

*“Attraverso gli altri diventiamo noi stessi”*

*Vygostkij*

Le emozioni sono alla base del comportamento individuale e sociale e condizionano l'apprendimento.

All'interno del pensiero socio-costruttivista, in cui i bambini sono protagonisti attivi nella costruzione delle proprie conoscenze e competenze e in cui l'ambiente e le relazioni concorrono al consolidamento e all'acquisizione di queste, imparare a conoscere e distinguere le proprie emozioni e quelle altrui, è un passo importante nella crescita dei bambini.

La proposta di questo percorso nasce dalla definizione stessa di emozione "...serie di modificazioni che avvengono nel nostro corpo sia a livello fisiologico, sia di pensieri, sia di reazioni comportamentali o alterazioni della mimica facciale, che il soggetto utilizza in risposta ad un evento".

Felicità, paura, tristezza, calma, rabbia sono le principali emozioni che ognuno di noi prova.

Ma come si fa ad imparare a riconoscerle, a sentirle, ad esternarle e a comprendere quel qualcosa che abbiamo dentro e che talvolta, soprattutto se siamo bambini, facciamo fatica a tradurre in parole? Come possiamo capire che tutte le emozioni vanno bene, che possiamo essere tristi, felici, arrabbiati e che non c'è nulla di male?

Partendo dalla lettura dell'albo illustrato *"I colori delle emozioni"* di Anna Lenas Gribaudo Editore, inizia il nostro viaggio alla scoperta di quei "mostriciattoli" che vivono in ciascuno di noi...bambini e adulti!

E allora...uno, due, tre...via!





Costruiamo narrazioni, esprimendo ai compagni e alle maestre ciò che ci rende felici...e qual è quella cosa che scatena in ciascuno di noi, grandi e piccini, un'immensa felicità? Trascorrere del tempo con mamma e papà!!



Mani all'opera per conoscere la paura. Giocando insieme, scopriamo che tutti abbiamo delle paure e che non c'è niente di sbagliato in questo! Il buio, i mostri, il lupo...sono queste le cose che ci spaventano! Ma insieme si possono superare perché come le disegniamo...le possiamo cancellare.



Forbici, carta e tanta colla...alla scoperta della rabbia. Tutti ci arrabbiamo ed è assolutamente normale che accada, ma possiamo imparare a gestire la rabbia in maniera costruttiva. E quale modo migliore se non quello di urlare nella scatola della rabbia?



Terra, semi e...tanta calma! La calma è verde, come una pianta che per crescere ha bisogno di cura e pazienza. E quindi prendiamoci il tempo della serenità, della tranquillità e della rinascita...con lo stupore negli occhi per quei piccoli ciuffi d'erba che giorno dopo giorno spuntano e crescono nella terra.



Tecniche grafico-pittoriche per percepire la tristezza. A nessuno piace essere tristi, ma a volte accade...è come un ruota che gira e quando il “mostriciattolo blu” bussa alla porta del nostro cuore un sorriso o un abbraccio di un amico può aiutarci a superare quel momento.



Ecco, questo è stato il nostro viaggio degli ultimi mesi...intenso, divertente, faticoso ed...EMOZIONANTE!!!

Prima di salutarvi, vogliamo lasciarvi con alcuni spunti bibliografici di albi illustrati che ci hanno accompagnato:

- “*Nero coniglio*” di Philppa Leathers Lapis Edizioni
- “*Ravi e la storia di quando iniziò a ruggire*” di Tom Percival Giunti Editore
- “*Quando piove dentro*” di Claudio Gobbetti e Paolo Proietti Sassi Editore
- “*Una felicità da pulcino*” di Irene Trevisan e Susy Zanella Sassi Editore
- “*Una rabbia da leone*” di Giulia Pesavento e Susy Zanella Sassi Editore
- “*Una paura da lupo*” di Giulia Pesavento e Susy Zanella Sassi Editore
- “*Che rabbia!*” Di Mireille d’Allancé Babalibri Editore
- “*Paura di niente*” di Maria Gianola Fatatrac Editore
- “*Il lupo, la papera e il topo*” di Mac Barnet Mondadori Editori

Le insegnanti del gruppo rosso