

Progetto per le scuole - La Valigia delle Idee

DESCRIZIONE DEGLI OBIETTIVI GENERALI

Lo psicoanalista Winnicott ha coniato l'espressione "autocontenimento", che significa affrontare le emozioni più dolorose e difficili da soli, ovvero l'atteggiamento contrario del chiedere aiuto, dell'esprimere difficoltà. I bambini che si autocontengono sono quelli che hanno rinunciato a rivolgersi all'ambiente che li circonda in caso di disagio. Il progetto di un laboratorio sull'espressione psico-emotiva attraverso la mimica, la drammatizzazione, il movimento, l'improvvisazione ed il contatto profondo con il proprio corpo, nasce dall'esigenza di uno spazio protetto e supportivo, e nel contempo libero e creativo, dove i ragazzi possano esplorare e sperimentare il proprio mondo interno in maniera giocosa e spontanea. Nelle esperienze strutturate del quotidiano dei ragazzi, quali quelle scolastiche, sportive e di aggregazione, spesso manca la possibilità di soffermarsi su ciò che accade internamente e sulle molteplici traduzioni espressive di questi accadimenti della vita emotiva. In questo scenario, accorgersi di "come stiamo", "cosa sentiamo" e "cosa possiamo fare di queste consapevolezze" è innanzitutto una epifania che avviene solo se ce ne diamo la possibilità e l'occasione, e diventa poi una condizione a cui si accede con l'"allenamento". È importante proporre con coscienza e consapevolezza percorsi di alfabetizzazione emozionale per offrire ai ragazzi un vero e proprio alfabeto delle emozioni che consenta loro di riconoscerle, nominarle, darsi la possibilità di sentirle ed esprimerle in modo funzionale, senza esserne sopraffatti o impauriti. È indispensabile in questi casi intervenire con tecniche e modalità altamente professionali per gestire queste dinamiche senza spostare le problematiche o sotterrarle rimandandone gli effetti e i danni.

DETTAGLIO DEL PROGETTO

Obiettivi Generali: Il progetto propone ai ragazzi una esperienza: sperimentarsi nel cammino della presa di contatto con i propri vissuti profondi e della loro espressione esulando dall'unico canale che conoscono bene, ovvero quello del linguaggio verbale. E' sperimentare come il corpo, il movimento e la mimica possano parlare, comunicare ed esprimere in un costante attento faticoso dialogo con il nostro vivere interno e profondo. I ragazzi hanno la possibilità di mettersi alla prova come attori dei propri vissuti interni, di saggiare nuovi canali espressivi e quindi di ampliare i propri strumenti di gestione emotiva; il contatto con l'oceano emozionale e con le sue modalità comunicative conduce ad uno scambio nutriente con l'alterità, ad un equilibrio interno che nasce da una coerenza tra emozione ed espressione, ad una maggiore consapevolezza di sé e delle proprie risorse. Il lavoro prosegue poi con la sperimentazione della condivisione che genera appartenenza e promuove dinamiche di gruppo funzionali e arricchenti, lontane dalla competizione e dalla prevaricazione, che prevedano inclusione e collaborazione.

Attuazione del progetto:

Il progetto si propone di affrontare le seguenti riflessioni e i seguenti contenuti: L'arcipelago delle emozioni.

Percezione, emozione, cognizione.

Contatto emotivo e espressione: movimento, sculture corporee, voce, posture

Emozione, espressione e relazione. La condivisione e il rispecchiamento come fondamenta di dinamiche di gruppo nutrienti

Metodologia di intervento e strumenti: Il progetto non prevede lezioni frontali, ma propone lo sperimentarsi dei ragazzi in esperienze di movimento, tono di voce, postura, musiche, sculture, mimica, linguaggio paraverbale e non verbale, lettura di brani e messa in scena di testi.

Informazioni conclusive: Il progetto rappresenta un dovuto impegno che l'istituzione scolastica deve assumersi per una educazione emotiva, affettiva e relazionale che affianchi coerentemente le materie canoniche. Queste tematiche si rendono sempre più indispensabili, anche a fronte dei disagi e dei comportamenti disfunzionali che i ragazzi oggi spesso mettono in atto.

TARGET COINVOLTO:

Classi di SCUOLA SECONDARIA di primo grado

Referente: Pierluigi Cantini tel. 3289469166

e-mail solidarietatoscana@gmail.com

ATTIVITA'

Il progetto prevede quattro incontri di due ore propedeutici da effettuarsi in classe o in palestra o in spazi che consentano il movimento. Il progetto prevede dunque un totale di 6 ore per ogni classe