PROGETTO PER LE CLASSI QUARTE DELLA SCUOLA "GALILEO CHINI" DI MONTECATINI TERME

A cura delle dott.sse Ilaria Faggioli e Francesca Magnani

TITOLO: "Gentilezza ed empatia: due alleati da conoscere"

ARGOMENTO: emozioni, focus su empatia e gentilezza.

TARGET: bambini delle classi di quarta elementare

OBIETTIVI:
Aumentare la consapevolezza del loro mondo emotivo tramite attività ludiche che permettono di conoscere, identificare e verbalizzare le sei emozioni primarie (secondo il modello di Paul Ekman). Conseguentemente, l'obiettivo include anche un aumento del lessico psicologico con particolare attenzione ai termini legati alla gentilezza e all'empatia, il cui focus sarà poi spostato sui comportamenti gentili versus comportamenti ostili, oppositivi o volti a ferire.
Ciò verrà fatto incentivando la riflessione sulle loro esperienze personali, per poi ampliarla al punto di vista dell'altro arrivando infine a introdurre il concetto di empatia, spiegata attraverso l'uso di storie e descrizioni di immagini.
Le attività prevedono un coinvolgimento attivo dei docenti, se disponibili a partecipare, e terminano con il rilascio di quanto prodotto insieme alla classe in modo che possano prendere spunto dal nostro laboratorio per assegnare ulteriori lavori durante le loro ore, o utilizzare il materiale per gestire alcune situazioni critiche (es. bullismo, litigi etc.).
Alla fine dei quattro incontri, i bambini avranno familiarizzato maggiormente con ciò che provano, comprendendo quali sono i comportamenti costruttivi da mettere in atto anche quando si sentono spaventati, arrabbiati, tristi, sorpresi, disgustati o felici.

DURATA: 4 incontri della durata di 2 ore ciascuno, per un totale di 8 ore (gli incontri verranno condotti da entrambe le professioniste, un'ora ciascuna).

MATERIALI: fotocopie, cartelloni, presentazione Power Point a carico nostro.

ATTIVITÀ SUDDIVISE PER INCONTRO:
• Primo incontro (2 ore)
1. Visione di un breve video (circa 5 minuti) in cui vengono spiegate in modo semplice ed efficace le emozioni primarie secondo il modello di Paul Ekman (https://www.youtube.com/watch?v=B1uOOv9iZRk).
2. Ciascun bambino estrarrà da una scatola due/tre bigliettini su cui sarà scritta una delle emozioni appena viste; in base alle emozioni capitate, ognuno dovrà pensare a un momento della propria vita in cui le ha provate (felicità, tristezza, rabbia, paura, disgusto, sorpresa).
3. A questo punto ciascun bambino dovrà pescare nuovamente dalla scatola due/tre bigliettini e pensare a un evento in cui un'altra persona (amico, genitore, parente, insegnante…) si è sentita secondo ciascuna delle emozioni capitate.

4. Consegneremo ai bambini dei cartoncini che rappresenteranno le sei emoticon corrispondenti alle emozioni. Dopo aver letto delle situazioni sociali presenti nella loro quotidianità, dovranno alzare il cartoncino dell'emozione che secondo loro prova ciascun attore (es. "Andrea non ha l'ombrello e si sta bagnando sotto la pioggia. Il suo amico Marco lo vede e corre a coprirlo con il suo". Come si sente Andrea? Come si sente Marco?).
L'uso dei cartoncini facilita la partecipazione dei bambini più introversi o con difficoltà linguistiche.

• **Secondo incontro (2 ore)**
1. Discussione di gruppo per comprendere quali siano le loro conoscenze riguardo i concetti di "gentilezza" ed "empatia" attraverso specifiche domande.
2. Attività di gruppo: creazione della "ricetta della gentilezza". Verranno inseriti in un cartellone da lasciare in classe gli "ingredienti" della gentilezza (parole, comportamenti, pensieri) in modo schematico, insieme a un cartellone in cui verranno invece segnalati comportamenti e parole non gentili. Contemporaneamente, costruiremo il "barattolo della gentilezza", un contenitore in cui verranno inseriti esempi concreti che aiutano i bambini a mettere in atto comportamenti gentili ed empatici (es. parole come "grazie", "scusa", "ho bisogno di aiuto", comportamenti come "chiedere il permesso di usare un oggetto che non è mio, prima di prenderlo").
Ogni volta che qualcuno vorrà usare una parola o mettere in atto un comportamento costruttivo, potrà andare a prendere un foglietto per dire quello che sente…con gentilezza!
3. Introdurremo l'empatia con una storia (https://chihapauradellupo.blogspot.com/2014/07/il-volo-di-gea-una-favola-sullempatia.html) da lasciare con finale aperto. Ciascun bambino la completerà come compito a casa, mentre la conclusione della storia verrà rivelata nell'ultimo incontro di chiusura.
L'attività termina con una riflessione scaturita dalla lettura della storia e basata sulle esperienze personali dei bambini.

• **Terzo incontro (2 ore)**
1. Viene svelato il finale della storia e ultimata la discussione di quanto emerso nell'incontro precedente.
2. Attività di gruppo sull'empatia: i bambini dovranno descrivere alcune immagini che presentiamo e che raffigurano situazioni di vita quotidiana (es. "Un bambino vede un altro che piange, come si sente?", "Cosa sceglie di fare?")
3. Diamo una forma alla gentilezza e all'empatia: al termine delle attività, i bambini avranno acquisito una maggiore consapevolezza di questi concetti e, auspicabilmente, imparato a verbalizzare ciò che sentono. A questo punto per renderli più concreti chiederemo loro di disegnarli, rappresentandoli come meglio credono (persona, animale, oggetto, personaggio di fantasia) e dando loro specifiche caratteristiche tramite forme e colori.
L'attività può essere completata anche con il docente di arte oppure a casa (ad esempio potrebbero associare ai disegni anche un odore spruzzandovi del profumo, oppure attaccarvi ritagli di giornale etc.)

• **Quarto incontro (2 ore)**
1. Conclusione delle attività non terminate negli incontri precedenti.
2. Discussione critica sul laboratorio: sintesi degli obiettivi e delle esercitazioni, e scrittura di una riflessione personale da parte dei bambini sia su quanto hanno appreso di nuovo, sia sulla piacevolezza delle attività stesse.
Il loro feedback, unitamente a quello dei docenti, sarà per noi prezioso al fine di migliorare il progetto per renderlo più funzionale e coinvolgente per le classi.
3. Come attività di chiusura, costruiremo il cartellone "L'albero della gentilezza e dell'empatia" da lasciare in classe, con ciò che è emerso negli incontri.

Il progetto si è regolarmente svolto con proficui risultati all'interno del plesso "R. Fucini".

Gli incontri formativi hanno avuto luogo nelle seguenti date:

25 marzo 2026
15 aprile 2026
6 maggio 2026
25 maggio 2026