"Sulla mia pelle: la forza e la cura"



"Il corpo è il luogo in cui l'aggressività impulsiva si scioglie per diventare incontro, comunicazione e cura dell'altro"

(Bernard Aucouturier)

Premessa

Il corpo e il tono muscolare sono i canali primari di comunicazione, espressione e costruzione dell'identità nei primi anni di vita del bambino. In modo particolare, dai 4 anni, lo sviluppo motorio ed emotivo vivono una fase di forte espansione energetica e sviluppo.

Il dialogo corporeo si struttura anche attraverso la pelle, che rappresenta il primo ed il più importante confine psichico e fisico tra il sé e l'altro. Se il bambino non viene accompagnato a percepire questo involucro, l'aggressività e l'impulso di contatto diventano disordinati. Questo laboratorio vuole essere uno spazio, un'esperienza in grado di trasformare il bisogno di aggancio fisico in un'azione regolata e significativa.

Introduzione

La progettazione di questo laboratorio nasce da un'attenta osservazione dalla quale è emerso un comportamento comune: molti bambini, per entrare in relazione con i compagni, utilizzano lo scontro fisico, l'urto irruente in cui si fa male a se stessi o all'altro.

Questo comportamento evidenzia una carenza a livello emotivo e una scarsa mappatura propriocettiva.



Campi di esperienza

- Il sè e l'altro: scoprire il senso di identità personale, sviluppare la consapevolezza emotiva, sperimentare la fiducia e l'aiuto reciproco;
- Il corpo e il movimento: rappresentare la propria mappa corporea, coordinare i movimenti nello spazio, interiorizzare i contrasti tonici;
- I discorsi e le parole: sviluppo delle capacità comunicative tra pari

Obiettivi

- Propriocezione: conoscere e interiorizzare i confini del proprio corpo attraverso l'avvolgimento, la pressione costante e il massaggio;
- Inibizione: regolare l'esuberanza motoria e saper arrestare o rallentare il movimento in diverse situazioni;
- Sintonizzazione affettiva ed empatia: riconoscimento e rispetto dello spazio altrui, protezione e cura sia del mio corpo sia quello del compagno.

Presentazione del percorso

Il laboratorio si sviluppa in 3 moduli:

1. Il contenimento e la pelle con focus sulla sensazione di involucro;
2. La forza regolata e lo scarico dell'aggressività su oggetti neutri, spinta/trazione cooperativa;
3. La cura e l'accoglienza con focus sulla gestione del contatto delicato, sulla sintonizzazione di coppia e sulla responsabilità individuale.

Gli incontri saranno così strutturati: accoglienza con input simbolico/narrativo; fase operativa con due attività; fase finale con rilassamento, verbalizzazione o trasposizione grafica dell'esperienza e saluti.

Attività

L'involucro con il telo e il massaggio con le palline;

La tana buia, il corpo e il respiro;

La mia bolla, la tua bolla;

Duri come pietre, morbidi come nuvole;

Il muro che sostiene e il muro che crolla;

Il trasloco con le corde;

I ricci che diventano morbidi;

Io ti guido e ti proteggo;

Danza del cuscino;

Tappeto volante.



Durata del percorso

8 incontri da 45 minuti ciascuno

Destinatari

Gruppo mezzani

Materiali

Teli, palline, paracadute psicomotorio, cerchi, mascherine, scatoloni, cubi di gommapiuma, albi illustrati, musiche, corde, cuscini, strumenti musicali.

Ruolo dell'insegnante

L'insegnante allestisce lo spazio, crea le condizioni relazionali ideali, supporta nei momenti di difficoltà con uno sguardo attento e non giudicante.

