

# IMPARARE CON IL CUORE E CON LA MENTE

## TERZO INCONTRO

### STRATEGIE DI GESTIONE DEL DISAGIO

#### 3 CONCETTI - CHIAVE:

- Accoglienza permanente
- Comunicazione attraverso la relazione
- Strategie di contenimento

#### CONDIZIONI AFFINCHE' IL LAVORO RISULTI FUNZIONALE:

- Lavorare su “ qui e ora “
- Ricercare la collaborazione dei genitori ( senza provare grandi aspettative nei loro confronti, perchè a volte sono i primi ad avere bisogno di aiuto )
- Lavorare sul gruppo, coinvolgendolo il più possibile. Il gruppo non è inteso come somma di individui, ma come una voce sola. Soprattutto , il gruppo deve sperimentare il sentimento.
- Saper stare nella situazione, senza aspettare risultati straordinari e accettando il conflitto, ma nello stesso tempo lavorando per contenere il disagio.

#### STRUMENTI DI LAVORO

- Uso del **tappeto**, all'ingresso giornaliero dei bambini in classe, per : la conversazione libera, la conversazione su di un argomento particolare, la lettura di fiabe, la lettura di un articolo di giornale, il racconto dei propri vissuti.....
- Uso del **circle time**, come strumento che raccoglie strategie di soluzione , attraverso precise fasi.

Le fasi sono le seguenti: - riconoscere che nel gruppo esiste un problema ( questo comporta anche essere consapevoli dei propri sentimenti ). Di solito, gli stati d'animo negativi sono il segnale per l'avvio.

- fermarsi a pensare, per chiarire il problema
  - prefiggersi un obiettivo: qual è il risultato più buono in questa situazione ?
  - pensare a molte soluzioni possibili, senza escluderne ancora nessuna
  - pensare alle conseguenze che potrebbero derivare da ogni soluzione
  - scegliere la soluzione migliore
  - studiare un piano per attuare la soluzione prescelta, passo per passo
- Uso di un **contratto condiviso** : permette di affrontare un problema, fa riferimento a norme decise insieme, permette di scegliere ed usare sanzioni condivise.

- **Uso di giochi di ruolo.**  
L'insegnante mette in piedi una situazione virtuale, prendendo spunto da un problema della classe, e destina una serie di personaggi come attori del problema.  
E' molto importante la riflessione che segue sui comportamenti agiti.
- **Uso della scatola o del sacco dei problemi.**  
Si mette a disposizione della classe una scatola, o un sacchetto, in cui ogni bambino possa inserire un biglietto con riflessioni, richiesta di aiuto, condivisione di esperienze. Ogni biglietto può essere anonimo, o firmato, e coinvolgerà tutta la classe nella discussione .  
Ci deve essere un tempo prefissato, nella settimana scolastica, perchè l'insegnante apra la scatola e legga il biglietto.
- **Uso della scatola dei ricordi.**  
Si intende uno spazio fisico per raccogliere oggetti che ci provocano emozioni.  
La scatola, personale, portata da casa, si personalizza e diventa segreta, raccogliendo nel corso dell'anno scolastico oggetti, pensieri, tutto ciò che ogni bambino considera significativo per sé. Questa scatola ha la funzione di elemento-ponte tra la casa e la scuola, soprattutto nelle situazioni di separazione o lutto. Si aprirà poi dopo un certo periodo di tempo, e soltanto se si è pronti per farlo.
- **Uso del brainstorming.**  
Si può partire da una parola-chiave, del disagio o di un conflitto, e lavorarci, scrivendo ( un po' secondo il metodo delle associazioni libere ) tutto ciò che questa parola fa venire subito in mente.  
Si discute poi sulle parole, eliminando quelle poco condivisibili, e raccogliendo quella o quelle che toccano il cuore del problema.  
E' il punto di partenza per riflessioni ulteriori e soprattutto è una tecnica che non prevede alcuna valutazione nella sua prima fase.

## PROGETTI SPERIMENTATI

Progetti più impegnativi e di durata anche annuale , che permettono di lavorare su se stessi e sugli altri, nell'ottica della raccolta e del contenimento delle emozioni:

- PROGETTO “IO STO BENE QUANDO”...inserito nel testo “IL MAGO DEI BAMBINI “
- PROGETTO “GLI ALBERI ANTICHI CI INSEGNANO””: per parlare di vissuti lontani, di difficoltà incontrate, di futuro, di crescita....