

INTRODUZIONE

Questi allegati accompagnano il libro
LA MIA PRIMA MIGLIORE AMICA
Edizioni Didattica Attiva VOGLINO EDITORE

Ti invitiamo a seguire anche la pagina IG
daniela_bucci_books dove posteremo alcune
attività-gioco adatte anche ai più piccoli.

Sei sei un educatore o se hai a che fare con gruppi di bambini e ragazzi, ci farebbe piacere conoscere la tua opinione su questi laboratori, scrivici in privato; per quanto possibile, ci impegneremo anche a rispondere a eventuali domande.

Le attività proposte sono state pensate per favorire un ambiente di socializzazione costruttivo ed inclusivo.

La finalità non è quella di agire in risposta a fenomeni di bullismo, quanto piuttosto quella di individuare preventivamente una via per creare un'atmosfera positiva che incoraggi scambi interpersonali sani e supportivi.

NOTE

3 ASSI DI LAVORO PRINCIPALI:

- **RICCHEZZA INTERIORE**: nessun aggettivo e nessuna azione può definire chi siamo
- **LO SPECCHIO**: percezioni di noi stessi
- **SUPER E EROI**: concretizzare verso un agire e un pensare positivi

COME SVOLGERE LE ATTIVITÀ:

Le attività proposte sono state pensate per essere svolte con piccoli gruppi di bambini e ragazzi (**in età di scuola primaria e secondaria di primo grado**).

Le proponiamo suddivise in 3 sezioni (**rosso, verde e blu**) da due attività ciascuna, per permettervi di organizzarle in momenti diversi lasciando ai ragazzi il tempo di elaborare alcune riflessioni, pur mantenendo continuità di progetto.

Abbiamo scelto solo attività che stimolino i ragazzi a **riflettere e lavorare in positivo** per essere sicuri di non creare situazioni di difficile gestione.

Tuttavia, educatori esperti, potrebbero ampliarle con stimoli che vadano ad esplorare anche la sfera delle aggettivazioni negative. In questo caso suggeriamo di non far mai fare ai ragazzi riferimenti espliciti a se stessi o ai compagni di scuola. Per semplicità inventate due nomi di fantasia e invitateli a parlare in modo indiretto.

I CIECHI E L'ELEFANTE

Finalità: questo esercizio trae ispirazione da una parabola buddista ed è molto utile per **rompere il ghiaccio**, condividere quanto **la nostra percezione sia soggettiva** e cominciare ad **uscire dalla dicotomia degli opposti** (bello/brutto, buono/cattivo ...).

MATERIALE OCCORRENTE:

- un sacco o uno scatolone con un foro in alto abbastanza largo da lasciar passare una mano
- alcuni oggetti vari da poter assemblare a caso tra loro (ad esempio: un guanto in lattice, una pallina da tennis, un vasetto, dei nastri, una spugna, Lego o mega blok...).

COME SI SVOLGE:

Introdurre nello scatolone l'agglomerato creato unendo tra loro, in modo creativo, i vari oggetti per definire una forma nuova, non immediatamente comprensibile.

Invitare i bambini a infilare la mano (senza guardare, eventualmente bendati). Ognuno dovrà scrivere segretamente su un foglio "cosa possa rappresentare l'oggetto e da cosa lo hanno capito".

Alla fine rileggere tutte le risposte e mostrare l'oggetto. Dalle risposte emergerà che ciascuno ha avuto una percezione distorta e parziale dell'oggetto stesso.

NOTE: TRASPORTANDO QUESTA ESPERIENZA SU NOI STESSI, METTEREMO IN RISALTO QUANTO IL GIUDIZIO DEGLI ALTRI SIA DI FATTO PARZIALE E LONTANO DAL DEFINIRE ESATTAMENTE CHI SIAMO.

PARIMENTI COMPRESEREMO CHE NESSUNA AZIONE PUÒ IDENTIFICARCI COMPLETAMENTE NEL "BUONO" O NEL "NON BUONO".

VOCABOLANDO

Finalità: **arricchire e allenare l'uso di un lessico positivo** stimolando i bambini ad utilizzarlo anche nella quotidianità (tornerà utile anche nelle attività proposte nelle schede successive).

MATERIALE OCCORRENTE:

- una lavagna o un tabellone per scrivere
- gessetti o pennarelli

COME SI SVOLGE:

Ad alta voce e a turno, creare un elenco di aggettivi positivi (riferiti sia ad aspetti fisici che caratteriali). Ampliare tale elenco individuando anche un cospicuo numero di sinonimi (es. BELLO, carino, stupendo, incantevole, attraente, magnifico ...; SIMPATICO, divertente, estroverso, piacevole, ecc). Si consiglia di scriverli su cartoncini e incollarli su un tabellone/lavagna.

Alla fine rileggere tutte le parole. Se vi fa piacere schematizzare potrete colorare di due colori diversi i cartoncini che fanno riferimento alla fisicità per distinguerli da quelli che esprimono personalità, enfatizzando l'importanza di quest'ultima.

NOTE: SUGGERIAMO ALL'ADULTO DI RIFERIMENTO DI PREPARARE L'ATTIVITÀ AVENDO UNA LISTA DI PAROLE CON CUI STIMOLARE LA DISCUSSIONE SPAZIANDO SU AGGETTIVI CON DIVERSA VALENZA E PRENDENDO SPUNTO DA VARI AMBITI (SCOLASTICO, SPORTIVO, LUDICO, FAMILIARE, ECC). SUGGERIRE AI RAGAZZI DI PENSARE ANCHE AI LORO AMICI.

COSA VEDO ALLO SPECCHIO

Finalità: trovare un momento di **riflessione interiore** e ragionare sulla **percezione che abbiamo di noi stessi**.

MATERIALE OCCORRENTE:

- foglietti di carta/post-it
- biro o pennarelli

COME SI SVOLGE:

Scrivere su un foglietto **anonimo** almeno una cosa che “ci piace” ed una cosa che “non ci piace” di noi stessi (pensare sia all’aspetto fisico che caratteriale o comportamentale).

Mescolare tutti i foglietti e leggerli a voce alta.

Questo esercizio ci aiuta a prendere consapevolezza dei nostri pensieri e, in una dinamica di gruppo, evidenzia come tutti abbiano una parte di sé che apprezzano ed una che invece vorrebbero migliorare.

Scopriremo inoltre che anche quelle persone che riteniamo “perfette” hanno una percezione di sé non perfetta e parimenti, stimoleremo chi ritiene di essere migliore degli altri a riflettere su possibili assi di miglioramento.

RICEVERE COMPLIMENTI È DAVVERO BELLO, MENTRE SENTIRSI DESTINATARI DI UN COMMENTO NEGATIVO PUÒ FERIRCI. MA QUALE, TRA LE DUE TIPOLOGIE DI AGGETTIVAZIONI, CI RISPECCHIA DAVVERO? **COMPLIMENTI E CRITICHE ALLUDONO AD UNA PICCOLA PARTE DI NOI, CHE SPESSO, COME ABBIAMO VISTO, È ANCHE FALSATA DALLA PERCEZIONE DI CHI LA ESPRIME.**

CON GLI OCCHI DEGLI ALTRI

Finalità: **rinforzare la fiducia in sé stessi**; percepire la **differenza tra il proprio punto di vista e quello degli altri**; **creare legami**; incentivare il **feedback positivo**.

Potremmo anche scoprire di avere una percezione di noi stessi troppo critica e di aver sottovalutato alcuni nostri punti di forza!

MATERIALE OCCORRENTE:

- foglietti di carta/post-it
- biro o pennarelli

COME SI SVOLGE:

Suddividere i bambini/ragazzi in sottogruppi avendo cura di mixare nello stesso gruppo anche partecipanti che non vanno molto d'accordo tra loro. A turno si sceglie un bambino che andrà al centro. Chiedere ai compagni del suo gruppo di scrivere su un foglietto anonimo un suo pregio/aggettivo **positivo** (potranno trovare spunti anche tra le parole dell'esercizio "vocabolando").

Una volta ritirati i biglietti, l'adulto di riferimento li leggerà a voce alta stimolando una discussione con il bambino al centro (quali aggettivi ti ha fatto più piacere sentire? Ci sono aggettivi che non ti aspettavi? Ci sono aggettivi in cui non ti rispecchi? Ci sono aggettivi che avresti voluto sentire e che vorresti aggiungere alla lista? ecc.). All'adulto valutare se svolgere questa parte in privato. Al termine il bambino potrà conservare questi doni preziosi per rileggerli ogni volta che ne avrà bisogno. Qualora si avesse poco tempo a disposizione, invece di creare sottogruppi, disporre tutti i bambini in cerchio e fare l'esercizio come gruppo unico, prendendo da riferimento il compagno alla propria destra.

SUPER E EROI

Questo esercizio ha l'obiettivo di **tirare le fila del lavoro svolto** nelle tappe precedenti, stimolando ulteriori riflessioni. Per ciascuna parte ne indicheremo la specifica finalità.

MATERIALE OCCORRENTE:

- lavagna o cartellone
- gessetti o pennarelli

COME SI SVOLGE:

L'adulto pone al gruppo una serie di domande, annotando le parole chiave che emergono dalla discussione e incentivando una discussione positiva e costruttiva.

Per ragazzi più grandi si possono sostituire i supereroi con personaggi famosi.

"COSA DIFFERENZIA UN SUPEREROE DAL SUO ANTAGONISTA?"

Finalità: spostare l'attenzione da ciò che "sono" a ciò che "faccio".

L'adulto fa parlare i bambini dei propri supereroi preferiti e dei loro antagonisti per far emergere che la differenza sta nelle finalità che si pongono "fare del bene" e "proteggere", ecc).

"È DAVVERO NECESSARIO AVERE DEI SUPER POTERI PER FARE DEL BENE E PROTEGGERE I NOSTRI AMICI? QUALI SONO LE CARATTERISTICHE DI UN AMICO?"

Finalità: enfatizzare l'agire positivo.

L'adulto fa parlare i bambini facendo emergere le caratteristiche di un "amico" (... è colui che non ride di fronte a battute pungenti; è colui che sa come accoglierti, distrarti o farti tornare il sorriso; è colui che ti protegge e ha a cuore la tua felicità; è colui che condivide ...)

RIPERCORRENDO LE ILLUSTRAZIONI DEL LIBRO, “COME AVREBBE AGITO UN SUPER AMICO?”

Finalità: concretizzare il pensiero dell'agire positivo in una cornice di quotidianità ed individuare insieme un ventaglio di nuove possibilità di azione/relazione.

L'adulto invita i bambini a chiudere gli occhi e a pensare a come avrebbero potuto aiutare la protagonista del libro se fosse stata una loro amica/compagna. Questo esercizio stimolerà ciascuno a trovare anche delle possibilità alternative di uscita dalle situazioni che li coinvolgono in prima persona.

È importante che l'adulto guidi la discussione nell'individuare proposte che oltre a “proteggere” l'amico, non nuocciano agli altri; qualora i bambini dovessero suggerire l'uso di un'azione fisica improntata sulla forza sarà l'occasione per discutere “dell'effetto a catena” o delle conseguenze che una tale scelta potrebbe comportare, allenandosi tutti insieme a individuare nuovi elenchi di possibilità.

COSA POTRESTE FARE SE QUELLA BIMBA FOSTE PROPRIO VOI?”

Finalità: restituire “potere” ai soggetti che interagiscono (sia a chi offende, sia a chi viene offeso); ribadire il concetto che sono i comportamenti a caratterizzarci.

Stimolare ciascuno a trovare delle possibilità di uscita anche dalle situazioni che ci coinvolgono in prima persona e fare leva sulla forza dell'amicizia.

“Come ci vedono gli altri” alla fine diventa davvero poco importante quando capiamo che un solo attributo non ci descrive e che l'opinione degli altri è, e rimane, solamente un'opinione.

NOTE: POSSIAMO ESSERE **SUPER** ANCHE SENZA SUPER POTERI, DISINNESCANDO COMPORTAMENTI LESIVI. POSSIAMO ESSERE **EROI** ANCHE NEL NOSTRO PICCOLO, PROTEGGENDO GLI AMICI E SCEGLIENDO DI FARE LA COSA GIUSTA ANCHE QUANDO IL GRUPPO AGISCE NEL MODO SBAGLIATO.