

EMOZIONIAMOCI IN GIOCO

PREMESSA

Diverse ricerche dimostrano come la maggior parte dei bambini in età prescolare e scolare possano attraversare momenti di grande stress emotivo che spesso risultano essere di difficile gestione. Il percorso è strutturato per sviluppare capacità sociali, utili al miglioramento delle risorse empatiche e di resilienza dei piccoli partecipanti.

Un viaggio nelle emozioni che attraverso il gioco, l'immaginazione e la lettura, aiuta i bambini a portare in scena la loro creatività, lavorando su aspetti fondamentali come:

- tecniche di auto rilassamento,
- regolare le proprie emozioni,
- riconoscere e distinguere le proprie emozioni e quelle degli altri,
- sviluppare l'empatia,
- migliorare la concentrazione e l'ascolto,
- migliorare le capacità sociali ed emotive,
- essere coraggiosi e sperimentarsi in nuovi ambiti,
- migliorare la propria autostima,
- far fronte al conflitto,
- imparare strategie di coping positive,
- trasformare i pensieri negativi in pensieri positivi.

Tutte queste capacità sono insegnate in modo da essere facilmente apprese, integrate e utilizzate da bambini di questa età.

Questo laboratorio ha la finalità di aiutare i bambini a sentirsi più sicuri, più felici e più capaci ad integrarsi in diversi contesti. I bambini più integrati da un punto di vista sociale ed emotivo hanno migliori risultati scolastici, hanno più fiducia in loro stessi, formano relazioni più stabili, si impegnano e portano a termine compiti che li mettono alla prova e sono più abili a comunicare in maniera efficace.

Il teatro può avere luogo ovunque, anche in un'aula scolastica che non è stata concepita per fare teatro. Oggi, un teatro che voglia esprimersi nelle situazioni pedagogiche è un teatro che ha sostituito al primato del testo e della produzione di un evento artistico un'attività teatrale che si propone innanzitutto come laboratorio, non solo in vista di una rappresentazione finale, ma come "cantiere" in cui fare esperienza dell'uso espressivo del corpo, del valore del gioco e della molteplicità dei linguaggi.

È a partire da questi presupposti che si può strutturare un laboratorio teatrale all'interno della scuola, nell'ottica di utilizzare il teatro come prezioso linguaggio in grado di favorire la crescita della persona. Il laboratorio teatrale è il luogo in cui si sperimenta la pluralità dei linguaggi, in particolare l'interazione tra il linguaggio della mente e quello del corpo, per un'educazione integrale dell'alunno. Fondandosi sul meccanismo della finzione, il teatro spinge la comunicazione in uno spazio "altro" in cui i bambini, protetti e sostenuti dal "fare finta di", possono parlare di sé e dei propri vissuti, ma anche esplorare l'immaginario e sperimentare la fantasia e la creatività. Nel gioco drammatico il bambino si esprime, esteriorizza la sua persona, il suo essere profondo con le sue pulsioni, inibizioni e desideri, e mette tutto ciò a disposizione di coloro che lo guardano, ossia gli altri compagni e gli insegnanti, i quali possono trarre dal laboratorio teatrale preziose informazioni sui loro alunni.

L'esperienza teatrale può diventare una situazione privilegiata che mette in comunicazione il mondo cognitivo con la dimensione emozionale: il teatro può essere un valido strumento per favorire lo

sviluppo emozionale dei bambini e per rendere possibile un'educazione emotiva, oggi sempre più necessaria.

Una delle condizioni indispensabili per favorire l'acquisizione degli elementi fondamentali del linguaggio teatrale è la componente ludica e il coinvolgimento diretto dei partecipanti: il divertimento stesso diventa così un'esperienza positiva e uno strumento di conoscenza primario. L'operatore si pone di fronte ai bambini come una guida, non come una figura direttiva che impone il proprio schema di lavoro ma come colui che conduce i bambini al recupero di quella capacità teatrale che già possiedono, mettendo in moto le capacità espressive. L'attività teatrale diventa una preziosa occasione per il bambino per comunicare, esprimersi, capire e conoscere non solo se stesso ma anche il gruppo classe.

Il laboratorio teatrale è un'occasione per crescere, per imparare facendo, con l'importante convinzione che l'aspetto più importante consiste nel processo e non nel prodotto: lo spettacolo finale è solo la conclusione di un percorso formativo, non è l'obiettivo principale.

DESCRIZIONE DEL PROGETTO

OBIETTIVI

Gli obiettivi generici del laboratorio teatrale sono:

- _conoscere il linguaggio teatrale*, considerando la teatralità come una naturale espressione del bambino;
- _favorire la comunicazione, la relazione, la crescita*, in quanto l'attività teatrale di gruppo contribuisce a migliorare la relazione con se stessi e con gli altri;
- _educare alla creatività, alla fantasia e all'immaginazione*;
- _lavorare con corpo, mente ed emozioni*, per uno sviluppo armonico e integrato.

AREE DEL LAVORO TEATRALE

- _esplorazione dello spazio
- _movimento
- _ritmo
- _corpo
- _espressione corporea
- _immaginazione
- _voce e respirazione
- _improvvisazione a coppie, a gruppi, collettiva
- _creazione di storie
- _lavoro sui personaggi.

Dopo un periodo di presentazione e di giochi per conoscere ed accrescere la fiducia in sé stessi e negli altri si passa alla ricerca vera e propria. S'inizia a capire come poter usare il proprio corpo e attraverso il gioco s'impara ad usare la voce in modi differenti da quelli abituali, oppure si usa il proprio timbro per comunicare concetti o stati d'animo scegliendo frasi o parole. Infine s'inventeranno storie, mediante le quali si cercherà, poi, di superare la paura del mettersi in mostra mediante proposte per rafforzare la coesione del gruppo o l'opinione che si ha di sé stessi.