



Nome dell'attività: Il Collage “Le Cose che mi fanno stare bene”

Fascia d'età: 10–14 anni

Durata: 40 minuti

Obiettivi Formativi / Traguardi di Apprendimento:

- Favorire negli alunni il riconoscimento delle proprie strategie di coping (fronteggiamento) e delle proprie fonti di benessere.
- Rendere visibili, a livello di classe, i vissuti di speranza e di resilienza.

Materiali:

- Carta colorata, ritagli di riviste, adesivi/decalcomanie.
- Forbici, colla, fogli A3/A4, cartoncino.
- (Facoltativo) pennarelli, colori a pastello.

Modalità di Svolgimento (per l'insegnante):

1. L'insegnante avvia l'attività ponendo la domanda: “Quali sono le cose che ti calmano e ti rendono felice?”
2. Il giorno precedente, l'insegnante chiede agli alunni di selezionare e portare a scuola immagini (ritagliate da riviste, giornali, stampe, ecc.) che rappresentino questi concetti, precisando che è possibile anche realizzare dei disegni.
3. Agli alunni viene chiesto di disporre liberamente sul cartoncino, secondo la propria sensibilità, le immagini e le forme che rappresentano le proprie fonti di benessere.
4. Gli alunni che lo desiderano presentano brevemente il proprio elaborato al resto della classe.
5. I collage vengono esposti sulla bacheca della classe, per creare un “Muro della Speranza e del Supporto”.

Al Termine dell'Attività (Risultati Attesi):

- Gli alunni rendono concrete le proprie risorse individuali di coping.
- Si rende visibile, all'interno della classe, una cultura condivisa di sostegno reciproco.

Suggerimenti per l'Insegnante:

- La condivisione deve avvenire su base volontaria; non va forzata.

- È opportuno tenere conto delle differenze culturali presenti in classe.
- L'insegnante può dedicare, il giorno precedente, un breve momento di riflessione condivisa sulle "nostre risorse di forza" (risorse resilienti).