

Preparazione

Per questa attività, serve uno spazio libero tipo salone, palestra o aula capiente con i banchi spostati sui bordi. Per ciascun bambino servono due distintivi (ciascuno applicabile, ad esempio, sull'abito con una molletta) che contrassegnano le emozioni su cui si lavora in quel momento (riportati in penultima pagina, stampabili e ritagliabili), un distintivo con due orecchie e un distintivo con una bocca che parla (riportati nell'ultima pagina, stampabili e ritagliabili), che l'insegnante consegnerà al momento opportuno.

Consegna

L'insegnante invita i bambini a sedersi in cerchio, spiega il gioco nelle sue varie fasi e inizia la fase di Esperienza.

Esperienza

L'insegnante legge ai bambini la seguente storia:

«"Arthur... avevi ragione... le grotte delle emozioni non vanno affrontate da soli...", disse Alys, "Ci vuole sempre qualcuno con te...". "Ora cosa ci aspetta?", chiese Yuri. "La quinta grotta... la grotta della Tristezza. Chi entra cammina piano piano a testa china e ricorda i momenti in cui è stato triste. Ma la tristezza non dura per sempre, perché poi c'è l'ultima grotta, la sesta... la grotta della Gioia. Chi entra sente un irrefrenabile desiderio di ridere, saltare, ballare ed essere felice. Da lì poi si esce in un prato... un posto verde e bellissimo, in mezzo alle montagne e con intorno tanti amici... un posto che si chiama... Alpenzù! Quando tornerete conoscerete le emozioni e le porterete con voi come un distintivo, perché sono parte di voi e della vostra vita...". "Cosa aspettiamo? Andiamo!", disse Yuri e tutti, in fila indiana, si infilarono nel tunnel, per vivere una nuova avventura...».

L'insegnante forma delle coppie di bambini, uno con capacità verbali più sviluppate uno con capacità verbali meno sviluppate. I bambini entrano nel "tunnel" che porta alla grotta della Tristezza e camminano in fila indiana a quattro zampe facendo un giro intorno alla sala. Finito il giro si trovano nella grotta della Tristezza e l'insegnante consegna loro il primo dei distintivi presenti nell'ultima pagina. Appena preso il distintivo, devono camminare lentamente per la stanza, a capo chino, fianco a fianco con il loro compagno di coppia, regolando la loro andatura in modo da non lasciarsi mai soli ma da restare sempre uno di fianco all'altro. Quando uno dei due si sente stanco, la coppia si ferma, i bambini della coppia prendono fogli di carta e pennarelli, scelgono un luogo della stanza, si siedono e si raccontano l'un l'altro quello che hanno pensato camminando lentamente nella stanza. Dopo averlo raccontato, lo disegnano, ciascuno sul proprio foglio.

Una volta finito il disegno, lo mettono da parte e percorrono di nuovo a quattro zampe il perimetro della sala. Quando si rialzano in piedi si ritrovano nella grotta della Gioia e

l'insegnante consegna loro il secondo dei distintivi presenti nell'ultima pagina. Sempre uno accanto all'altro, i bambini della coppia percorrono tutta la stanza avanti e indietro, ridendo, saltando e ballando felici fino a quando uno dei due non si sente stanco. A quel punto la coppia prende fogli di carta e pennarelli, sceglie un luogo della stanza, si siede e i due bambini si raccontano l'un l'altro quello che hanno pensato mentre saltavano e ballavano nella stanza. Dopo averlo raccontato, lo disegnano, ciascuno sul proprio foglio.

Esposizione

Quando la sessione di gioco è terminata, i bambini si riuniscono di nuovo in cerchio e l'insegnante distribuisce a ciascuno di loro un distintivo con le orecchie. Poi dà ad una coppia il distintivo con la bocca. Chi ha il distintivo con le orecchie non può parlare ma solo ascoltare; solo chi ha il distintivo con la bocca può parlare. I bambini della coppia che hanno il distintivo con la bocca, insieme, descrivono i disegni che hanno fatto e le difficoltà che hanno avuto nello svolgere il gioco. Quando hanno finito passano il distintivo con la bocca alla coppia successiva, che può descrivere i disegni che hanno fatto e le difficoltà incontrate.

Analisi dell'esperienza e dell'esposizione

Durante l'esposizione da parte dei bambini l'insegnante può fare domande di approfondimento, allo scopo di stimolare la descrizione ("Come avete esplorato la grotta della Tristezza?", "Come avete esplorato la grotta della Gioia?", "Cosa avete pensato mentre eravate nella grotta della Tristezza?", "Cosa avete pensato mentre eravate nella grotta della Gioia?", "Come vi siete aiutati facendo le esperienze in coppia?") e di far riflettere i bambini su eventuali incongruenze in quanto esposto, senza assumere mai un atteggiamento valutativo, ma esprimendo viva curiosità. Ovviamente l'insegnante deve spiegare il significato di tutti i termini che usa, soprattutto quelli di uso non comune. I bambini devono potersi esprimere liberamente ed essere ascoltati con interesse dall'insegnante e dai compagni.

Estrapolazione di regole

Quando tutte le coppie hanno descritto le difficoltà incontrate, l'insegnante rilegge la storia a voce alta e pone ai bambini le seguenti domande: "Cosa abbiamo imparato dal racconto?", "Perché Alys dice che Arthur aveva ragione?", "Perché è importante avere qualcuno accanto nelle grotte delle emozioni?", "Perché la quinta grotta si chiama grotta della Tristezza?", "Perché la sesta grotta si chiama grotta della Gioia?", "Qual è la differenza tra Tristezza e Gioia?", "Cosa c'è dopo la grotta della Gioia?", "Cosa si portano a casa gli abitanti di Alpenzù dal viaggio nelle grotte delle emozioni?", "Perché è importante saper riconoscere le proprie emozioni?", "Nelle storie di Alpenzù che avete ascoltato in queste attività, quando secondo voi i protagonisti hanno provato Tristezza?", "Quando hanno provato Gioia?", "E voi, quando avete provato Tristezza nello svolgere queste attività?", "Quando avete provato Gioia?"

L'insegnante chiede poi ai bambini "Cosa avete imparato dall'attività che avete svolto in coppia?", "Perché è importante raccontarsi le cose prima di disegnarle?", "Perché è importante svolgere l'attività insieme al proprio compagno di coppia?". Lo scopo di questo momento è quello di far riflettere i bambini sulle loro emozioni e sul fatto di raccontarle al compagno di coppia, disegnarle e poi raccontarle a tutto il gruppo.

Applicazione delle regole estrapolate

Dopo questa attività, i bambini usano i distintivi Tristezza e Gioia anche nelle altre attività che svolgono quotidianamente a scuola. Possono indossarli, spontaneamente o stimolati dall'insegnante, ogni volta che sentono di provare una di queste due emozioni. Il fermarsi a riflettere in maniera non occasionale se indossarli o meno li aiuta a sviluppare un habitus volto al riconoscimento e alla consapevolezza delle proprie emozioni.

Varianti

L'insegnante, per rendere il gioco più divertente, può mettere della musica di sottofondo per sottolineare le emozioni. In questo caso i bambini devono entrare nella grotta della Paura tutti assieme, con la musica associata alla Tristezza come sottofondo, e - allo stesso modo - nella grotta della Gioia tutti assieme, con una musica di sottofondo associata a tale emozione. Le musiche opportune possono essere scelte dall'insegnante, meglio se tra brani midi o solo strumentali, senza parole che possano suggerire ai bambini elementi particolari su cui focalizzare Tristezza e Gioia. A titolo di esempio è possibile ascoltare: www.edurete.org/mat/tristezza.mp3 e www.edurete.org/mat/gioia.mp3.



