

LABORATORIO ESPRESSIVO

IL COLORE DELLE EMOZIONI



7 bambini lo dicono con il colore

PREMESSA

Il ruolo che ha l'adulto nello sviluppo affettivo di un bambino è determinante; il suo atteggiamento, le sue aspettative, le sue parole (anche quelle non dichiarate apertamente), la fiducia che ripone nelle capacità del bambino, possono avere un gran peso nella crescita, sostenendo o impedendo, facilitando o ostacolando qualsiasi azione conoscitiva. Troppo spesso ci troviamo a vedere trascurati gli aspetti emotivi del processo di sviluppo del bambino a vantaggio di quelli conoscitivi.

La nostra esperienza di psicologhe e psicoterapeute ci ha portate a sperimentare la stretta relazione tra la componente affettiva e quella cognitiva, è per questo che abbiamo ideato un laboratorio creativo e psico-emotivo per far conoscere e riconoscere al bambino l'universo delle emozioni.

Poiché per i bambini parlare di cose astratte è molto complesso ed esprimere le proprie emozioni non è facile nemmeno per gli adulti, abbiamo pensato di

sviluppare questo percorso partendo da un linguaggio che appartenga al loro mondo, quello rappresentato dai colori, proprio perché immediato, universale e concreto.

I colori della natura hanno da sempre esercitato una profonda influenza su di noi, a livello conscio ed inconscio, psicologico e fisiologico. In principio la vita dell'uomo era regolata da due fattori, la notte ed il giorno, quindi l'oscurità e la luce. La notte portava passività, immobilità e, in generale, un rallentamento del metabolismo, ed il colore associato a questo ambiente era il blu scuro; il giorno portava con sé la possibilità dell'azione, un aumento del metabolismo e quindi energia e stimolo, associato al giallo lucente della luce. Entrambi questi colori pongono un controllo dall'esterno, mentre il rosso e il verde, suo complementare, rappresentano colori autonomi perché implicano attività intenzionali e direttamente controllate, rispettivamente di attacco, la caccia, e di difesa, conservazione di se stessi.

Senza addentrarci nell'affascinante mondo del significato di ogni colore e della correlazione della scelta cromatica al tipo di personalità, il nostro intento è quello di dare libera espressione ad attività che utilizzano il linguaggio più completo, disegnare, pitturare e scarabocchiare con i colori, quello che più stimola alla fantasia e alla fiducia verso la realtà. Un bambino appena nato inizia con il distinguere la luminosità dall'oscurità, successivamente impara a distinguere il movimento, poi ancora la figura e la forma. Il riconoscimento del colore costituisce l'ultima fase dello sviluppo. Inoltre, la visione del colore è connessa contemporaneamente con il cervello più primitivo e con il neo-cervello. I riflessi e le funzioni istintive connessi con la visione dei colori seguono la via del paleo-encefalo, mentre la distinzione, l'identificazione, il nome dei colori, come ogni reazione estetica ad esso sono tutte funzioni della più giovane corteccia cerebrale. Quindi arriviamo alla massima espressione della correlazione tra aspetti emotivi e cognitivi.



FINALITA'

L'azione di questo laboratorio si soffermerà in particolar modo su ciò che il bambino prova in una precisa circostanza, per aiutarlo ad analizzare le diverse emozioni e sensazioni percepite fisicamente e dar loro un nome. Dare un nome a ciò che sta avvenendo in lui lo aiuterà non solo a conoscere le emozioni ma a riconoscerle successivamente, in sé stesso e negli altri, per imparare a gestirle più che ad esserne sopraffatto, in un allenamento che durerà tutta la vita.

Cercheremo quindi di favorire la competenza emotiva dei bambini per abituarli a decentrarsi e riconoscere le "ragioni" dell'altro. Il fine ultimo è quello di sottolineare l'importanza dell'educazione affettiva, la quale dovrebbe occupare un ruolo fondamentale nello sviluppo di ogni bambino, permettendo in questo modo di avviarlo ad una più profonda, positiva conoscenza di sé, delle sue potenzialità, delle sue fragilità e instaurando così rapporti gratificanti con gli altri basati sulla collaborazione, il rispetto, il dialogo. Nello stesso tempo il progetto ha l'obiettivo di aiutare le insegnanti e i genitori a comprendere le emozioni ed i vissuti dei bambini. Conoscere il linguaggio e la potenza del colore aiuta il genitore e l'educatore ad imparare a capire i sentimenti più profondi dei bambini, a volte non espressi con le parole e le motivazioni di alcuni loro atteggiamenti o comportamenti altrimenti inspiegabili.

OBIETTIVI

- offrire ai bambini la possibilità di sentire, riconoscere, esprimere ed elaborare le emozioni
- rendere protagonista il bambino della sua storia attraverso il racconto
- conoscere e discriminare le emozioni fondamentali
- esprimere il proprio stato emotivo
- raccontare sensazioni
- controllare le proprie emozioni
- riconoscere le emozioni altrui

BISOGNI

- Affettivi: ascolto, comprensione, sicurezza e stabilità, accettazione
- Cognitivi: curiosità, scoperta, esplorazione, gioco, comunicazione
- Sociali: contatto con gli altri e relazione, partecipazione

METODOLOGIA

La realizzazione di questo percorso avverrà attraverso laboratori esplorativi (uso di colori) e creativi (uso metaforico di materiale per esprimere le emozioni).

MATERIALI

Colori e fogli della scuola e materiali di recupero raccolti dai genitori insieme ai bambini (bottoni, tappi, stoffe, lana, nastri, legno, sassi, conchiglie, plastica, farine, sabbia ecc).

SPAZI

Ambienti interni ed esterni alla scuola a seconda delle esigenze.

TEMPI

Da gennaio a maggio 2016, con una frequenza di uno o due incontri a settimana, dopo le 16.00 per 1 ora e ½.

UTENTI

Classi miste, gruppi di 10 – 15 bambini per conduttore

CONDUTTORI

Elisa Del Grande

elisa.delgrande@libero.it

347.8027599

Ketty Motta

ketty.motta@libero.it

347.0735429

