

SEZIONE PRIMAVERA

A.S. 2026/2027

*L'educazione emozionale è un processo educativo,
continuo e permanente,
che mira a promuovere lo sviluppo delle capacità emotive
come elemento essenziale dello sviluppo integrale della persona,
con l'obiettivo di allenarlo per la vita
e mirare ad aumentare il suo benessere personale e sociale.
L'educazione emozionale è una rivoluzione gentile.
Rafael Bisquerra*

EMOZIONIAMOCI!

Progetto di educazione alle emozioni

MOTIVAZIONE

"Lo studio delle **emozioni** è divenuto, negli ultimi anni, uno tra i più prolifici filoni della ricerca in psicologia dello sviluppo e dell'educazione. Tale ricerca ha favorito e alimentato la consapevolezza che le emozioni siano uno strumento comunicativo molto importante nella vita sociale, un correlato del benessere psicologico e un fattore rilevante per la riuscita scolastica.



La **conoscenza, la gestione e regolazione delle emozioni** sono fondamentali per il benessere dell'individuo, poiché esprimono la sua capacità di adattarsi alle situazioni, di rispondere con efficacia alle situazioni di stress, di affrontare con equilibrio eventi critici e difficoltà, di muoversi con successo nelle relazioni, sintonizzando le proprie aspettative e condotte a quelle altrui. Durante il percorso di sviluppo, gli adulti hanno una grande **responsabilità** nell'attrezzare e nel sostenere in modo adeguato i bambini nella loro **crescita emotiva e sociale**.



SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

Educatori e insegnanti, in quanto adulti significativi durante l'infanzia, concorrono, accanto ai genitori, a plasmare i percorsi evolutivi dei piccoli" (Agliati, Grazzani, Ornaghi, 2015).

Conoscere e comprendere le **emozioni** proprie e altrui vuol dire attribuire significato a eventi interni, o stati mentali, di natura emotivo-affettiva e sviluppare o costruire una concezione della "mente emotiva" che ha la funzione di orientare le azioni dell'individuo durante gli scambi sociali (Harris, 1989; 2008). Diverse ricerche in psicologia dello sviluppo hanno dimostrato che proporre ai bambini, anche piccolissimi (tra i due e i tre anni), **conversazioni sugli stati interni** (emotivi e non solo) funge sia da potenziamento delle abilità di comprensione sociale, sia da promotore delle competenze psicologiche; tali competenze contribuiscono a migliorare la qualità delle relazioni sociali e il **benessere** dei bambini dal punto di vista emotivo.

A tal proposito, tanto più i bambini sono sensibili alle emozioni, tanto più attuano **comportamenti prosociali**, cioè quelle azioni che mirano a rispondere ai bisogni altrui senza un proprio tornaconto, grazie alla sintonizzazione empatica con essi.

FINALITÀ

- Favorire l'esplorazione e l'elaborazione del mondo emozionale
- Favorire le espressioni di sensazioni e sentimenti
- Favorire la conoscenza, l'espressione e la comprensione delle proprie emozioni e di quelle altrui
- Favorire la gestione e il superamento dei conflitti in autonomia
- Favorire il contenimento di comportamenti aggressivi
- Favorire lo sviluppo dell'empatia e dei comportamenti prosociali

OBIETTIVI

- Riconoscere emozioni di base come: rabbia, gioia, tristezza e paura, rispetto a se stessi e agli altri
- Incrementare le proprie capacità di espressione delle emozioni
- Rafforzare la fiducia in sé stessi e la consapevolezza di sé
- Valorizzare l'affettività nella relazione adulto - bambino e tra bambini
- Manifestare nelle diverse situazioni le emozioni



SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

ATTIVITÀ

Come afferma Rosanna Bosi (2015), la pedagogia nello 0-6 è la **pedagogia delle emozioni**:

- da un lato c'è la centralità dell'emozione nel rapporto educativo: **educare con le emozioni**
- dall'altro prioritaria è l'educazione emotiva del bambino: **educare alle emozioni**, che non significa inserire dentro al bambino le emozioni. Lo esprime bene la parola educare: dal latino educēre, «trarre fuori», «tirar fuori ciò che sta dentro». I bambini sentono, e sentono molto fortemente.

Per **educare con le emozioni** "si intende la consapevolezza della funzione delle emozioni personali nella relazione educativa e la considerazione, il rispetto, l'attenzione e la cura dello stato emotivo del bambino, anche di quello più incomprensibile, la sua accoglienza e contenimento" (Bosi R.).

Inoltre, fondamentale è il **rispecchiamento emotivo**, ossia la capacità dell'educatore di farsi carico di distinguere le proprie emozioni da quelle del bambino, accogliere queste ultime e provare a rimandarle al bambino arricchite di una traduzione possibile: "mi sembri arrabbiato in questo momento".

Al nido e alla scuola dell'infanzia, tale capacità è una delle funzioni primarie dell'adulto che, risolto e consapevole, si pone in relazione come professionista capace di sospendere giudizi e pregiudizi e lavora per "fare spazio" dentro di sé (nella pancia), ascoltando l'altro, cercando di intuire (nella testa, cognitivamente) quello che sta accadendo e provando a trovare parole (nello sguardo, nella bocca) di traduzione per rimandare all'altro le sue emozioni, la sua esperienza digerita e arricchita da una traduzione competente, ricorrendo ad un lessico emotivo ampio e dettagliato. Questo per supportare il bambino nel processo di nomina della sua esperienza interiore che contiene in sé un indistinto miscuglio di esperienze tattili, emotive, cognitive. Come afferma Daniela Lucangeli, emozione e cognizione, emozione e sensi non sono scindibili.

Si deduce, quindi, che ogni atto della vita ed educativo è intriso di emozioni e allora la modalità più funzionale ad uno sviluppo armonico del bambino è quella di lavorare **CON** le emozioni, per sostenerle, verbalizzarle, poterle sentire senza censure, esprimerle senza paure o critiche.

Durante l'anno saranno presentati tanti albi illustrati, belli e di qualità, e, poiché ognuno è un laboratorio di molteplici emozioni, più se ne incontreranno più si maturerà emotivamente.



Un libro che sicuramente verrà proposto ai bambini sarà **"L'emozionante mondo di Ciro e Beba"** di A. Agliati, I. Grazzani e V. Ornaghi.

Questa parte del progetto ripropone la procedura d'intervento di una ricerca svolta dall'Università degli studi di Milano Bicocca in alcuni nidi dell'hinterland milanese già sperimentata negli anni passati nella nostra sezione.

In particolare, partendo dalla lettura in piccolo gruppo delle storie di Ciro&Beba saranno proposte delle attività di **conversazione sulle emozioni** che stimoleranno i bambini a parlare di sé e del proprio mondo emotivo.

I bambini possono facilmente immedesimarsi nei personaggi di queste storie perché questi ultimi danno forma simbolica ad esperienze rilevanti per i bambini e suscitano in loro emozioni e sentimenti. Le storie di Ciro&Beba si sviluppano attorno alle quattro emozioni di base: **gioia, collera, tristezza, paura**. Durante ciascun incontro, dopo la lettura, l'educatrice stimolerà e guiderà la conversazione tra bambini su particolari contenuti. Questi riguardano le tre componenti principali della competenza emotiva, ovvero **espressione, comprensione e regolazione delle emozioni**. Inoltre, grazie agli spunti offerti dalle storie, le educatrici porteranno la conversazione anche sui sentimenti dell'altro e sui **comportamenti pro-sociali**.

DESTINATARI

Il progetto è rivolto a tutti i bimbi iscritti alla nostra sezione Primavera.

TEMPI

Bisogna ricordarsi che quando si lavora con i bambini, **TUTTO È SEMPRE EMOZIONE**: ogni occasione è buona per parlarne, verbalizzarla, contenerla, coinvolgerla nel gioco, trovarle spazio e anche risoluzione (offrendo delle strategie, **NON** per rimuoverla, ma per affrontarla insieme).



SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

VALUTAZIONE

La valutazione si realizza attraverso l'osservazione in itinere, che permette anche di adeguare le proposte alle reazioni ed esigenze che emergono dai bambini.

DOCUMENTAZIONE

Il progetto sarà documentato attraverso materiale fotografico e trascrizioni delle conversazioni tra bambini. Inoltre, se il gruppo mostrerà interesse, magari fornendo una macchina fotografica ai bambini, costruiremo degli inventari delle emozioni con le foto di tutti i bimbi e degli adulti di riferimento.

RESPONSABILE DEL PROGETTO

Il progetto sarà proposto dalle insegnanti di sezione Cristina Guarnaccia e Veronica Moreschi.