

ASSOCIAZIONE DAFNE

- Associazione a tutela dei diritti dei bambini -
sede legale

Via Cavassico Superiore 32028 TRICHIANA BL

Tel/FAX.0437554693 cell. 339 7937503 / 342 1760735

E-mail info@associazionedafne.it

Sito: <http://www.associazionedafne.it>



AssociazioneDafne

Progetto
Oggi mi sento...
(vivo e mi emoziono)

Premessa

L'abilità emozionale è la capacità dell'individuo di comprendere e gestire le proprie emozioni e nel bambino è una componente molto importante dell'adattamento socioaffettivo.

Ma le emozioni (dal latino ex- fuori + muovere- muovere; letteralmente :portare fuori: il nesso tra un universo puramente interno e il mondo di tutti) vanno identificate, espresse e condivise. È importante aiutare i bambini a dare un nome ai propri vissuti, per migliorare la loro competenza emotiva e accompagnarli ad una piena accettazione di tutti i vissuti emotivi di cui fanno esperienza.

Spesso i bambini hanno difficoltà a descrivere ciò che stanno provando/sentendo, quindi a raccontarlo. Sta agli adulti aiutarli ad identificare e classificare le emozioni , perché possano imparare a distinguerle.

Dunque gli adulti altro non sono che degli "allenatori emotivi" che aiutano a sviluppare un vocabolario adeguato.

Finalità

La finalità principale di questi incontri è quello di mettere in evidenza come ogni emozione (anche quelle che possono essere definite negative quali invidia rabbia...) in realtà sono fondamentali per una piena coscienza di sé.

Solo riuscendo ad accettare questo principio daremo ai bambini la possibilità di potersi esprimere appieno, in maniera autentica, senza timori.

Per cercare di fare prevenzione ad ogni forma di abuso uno degli strumenti che gli adulti hanno è quello di permettere in maniera sincera ai bambini di raccontare, di potersi esprimere senza sentirsi giudicati.

Obiettivi specifici

- 1) favorire una buona competenza emotiva: capacità di entrare in contatto con le proprie emozioni, comprenderle, esprimerle e regolarle senza disorganizzarsi
- 2) Reagire alle situazioni manifestando le proprie esigenze
- 3) aumentare l'attenzione alla "sonorità" dell'ambiente
- 4) acquisire la scoperta della propria immagine e il riconoscimento di sé

- 5) creare l'abitudine all'ascolto
- 6) valorizzare i sentimenti e favorire la creatività.

Target

- Bambini 4-6 anni (massimo 10 per gruppo)
- Genitori
- Insegnanti

L'adesione al progetto è libera ed individuale

Strumenti

Attraverso un gioco iniziale che coinvolgerà sia genitori che figli, si cercherà di creare un clima di collaborazione all'interno del gruppo.

L'obiettivo sarà quello di rompere gli schemi, soprattutto nell'adulto, perché solo distruggendo si può costruire.

Successivamente attraverso il racconto e la lettura di alcuni libri adatti a tale scopo si inviteranno sia i grandi che i piccoli a condividere stati d'animo ed emozioni.

Tempi

2 incontri di 1+1/2 h. ciascuno, in orari che permettano la partecipazione dei Genitori (quindi anche oltre l'orario scolastico...)

Quello che si cercherà di fare in due incontri sarà di illustrare una modalità alternativa di manifestare le proprie emozioni che poi potrà essere continuata a casa da grandi e piccini.

Verrà inoltre proposta una bibliografia e un opuscolo illustrativo rivolto ai genitori a supporto dell'attività svolta.

Responsabile del progetto

Francesca Pallotta

Presidente Associazione Dafne