



VITE A COLORI

Il toolkit per le realtà educanti

AIUTARE BAMBINE, BAMBINI E ADOLESCENTI
NELLA GESTIONE DELLE EMOZIONI E NELLA RICERCA DI STRATEGIE
DI RIPRESA DI FRONTE AD EVENTI DIFFICILI

unicef 

per ogni bambino

VITE A COLORI

PROPOSTA ELABORATA A PARTIRE DALLA RICERCA INTERNAZIONALE SULLE ESPERIENZE E OPINIONI DEGLI ADOLESCENTI SUL COVID-19

Il COVID-19 e le sue conseguenze sono ancora fortemente presenti nel quotidiano di bambine, bambini, ragazze, ragazzi e adolescenti, ma si stanno verificando anche altre situazioni che stanno avendo un forte impatto su di loro. La pandemia, lo scoppio della guerra in Ucraina, la crisi economica e la conseguente maggior fragilità di molte famiglie possono creare grande incertezza e necessità di esprimere inquietudine, paure, disorientamento o anche soltanto domande cui è difficile dare risposta. Quindi, coerentemente con le priorità che l'UNICEF ha individuato riguardo alla salute e al benessere psicosociale degli under 18, questa proposta vuole offrire uno **spazio al racconto e alla condivisione delle difficoltà e delle emozioni** che scaturiscono da un contesto tanto complesso.

La proposta, dedicata all'**ascolto delle emozioni delle bambine, dei bambini e degli adolescenti di fronte ad eventi a vario titolo straordinari**, è stata elaborata a partire da una esperienza di analisi svolta dall'Istituto Internazionale di Ricerca Innocenti, UNICEF ECARO e UNICEF ITALIA sul tema della percezione del COVID-19 tra adolescenti ad un anno dal diffondersi della pandemia (cit). Ha come obiettivo specifico quello di offrire, alle scuole di ogni ordine e grado e a tutte le realtà educanti, uno **strumento per indagare la percezione dei ragazzi di qualsiasi genere di evento che può causare in loro turbamento e qualsiasi genere di difficoltà e disagio, attraverso la costruzione di momenti e spazi di ascolto e condivisione del loro sentire**, dentro e fuori la scuola.

Ogni attività proposta in questo documento, nonostante sia stata in parte ridefinita per poter essere svolta in classe dai docenti, è già stata sperimentata su un gruppo di 114 ragazzi dai 10 ai 19 anni nell'ambito dell'omonima ricerca sopra citata "VITE A COLORI".

Per un approfondimento della Ricerca è possibile accedere al report attraverso il link *Vite a Colori: Esperienze, percezioni e opinioni di bambin@ e ragazz@ sulla pandemia di Covid-19 in Italia* (unicef-irc.org)

Per la realizzazione di questa proposta educativa si ringraziano la Dott.ssa Maria Rosaria Centrone e la Dott.ssa Francesca Viola dell'*Unicef Innocenti Research Centre*.

ONDA SU ONDA

Per aiutare studenti e studentesse a riflettere su come certi avvenimenti possano avere generato conseguenze più o meno rilevanti su di loro, è stata scelta una metafora che, soprattutto in questa prima fase di restituzione dei pensieri, possa facilitare la loro riflessione.

Chiediamo loro di immaginare che la loro vita degli ultimi tempi (l'intervallo temporale di riferimento può essere scelto a discrezione di quale sia l'evento o gli eventi dei quali vogliamo indagare la percezione dei ragazzi: pandemia, guerra in Ucraina, scelta della scuola superiore, passaggio da un grado di scuola all'altro, qualsiasi altro evento significativo che li ha coinvolti...) come un mare sul quale sono impegnati a fare surf; spieghiamo che come ogni situazione che viviamo può alterare l'equilibrio della nostra vita, così alcuni fenomeni atmosferici possono modificare la condizione del mare rendendo più o meno semplice per noi riuscire a surfare sulla sua superficie.



Ad ogni componente della classe vengono consegnate 4 diverse immagini che raffigurano rispettivamente:

1. Mare calmo e ragazzo/ a che nuota
2. Mare con onde moderate, ragazzo/ a fa surf con tranquillità
3. Mare agitato, ragazzo/a che fa surf con qualche difficoltà
4. Mare in tempesta, ragazzo/ a che decide di non fare surf e resta sulla riva

Dopo aver concordato il periodo temporale  di riferimento con la classe, chiediamo loro di prendere un foglio e dividerlo in più sezioni. Per ciascuna sezione deve essere definito il momento a cui si riferisce.



Ad esempio, se si sceglie di prendere in considerazione come evento di riferimento la pandemia, le sezioni possono essere: marzo 2020 primo lockdown totale / settembre 2020 rientro parziale a scuola / estate 2021 vaccinazione di gran parte della popolazione / settembre 2022 rientro a scuola in presenza / marzo 2022 fine delle misure restrittive / gennaio 2023 come immaginiamo avverrà la ripresa.





Diversamente, se si sceglie un altro evento di riferimento, sarà importante individuare le fasi significative in modo che i ragazzi possano ripercorrere quello che hanno vissuto e condividere come si sono sentiti.

Dopo aver spiegato attentamente i diversi momenti presi in considerazione si chiede ai ragazzi di scegliere quale delle 4 raffigurazioni sia più rappresentativa di ciascun momento. Questo aiuterà tutti e tutte a ripercorrere gli avvenimenti vissuti attraverso le emozioni che ricordano di aver provato in ciascuna fase.

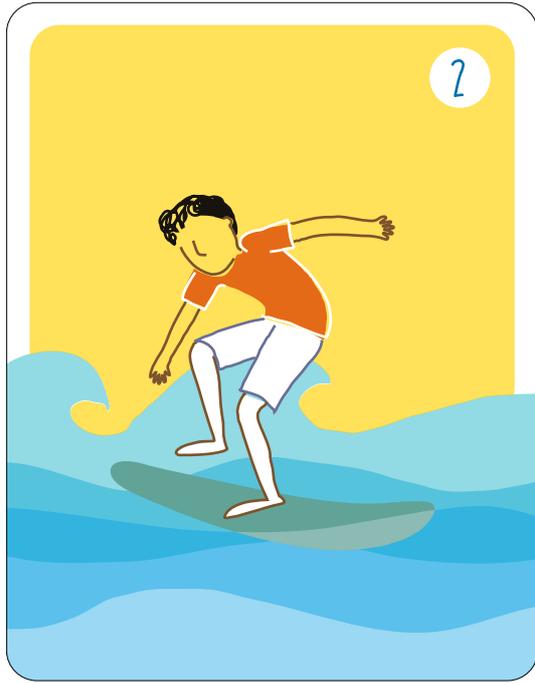
Attraverso questa azione bambine, bambini, ragazzi e ragazze definiranno quali sono stati i momenti abbastanza difficili, ovvero quelli in cui tentavano con grande rischio di fare surf nel mare agitato, quelli più agevoli, in cui cavalcavano tranquillamente le onde, quelli rilassanti in cui non era necessaria la tavola perché il mare era calmo, e quelli davvero complessi in cui non si sentivano nemmeno di tentare di sfidare le onde e restavano sulla riva in attesa che passasse il maltempo.

Qualora qualcuno abbia difficoltà a ricordare un dato momento o a definire quale immagine possa essere connessa ad un certo periodo, non è necessario insistere affinché venga completata tutta la linea temporale; probabilmente alcune situazioni del passato possono essere di più semplice identificazione rispetto ad altre ed anche questo può rappresentare un elemento importante di condivisione con il gruppo.

 Al termine delle scelte si invita chi lo desidera, in maniera libera e spontanea, a condividere quali abbinamenti ha scelto tra periodi e immagini; in questo modo il gruppo potrà esprimere quali sensazioni ha vissuto e ascoltare quelle che hanno caratterizzato l'esperienza dello stesso evento vissuto da altri.

Prima di terminare l'attività si invita chi vuole a dire quale sia l'immagine tra le 4 che rappresenta il momento che sta vivendo, questo aiuterà a comprendere elementi importanti della loro percezione della situazione attuale.





CHE TEMPO CHE FA?

Utilizzando come strumento di lavoro la stessa "linea del tempo"

che è stata elaborata per l'attività precedente, le ragazze e i ragazzi esprimono le evoluzioni della loro esperienza in merito all'evento scelto attraverso un'attività di *story telling*.



Dopo aver suddiviso la classe in gruppi di non più di 4-5 componenti, si propone a ciascun gruppo di immaginare un personaggio più o meno loro coetaneo, del quale indicare, dopo averle decise insieme, alcune caratteristiche (età, genere, nazionalità, stile di abbigliamento, città in cui vive...). In base alle scelte, si chiede che questo personaggio venga disegnato e presentato al resto della classe.



Precedentemente a questa attività è necessario che venga preparato un filo (lana, spago, nylon...) al quale devono essere attaccati alcuni foglietti che definiscono i periodi, proprio come se si trattasse di una linea del tempo.

N.B. I foglietti devono coincidere con i momenti utilizzati per l'attività precedente; qualora l'attività "onda su onda" non sia stata realizzata, è necessario comunque che i momenti vengano definiti e condivisi con tutta la classe prima dell'inizio dell'attività, in modo che sia chiaro a tutti e a tutte il periodo preso in esame. Questa linea del tempo deve essere gradualmente "srotolata" tra i banchi e, a mano a mano che raggiunge ogni gruppo, in base a quale momento sia capitato in sorte, si chiede a uno dei componenti oppure a tutti in maniera condivisa, di



raccontare riguardo al personaggio come viveva in quel determinato periodo; si può facilitare la conversazione chiedendo ai ragazzi di approfondire il racconto indicando come stava, come viveva le giornate, quali difficoltà ha trovato, cosa avrebbe voluto cambiare di quel determinato momento.

Dopo che il primo gruppo ha condiviso la sua parte di racconto, srotolando la linea del tempo, vengono raggiunti tutti i componenti della classe e ciascuno può continuare a narrare la storia in base al momento e al personaggio.

Grazie a questa attività, tutti i ragazzi hanno la possibilità di narrare mettendosi nei panni di un'altra persona diversa da ciascuno di loro, ma con la quale, al tempo stesso, hanno instaurato una connessione perché questo personaggio è frutto della loro immaginazione e, attraverso di lui, potranno proiettare e condividere le proprie sensazioni, difficoltà e paure.





Per i più piccoli (5-7 anni): questa attività può essere declinata attraverso la creazione di un personaggio individuale, quindi senza realizzare i gruppi, in modo che questa parte risulti meno complessa. La linea del tempo dovrà contenere 2, massimo 3 momenti, in modo che sia più semplice per loro comprendere a quale tempistica ci si sta riferendo.

Nel caso specifico in cui l'evento preso in esame sia stato direttamente vissuto dai ragazzi¹, si può chiedere loro di portare a scuola un oggetto che per ciascuno rappresenta uno o più dei momenti che costituiscono la linea del tempo, in questo modo sarà possibile continuare a condividere ancora più da vicino le loro personali esperienze.

Per i più piccoli, è possibile chiedere di portare a scuola l'oggetto (oppure un disegno o una foto dello stesso) oppure di indicare la persona / animale che più ha fatto loro compagnia durante il periodo della pandemia e di indicare l'oggetto / persona / animale che più è loro mancato.



¹ Ad esempio la pandemia di COVID-19, un terremoto, la morte di un compagno di classe, ecc.

SE FOSSI O SE FOSSI STATO...

Dopo aver raccontato il proprio punto di

vista attraverso la storia del personaggio inventato, chiediamo alle ragazze e ai ragazzi di mettersi nei panni ancora di altre persone. Questo ci permetterà di conoscere quali sono i loro suggerimenti, idee e punti di vista sulla situazione vissuta, sul presente e sul futuro.



La classe viene suddivisa in gruppi e ogni gruppo riceve un foglio da suddividere in 2 colonne verticalmente, su ciascuna deve essere scritto "SE FOSSI - SE FOSSI STATO".

Viene chiesto alla classe di immedesimarsi in alcune persone e di riflettere insieme e poi scrivere, che cosa avrebbero fatto e che cosa farebbero adesso, se fossero loro.

Es. *"Se fossi il Sindaco adesso darei importanza a / mi impegnerei nel/ avrei difficoltà nel..."*
"Se fossi stato il Sindaco avrei dato importanza a / mi sarei impegnato a / avrei avuto difficoltà nel..."

Alcuni esempi di persone da utilizzare per questo esercizio di immaginazione:

- I miei genitori
- I miei insegnanti
- Un medico
- Un ristoratore
- Un ragazzo di 17 anni
- Il nostro Presidente della Repubblica
- Il nostro Ministro dell'Istruzione
- L'UNICEF
-



Dopo aver proposto vari personaggi ai ragazzi, condividiamo le idee e le proposte dei vari gruppi in modo da comprendere i suggerimenti che ciascuno di loro ha elaborato sulle strategie sia sul periodo già vissuto, sia sul periodo che stiamo ancora affrontando.

Per i più piccoli è possibile realizzare questa attività chiedendo di raccontare quali sono state le situazioni più difficili che hanno vissuto e che stanno vivendo e quali sono le cose di cui adesso sentono la mancanza.

Questo permette di comprendere quali siano i bisogni a cui dare risposta e per i quali gli adulti, a qualsiasi livello (casa, scuola, città...), devono ancora garantire risposte.

Si tratta anche di un interessante esercizio di "Educazione alla cittadinanza attiva" in quanto bambini e ragazzi provano a mettersi nei panni di diverse realtà professionali, istituzionali e non, per comprendere sia la grande responsabilità che questi rivestono in termini sociali, sia per provare a dare loro stessi risposte ai bisogni di cui sono portatori.

A TU PER TU

In questa ultima fase della proposta i ragazzi vengono invitati a realizzare un'intervista a coppie; questa attività permette loro di indagare il reciproco punto di vista sui vari aspetti delle situazioni che sono state prese in esame. Durante questa intervista i ragazzi svolgeranno a turno prima il ruolo dell'intervistatore e in seguito quello dell'intervistato in modo da poter realizzare entrambe le esperienze.



Questa attività permette loro di darsi il tempo necessario per ascoltarsi e esprimersi individualmente. All'interno di questa proposta sono utilizzati vari metodi per facilitare l'espressione dei punti di vista e dei pensieri dei ragazzi, attraverso i quali ciascuno di loro può non solo sentirsi chiamato in prima persona a dare risposte e pareri, ma è anche investito del ruolo di farsi ascoltatore e portavoce delle parole condivise dal compagno. Dopo ogni intervista si propone all'intervistatore di scrivere su un post it le risposte dell'altro che lo hanno stupito, in modo da fare un'analisi della varietà delle idee che possono circolare nella classe o nel gruppo su uno stesso argomento.



Al termine delle interviste la classe è invitata a condividere sia gli elementi di stupore che quelli di corrispondenza rispetto al proprio pensiero che hanno trovato nelle risposte dei compagni.

Per i più piccoli le domande possono essere fatte dall'insegnante in gruppo e ciascuno può dire se si trova d'accordo o meno con quanto espresso dal compagno.

Come elaborare le domande delle interviste a coppie?

Dal momento che questa esperienza è focalizzata sulla capacità di sviluppare all'interno del gruppo classe spazi di espressione e di ascolto, riteniamo che sia estremamente utile che le stesse domande che faranno parte delle interviste siano elaborate dagli stessi ragazzi e ragazze che prenderanno parte all'attività.

Questo faciliterà la condivisione dei punti sui quali tutti riteniamo utile focalizzarsi rispetto alla tematica che è stata scelta, noi suggeriamo che, qualsiasi sia l'argomento sul quale si sta svolgendo questa proposta, all'interno delle domande sia dato spazio ai seguenti aspetti:

- ✓ Condivisione delle emozioni che questa situazione ha suscitato nei partecipanti (es. cosa hai provato, come credi che questo possa avere inciso sul tuo benessere...)



- ✓ Indagine sulle difficoltà o sui benefici che questa situazione può aver prodotto (quali sono secondo te gli aspetti più difficili... quali sono secondo te i risvolti positivi...)
- ✓ Ricerca di una personale risposta alla situazione (cosa credi possa essere di aiuto in questo caso? Cosa invece non credi utile per superare questa situazione?...)

Le interviste possono essere registrate dai partecipanti, ma, per non incorrere in situazioni che possano mettere a rischio la privacy di tutti e di tutte, è preferibile consigliare agli intervistatori di utilizzare un blocco per prendere appunti dove riportare con estrema cura le parole del compagno. È molto importante che gli adulti (docenti, educatori...) aiutino i partecipanti a comprendere che raccogliere parole, idee e punti di vista personali dei compagni è un esercizio che necessita di grande rispetto e tutela delle individualità nell'ascolto e molta cura nel riportare quello che l'altro ha deciso di esprimere.

Per svolgere questa attività in una situazione di estrema calma è preferibile realizzare le interviste non tutte nello stesso momento, ma dare dei tempi individuali per ogni coppia, in modo che ciascuno possa avere la giusta concentrazione per dedicare ascolto.



COME CONDIVIDERE L'ESPERIENZA?

CREIAMO IL NOSTRO "ALBUM DEL SURF"

Questa attività nasce dal desiderio di trovare un modo per condividere i risultati e le riflessioni di questa esperienza educativa: così come per la Ricerca del 2021 è stato pubblicato un REPORT, anche per questa versione allargata a tutti e a tutte le under 18 verrà realizzato un "album digitale" composto da un contributo significativo.



In un album che si rispetti trovano posto delle fotografie, e anche in questo caso si tratta proprio di una raccolta di immagini. Ogni ragazzo e ragazza potrà rappresentare se stesso impegnato/a in una normale sessione di surf; questa descrizione può avvenire tramite un disegno, un fumetto, o altro genere di linguaggio, in modo che ciascuno/a possa esprimersi in maniera più libera possibile e conforme alle proprie abilità.

Chiedendo ai ragazzi di pensare a come si sentono in un determinato momento dovranno creare un'immagine in cui ciascuno degli elementi ha un preciso significato

- ✓ Ciascuno di loro è il ragazzo / a che sta facendo surf
- ✓ il mare con le sue onde più o meno agitate rappresentano la situazione che stanno vivendo nel momento che si sta analizzando
- ✓ la tavola da surf rappresenta la rete di relazioni che li sostengono nell'affrontare questo evento / momento (sarà più grande se si sentono molto sostenuti, più piccola qualora non sentano di essere abbastanza accompagnati in questa situazione)
- ✓ l'ambiente rappresenta il mondo in cui vivono, che può essere più o meno complesso, con scogli, oppure con sabbia, con animali più o meno pericolosi che li circondano, con bagnini e salvagenti che possono salvarli in caso di estrema difficoltà.

In base a queste indicazioni ciascuno di loro realizzerà l'immagine caratterizzandola in base a quello che ritiene essere la propria situazione rispetto alla situazione che è stata presa in considerazione.

L'immagine potrà essere anche accompagnata da una spiegazione scritta in cui ciascuno motiva le scelte che ha attuato e gli elementi che ha inserito nell'elaborare la propria immagine del surf.



Tutti i contributi individuali creeranno l' "Album del surf"; uno strumento nel quale raccogliere i contributi che le scuole decideranno di inviare, sia attraverso l'azione di un docente, oppure attraverso l'azione di un coordinatore tra i ragazzi, in maniera assolutamente spontanea e autonoma.

Qualora lo ritengano opportuno, è possibile anche svolgere in coppia questa attività, realizzando così un'unica immagine in cui due compagni uniscono i propri pensieri e le proprie sensazioni e le sintetizzano in un unico disegno. Questo può facilitare nel caso in cui il linguaggio del disegno non fosse quello più semplice per qualcuno dei partecipanti.

Tutti i contributi potranno essere inoltrati nel corso dell'anno scolastico come immagini alla mail scuola@unicef.it e i ragazzi potranno decidere se inviare il proprio disegno o testo in maniera anonima, oppure utilizzando un *nick name* o il loro vero nome, questo faciliterà l'autenticità dei contributi, che saranno condivisi tutelando la volontà dei ragazzi di indicarne la provenienza; l'Ufficio Scuola di UNICEF Italia li raccoglierà e ciascuna di queste contribuirà a realizzare un quadro globale in cui saranno rappresentate le "vite a colori" di bambine, bambini e adolescenti del nostro paese.



COMITATO ITALIANO PER L'UNICEF - FONDAZIONE ONLUS

Via Palestro, 68 - 00185 Roma

tel. 06 478091

scuola@unicef.it

www.unicef.it/scuola