

LA SCUOLA DEI...

SENTIMENTI

di Aldo Pallotti

socio/formatore della Casa delle Arti e del Gioco - Mario Lodi, Drizzona (Cremona)



■ SCAVARE DENTRO DI NOI

(un'esperienza laboratoriale di ricerca sui sentimenti)

UN NUOVO LABORATORIO

Il maestro ha iniziato il nuovo laboratorio ripetendo una cosa che ci dice quasi sempre all'inizio di un nuovo lavoro: *"In questo laboratorio, in questa ricerca che faremo insieme, vi propongo delle attività difficili. Lo faccio perché le cose facili, quelle che si possono fare senza alcuno sforzo, non aiutano a crescere"*.

Poi, con aria un po' misteriosa, ha proseguito dicendo: *"Ho portato gli strumenti che ci serviranno per il nostro lavoro"*.

Ci ha mostrato una torcia elettrica, una paletta e uno specchio.

Poi ci ha chiesto: *"Secondo voi, come li useremo? A cosa ci serviranno?"*

La torcia elettrica (Fig. 1)

Noi abbiamo provato a fare delle ipotesi:

JACOPO: *"La torcia elettrica serve per illuminare"*.

PIER: *"Si usa quando si è nel buio"*.

PRISCILLA: *"Quando di sera manca la corrente elettrica in casa e non si vede niente..."*

Il maestro ci ha chiesto ancora: *"Cosa si potrebbe fare di bello con una torcia elettrica?"*

MERYEM: *"Si potrebbe entrare ad esplorare una grotta buia"*.

GIORGIA: *"Si potrebbe fare una caccia al tesoro, di sera, in un bosco"*.

GIULIA: *"Oppure si potrebbe giocare a nascondino, di sera, con il buio"*.

Alla fine eravamo d'accordo sul fatto che la torcia elettrica è uno strumento che di solito si usa per vedere meglio le cose quando sono immerse nel buio.



Fig. 1 • La torcia elettrica

La paletta (Fig. 2)

Poi abbiamo parlato della paletta, che noi usiamo a scuola nell'attività di giardinaggio, ma anche nell'intervallo quando scaviamo buche da riempire d'acqua.

MARA: *"Serve per scavare, per fare un buco nella terra"*.

SAMUELE: *"Delle volte scaviamo nel terreno facendo finta che cerchiamo un tesoro"*.

NICOL: *"Scavando si possono trovare dei vecchi tubi arrugginiti"*.

VALENTINA: *"Però scavando si può trovare anche la tana di un serpente"*.

MATILDE: *"Io ho sentito che scavando nei campi abbandonati capita anche di trovare dei rifiuti tossici"*.

Alla fine di questa discussione eravamo tutti d'accordo sul fatto che la paletta serve per scavare e in alcuni casi per trovare quello che è nascosto sotto terra, ma quando si scava non si sa cosa si può incontrare. Si può trovare un tesoro, ma anche cose pericolose.



Fig. 2 • La paletta

Lo specchio (Fig. 3)

Infine abbiamo discusso sulla funzione di uno specchio.

MARA: *"Uno specchio serve per guardarsi, per vedere come si è fatti"*.

CLAUDIA: *"Davanti allo specchio ci si può pettinare"*.



Fig. 3 • Lo specchio

MARCO T: *"Mia sorella davanti allo specchio si trucca".*

VALENTINA: *"Mio papà si fa la barba guardandosi nello specchio".*

ALESSANDRO A: *"Certe volte io guardo nello specchio e vedo quello che succede dietro a me senza essere visto".*

GIORGIA: *"Se hai due specchi puoi vederti davanti e dietro, io lo faccio quando apro l'armadio dei nonni".*

Abbiamo concluso questa discussione dicendo che lo specchio è uno strumento che serve per guardarsi bene, che permette di osservarsi con attenzione.

TRE SIMBOLI

"Questi oggetti – ha spiegato il maestro – sono i simboli del lavoro che svolgeremo nel laboratorio di quest'anno. Che significato hanno, secondo voi?"

FABRIZIO: *"Il maestro ha detto che dobbiamo fare un lavoro difficile, forse la paletta serve per scavare dentro di noi".*

ELEONORA: *"La paletta ci serve per scavare nei ricordi".*

PRISCILLA: *"Lo specchio ci serve per guardarci meglio e per riflettere".*

MARCO P: *"Secondo me la torcia ci deve illuminare per farci venire le idee e per trovare le parole adatte per fare delle belle poesie".*

CLAUDIA: *"La torcia ci può aiutare a vedere meglio dentro la nostra fantasia".*

Il maestro era contento delle nostre risposte: *"Questi tre oggetti vogliono far capire che scaveremo dentro di noi cercando di andare in profondità, cercheremo di fare luce nelle cose che dentro di noi sono un po' nascoste, che sono al buio. Proveremo a capire come siamo fatti e perché siamo fatti proprio così. E forse, grazie a questo lavoro, riusciremo a conoscerci meglio, a capire meglio chi siamo".*

FACILE O DIFFICILE?

Il maestro ha chiesto il nostro parere su questo lavoro.

MARCO T: *"Sarà molto difficile perché ognuno di noi è diverso".*

DESIRÉE: *"È difficile guardare dentro di te quando qualcosa non va bene, perché devi ammettere che hai sbagliato".*

ALESSANDRO T: *"È difficile perché molte volte si fanno delle cose che non si vorrebbero fare e non si sa perché si fanno; non è facile esprimere le proprie emozioni".*

Il maestro ha concluso la discussione con una domanda alla quale non era facile rispondere: *"Secondo voi, questa attività di scavare dentro se stessi per capire meglio come siamo fatti può farci star bene o ci farà star male?"*

Ci ha consigliato, come accade spesso durante le discussioni, di non rispondere subito, ma di pensarci un po' e di parlarne tra di noi, a coppie, magari con l'amico o l'amica più cari.

Dopo un po' ALESSANDRO A. ha rotto il ghiaccio: *"Se sei triste è meglio non guardarti dentro perché in quel caso in te trovi solo cose brutte".*

MIRKO: "Secondo me può far bene perché così tiri fuori quello che pensi e non resta chiuso dentro di te".

GIULIA: "Se hai fatto qualcosa di sbagliato può aiutarti a migliorare".

CAMILLA: "Però può succedere anche che tu sei felice e invece trovi in te cose tristi, e allora questo ti fa male".

Il maestro ci ha ringraziato della nostra sincerità e ci ha detto: "In questo laboratorio lavoreremo ancora con le parole e con la fantasia, ma in particolare studieremo insieme i sentimenti, i pensieri e le emozioni che sono nascosti dentro di noi".

IL BIGLIETTO DA VISITA

È iniziato così il nuovo laboratorio.

Il maestro ha consegnato ad ognuno di noi un cartoncino bianco rettangolare e ci ha invitato a preparare il nostro biglietto da visita: serviva a farci conoscere meglio.

Prima però ci ha spiegato cos'è un biglietto da visita: ci ha fatto vedere quello di suo figlio e quello di un suo collega che insegna all'Università. Su ogni biglietto, dopo il nome e il cognome, c'erano scritte le specialità di quelle persone: "Ingegnere", "Formatore scientifico".

Il maestro ci ha invitato a fare altrettanto, scrivendo sul nostro biglietto da visita, oltre al nostro nome, almeno tre nostre "specialità", delle qualità che avevamo solo noi e che ci rendevano diversi dagli altri.

Ecco alcune delle specialità che abbiamo scritto sui nostri biglietti da visita:

NICOL

Amichevole
Creativa
Gentile

MATILDE

Sognatrice
Agitata
Sensibile
Amante degli animali

MARCO P.

Matematico
Paziente
Calciatore

ALESSANDRO T.

Amante del pericolo
Disponibile verso chi ha bisogno
Audace

ALESSANDRO A.

Chiacchierone
Affettuoso
Spiritoso

Anche il maestro ha preparato il suo biglietto da visita:

ALDO

Vecchio albero
Amico dei bambini
Tenace

Poi abbiamo scritto, usando i computer dell'aula informatica, il nostro nome e le parole che parlavano di noi e li abbiamo stampati in alcune copie, poi li abbiamo incollati su cartoncini bianchi della stessa misura dei biglietti da visita "ufficiali" che il maestro ci aveva mostrato all'inizio della discussione.

Ognuno di noi ne aveva a disposizione tante copie, da regalare ai genitori, ai nonni, agli amici.

Ed è stato molto bello farlo.

GIULIA

Vecchio albero
Amico dei bambini
Tenace

CAMILLA

Astuta
Matta
Arrampicatrice

Infine ognuno di noi ha realizzato un biglietto da visita più completo su un foglio, sul quale abbiamo incollato anche una nostra fotografia speciale che il maestro ci aveva scattato di nascosto durante l'anno mentre eravamo impegnati in altri lavori, oppure mentre non prestavamo attenzione a quello che faceva (Fig. 4).

Aldo ci ha spiegato che questa foto era "vera", così come le parole che parlavano di noi, perché mostrava veramente "come siamo quando viviamo".

Ci ha proposto di usare quelle foto perché, secondo lui, quelle scattate mettendosi in posa sono molto belle, ma un po' "finte" perché noi siamo immobili, sorridenti, quasi come delle statue.

E noi eravamo d'accordo con lui.

Io sono un persona "speciale"
e questo è il mio

BIGLIETTO DA VISITA



Fig. 4 • Il biglietto da visita

DAI BIGLIETTI DA VISITA AD UN TESTO POETICO COLLETTIVO

Alla fine di questo lavoro il maestro ci ha invitato a scegliere due specialità che avevamo usato per il nostro biglietto da visita.

Ognuno le ha trascritte su un cartoncino e, con il sistema che abbiamo sperimentato varie volte lo scorso anno, abbiamo sistemato tutti i cartoncini sul pavimento, li abbiamo ordinati secondo un criterio che ci sembrava bello e alla fine abbiamo deciso insieme un titolo.

Quello era il “biglietto da visita poetico” della classe (Fig. 5).

Allora abbiamo incollato tutti i cartoncini con le nostre parole su un cartellone che abbiamo appeso sulla porta d’ingresso della nostra aula.

Così chi entra sa chi incontra.

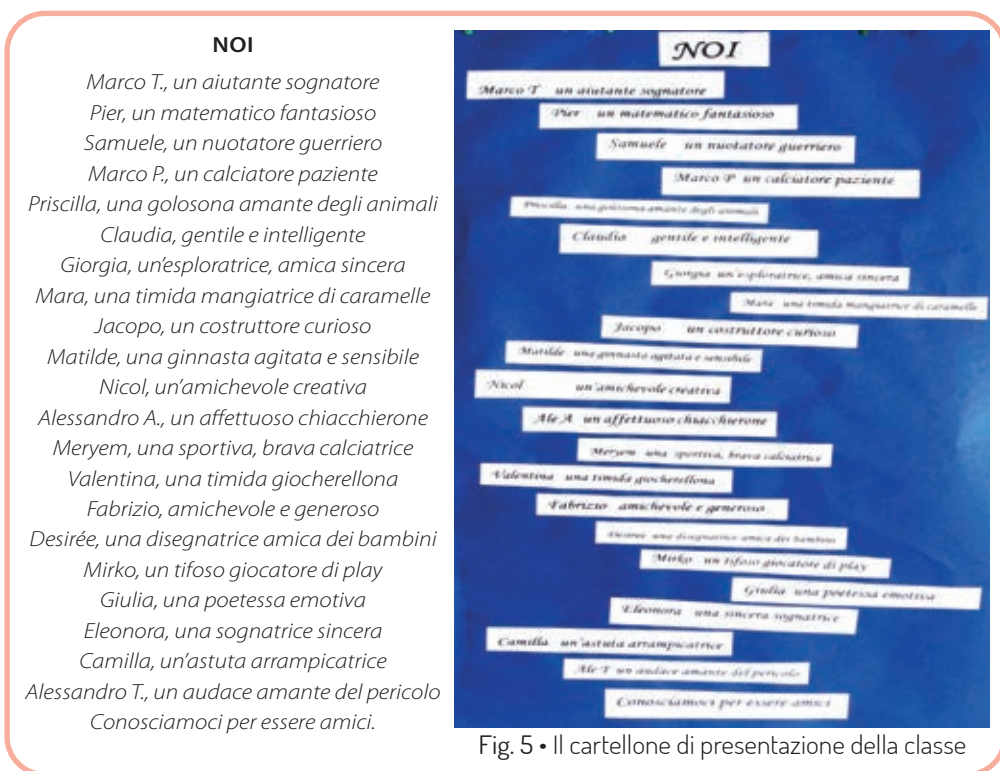


Fig. 5 • Il cartellone di presentazione della classe

INTERVISTIAMO I NOSTRI OGGETTI DEL CUORE

Il maestro ci ha proposto un'altra attività per conoscerci e per farci conoscere meglio: portare a scuola un oggetto che ci è molto caro, al quale ci sentiamo legati.

Ognuno ha presentato agli altri il suo “amico”, dopodiché il maestro ci ha proposto di fare i giornalisti, intervistando quegli oggetti come se fossero dei personaggi famosi. Con un grosso scatolone abbiamo realizzato una specie di teatrino, che veniva illuminato dalla torcia elettrica; a turno siamo andati dietro lo scatolone

con il nostro "oggetto amico". Gli altri, seduti di fronte al teatrino, rivolgevano delle domande all'oggetto-amico, che stava dentro allo scatolone, e che rispondeva, naturalmente, con la voce del suo proprietario, che restava nascosto.

LA PALLINA DI MARCO

Io sono la pallina di Marco che mi usa spesso quando non sa cosa fare e si annoia (Fig. 6).

Perché sei così importante per Marco?

Perché quando si annoia sta con me e giochiamo insieme, quasi tutti i giorni.

Quando ti fa rimbalzare senti male?

Non sempre, solo qualche volta, perché lo fa forte.

Marco ti tratta bene?

Sì, perché non mi fa rimbalzare troppo.

Sei contenta quando giochi con lui?

Sì, perché mi fa andare molto in alto. È bello ed emozionante e gioco con lui.

Tu conosci bene Marco, com'è?

È un bambino buono, vivace, che gioca tanto e che non si annoia quasi mai.

Cosa fai quando sei sola in casa perché Marco non c'è?

Sono triste, sono rimasta sola soprattutto quando era in vacanza; avrei voluto andare con lui.

Hai altri amici giocattoli?

No, non sono amica di nessuno dei suoi giocattoli. E sono anche un po' gelosa di loro.

Conosci i segreti speciali di Marco?

Sì, li conosco, ma non posso dirli. Sono segreti. Posso dire solo che quando vede i film dell'orrore poi ha paura a stare in cameretta da solo.

Tu che gli stai vicino, sai se Marco ha un sogno?

Sì, ce l'ha, vorrebbe diventare un calciatore famoso, il più forte al mondo. Sogna anche di diventare ricco e di regalare più della metà dei suoi soldi ai bambini poveri.

Tu che lo conosci bene, spiegaci: perché qualche volta è preoccupato?

È preoccupato perché ha paura di sbagliare, soprattutto quando scrive pensa di fare errori di ortografia.

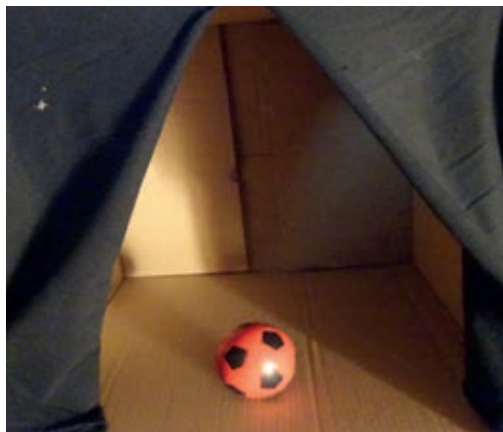


Fig. 6 • La pallina di Marco

COSA HANNO DETTO DI NOI I NOSTRI AMICI?

Il maestro ha trascritto tutte le risposte e poi ci ha consegnato i fogli che le contenevano, ad ognuno quelle relative al suo oggetto.

Ognuno le ha trascritte in un breve testo, come se fosse stato scritto dal suo "oggetto amico".

IL VELIERO E FABRIZIO (Fig. 7)

Io e il mio amico Fabrizio ci siamo conosciuti una sera, in una piazza vicino al mare; io ero su una bancarella piena di clienti e stavo immobile in attesa che qualcuno mi comprasse. Mi ha visto, gli piacevo e così siamo diventati amici.

Io sto nella sua cameretta e quindi so che è un dormiglione e che al mattino ha sempre sonno; vuole sempre giocare invece dovrebbe prima studiare e poi giocare. Ha una bella specialità: sa inventare con colla, cartoncino e altre cose degli oggetti speciali. Vorrebbe non essere più timido e parlare senza paura con tutti. E poi ha un pensiero segreto: vorrebbe che la scuola non esistesse, perché gli piace troppo giocare.



Fig. 7 • Il veliero di Fabrizio

CERCARE LE PAROLE NEGLI OCCHI

Ci siamo disposti vicino, in cerchio, come sempre, per parlare di un nuovo lavoro, come sempre impegnativo e difficile.

“Negli occhi di ogni persona – ci ha detto Aldo – sono nascoste parole che parlano di lui o di lei. Vediamo se siamo capaci di cercare queste parole importanti guardando con attenzione dentro agli occhi degli altri. Chissà se riusciremo a capire quali sono i sentimenti, i sogni, le preoccupazioni che si nascondono in quegli occhi”.

Poi ci ha chiesto: *“Secondo voi, in quali occhi sarà meglio guardare?”*

MATILDE: *“Io credo che guarderemo negli occhi dei compagni”.*

NICOL: *“Secondo me ognuno dovrà guardare nei suoi”.*

ELEONORA: *“È più bello ma è anche più difficile”.*

FABRIZIO: *“Per farlo ci voglio tanti specchi, siamo in ventuno”.*

Il maestro ci ha confermato che aveva portato proprio ventuno specchi, uno per ognuno di noi, in modo da riuscire ad eseguire bene questo lavoro speciale.

MERYEM: *“Chissà quanto hai speso per comprare ventuno specchi...”*

Erano specchi “speciali”: infatti ha consegnato ad ognuno di noi le fotografie che avevamo scattato ogni anno il primo giorno di scuola, con il nostro viso in primo piano (Fig. 8). Sono le foto che ci servono per capire quanto siamo cresciuti e come siamo cambiati.

Ognuno di noi si è guardato negli occhi, a lungo e attentamente, per rispondere ad alcune domande che erano riportate su una scaletta; ognuno rispondeva solo a quelle che voleva e nell’ordine che riteneva più opportuno.



Fig. 8 • Primo piano scattato nel primo giorno di scuola

- ✳ Chi è questo bambino o questa bambina?
- ✳ A cosa pensa di solito?
- ✳ Quali sono i suoi desideri? I suoi sogni?
- ✳ Quali sono i momenti in cui si sente più felice?
- ✳ Quale segreto speciale ha nascosto dentro di sé?
- ✳ Quali sono i suoi problemi? Che cosa lo/la preoccupa?
- ✳ Cosa vorrebbe fare e non riesce?
- ✳ Di cosa ha paura?
- ✳ Cosa lo/la rende triste ogni tanto?
- ✳ Cosa vorrebbe dire a chi lo/la guarda?

Poi, usando le idee espresse nelle risposte, ognuno ha scritto un breve testo che parlava di sé.

JACOPO

Ho guardato attentamente negli occhi Jacopo.

Nei suoi occhi ho trovato queste parole: coraggio, curiosità, avventura.

Si sente bene quando gioca con i suoi amici a calcio, perché si sente felice e forte. In quei momenti gli sembra di essere un cinghiale che lotta con chi lo vuole catturare, e vince.

Lo fanno star male le gare, perché ha paura di perdere, e se perde lo prendono in giro.

In quei momenti gli sembra di essere nascosto in un angolo, abbandonato, trascurato, solo.

Lo fa sentire grande quello che impara: le cose nuove rispetto agli altri anni.

Sogna di diventare un costruttore di lego, famoso in tutto il mondo, o di diventare un calciatore.

UN TESTO POETICO INDIVIDUALE

Abbiamo letto tutti i nostri testi con attenzione; poi ognuno ha cercato nel suo testo le idee più originali e più belle, quelle che dallo scorso anno siamo abituati a chiamare le “perle”.

Con l’aiuto del maestro o dei nostri amici, le abbiamo “pulite”, abbiamo tolto cioè le parole meno significative, che non davano messaggi importanti o emozionanti.

Ognuno le ha ricopiate su cartoncini colorati: su ogni strisciolina una “perla”. Poi le ha messe in ordine nel modo che gli sembrava più giusto e, seguendo quell’ordine, le ha incollate sul quaderno.

Quando abbiamo riguardato con attenzione il lavoro completato, abbiamo capito che ognuno di noi aveva realizzato un "testo poetico" che parlava di se stesso, con idee che aveva trovato guardandosi negli occhi.

A volte leggero, a volte agitato

*Occhi vivaci, felici, riposati, curiosi.
Felice in biblioteca a leggere libri avventurosi
Si sente una piccola bibliotecaria.
Fa giochi che tolgono la tristezza
Uno scoiattolo, sempre pronto a sentire tutto.
Un vento, a volte leggero, a volte agitato.
La preoccupa l'ospedale: è agitatissima.
Ma è grande quando studia storia, geografia, scienze.
Diventerà una pilota d'aereo.*

Meryem



Ognuno ha letto il suo testo poetico, con le tapparelle abbassate, alla luce delle candele, con una voce bella ed emozionata (Fig. 9).

Il maestro ci ha chiesto se eravamo d'accordo di non fare applausi alla fine della lettura di ogni testo, ma di manifestare con il silenzio la nostra attenzione.

Alla fine della lettura, abbiamo fatto una cosa speciale che di solito facciamo solo quando torniamo dalle visite didattiche e dai viaggi di studio per salutarci: ci siamo messi in cerchio, ci siamo presi per mano formando un girotondo, per sentirci uniti in un momento così importante.



Fig. 9 • La lettura ad alta voce

Sempre tenendoci per mano, ognuno ha detto agli altri cosa aveva provato sentendo leggere quelle parole che parlavano di sé in modo così originale ed emozionante.

PIER: "lo ho provato un po' di vergogna, leggere davanti a tutti mi dà ancora un po' di vergogna"

MARCO P.: "lo ero felice perché anche gli altri potevano sapere come sono fatto dentro".

ALESSANDRO T.: "Anche io ho provato una sensazione bellissima, perché dicevo i miei sentimenti agli altri".

MATILDE: "Io ero agitata e nello stesso tempo felice. Agitata perché credevo di leggere male, felice perché i miei amici stavano ascoltando le mie poesie".

CAMILLA: "Nella mente mi rimbombavano queste parole: 'Chissà se piacerà, chissà se piacerà...'. Non ero per niente sicura che piacesse".

LEGGIAMO NEGLI OCCHI DEI NOSTRI COMPAGNI

Il maestro ci ha invitato a sederci, disposti in cerchio, e a guardare attentamente negli occhi di tutti i compagni per trovarvi le "parole speciali" che facevano capire quello che era nascosto dentro.

Abbiamo fatto questo lavoro con impegno; ogni parola che trovavamo la scrivevamo in una tabella personale. Alla fine ognuno di noi ha "ricevuto" una serie di parole dai compagni: erano quelle che erano state trovate nei suoi occhi. Ci siamo meravigliati perché in questi elenchi di parole alcune erano diverse, quasi opposte. Era difficile capire il perché.

CAMILLA: "Forse dipende se quella compagna è un'amica a cui vogliamo bene oppure no".

GIULIA: "Secondo me perché abbiamo dentro tante cose, alcune belle altre brutte".

Il maestro ha trascritto tutte le parole trovate sul suo quaderno, dove registra sempre tutto quello che diciamo; poi ha chiesto a ognuno in quali parole si riconosceva, quali sentiva veramente come "sue".

E sul libro che racconta cosa facciamo nel nostro laboratorio ha stampato solo quelle che ognuno ha accettato come adatte a sé.

Negli occhi di Claudia:

diversità, generosità, vergogna, importanza, amicizia, insicurezza, paura, vendetta, fantasia, solitudine

Negli occhi di Alessandro A:

dolcezza, generosità, importanza, coraggio, speranza, amicizia, serenità

SENTIMENTI ED EMOZIONI

Il maestro ha portato tanti biglietti colorati, abbastanza grandi in modo che si potessero leggere anche da lontano, sui quali era scritto il nome di un'emozione o di un sentimento che nella vita può capitare di provare. I nomi riportati sui biglietti erano tutti diversi: *indifferenza, rifiuto, rabbia, gelosia, coraggio, fiducia, vendetta, mancanza, fantasia, delusione, solitudine, sogno, tradimento, nostalgia, odio, prepotenza, perdono, amicizia, rimorso, generosità, libertà, vergogna, insicurezza, felicità, abbandono, umiliazione, importanza, incontro, noia, paura, disperazione, dolcezza, serenità, speranza, amicizia*. Li ha sistemati in ordine sparso sul pavimento, mentre noi guardavamo curiosi, e poi ci ha chiesto cosa pensavamo di ciò che aveva fatto:

GIORGIA: "Sono parole che danno delle emozioni".

GIULIA: "Per me sono parole che riguardano il cuore".

MARCO T.: "Sui biglietti ci sono parole che vogliono farci conoscere i sentimenti".

MIRKO: "Sono parole che riguardano noi e il lavoro che stiamo facendo".

MATILDE: "Riguardano le cose che noi abbiamo dentro e che stiamo cercando".

PAROLE "AMICHE"

Abbiamo iniziato a guardare con attenzione tutte le parole sparse sul pavimento; per osservarle meglio potevamo alzarci, girare per l'aula oppure cambiare posto.

Il primo lavoro che abbiamo fatto insieme è stato quello di provare a formare le famiglie di parole che, per il sentimento che esprimevano, si assomigliavano un po'.

Quando i gruppi sono stati formati, abbiamo discusso per verificare se tutti eravamo d'accordo.

1^a famiglia: gelosia – invidia – rabbia – odio – prepotenza

2^a famiglia: solitudine – rifiuto – mancanza – abbandono – umiliazione – indifferenza – vergogna

3^a famiglia: paura – tristezza – malinconia – sofferenza – nostalgia

4^a famiglia: dolcezza – fantasia – generosità – fiducia – speranza – sogno – coraggio – amicizia – serenità – perdono

5^a famiglia: passato – ricordi – silenzio

6^a famiglia: noia – diversità – insicurezza

Ad alcuni di noi però non sembrava molto corretto il modo in cui si erano formati alcuni gruppi, ad esempio alcuni sostenevano che "gelosia e invidia sono qualcosa di diverso rispetto alla rabbia, all'odio e alla prepotenza" oppure che "paura non andava d'accordo con le altre parole del suo gruppo" o ancora che "silenzio non c'entra molto con il passato e con i ricordi".

Ne abbiamo parlato a lungo e ci siamo convinti che non era facile classificare i sentimenti e le emozioni, perché sono parole che non si conoscono bene se non si sono provate profondamente. Qualcuno ha detto che forse sono parole che hanno un significato diverso a seconda di chi le prova.

Il maestro ci ha fatto notare una cosa speciale alla quale non avevamo fatto caso e cioè che avevamo raggruppato tutte le parole relative a sentimenti positivi in un unico gruppo, velocemente, senza discussioni e senza diversità di opinioni. Invece avevamo diviso in ben cinque gruppi quelle che richiamavano alla mente momenti difficili; inoltre avevamo discusso molto sul significato che avevano e su come metterle insieme. La cosa ci ha un po' sorpreso e abbiamo cercato di spiegare il perché.

GIORGIA: "Forse siamo 'esperti' soprattutto di sentimenti brutti".

MARA: "I momenti brutti ci fanno soffrire e li ricordiamo di più".

CLAUDIA: "Forse ai momenti belli non dedichiamo tanto tempo".

ELEONORA: "Non diamo importanza se sono belli, forse non ce ne accorgiamo nemmeno di viverli".

MIRKO: "Le cose brutte ti restano dentro e le conosci meglio, quelle belle scappano via".

Eravamo tutti d'accordo che è giusto impegnarsi a vivere meglio i momenti belli, a renderci conto di quando siamo felici e non solo di quando ci sentiamo tristi e in difficoltà.

PAROLE "NEMICHE"

Poi abbiamo fatto un altro gioco, questa volta lavorando in coppia.

Ogni coppia doveva trovare "due parole nemiche": una doveva essere, per quanto possibile, l'opposto dell'altra.

Abbiamo trovato queste coppie di parole:

• paura / coraggio
• solitudine / amicizia
• gelosia / generosità
• malinconia / amicizia
• fantasia / noia
• tristezza / serenità
• indifferenza / importanza
• prepotenza / dolcezza
• delusione / speranza
• tradimento / fiducia
• abbandono / incontro

Anche in questo caso non tutti erano d'accordo sugli abbinamenti. Qualcuno sosteneva ad esempio che "malinconia" non è l'opposto di "amicizia", si può essere malinconici anche se si hanno amici; altri invece dicevano che l'amicizia è una medicina contro la malinconia. C'era disaccordo anche su "gelosia" come opposto di "generosità". Ma chi l'aveva proposto ribatteva che chi è generoso non può essere geloso.

Alla fine di queste attività, il maestro ci ha spiegato che avevamo fatto questi strani giochi per conoscere meglio le parole che riguardano i sentimenti. Sono parole che non si usano spesso, però è importante conoscerle bene, perché sono quelle che ci aiutano a capire cosa c'è dentro di noi.

DOVE LE INCONTRIAMO?

Il maestro ci ha rivolto questa domanda: "Abbiamo lavorato sulle parole che indicano i sentimenti e le emozioni che si vivono dentro di noi. A voi dove è capitato di provarli? Ci sono stati dei posti speciali dove li avete incontrati?"

Discutendo insieme, abbiamo trovato, per ogni sentimento, un luogo speciale dove qualcuno di noi l'ha provato:

TRISTEZZA	La tristezza si può incontrare al cimitero perché lì riposano le persone care; alcune volte a casa propria, dopo un litigio con i fratelli o con i genitori.
NOIA	Si può trovare questa parola in una scuola dove un bambino non ha niente da fare di interessante così gli sembra che il tempo non passi più.
SOLITUDINE	Si può trovare in un parco-giochi, in un oratorio, in un campo di calcio quando sei circondato da bambini che non conosci. E allora possono lasciarti da parte.
SILENZIO	Il silenzio si può incontrare in chiesa quando non c'è nessuno, e a casa, quando si è soli, oppure di notte quando tutti dormono.
RICORDI	Possiamo trovare i ricordi nei luoghi dove abbiamo vissuto, ad esempio nella scuola dell'infanzia.
FIDUCIA	La fiducia si può trovare al parco quando gli amici ti confidano i segreti, oppure in casa, quando i genitori ti danno incarichi importanti.
GELOSIA	Si può trovare a scuola, se sembra che qualcuno ti ruba l'amico del cuore, oppure a casa se ci sono fratellini o sorelline più piccoli, coccolati dai genitori.
PASSATO	Il passato si incontra in un cimitero, perché lì hanno vissuto le persone a cui si è voluto bene.
SOFFERENZA	Si trova all'ospedale, perché è un posto brutto. Soprattutto se si è da soli, senza i genitori.
SPERANZA	La trovi a scuola o a casa quando i genitori o i maestri ti incoraggiano a fare cose nuove e difficili.
MANCANZA	Si trova a casa, perché in alcuni momenti si può sentire la mancanza del papà o della mamma, se non ci sono. Oppure a scuola se manca il tuo compagno preferito, oppure l'amica del cuore.
RABBIA	Si può trovare questo sentimento nei posti dove si lavora, perché ti trattano male e ci si arrabbia facilmente. Oppure al parco-giochi dove i bambini tante volte litigano.
MALINCONIA	Si incontra a casa quando i fratelli o le sorelle non ci sono, oppure nei viaggi di studio quando alla sera, a letto, si pensa ai genitori lontani.
GENEROSITÀ	La generosità si trova all'ospedale, perché lì curano gli ammalati. E anche nell'intervallo quando qualche compagno ti regala un po' della sua merenda.
INSICUREZZA	Si trova in piscina, al campo di calcio, a danza, a basket... quando ti chiedono di fare cose che pensi di non saper fare.
VERGOGNA	Si incontra a casa quando ci sono ospiti adulti, che ti rivolgono delle domande e tu non sai cosa rispondere.
CORAGGIO	A scuola, quando ci sono lavori impegnativi, si trova il coraggio e si riesce a superare le difficoltà. Si prova soprattutto il primo giorno, quando lasci la mamma e il papà.
SERENITÀ	La troviamo quando giochiamo a casa, oppure a scuola, quando si sta con gli amici, perché quando giochiamo siamo sempre contenti.
DIVERSITÀ	Questa parola si può trovare a scuola o nei posti dove fai attività sportive, soprattutto se non si riesce a fare o a risolvere qualcosa. Allora ci si sente diversi dagli altri.
PAURA	La trovi in cantina, perché c'è buio e vengono i brividi. Però si può incontrare nei posti dove devi fare delle prove speciali, perché si ha paura di sbagliare.
AMICIZIA	L'amicizia la si può trovare a scuola perché ci sono tanti bambini ed è facile conoscersi. Noi abbiamo provato questo sentimento in prima e continua ancora adesso.

RACCONTARE LE EMOZIONI

Il maestro ha raccolto i biglietti che stavano sul pavimento, li ha mischiati come si fa di solito con le carte da gioco e poi li ha rimessi sul pavimento capovolti, in modo che non si potesse leggere ciò che vi era scritto.

Ognuno di noi ne ha raccolto uno e ha cercato di spiegare, con un breve testo, che cosa è e cosa rappresenta per lui o per lei quel sentimento.

NOSTALGIA di Marco T.

La nostalgia è un sentimento che provi quando tieni tanto ad una cosa che non vedi per molto tempo, come quando in vacanza hai la nostalgia di casa. È un sentimento non molto bello.

In estate per due anni sono andato in vacanza ed ero con la mia famiglia, ma avevo la nostalgia di casa. Mi mancava il mio letto comodo e amico ed i miei compagni rimasti in paese, a giocare tutti insieme senza di me. Mi sentivo triste, ero molle, desideravo tornare a casa al più presto. Mi sentivo un prigioniero in una grotta abbandonata che non può mai più uscire.

SPERANZA di Claudia

Provare questa emozione è bellissimo! La speranza in alcuni casi ti può rendere la giornata migliore. Quando la provi sembra che puoi fare tutto e ti viene subito il sorriso. È una delle più “super-belle” emozioni provate!

La speranza l’ho provata quando ero a tennis: non pensavo di riuscire a colpire bene la pallina, ma mio papà e il mio primo maestro di tennis mi hanno incoraggiato dandomi speranza. E io ho pensato: “Posso farcela”. Sentivo molta agitazione, mi vibravano le mani. La speranza la sentivo nel cuore, non riuscivo a stare ferma, sembravo un’anguilla da quanto ero agitata e mi muovevo! Ero una persona speciale, perché le persone con la speranza sono trasparenti!

INVIDIA di Priscilla

L’invidia è un po’ brutta perché funziona così: un tuo compagno ha qualcosa che ti piace, ma tu non ce l’hai... Vorresti avere il giocattolo che ha il compagno o la compagna.

Io l’invidia l’ho provata anche a casa, quando mio fratello giocava con papà e mi cacciava via. Prima le attenzioni erano tutte su di me, ma adesso sono tutte su mio fratello, quindi provavo una forte invidia. Io mi sentivo un po’ triste e invidiosa e poi mi sono quasi messa a piangere. Volevo andarmene in un posto lontano, ma non potevo: mi sentivo fredda in tutto il corpo, sembravo respinta.

LE "PERLE"

Ormai siamo diventati esperti nel trovare le "perle" nei nostri testi: ricopiamo i pezzi (il maestro alcune volte li chiama "segmenti linguistici") più belli, togliamo le "parole in più", quelle poco importanti, per lasciare solo quelle più emozionanti. Infine indichiamo con una sbarretta i punti in cui dividere le varie frasi durante la lettura, così quando leggiamo ad alta voce, in quei punti ci fermiamo o rallentiamo, per far assomigliare quel testo speciale ad una semplice poesia (Fig. 10).

UMILIAZIONE

Ti prendono in giro
ti senti inutile
pensi che vali zero.
Seduto sulla sedia,
triste
molle in tutto il corpo.
Una roccia da sola in mezzo al niente
una macchina vecchia, arrugginita e rotta.

Marco P

FIDUCIA

Fiducia nei miei genitori.
Credono a quello che dico.
Mi confidano sentimenti ed emozioni.
Il cuore pulsa all'impazzata
Sole a mezzogiorno
alto nel cielo.
Ero splendente,
piena d'amore.

Eleonora

TRADIMENTO

Un amico mi ha promesso una cosa
ma poi non l'ha fatta:
tradito.
Non avevo più le gambe
non riuscivo a muoverle
erano incollate a terra.
molli e fredde.
Ero una statua di pietra fredda.

Samuele

GENEROSITÀ

Qualcuno ha bisogno di qualcosa
tu gliela dai.
Nel cuore mi sentivo orgogliosa
Ero il sole
che dona il suo calore agli uomini
un ruscello
che offre la sua acqua da bere
agli animali.

Giulia

LIBERTÀ

Siamo andati a giocare
in un posto nascosto
non c'erano sentimenti malefici
ci sentivamo al sicuro
potevamo fare quello che volevamo.
Nel corpo sentivo l'aria fresca
ero una lepre che corre nei campi
pieni di carote grosse, arancioni e profumate.

Fabrizio





Fig. 10 • La lettura ad alta voce

FELICITÀ

Una persona a cui vuoi bene
ti fa un complimento.
Succede una cosa
che volevi vivere.
Le gambe e le braccia si agitano.
Felicità nel profondo del cuore.
Sono una trottola di mille colori
Che gira velocissima,
una gattina che fa le fusa
e si struscia per farsi accarezzare.

Giorgia

IL DIZIONARIO DELLE EMOZIONI

Il maestro ci ha proposto: *"Stiamo arrivando alla fine del nostro laboratorio ed abbiamo fatto tante scoperte. Possiamo fare un lavoro che ci aiuti a capire ancora meglio, e magari a spiegarlo anche agli altri, cosa si sente, quando si prova un sentimento, un'emozione"*.

Noi eravamo d'accordo a provare: così ognuno ha scelto nel suo testo la frase che faceva capire meglio che cosa è e che cosa fa provare quell'emozione speciale. Come sempre, ognuno l'ha trascritta su un grande cartoncino colorato, poi abbiamo appeso tutti i cartoncini sulla lavagna, senza un ordine particolare.

Il maestro ci ha chiesto di pensare come potevamo incollarle su un grande cartellone; noi abbiamo suggerito modalità diverse, ad esempio prima tutte le emozioni positive e poi quelle negative, oppure all'incontrario.

Alla fine abbiamo deciso di incollarle in modo alternato, in modo che dopo un'emozione bella da vivere e positiva, se ne incontrava una negativa e poi ancora una positiva...

MARCOT.: *"Tutte queste spiegazioni sembrano il vocabolario delle emozioni"*.

GIORGIA: *"Questo che abbiamo fatto noi è il dizionario delle emozioni che le spiega alle persone"*.



DIZIONARIO DELLE EMOZIONI E DEI SENTIMENTI (Fig. 11)

INSICUREZZA quando credi che gli altri pensano che non ce la fai
VERGOGNA quando una persona ti sgrida davanti agli altri
DOLCEZZA quando qualcuno ti vuole bene e te lo dimostra
TRADIMENTO quando un amico ti dice una cosa e poi non la fa
FIDUCIA quando credono a quello che dici
RABBIA quando qualcuno si innervosisce e litiga
SPERANZA quando ti sembra che puoi riuscire a fare tutto
INVIDIA quando un compagno ha qualcosa che ti piace, ma tu non l'hai
LIBERTÀ quando puoi fare quello che vuoi
RIMORSO quando ti penti di aver fatto qualcosa di sbagliato
SERENITÀ quando in classe c'è silenzio e non parla nessuno
UMILIAZIONE quando pensi che vali uno zero
CORAGGIO quando fai le cose avventurose
TRISTEZZA quando perdi momenti della vita a piangere
SOLITUDINE quando non hai persone che ti aiutano
FELICITÀ quando ti succede una cosa che desideravi vivere
NOSTALGIA quando non vedi da molto tempo una cosa a cui tieni tanto
IMPORTANZA quando un'amica dice che tiene a te
DELUSIONE quando qualcuno ti fa una promessa grande e poi non la mantiene
VENDETTA quando un bambino ti prende un giocattolo e per riaverlo tu rubi le sue cose
GENEROSITÀ quando regali a qualcuno

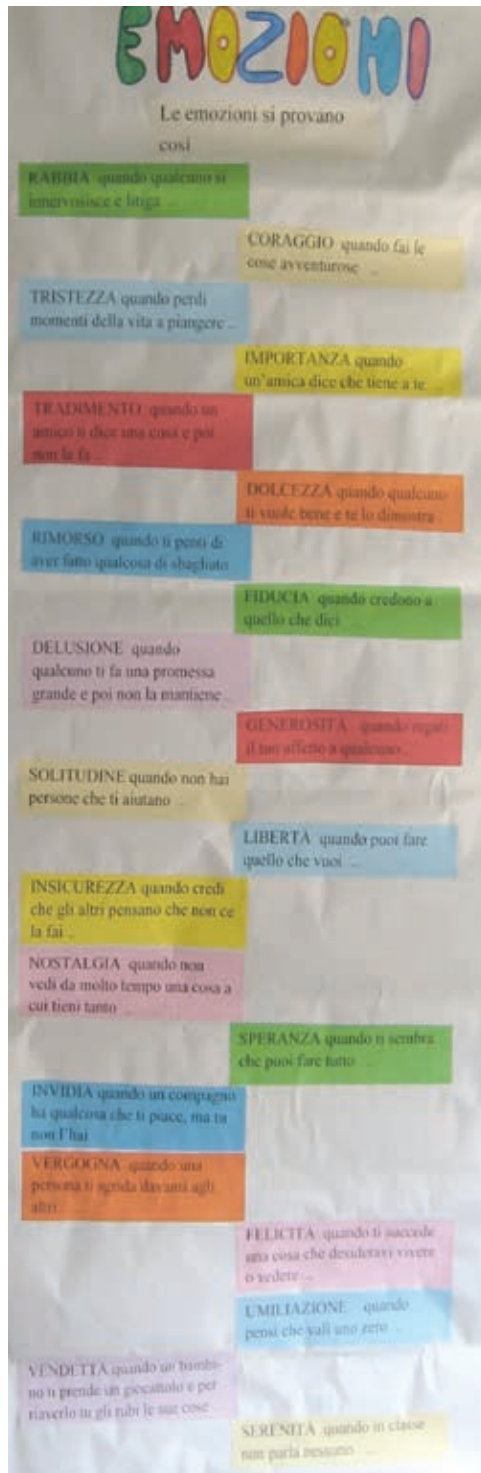


Fig. 11 • Il dizionario delle emozioni

METAFORE

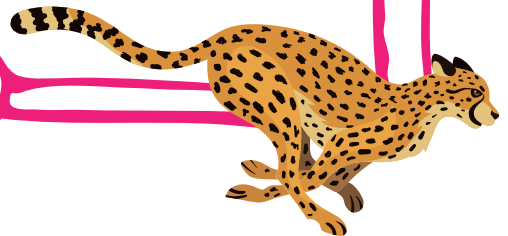
Il maestro ci ha detto che nei nostri testi c'erano espressioni molto belle, che lo avevano emozionato. Ci ha ricordato il lavoro svolto l'anno scorso sulle metafore e ci ha invitato a cercare la metafora con cui avevamo descritto noi stessi. Abbiamo fatto questo lavoro senza difficoltà, ormai siamo esperti.

Una dopo l'altra, le nostre metafore hanno formato un lungo testo poetico che abbiamo letto, come al solito, in un momento particolare, con penombra e con accompagnamento musicale, alle altre insegnanti che operano nella nostra classe.

Alcuni di noi hanno proposto di chiudere questo testo poetico con una breve frase, che spiegasse di cosa si trattava: "emozioni nel cuore di noi poeti". Il maestro, che ci ripete sempre che la poesia è fatta anche di altre cose, come ad esempio la ricerca di suoni speciali nelle parole usate, come se fossero una musica, ha sorriso e questa volta ha accettato.

NEL CUORE DI NOI POETI

*Ero un leone pronto all'assalto
un'equilibrista che cammina su una corda
un prigioniero in una grotta abbandonata da cui non può uscire
una finestra aperta
un uccellino che non può muoversi nell'unica gabbia in cui non c'è nessuno
una lepre che corre nei campi pieni di carote grosse, arancioni e profumate.
Ero triste, respinta, fredda in tutto il corpo
un mostro cattivo, un cane abbandonato
una roccia che sta sola in mezzo al niente
il sole a mezzogiorno, alto nel cielo.
Ero grande come i miei genitori
un allenatore definitivamente deluso
un uomo di sabbia che prende la forma del suo corpo
una persona trasparente
un pastello di colore grigio
una statua di pietra fredda
un pesciolino fuori dalla vasca
un ruscello che dà la sua acqua da bere agli animali
una gattina che fa le fusa e si struscia per farsi accarezzare
un ghepardo che rincorre la preda
una volpe astuta che ha tradito un amico.
Emozioni nel cuore di noi poeti.*



I COLORI DEI SENTIMENTI

Abbiamo incollato tutte le parole che avevamo usato per il nostro lavoro sui sentimenti su un grande cartellone bianco, dando loro la forma di un arcobaleno colorato, che abbiamo chiamato "l'arcobaleno delle emozioni" (Fig. 12).

Pensavamo che il laboratorio fosse terminato, invece il maestro ci ha rivolto un'ultima proposta: *"Avete raccontato le emozioni che avete provato con il sistema delle parole, scrivendo un testo che poi avete trasformato in un breve testo poetico. Siete stati davvero bravi. Poi avete raccontato la vostra emozione anche con il tono della voce, quando avete letto il vostro testo agli altri. Sarebbe bello provare a raccontare i sentimenti usando il sistema dei colori"*.

La proposta era bella. Ognuno ha scelto liberamente uno tra i sentimenti e le emozioni presenti nel nostro "arcobaleno delle emozioni", poi l'abbiamo raccontato usando linee colorate, oppure macchie di colore, senza immagini di persone, di animali o di oggetti (Fig. 13, 14, 15 e 16).

Abbiamo infine appeso i disegni in classe terminando in questo modo un percorso di ricerca dentro di noi ricco di inaspettate scoperte.

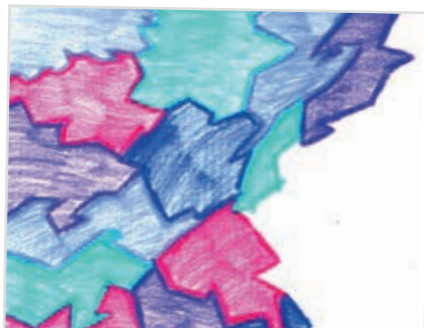


Fig. 12 • L'arcobaleno delle emozioni



CORAGGIO di Claudia

È un quadro di colori coraggiosi, che ti danno la forza di andare avanti. Ho scelto questi colori perché sono tutti forti e il coraggio è un sentimento forte. Il giallo l'ho scelto perché se hai coraggio sei una persona luminosa.



AMICIZIA di Marco P.

Ho scelto questi colori e li ho fatti così vicini perché gli amici si assomigliano e stanno sempre uniti, come un puzzle dove gli elementi si incastrano uno nell'altro.

Fig. 13 e 14 • I sentimenti attraverso i colori



PAURA di Priscilla

Rappresenta il buio e l'oscurità. Ho scelto questi colori per rappresentarli, perché io ho molta paura del buio.



RABBIA di Jacopo

Questi colori forti rappresentano quanto è brutta la rabbia, perché sono linee spezzate.

Fig. 15 e 16 • I sentimenti attraverso i colori

Che dire a conclusione di questo articolo? Se per poesia intendiamo *l'arte e la tecnica di esprimere idee, emozioni, fantasie e tutti i sentimenti possibili attraverso gli occhi del cuore*, allora credo si possa concludere che i bambini "sono essi stessi poesia". I bambini "sono poesia" per la scuola perché, con le loro parole e i loro pensieri, aiutano l'istituzione e noi insegnanti che ci lavoriamo a guardare dentro la nostra realtà per osservare il mondo con gli occhi amorevoli di chi non perde l'abitudine e la spontaneità di incantarsi e di meravigliarsi della bellezza che, comunque e in ogni caso, la vita ci regala.

