



Nome dell'attività: La mia scatola delle emozioni

Gruppo svantaggiato (bambini fragili con bisogni speciali, migranti, difficoltà linguistiche, ecc.)

Livelli di sviluppo adatti:

- Bambini della scuola primaria (7-10 anni)
- Bambini della scuola secondaria di primo grado (11-13 anni)
- Bambini della scuola secondaria di secondo grado (14-16 anni)

Obiettivi di apprendimento:

- Il bambino riconosce e classifica le proprie emozioni.
- Aumenta la capacità di espressione e condivisione emotiva.
- Si comprende che le emozioni sono naturali e mutevoli.

Materiali:

- Scatole vuote (ad es. scatole da scarpe)
- Carte colorate o piccoli oggetti
- Etichette, adesivi, pennarelli

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

1. A ogni bambino viene data una "scatola delle emozioni".
2. Il bambino inserisce nella scatola carte o piccoli oggetti che rappresentano le emozioni che "prova oggi".
3. Ogni oggetto o carta corrisponde a un'emozione (ad esempio: pietra – rabbia, cotone – calma, conchiglia – curiosità).
4. Con la guida dell'insegnante, le scatole vengono aperte settimanalmente; il bambino condivide il contenuto se lo desidera.
5. Si sottolinea che le emozioni possono cambiare nel tempo: "La settimana scorsa c'era la rabbia, questa settimana non c'è più. Anche questo è normale".

6. Durante lo svolgimento dell'attività, l'insegnante dovrebbe osservare attentamente i bambini, in particolare in relazione alle emozioni negative. Qualora emergesse una situazione degna di nota (apatia, reazione eccessiva, difficoltà di adattamento, ecc.), dovrebbe prenderne nota e segnalarla al servizio di orientamento e consulenza psicologica.

Risultati attesi:

- Il bambino impara che le proprie emozioni sono temporanee e mutevoli.
- Si diversificano i modi di esprimersi.
- L'insegnante ha l'opportunità di osservare lo stato emotivo dell'alunno.

Suggerimenti per l'insegnante:

- La condivisione del contenuto della scatola da parte dei bambini deve basarsi interamente sulla volontarietà.
- Va rispettata la riservatezza delle emozioni.
- I bambini con difficoltà di espressione verbale possono raccontare le proprie emozioni in modo indiretto scegliendo gli oggetti.
- Le scatole possono essere usate anche come strumento di sfogo emotivo nei momenti di crisi. (Quando il bambino prova un'emozione intensa, può essere guidato a inserire nella scatola il materiale che rappresenta quell'emozione).