.
- Sostenere l'esternalizzazione delle emozioni interiori durante il processo di elaborazione del lutto, attraverso la scrittura oppure il disegno.
- Creare un clima di ascolto e fiducia reciproca per la condivisione offrendo un'esperienza di supporto sociale.

Materiali:

- Piccole buste e fogli di carta.
- Matite colorate.
- Una scatola di cartone facoltativa (La scatola dei ricordi).

Linee guida per l'applicazione (per l'insegnante):

1. L'insegnante prepara le piccole buste e la scatola dei ricordi.
2. L'insegnante introduce l'attività agli studenti nel modo seguente:
3. "A volte capita di pensare a qualcosa che una volta c'era e che ora non c'è più, e questo può farci sentire un po' tristi, come se avessimo ancora voglia di parlarci. Potrebbe trattarsi di una persona, di un giocattolo, di una casa, o di qualcos'altro a cui vogliamo bene. Ora proviamo a immaginare: facciamo finta di scrivere una lettera proprio a questa persona o a questa cosa."
4. A ogni studente vengono consegnati un foglio ed una busta.
5. L'insegnante dice: "Se vuoi, puoi scrivere qualcosa che desideri dire, oppure disegnarla."
6. Gli alunni si esprimono attraverso la scrittura oppure il disegno.

7. Gli studenti che desiderano condividere la propria lettera con la classe lo fanno, mentre gli altri la inseriscono in una busta e la depositano nella “Scatola dei ricordi”, oppure la tengono per sé.
8. Al termine dell’attività, la Scatola dei ricordi rimane in custodia all’insegnante, che la conserva con cura.
9. Durante lo svolgimento dell’attività, l’insegnante dovrebbe prestare particolare attenzione ai bambini che manifestano emozioni negative. Qualora venissero osservati comportamenti degni di nota (ad esempio apatia, reazione eccessiva, difficoltà di collaborazione, ecc.) l’insegnante dovrebbe prenderne nota e segnalarli al servizio di orientamento e consulenza psicologica.

Risultati attesi:

- I bambini danno forma concreta ai propri sentimenti nei confronti della persona oppure della cosa che manca loro.
- Condividono i propri sentimenti e pensieri riguardo alla perdita attraverso il disegno oppure la scrittura.
- I bambini che condividono ricevono supporto sociale, mentre quelli che non condividono continuano comunque a elaborare il proprio lutto a livello interiore.

Suggerimenti per l’insegnante:

- Offrire ai bambini sia l’opzione della scrittura che quella del disegno permettendo loro di esprimersi nel modo in cui si sentono più a proprio agio.
- Non forzarli a condividere: anche conservare la lettera per sé rappresenta una parte importante del processo.
- L’utilizzo di uno strumento come la “Scatola dei ricordi” offre ai bambini un momento simbolico di commiato e un luogo in cui custodire i propri ricordi.