Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana
Dipartimento formazione e apprendimento

SUPSI

TESI DI BACHELOR DI

ALESSIA MEOLI

BACHELOR OF ARTS IN INSEGNAMENTO NELLA SCUOLA ELEMENTARE

ANNO ACCADEMICO 2015/2016

L'ALVEARE DEI PENSIERI

RELATRICE

MARINA BERNASCONI

Ringraziamenti

Un grande ringraziamento va innanzitutto alla mia relatrice Marina Bernasconi, la quale mi ha seguita durante tutto il percorso portandomi preziosi consigli.

Un altro ringraziamento lo devo alla mia classe di pratica, la quale ha partecipato con grande entusiasmo alle attività proposte, e al docente titolare Igor Vigani, il quale mi ha dato la possibilità di svolgere la mia sperimentazione consigliandomi, aiutandomi e supportandomi.

Infine, vorrei ringraziare la mia famiglia, la quale mi ha sostenuta e trasmesso fiducia. Il mio ragazzo Reto, il quale mi ha incoraggiata, e tutti i miei amici che mi hanno aiutata per quel che concerne materiali, idee, momenti di sfogo, tante pazienti chiacchierate e per avermi trasmesso energie positive.

Sommario

Introduzione e motivazione della scelta 5

Quadro teorico 7

Differenziazione in ambito pedagogico 7

Intelligenza emotiva 8

Il consiglio di cooperazione 9

Educare a prendersi cura di sé stessi 10

La narrazione di sé 10

La consapevolezza emotiva 11

L'empatia 11

Il riconoscimento delle emozioni e dei pensieri in classe 12

Descrizione del contesto – Lo sciame di api 13

La classe 13

L'istituto 13

Spazi a disposizione 13

Descrizione del percorso 14

La fase di pre-sperimentazione 14

I fiori iniziano a sbocciare 14

La sperimentazione 15

Le api ascoltano il racconto 15

Progettazione e creazione dell'angolo dedicato ai pensieri 15

Le api si ascoltano ed esternano i pensieri 16

Il trasporto del nettare nell'alveare 16

L'alveare è ricco di nettare 16

La lavorazione del nettare 17

Il miele dei pensieri 17

Il ciclo dell'ape 18

Domande e ipotesi di ricerca 19

Domande di ricerca 19

1. Lo sfondo motivazionale quale la lettura di un libro, permette ai bambini di esprimere i propri interessi, preoccupazioni e pensieri? **..... 19**

Ipotesi 19

Quadro metodologico **20**
Tipologia di ricerca **20**
Strumenti utilizzati **20**
Testi scritti 20
Questionario individuale e discussione 21
Campione di riferimento **21**
Modalità d'intervento **21**
Fase di pre-sperimentazione 21
Fase di sperimentazione 22
Dati raccolti **24**
Fase di pre-sperimentazione 24
Fase di sperimentazione 24
Analisi dei dati **26**
Analisi della fase di pre-sperimentazione **26**
Utilità di proporre attività prima della fase di sperimentazione 26
Analisi della fase di sperimentazione **27**
Utilità dei bigliettini come strumento atto a stimolare la narrazione dei propri pensieri 27
Analisi dei pensieri scritti dagli allievi, lavorazione del nettare e creazione del miele dei pensieri per ogni categoria 27
Considerazioni generali sugli altri pensieri 30
Conclusioni **34**
1. Lo sfondo motivazionale quale la lettura di un libro, permette ai bambini di esprimere i propri interessi, preoccupazioni e pensieri? **34**
2. È necessario proporre agli allievi attività che portano all'esternazione dei propri pensieri? Quali ricadute/benefici si possono ottenere per il singolo allievo e per il gruppo classe? **34**
3. Come valutano in termini di difficoltà o facilità la capacità di esternare i propri pensieri tramite la scrittura? **35**
Limiti della ricerca **35**
L'aspetto linguistico 36
Il tempo 36
Il ruolo docente-ricercatrice 36
Vissuto del singolo e del gruppo **37**
Vissuto personale e possibili sviluppi **37**

Bibliografia **39**

Allegati **40**

Allegato 1: Fase di pre-sperimentazione **41**

Allegato 2: Pensieri scritti dagli allievi per ogni categoria della cella dell'alveare **42**

Allegato 3: Gli aiuti ricavati dalle discussioni. Il "Miele dei pensieri" **50**

Allegato 4: Le categorie ricavate dai pensieri **56**

Allegato 5: Due esempi di questionari. **58**

Allegato 6: Risultati questionario per ogni domanda **62**

Introduzione e motivazione della scelta

Ci sono momenti in cui mi riaffiorano ricordi legati ai tempi che frequentavo la scuola elementare, questi ricordi sono spesso riferiti ad attimi dove avevamo la possibilità raccontare ciò che avevamo fatto il fine settimana o durante le vacanze.

I miei racconti erano spesso legati al mondo della montagna, infatti trascorrevo parecchio tempo a Sonogno dove spesso avevo l'occasione di fare esperienze nuove nella natura.

I compagni, ma anche i docenti, immaginavano ancora prima che iniziassi a raccontare di cosa avrei parlato, l'affiatamento che si era creato all'interno della classe lo permetteva.

I pensieri che venivano espressi potevano essere legati a momenti piacevoli, ma anche ad attimi negativi dove non ci eravamo sentiti bene. Mi ricordo di un compagno di classe che aveva raccontato del suo incidente e che da quel momento non voleva più mettere piede su una bicicletta, così noi compagni lo avevamo convinto a tornare in sella.

Dopo due anni di pratica professionale, vissuti in classi e contesti differenti, mi sento di affermare che lo spazio dedicato al racconto e all'esternazione di pensieri (felici o preoccupanti) trova poco spazio, in quanto le altre discipline prendono il sopravvento su questi momenti arricchenti di condivisione all'interno della classe.

A mio parere la narrazione di eventi, di stati d'animo e di pensieri può favorire la creazione di un clima di classe più comprensivo e piacevole, poiché permette di conoscere meglio i compagni sotto altri punti di vista e non solo legati alle capacità scolastiche.

Inoltre, condividere con i compagni dei pensieri è un gesto di fiducia nei loro confronti e permette di sviluppare empatia, di conseguenza di comprendere i sentimenti degli altri e quindi di mettere in atto degli aiuti efficaci.

In una qualità di vita sempre più stressata e frenetica ci sarà sempre più il rischio che gli allievi facciano parte di contesti famigliari dove entrambi i genitori siano costretti a lavorare e lo spazio per essere ascoltati diminuisca, così la scuola diventa l'unico, o uno dei pochi, luoghi dove l'allievo possa raccontare e raccontarsi. Per fare ciò è dunque importante che vengano concessi dei momenti appositi.

Con questo itinerario vorrei proporre agli allievi dei momenti dove poter esternare i propri pensieri tramite la scrittura e in seguito discuterne tutti assieme per trovare delle possibili soluzioni ai pensieri che ne necessitano.

Inoltre, vorrei creare un gruppo solidale e gentile, tramite esperienze didattiche che prevedono la lettura di sé, dei propri pensieri ed emozioni. Leggere dentro di sé non è un atteggiamento evidente, nemmeno per noi adulti, però se già a partire dalla scuola elementare abituiamo i nostri giovani ad ascoltarsi e ad esprimere una propria preoccupazione o un proprio malessere, può essere più facile aiutarli a superare questo pensiero.

Dopo aver trascorso qualche settimana nella nuova classe, ho ritenuto fosse adeguato un tema concernente la *narrazione di sé* e l’esternazione dei pensieri, positivi o negativi che siano.

Alcuni comportamenti poco controllati da parte dei bambini possono derivare da mancate circostanze di esternazione di pensieri. La scuola è ricca di spiegazioni, ma dato che serve per la vita, trovo sia anche necessario insegnare “come si sta al mondo, come si va d’accordo con gli altri, come suddividere equamente la torta del benessere, come convivere nonostante le differenze di reddito, di cultura, di religione” (Polito, 2012, p. 24).

Così, la mia idea con questo lavoro di tesi, oltre a creare un gruppo unito, è di favorire alle bambine e ai bambini il diritto di riconoscere la qualità dei propri pensieri e di rendersi conto della loro profondità. Un buon clima di classe facilita l’apprendimento oltre che facilitare l’insegnamento.

Franco Lorenzoni nel suo libro *I bambini pensano grande* scrive *“*Un pensiero che non trova ascolto difficilmente prende forma e respiro*”(pg. 11).*

Il mio sogno è dunque quello di far prendere forma a tutti i pensieri dei bambini.

La sperimentazione che metterò in atto attraverso questa ricerca intende dunque scoprire se la narrazione e l’esternazione dei pensieri degli allievi affievolisce la preoccupazione e li rende più sereni.

Nel prossimo capitolo presenterò alcuni studi di autori in cui ho trovato sostegno per i temi che intendo realizzare.

Quadro teorico

Differenziazione in ambito pedagogico

Questo pensiero pedagogico considera l'idea dell'eterogeneità come una ricchezza da valorizzare.

È un approccio pedagogico che tutti i docenti dovrebbero integrare nel proprio metodo educativo.

Con il concetto di differenza (o diversità) si fa riferimento ad ogni peculiarità del soggetto, sia di tipo cognitivo, psicologico, caratteriale e culturale, biologico e sociale, ma possono riguardare anche le esperienze che ognuno ha vissuto.

Nel mio percorso la differenziazione viene intesa come valorizzazione delle esperienze vissute dagli allievi e dalla capacità di "mettersi nei panni" dei compagni per trovare delle soluzioni ai pensieri negativi.

Il docente deve sfruttare queste diversità come una risorsa per sviluppare attività educative, "affinché ogni allievo benefici delle condizioni più appropriate per imparare il più possibile, tenuto conto dei vari fattori individuali e contestuali che interagiscono nei processi di insegnamento/apprendimento" (Donati, 2008, p.2).

Questo approccio vuole aumentare il benessere degli allievi facendoli sentire a proprio agio. Lo stare bene in classe ha molteplici benefici sull'apprendimento, infatti se un allievo sta bene in classe apprende meglio. "[…]per imparare bene a scuola, bisogna creare un buon clima di classe" (Polito, 2012, p.18).

L'accoglienza rappresenta un punto centrale per la scuola che pone al centro l'idea della persona nella sua completezza e nella valorizzazione della stessa.

L'insegnante si impegna ad accettare e a valorizzare gli allievi per come sono, assegnando ad ognuno un ruolo fondamentale all'interno della classe, in modo che ognuno possa appartenere ad essa e partecipare alla vita di classe, creando così una comunità d'apprendimento nella quale ci si riconosce come collettività.

Intelligenza emotiva

Il termine “intelligenza emotiva”, usato da Goleman, si riferisce alla “capacità di riconoscere i nostri sentimenti e quelli degli altri, di motivare noi stessi, e di gestire positivamente le nostre emozioni, tanto interiormente, quanto nelle relazioni sociali” [Goleman (1996) in: Vignati, R. (2005)]

L’intelligenza emotiva si sviluppa attraverso le esperienze che si fanno durante tutta la vita, dall’infanzia all’età adulta, infatti Cooper e Sawaf (1997) scrivono che le emozioni “sono depositarie della nostra storia, di ogni singolo elemento delle esperienze, dei rapporti e delle scoperte che abbiamo vissuto, ancor più di quanto non lo siano il corpo e la mente” [Cooper e Sawaf (1997) in: Vignati, R. (2005)]. Le emozioni assumono dunque un ruolo determinante nelle diverse circostanze della vita.

Gardner sostiene che non esiste solamente un’intelligenza per avere successo nella vita, bensì molteplici. In *Formae Mentis* indica che ogni individuo possiede almeno sette abilità mentali intelligenti:

- L’intelligenza linguistica
- L’intelligenza musicale
- L’intelligenza logico-matematica
- L’intelligenza spaziale
- L’intelligenza corporeo-cinestetica
- Le intelligenze personali
- L’intelligenza naturalistica

Gardner parla esplicitamente di due ordini di facoltà personali, distinte ma legate tra loro, queste sono:

1. L’intelligenza intrapersonale
2. L’intelligenza interpersonale

L’intelligenza interpersonale si riferisce alle conoscenze delle proprie emozioni e dei propri pensieri, saperli classificare e discriminare.

La seconda invece riguarda la sfera esteriore dell’individuo, ovvero il suo confronto con gli altri e la capacità di cogliere le diversità emotive interindividuali.

Il consiglio di cooperazione

Il consiglio di cooperazione è una modalità di lavoro con i bambini e le bambine che fanno parte di un gruppo classe. Viene utilizzato per consentire uno scambio di idee e di proposte, favorisce la discussione o la programmazione, la gestione di conflitti o la decisione di scelte importanti per tutti. In questo modo, a tutti gli allievi è concesso esporre le proprie idee, critiche, progetti e fornire un'importante riflessione sulle loro esperienze, offrendo sia al singolo sia al gruppo un momento di libera espressione.

Collaborando e interagendo tra loro, gli allievi hanno la possibilità di scoprire e di trovare possibili risoluzioni alle problematiche esposte.

"Il consiglio di cooperazione può diventare il contenitore che accoglie, accompagna e trasforma emozioni e pensieri verso nuovi significati del vivere assieme" (Bomio, 2003, p.29).

Così facendo, gli allievi imparano a trasmettere diversamente pensieri ed emozioni in un luogo sociale costituito da loro stessi. Questo sistema favorisce l'autostima, la capacità di gestire l'aggressività, aiuta a tollerare le frustrazioni provenienti da una mancata immediata soddisfazione di un bisogno, inoltre, favorisce l'assunzione delle proprie responsabilità, il rispetto di sé e delle regole, il rispetto degli altri, la disponibilità all'ascolto e l'accettazione di sé e dell'altro.

Anche il docente ha un ruolo importante nel consiglio di cooperazione, deve dar prova di una grande capacità di empatia nei confronti dei suoi allievi al fine di costruire una buona relazione fra tutti i componenti del gruppo.

"Il Consiglio di Cooperazione rappresenta così un possibile modello di apprendimento di simili valori per i futuri cittadini, formando un cerchio costituito da alunni e docenti che crea uno spazio di riflessione individuale e collegiale" (Bomio, 2003, p. 29).

Educare a prendersi cura di sé stessi

La narrazione di sé

“Ogni giorno o minuto è il tempo giusto e propizio per imparare, per raccontare e raccontarsi, per origliare le storie del mondo” (Demetrio, 2012, p. 11).

La narrazione di sé è un approccio educativo che contribuisce alla differenziazione, è uno strumento che permette di riconoscere le unicità e le identità competenti del soggetto.

La narrazione di sé è caratterizzata da tre diversi aspetti:

In primo luogo esprime “eventi od azioni importanti per la persona, vale a dire intimamente le sue intenzioni ed emozioni. In secondo luogo, gli individui giocano un ruolo importante negli eventi descritti: in altre parole, essi influenzano con le proprie azioni il corso di questi eventi, ma, al tempo stesso, sono da questi eventi condizionati quando devono realizzare i propri progetti. In terzo luogo, infine gli eventi ed i fatti, per il modo in cui sono descritti, delineano l’identità del Sé della persona all’interno dell’ambiente di vita, vale a dire danno significato e continuità alle esperienze rilevanti per il Sé” (Smorti, 1997, p. 62).

Formenti e Gamelli (1996) ritengono che le modalità con cui può avvenire la narrazione di sé “sono le più varie: stimolare la scrittura espressiva, valorizzare i ricordi personali, esplorare le preconoscenze anche sul piano personale ed emotivo, animare e drammatizzare le storie, curare alcuni rituali che favoriscano l’espressione di sé come per esempio un luogo, un tempo, una disposizione, un oggetto simbolico, ecc (Formenti e Gamelli in Castoldi, 2011, p. 101).

Con l’avanzare degli studi si tende progressivamente a far diventare la narrazione di sé qualcosa di occasionale, alla scuola dell’infanzia il racconto di sé trova maggiore spazio.

L’unicità dell’allievo e della propria storia dovrebbero essere valorizzate il più possibile ed è spesso necessario levare alcune etichette che sono state assegnate sia dai compagni che dai docenti, così da osservare meglio le specificità senza limitarsi alle competenze nell’ottica disciplinare.

Con la mia sperimentazione intendo far esprimere gli allievi su ciò che provano.

La consapevolezza emotiva

"Gli studenti hanno il bisogno di comprendere il mondo interiore così come è indispensabile leggere e capire il mondo esteriore" (Polito, 2012, p.24).

La scuola non deve avere solo il compito di formare gli allievi sulle competenze disciplinari, ma anche educare il cuore, la mente e le mani. Gli allievi hanno bisogno di leggersi dentro per affrontare meglio i momenti di difficoltà, per "imparare a star bene, a prendersi cura di sé, a volersi bene" (Polito, 2012, p. 12).

Inoltre, "la conoscenza di sé, attraverso un pacato dialogo interiore, offre la sicurezza di poter contare sulle proprie forze" (Polito, 2012, p. 28). Attraverso questa consapevolezza possiamo modificare la nostra mente e il nostro cervello.

Le emozioni servono a molte ragioni:

- ci aiutano a capire meglio gli altri e noi stessi,
- ci aiutano a procedere cautamente quando avvertiamo emozioni contraddittorie, ad esempio in situazioni pericolose,
- ci fanno vivere meglio.

L'importanza delle emozioni e dei pensieri deve essere riconosciuta e soprattutto valorizzata a scuola.

Bisogna prestare attenzione alla distinzione tra "vivere un'emozione", la quale è un'esperienza non verbale, e il ricordare un'emozione che si è percepita, ovvero quando viene espressa verbalmente.

L'empatia

L'empatia è la capacità di riconoscere i bisogni dell'altro, di sentirli dentro di noi, di comprenderli e di intervenire in suo aiuto per soddisfarli. Inoltre, aiuta a migliorare il proprio comportamento perché ci presenta immediatamente le reazioni degli altri verso le nostre parole, i nostri gesti e le nostre azioni. Facilita l'aiuto, perché crea un avvicinamento emotivo, un'identificazione con il dolore dell'altro, una percezione di sofferenza. Al suo posto avremmo bisogno di aiuto: quindi lo aiutiamo.

Quando siamo empatici allarghiamo la nostra esperienza perché vediamo la realtà anche con gli occhi degli altri. Aggiungiamo alla nostra esperienza anche il loro punto di vista.

Il riconoscimento delle emozioni e dei pensieri in classe

La scuola deve essere un luogo in cui gli allievi si devono sentire a proprio agio, senza il timore di esprimere ciò che provano e senza essere giudicati sulle loro emozioni. Tramite la narrazione dei pensieri di un compagno possiamo cercare nelle nostre esperienze qualcosa di simile e metterci nei suoi panni per capire meglio come si è sentito in quello stato d’animo nel momento narrato.

In questo modo riusciamo ad essere più sensibili, rispettosi e solidali.

Il riconoscimento delle proprie emozioni e dei propri pensieri, così come creare empatia all’interno della classe sono delle competenze che attraverso questo percorso intendo raggiungere.

Descrizione del contesto – Lo sciame di api

La classe

La classe con cui ho svolto il percorso frequenta la quarta elementare a Minusio ed è composta da 23 allievi, di cui 12 bambini e 11 bambine. La classe lavora in modo proficuo sia durante attività individuali che collettive, a piccoli e a grandi gruppi.

È presente un allievo con difficoltà nella gestione delle proprie emozioni, specialmente la rabbia. Nei momenti di frustrazione o dopo aver subito un torto reagisce in maniera poco consona alle regole di classe. L'allievo è seguito dal sostegno psicologico e rispetto all'inizio dell'anno scolastico, a mio avviso, ha fatto dei grandi progressi, riesce a controllarsi maggiormente, soprattutto ad esternare i suoi pensieri e quindi a ricevere un aiuto da parte dei docenti.

Rispetto all'anno precedente sono arrivati tre allievi nuovi: una bambina e due bambini. Un quarto allievo proveniente dalla Calabria è giunto in classe dopo le vacanze di Natale. I tre nuovi arrivi ad inizio anno sono stati sin da subito ben accolti dal gruppo, precedentemente frequentavano una scuola privata che era meno numerosa. Per l'allievo proveniente dalla Calabria il cambiamento è stato notevole: orari delle lezioni, abitudini, ma soprattutto ritmi di lavoro e precisione nello svolgere i compiti. Anche per lui l'inserimento nel gruppo classe non è stato difficoltoso.

L'istituto

L'istituto scolastico di Minusio – Cadogno ospita otto classi. All'interno dell'istituto c'è una buona collaborazione tra insegnanti, avviene uno scambio di materiale e di idee. Trovo che questa collaborazione venga percepita dagli allievi, se l'ambiente scolastico è poco collaborativo e non regna un clima positivo è più difficile da trasmettere alla classe.

Spazi a disposizione

L'aula non è grandissima, con i nuovi arrivi si sono aggiunti banchi e lo spazio è diminuito. Malgrado ciò, la disposizione dei banchi a ferro di cavallo con una linea di banchi al centro, permette di raccogliersi tutti seduti in cerchio.

Descrizione del percorso

Il percorso è suddiviso in due parti: una fase di pre-sperimentazione e una di sperimentazione.

La fase di pre-sperimentazione consiste in momenti realizzati allo scopo di ricavare informazioni sull’approccio della classe verso i temi dei pensieri, della narrazione di sé e della lettura introspettiva. Questo serve per capire come reagisce la classe ad attività di questo genere. Gli allievi in questa fase iniziano a sbocciare e a emanare i primi pollini del proprio fiore.

La fase di sperimentazione consiste nella realizzazione del percorso, dal momento in cui le api ascoltano il racconto, iniziano il loro lavoro di costruzione dell’alveare, progettano l’angolo dedicato ai pensieri con i vari cartelloni, trasportano il nettare scritto su bigliettini nell’alveare fino ad arrivare alla sua lavorazione: discussione, sistemazione e scrittura degli aiuti su biglietti di colore giallo. In seguito, il miele con gli aiuti emersi dalla lavorazione, viene versato nei vasetti appositi e degustato in caso di necessità per rendere la vita più dolce e leggera.

La fase di pre-sperimentazione

I fiori iniziano a sbocciare

Nella fase di pre-sperimentazione sono state realizzate attività per comprendere quanto gli allievi riescano ad ascoltarsi e ad esprimere i propri stati d’animo.

La prima attività che è stata realizzata consisteva nello scrivere su un biglietto come si sentiva quel giorno l’allievo, se aveva qualche preoccupazione oppure se si sentiva bene e a proprio agio. Una volta che gli allievi si sono espressi scrivendo, ho letto ad alta voce ciò che era stato scritto. Nell’allegato 1 alla pagina 41 la trascrizione dei biglietti scritti dagli allievi sul loro stato d’animo.

Un altro momento realizzato in vista del percorso di ricerca ha visto lo spostamento della propria mente in un luogo dove l’allievo si è sentito tranquillo e a proprio agio. Per alcuni minuti gli allievi si sono immersi in questo momento piacevole, chi lo desiderava aveva l’opportunità di condividere il proprio “viaggio” con i compagni e raccontare la situazione in cui si era sentito particolarmente bene.

La sperimentazione

Le api ascoltano il racconto

"Juliet e l'albero dei pensieri" ha dato l'avvio al percorso sui pensieri ed è stato il filo conduttore durante tutti i momenti proposti. Ho avuto l'occasione di incontrare questo libro durante il corso di differenziazione del secondo anno, mi era subito rimasta impressa questa volontà della protagonista di affidare i propri pensieri agli animali disegnati su un grande albero, nominato "albero dei pensieri". Così, dopo averlo letto interamente, ho deciso di proporlo alla classe, gruppo in cui i pensieri e le sensazioni vengono manifestate raramente; la causa sarà la mancanza di uno spazio apposito?

Progettazione e creazione dell'angolo dedicato ai pensieri

Dopo aver letto il libro "Juliet e l'albero dei pensieri" è emersa la volontà del gruppo di aver la possibilità di esternare i propri pensieri e preoccupazioni. Così, dopo alcune ipotesi a chi affidare i propri pensieri, a sorpresa durante un'attività di geometria, è nata l'idea di creare un alveare. Subito la classe ha accolto positivamente l'idea del compagno, tanto che si è stabilito immediatamente il nome: *L'alveare dei pensieri*. Le idee e le proposte prevedevano da subito una grande motivazione. Il tema dell'ape, a insaputa degli allievi, sarebbe stato un argomento in programma a partire dal mese di aprile, con un'arnia a scuola e uno studio approfondito di questo magnifico insetto.

Figura 1-Allievi che pitturano le parti dell'alveare

Le api si ascoltano ed esternano i pensieri

Una volta che l’alveare è stato assemblato con le varie parti, gli allievi iniziano ad ascoltarsi e ad esternare i propri pensieri e preoccupazioni sui biglietti. L’allievo può decidere se annotare il proprio nome o se lasciare anonimo il pensiero. Per ogni categoria di pensiero l’allievo annota un pensiero. Le categorie sono le stesse incontrate nel libro di Juliet: scuola, famiglia, smarrimenti, cambiamenti, malattie, amicizia e il buco nero (pensieri che non trovano la categoria giusta). È stato creato un cartellone che raffigura un fiore in cui ogni petalo rappresenta una categoria di pensiero. Al rientro in classe il lunedì mattina gli allievi scoprivano quale fosse il pensiero di quel giorno.

Il trasporto del nettare nell’alveare

Una volta che gli allievi hanno scritto il proprio pensiero, o i propri pensieri, inseriscono il biglietto nell’alveare, dove tutto il nettare trasportato verrà lavorato, discusso e trovate le soluzioni possibili a quei pensieri che necessitano di soluzioni, tramite le risorse di tutti all’interno del gruppo.

L’alveare è ricco di nettare

Quando la cella dell’alveare è ricca di nettare, i pensieri vengono letti da me e in seguito create delle categorie, ovvero i pensieri simili vengono racchiusi in un’unica tipologia. Questo facilita la discussione e permette a più pensieri di rientrare nella stessa categoria e di rendere la riflessione più generale e condivisibile con gli altri compagni.

Figura 2: Mi. mostra i biglietti nell'alveare.

La lavorazione del nettare

La lavorazione del nettare, ossia i pensieri degli allievi, è la parte dove tutti si trovano seduti in cerchio, vengono presentate le categorie e si decide con quale iniziare.

Gli allievi discutono, portano idee, creano esempi con situazioni già vissute, si raccontano, e cercano delle soluzioni tutti assieme. Demetrio (2012) afferma che narrando si aumentano le possibilità di essere seguiti, compresi, ascoltati grazie al potere di coinvolgimento affettivo. Gli allievi si ascoltano reciprocamente e propongono delle soluzioni a preoccupazioni proprie o dei compagni. Per fare ciò l'allievo deve immedesimarsi nella situazione e cercare di vivere ciò che prova chi ha determinati pensieri, solo mettendosi nei panni degli altri si riesce ad offrire un buon contributo. Vengono allenate diverse competenze tra le quali l'empatia e la capacità di far fronte a delle situazioni problematiche. Tutte le soluzioni vengono poi scritte sui biglietti gialli che andranno versati nel miele dei pensieri.

Il miele dei pensieri

Ogni categoria di pensiero (famiglia, scuola, malattie, ecc.) ha un proprio barattolo in cui sono state inserite le soluzioni trovate dagli allievi. Questi barattoli, in qualsiasi momento, possono essere aperti e i biglietti scritti all'interno possono essere letti da chiunque necessiti di consigli o di soluzioni a preoccupazioni.

Figura 3: cella dell'alveare della scuola con il Miele della scuola.

Il ciclo dell’ape

Prendendo spunto da un’affermazione di un allievo, che diceva: “Il lavoro che facciamo noi assomiglia a quello di un’ape vera, perché prendiamo il nettare, che sono i nostri pensieri, lo portiamo nell’alveare sul bigliettino, come fa l’ape che va nell’alveare, e poi noi discutiamo mentre le api lo lavorano e fanno il miele, e il miele sono i nostri bigliettini gialli!” (J.), si è deciso di creare un cartellone che rappresenti quanto detto dal compagno.

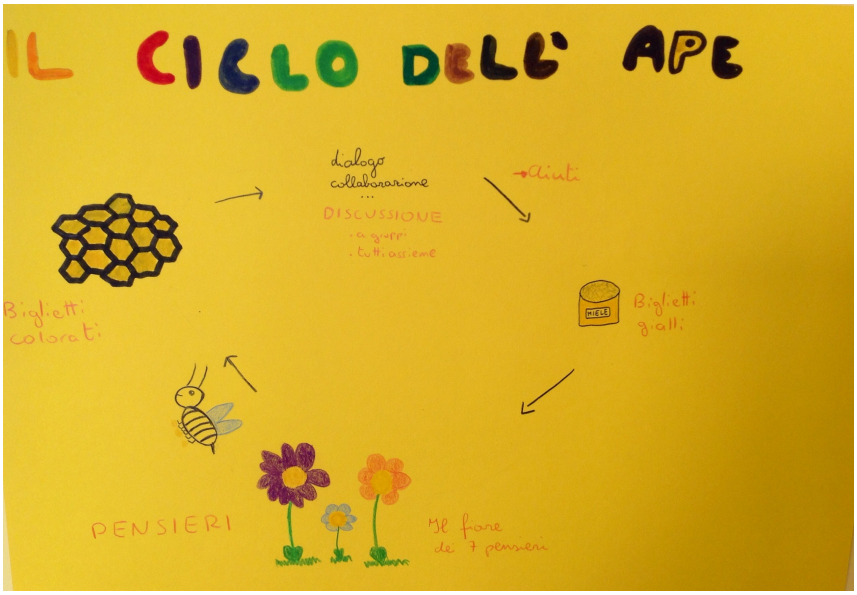


Figura 4: il ciclo dell'ape.

Domande e ipotesi di ricerca

Di seguito verranno elencate le domande a cui cercherò di dare una risposta mettendo in atto questa ricerca.

Domande di ricerca

1. Lo sfondo motivazionale quale la lettura di un libro, permette ai bambini di esprimere i propri interessi, preoccupazioni e pensieri?
2. È necessario proporre agli allievi attività che portano all'esternazione dei propri pensieri? Quali ricadute/benefici si possono ottenere per il singolo allievo e per il gruppo classe?
3. Come valutano in termini di difficoltà o facilità la capacità di esternare i propri pensieri tramite la scrittura?

Ipotesi

In generale ipotizzo che un libro come sfondo motivazionale possa essere arricchente e coinvolgere in modo positivo gli allievi, oltre che stimolare in loro una motivazione intrinseca ad esternare i propri pensieri positivi e negativi, come può avvenire nel racconto. Sono dell'opinione che l'esternazione dei pensieri, positivi e/o negativi, aiuti il bambino a prendere coscienza innanzitutto di ciò che prova e a manifestare qualcosa che ha dentro di sé. La discussione con i compagni e il confronto aiuta a sviluppare l'empatia e di conseguenza aiuta a capire meglio gli altri. Inoltre, condividere i pensieri con la classe, o un gruppo di persone, può aiutare a prendere coscienza che gli stessi pensieri possono essere presenti anche in altri compagni. Trovo sia necessario dunque concedere degli spazi appositi all'esternazione dei pensieri degli allievi, poiché trovo che esprimere un pensiero possa allontanare il pensiero dalla mente e liberarla per lasciare lo spazio ad altro, come apprendimenti, o pensieri più felici e rassicuranti. Secondo me, le difficoltà che potrebbero sorgere con questa sperimentazione sono di tipo linguistico, nel senso nella formulazione dei pensieri e anche il sapere cosa scrivere per alcune categorie di pensieri. Ci sono categorie in cui prevedo una maggiore facilità rispetto ad altre, ad esempio per la scuola, la famiglia e le amicizie.

Quadro metodologico

Tipologia di ricerca

La tipologia di ricerca più idonea al mio percorso è la ricerca-azione. Questa metodologia di ricerca permette di fornire delle risposte all’interno del contesto in cui il soggetto ricercatore agisce. Questo tipo di ricerca intende analizzare una pratica relativa ad un campo di esperienza, come ad esempio la pratica educativa, con lo scopo di realizzare dei cambiamenti migliorativi nella pratica stessa. Questo tipo di sperimentazione risulta particolarmente utile in campo formativo, dove il docente può assumere il ruolo di ricercatore e apportare miglioramenti a partire dai dati ottenuti.

La finalità di questa tipologia di ricerca è di ottenere, oltre che apportare miglioramenti, una conoscenza approfondita della realtà, ma anche una conoscenza carica di aspetti emotivi vissuti dagli attori che ne fanno parte.

Per quanto riguarda la tipologia dei dati, si tratta di una ricerca qualitativa, dove i dati raccolti appaiono ricchi e necessitano di interpretazioni da parte del ricercatore.

Strumenti utilizzati

Testi scritti

Per la fase di pre-sperimentazione ho scelto come strumento di indagine dei bigliettini per rilevare il benessere degli allievi. Ad inizio giornata ho chiesto agli allievi di esprimere il loro stato d’animo su un foglietto ricevuto. Ho lasciato la possibilità di non scrivere il nome sul biglietto, in seguito i biglietti sono stati letti e abbiamo discusso un momento di ciò che fosse emerso.

Gli strumenti utilizzati per la fase di sperimentazione sono anche in questo caso dei biglietti colorati, ogni pensiero ha un proprio colore. I biglietti, una volta scritti, sono stati inseriti nell’alveare dei pensieri costruito dagli allievi, questo nettare è stato discusso, lavorato e in seguito creato il miele dei consigli. I consigli ricavati dalle discussioni sono stati scritti su bigliettini più piccoli di colore giallo e inseriti nei vasetti del miele. Ogni pensiero ha il proprio vasetto con l’etichetta del nome del pensiero.

I bigliettini scritti dagli allievi riguardanti i vari pensieri rappresentano gli strumenti utilizzati per permettere di rilevare in seguito i dati per la ricerca, per ciò che concerne la facilità ad esternare i propri pensieri.

Questionario individuale e discussione

Una volta discussi tutti i pensieri, ogni allievo ha ricevuto un questionario da compilare in maniera individuale. Il questionario mi ha permesso di rilevare i dati di tutti gli allievi. Dopo aver letto tutte le schede è stata realizzata una restituzione di ciò che era emerso dal questionario tramite una discussione collettiva. Questo momento mi ha permesso di approfondire meglio i risultati e di rilanciare osservazioni espresse da alcuni compagni, in modo da valutare se le considerazioni fossero condivise da altri allievi.

Campione di riferimento

La ricerca è stata svolta in una classe di 4a elementare di Minusio – Cadogno. Il numero degli allievi è 23, 12 bambini e 11 bambine di età compresa tra i 9 e gli 11 anni.

Modalità d'intervento

Fase di pre-sperimentazione

Primo intervento, 16 dicembre 2015: ogni allievo riceve un biglietto dove annotare il proprio stato d'animo in quel momento, tramite parole o brevi frasi. Il biglietto può restare anonimo. Quando tutti gli allievi hanno scritto leggo i biglietti ad alta voce davanti a loro.

Secondo intervento, 11 gennaio 2016: chiedo agli allievi di appoggiare la testa fra le braccia sul banco e di pensare ad un momento dove si sono sentiti a proprio agio e tranquilli. Ogni allievo pensa a questo momento e li lascio avvolti nel loro pensiero per qualche istante. In seguito chiedo se qualcuno desidera raccontare ai compagni il proprio attimo piacevole.

Fase di sperimentazione

Il libro: “Juliet e l’albero dei pensieri” diffonde il polline nell’aria

- Primo intervento, 15 gennaio 2016: dopo aver raccontato i primi capitoli del libro di “Juliet e l’albero dei pensieri” e letto il capitolo inerente l’albero dei pensieri (cap. 5) do avvio ad una discussione di gruppo dove ognuno può esprimersi liberamente su quanto letto. Prendendo spunto da un commento di un allievo, il quale ha espresso la volontà di avere un proprio albero, rilancio la domanda e chiedo se qualcuno avesse altre idee invece che la pianta, dato che quella appartiene già a Juliet. Gli allievi hanno alcuni giorni per pensarci e proporre idee.
- Secondo intervento (non programmato), 22 gennaio 2016: durante un’attività legata alla simmetria in natura e grazie al racconto del “Piccolo Principe e la rosa”, testo in cui vengono presentati alcuni esempi di dove si può trovare la simmetria in natura (fiocchi di neve, uomo, alveari delle api ecc.), un allievo (J.) ha espresso la propria volontà di creare un alveare di classe dove inserire i bigliettini con i vari pensieri. N. ha proposto di chiamarlo “alveare dei pensieri”, la discussione diventa subito parecchio vivace, ognuno porta le proprie idee di come costruirlo e di dove posizionarlo in aula.
- Terzo intervento, 25 gennaio 2016: dopo la discussione nata spontaneamente durante un’attività sulla simmetria, bisogna entrare più nello specifico di come realizzare l’alveare: quante celle costruire, le grandezze, il materiale, il luogo dove posizionarlo ecc. Ognuno ha espresso la propria idea e il proprio desiderio sulla realizzazione. Ecco cosa si è deciso:

  Sette celle degli alveari, ogni cella un pensiero differente. I pensieri coincidono con quelli scoperti nel libro di Juliet.
- Quarto intervento, dal 13 febbraio 2016 al 15 marzo 2016: costruzione dell’alveare dei pensieri, cartelloni, ricerca barattoli, creazione dell’angolo dei pensieri all’interno della classe.
- A partire dal 21 marzo, con cadenza regolare, gli allievi scrivono i propri pensieri sui biglietti. Dopo aver letto il libro di Juliet, ognuno scrive i propri pensieri riferiti al tema del petalo del fiore dei pensieri su cui l’ape è posata.

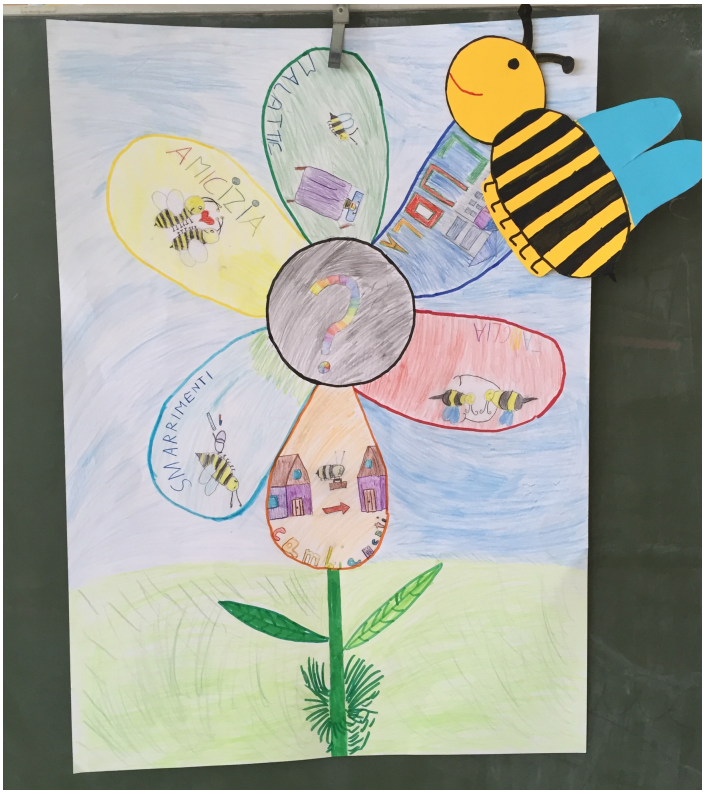


Figura 5: il fiore dei pensieri.

- A partire dal 24 marzo: Lavorazione del nettare portato dagli allievi nell'alveare e raccolta di soluzioni alle preoccupazioni. Ogni soluzione viene scritta su un biglietto giallo e poi inserita nell'apposito barattolo concernente la categoria del pensiero (scuola, famiglia, smarrimenti, ecc.).
- Grazie alla lettura della "Storia di un gatto e del topo che diventò suo amico" di Luis Sepúlveda sono state ricavate delle soluzioni facendo dei paragoni con il racconto. Alcune frasi di aiuto sono state tratte proprio dal libro.
- 9 maggio 2016: Gli allievi hanno risposto alle domande del questionario in modo individuale.
- 12 maggio 2016: Restituzione di ciò che è emerso dai questionari e condivisione delle informazioni.
- L'alveare rimarrà a disposizione di tutti coloro che avessero nuovi pensieri da cui liberarsi e verranno svolte discussioni su eventuali nuovi pensieri e preoccupazioni trovati nell'alveare.

Dati raccolti

Fase di pre-sperimentazione

- 21 biglietti scritti dagli allievi sullo stato d’animo in quel momento.

Fase di sperimentazione

Pensieri scritti dagli allievi per ogni categoria di pensiero, il “nettare”:

- 21 biglietti scritti dagli allievi con i pensieri sulla scuola.
- 21 biglietti scritti dagli allievi con i pensieri sull’amicizia.
- 22 biglietti scritti dagli allievi con i pensieri sui cambiamenti.
- 23 biglietti scritta dagli allievi con i pensieri sugli smarrimenti.
- 23 biglietti scritti dagli allievi con i pensieri sulla famiglia.
- 24 biglietti scritti dagli allievi con i pensieri sulle malattie.
- 23 biglietti scritti dagli allievi con i pensieri relativi al buco nero.

Soluzioni dopo la lavorazione, il “Miele dei pensieri”:

- 18 frasi per il miele della scuola:
    - 7 frasi riferite ai pensieri sulla scuola media.
    - 6 frasi riferite ai compiti.
    - 5 frasi riferite al comportamento a scuola.
- 5 frasi per il miele dei cambiamenti. (*Come posso affrontare un cambiamento?)*
- 51 frasi per il miele dell’amicizia.
- 7 frasi per il miele degli smarrimenti.
- 16 frasi per il miele della famiglia.
- 8 frasi per il miele delle malattie.
- *Cosa farò da grande?* Sono state trovate 11 frasi. Sul tema della gelosia: 11 frasi di conforto. In totale 22 frasi per il Miele del Buco Nero.

Questionari:

- 23 questionari compilati dagli allievi.

Analisi dei dati

Analisi della fase di pre-sperimentazione

Utilità di proporre attività prima della fase di sperimentazione

I dati rilevati prima dell’inizio della sperimentazione mi hanno permesso di avere una visione più chiara di come la classe reagisse a questo genere di attività di lettura introspettiva.

Come si può notare nel primo allegato: tutti gli allievi hanno saputo esprimersi scrivendo cosa provavano in quel momento.

I bambini non hanno avuto particolari difficoltà ad esprimere il loro sentimento, infatti il momento di raccolta è stato breve, con una durata di circa 3 minuti. Questo mi ha resa consapevole del fatto che dichiarare come stavano in quel dato momento non era un compito troppo complesso. La mia consegna è stata generica, ossia*: scrivere come si sentivano quella mattina*. Alcuni allievi hanno scelto di esprimersi tramite parole, ad esempio: felice, benissimo, curiosa, bene, ecc. Altri invece, hanno optato per manifestare il proprio stato d’animo con una frase più articolata e ricca d’informazioni, ad esempio: “Io mi sento da una parte bene e dall’altra male”, “mi sento molto raffreddata con dolori alla schiena e ansiosa che finisca questa mattinata per il pomeriggio che mi aspetterà”, “mi sento in forma e decisa”, ecc.

In seguito, le frasi sono state lette alla classe. Gli allievi erano molto attenti e hanno aspettato che finissi di leggere per precisare alcuni stati d’animo, ad esempio un allievo mi ha riferito che oltre la sua felicità c’era anche un po’ di tristezza, sebbene non abbia voluto esprimerne il motivo, gli ho dato la possibilità di parlarmene in privato nel caso ne sentisse il bisogno e che l’avrei ascoltato molto volentieri. Altri allievi invece, non hanno commentato ciò che stavo leggendo restando così in silenzio.

Alcune manifestazioni di stati d’animo poco felici hanno fatto nascere in me un desiderio di alleggerire i bambini da preoccupazioni o pensieri negativi, poiché probabilmente il malessere non era dovuto a un dolore fisico, bensì psicologico o mentale. Così, l’idea di far esprimere gli allievi sulle loro preoccupazioni poteva essere un tema azzeccato per il gruppo di allievi.

Analisi della fase di sperimentazione

Utilità dei bigliettini come strumento atto a stimolare la narrazione dei propri pensieri

Durante la fase di sperimentazione gli allievi hanno espresso i propri pensieri e preoccupazioni tramite la scrittura, infatti, hanno scritto per ogni categoria presente nell'alveare i pensieri che li turbavano in quel momento. Trovo che l'utilizzo di bigliettini, senza esplicitare il nome, ha facilitato l'esternazione dei pensieri, soprattutto delle paure e delle preoccupazioni.

Un'allieva dopo aver scritto una frase per la categoria della famiglia ha detto apertamente davanti ai compagni che lei ha fatto fatica a scrivere il pensiero, ma infine è riuscita a "buttare fuori" una sua preoccupazione che a voce non sarebbe mai stata in grado, o sarebbe stato troppo difficile. Questa frase ha toccato parecchio i compagni, tanto che ci sono stati alcuni secondi di silenzio, questo mi ha fatto piacere, conoscendo alcune dinamiche presenti in classe non mi sarei meravigliata se un qualche allievo, invece di restare in silenzio, avesse riso o commentato negativamente quanto sentito. Questo era un chiaro segnale che questi momenti di condivisione delle preoccupazioni venivano rispettati da parte di tutti gli allievi. Questo permetteva un clima di fiducia e sostegno reciproco.

Analisi dei pensieri scritti dagli allievi, lavorazione del nettare e creazione del miele dei pensieri per ogni categoria

La prima categoria di pensiero ad essere sviluppata è stata la scuola, nell'allegato 2 sono presenti le trascrizioni di tutti i pensieri scritti dagli allievi. I pensieri sono stati poi raggruppati in categorie, le categorie emerse erano riferite ai compiti, alla scuola media, al desiderio di migliorare in alcune materie scolastiche e una categoria specifica sul carattere da attuare in classe (ad esempio per l'aggressività, le chiacchiere e il rispetto generale delle regole). Tutti gli allievi presenti hanno espresso un pensiero.

Come prima raccolta di pensieri sono rimasta colpita, in senso positivo, dalla capacità di esternare le preoccupazioni o i propri dubbi riferiti alla scuola. Come primo passo verso la lettura dei propri pensieri gli allievi hanno dimostrato di sapere leggere le proprie preoccupazioni e soprattutto di riuscire a scriverle e dunque ad esternarle. Bisogna anche considerare che il tema della scuola sia particolarmente vicino agli allievi, dunque non hanno avuto particolari difficoltà ad esprimersi. La scuola è ricca di apprendimenti e nozioni nuove, ma anche di pensieri e, a volte, di preoccupazioni.

La discussione, ossia la lavorazione del nettare, è avvenuta tre giorni dopo la raccolta del nettare. In cerchio, ho presentato le categorie concernenti i pensieri della scuola. Gli allievi si sono subito espressi manifestando un senso di comprensione, infatti, alcuni di loro mi hanno riferito che non avevano scritto alcuni pensieri non perché non erano presenti, bensì perché sentendo le varie categorie sono sopraggiunte delle preoccupazioni a cui prima forse non si dava troppo peso. C’è stata dunque una presa di coscienza, in questo caso in modo più marcato per la scuola media, a cosa li aspetterà tra un anno circa. Le preoccupazioni riguardavano il campo delle amicizie, poiché vengono create le classi mescolando più istituti. Un’altra preoccupazione su cui gli allievi hanno discusso parecchio riguardava l’organizzazione, gli spostamenti d’aula ogni ora, il fatto di avere più docenti, il carico dei compiti e dei test. Inoltre, un altro tema che è stato trattato, sempre in previsione della scuola media, concerneva l’aspetto del bullismo. Alcuni allievi hanno manifestato apertamente la loro preoccupazione, parecchi allievi hanno poi condiviso quello che era stato affermato. Un allievo, ragazzo piuttosto esuberante, ha dichiarato di non temere i bulli poiché sono dei ragazzi come loro che però vanno lasciati stare e se dovessero fare del male, bisogna andare subito dai docenti. Un altro aspetto che è emerso da questa discussione è stato l’importante visione del docente come punto di riferimento. Appena succede qualcosa, si va subito dal docente. Questo è un segnale che il docente deve sempre accogliere gli allievi e aiutarli in caso di bisogno. Come futura docente, ho preso maggiormente coscienza dell’importanza del ruolo di docente non solo per quel che concerne la trasmissione del sapere, bensì anche come figura di riferimento di cui l’allievo può e deve fidarsi per esternare le proprie preoccupazioni.

Il momento di riflessione e di lavorazione dei pensieri ha portato davvero parecchi spunti per alleviare le preoccupazioni. Si sono annotati, un po’ su foglio e un po’ alla lavagna le frasi da inserire nel barattolo del Miele della Scuola.

Generalmente, dopo questo primo momento di raccolta, raggruppamento del nettare, lavorazione e creazione del miele, mi sono sentita particolarmente soddisfatta di come ha reagito il singolo, ma anche il gruppo intero. Dopo l’attività alcuni allievi mi hanno richiesto di venire a scuola il giorno seguente, giorno in cui non dovrei essere in classe bensì al DFA, per riproporre l’attività. L’entusiasmo della classe era particolarmente percepibile, tanto che durante la ricreazione discutevano ancora di come ognuno di loro si organizzi per svolgere i compiti in tempo e di dove viene lasciata la mappetta per non dimenticarsela. Ogni allievo ha avuto la possibilità di condividere la propria idea di soluzione alle preoccupazioni emerse, questo ha favorito sicuramente in ognuno un senso di responsabilità, di empatia verso le preoccupazioni dei compagni, e di soddisfazione personale.

La seconda categoria dei pensieri incontrata riguardava l'amicizia. Anche in questo caso si è svolta la raccolta del nettare tramite i bigliettini e poi sono state create le categorie. I desideri e le preoccupazioni che sono emersi maggiormente riguardavano come fare a mantenere un rapporto d'amicizia, oppure a migliorarlo, alcuni pensieri erano riferiti alla classe: ad esempio il desiderio che tutti andassero d'accordo.

Vista la lettura del libro di Luis Sepúlveda "Storia di un gatto e del topo che diventò suo amico", racconto che narra la storia di un gatto ormai cieco e costretto a vivere in casa, il quale un giorno sente provenire dei rumori dalla dispensa e intuisce che ci deve essere un topo… I due diventano amici inseparabili. È una grande storia di amicizia. Il libro contiene molte frasi generiche sul tema, gli allievi le hanno raccolte e hanno selezionato alcune di esse per risolvere i pensieri emersi dal tema dell'amicizia. In questo momento hanno lavorato a gruppi e in seguito è stata svolta una messa in comune delle frasi e inserite poi nel barattolo del Miele dell'Amicizia.

Gli allievi hanno portato anche soluzioni personali alle preoccupazioni emerse, alcuni allievi lo facevano tramite esempi che sono capitati e poi da lì riuscivano ad estrapolare una soluzione generica. Il clima durante l'attività era acceso e vivace, anche il tema dell'amicizia ha fatto nascere delle comprensioni da parte di più allievi, l'empatia che si è sviluppata mentre i ragazzi raccontavano si manifestava spesso con le espressioni: "anche a me è successo…", "anche io mi sono sentita così", "ti capisco anche a me una volta è successo, ed è stato brutto!", "a me non è mai successo, però posso capire che fa venire la rabbia quando succede che un amico si comporta così".

Questo momento di lavorazione dei pensieri ha portato molti consigli e aiuti da inserire nel barattolo. Mentre si mettevano in fila per scendere a ricreazione sentivo che parlottavano tra loro su un'idea nata dalla discussione riferita al fatto di andar tutti d'accordo all'interno della classe: volevano giocare tutti assieme a nascondino. Al rientro mi hanno riferito che sono riusciti a giocare tutti assieme senza litigare a nascondino e che è stato molto bello. Ho colto l'occasione per discutere con loro un momento su come si sono sentiti e ho fatto loro i complimenti, poiché spesso e volentieri al rientro dalla ricreazione vi erano alcune scaramucce da risolvere. Un'allieva si è espressa dicendo che era stata lei a scrivere sul biglietto la volontà di andare tutti d'accordo, ed era felice che il suo desiderio si fosse avverato, anche se, ha aggiunto, non sapeva fino a quando sarebbe durato.

Considerazioni generali sugli altri pensieri

Per quel che riguarda gli altri pensieri, gli allievi sono sempre riusciti a scrivere, dunque ad esternare i propri pensieri e preoccupazioni. Anche durante le fasi di lavorazione dei pensieri hanno portato degli aiuti validi e il clima si è rivelato rispettoso e comprensivo.

Il questionario sottoposto mi ha aiutato a raccogliere più informazioni, soprattutto per quegli allievi che non si esprimono facilmente.

Questionario

Nell’allegato 6 vengono presentati i risultati nel dettaglio di ciò che è emerso dal questionario compilato da ogni allievo in modo individuale e poi discusso tutti assieme. L’allegato 5 presenta due esempi di questionari compilati dagli allievi.

Riflessione prima domanda

Alla domanda di cosa è piaciuto di più della storia, la maggior parte degli allievi ha risposto la scoperta dell’albero dei pensieri di Juliet nella sua nuova stanza. Al secondo posto, un altro momento che è piaciuto particolarmente agli allievi è stato quando Juliet si è dipinta la frangetta sulla fronte con un pennarello indelebile. Questo passaggio del racconto ha divertito parecchio gli allievi, s’immaginavano la bambina con la fronte pitturata e i compagni di classe che la prendevano in giro. Inoltre, tramite la discussione realizzata dopo il questionario, ho potuto ricavare un’informazione aggiuntiva che mi ha permesso di approfondire il motivo di così tanto entusiasmo negli allievi per quest’azione commessa dalla protagonista: un compagno di classe aveva “tatuato” tutto il braccio e hanno fatto il paragone con Juliet. Al terzo posto, troviamo due scene a pari merito: la prima, quando Gemma, una bambina appena arrivata nella scuola, difende Juliet estraendo una bambola e facendola passare per un oggetto molto pericoloso davanti al bulletto della scuola. La seconda scena rappresenta il momento precedente del gesto del bulletto Hugh, il quale svuota il contenuto dello zaino di Juliet per terra, Lindsay, una sua amica, non reagisce per difenderla, ma fissa costantemente una mela che ha in mano. Questa scena ha reso gli allievi consapevoli del fatto che l’amica non ha aiuto Juliet, la quale era in difficoltà, li ha toccati parecchio poiché un tema affrontato precedentemente consisteva proprio nel comportarsi con gli amici ed erano uscite molte idee positive. Questo passaggio rappresenta un caso particolarmente significativo perché mi ha dimostrato come gli allievi si siano immedesimati in Juliet e nel momento del bisogno la sua amica non ha voluto difenderla ed aiutarla. Si è creata una sorta di empatia con i pensieri di Juliet.

Riflessione seconda domanda

Questa domanda serviva a captare quanto gli allievi siano riusciti ad immedesimarsi in un personaggio del racconto. 12 allievi hanno risposto di essere riusciti ad immedesimarsi, 11 invece hanno risposto negativamente. Il personaggio in cui gli allievi si sono immedesimati maggiormente è la protagonista Juliet, il motivo espresso più rilevante è il seguente: "perché può liberarsi dei pensieri". Un'allieva invece, la quale si è immedesimata in Gemma, ha espresso il suo motivo dicendo così: "perché certe volte sono un po' da parte dai miei amici e vorrei giocare un po' con loro ma loro dicono di no perché stanno giocando con altri amici". L'allieva è riuscita ad immedesimarsi nel personaggio di Gemma ed ha provato le sue stesse sensazioni, dato che spesso questo personaggio rimaneva in disparte durante l'ora di pranzo.

Riflessione terza domanda

La terza domanda riguardava la capacità o meno di scrivere i propri pensieri sui biglietti. Le affermazioni più significative degli allievi che ritenevano "facile scrivere i pensieri" sono le seguenti: "c'erano dei pensieri più presenti quindi mi venivano in mente", "mi fido di Alessia e sapevo che avrebbe trovato una soluzione per ogni pensiero", "ci pensavo tanto ed è stato facile scriverlo". Da queste risposte si può intuire che alcuni allievi non hanno avuto difficoltà ad esternare i propri pensieri poiché questi erano presenti dentro di loro in modo rilevante. La capacità di affermare tali considerazioni, ossia che quando un pensiero "pesante" è presente in noi, riusciamo ad esternarlo più facilmente, può far parlare di capacità di lettura introspettiva: so stabilire quali pensieri mi preoccupano maggiormente e riesco ad esternarli. Per Gli allievi che invece hanno avuto delle difficoltà ad annotare i propri pensieri hanno giustificato così la risposta: "prima di scrivere avevo paura", "io non sono la tipa che butta fuori i pensieri subito[…], "io non mi sono mai dovuta esprimere così profondamente", "non ho molti pensieri". Anche in questi casi c'è un'attenta analisi introspettiva, qualcuno afferma di avere paura, un'allieva si rende conto che non è una persona abituata ad esternare i propri sentimenti e pensieri, quindi c'è già una presa di coscienza del proprio carattere, un'altra allieva constata che non ha mai dovuto esprimersi così profondamente, qualcun altro invece si è reso conto di non avere molti pensieri. L'allieva che afferma che non ha mai dovuto esprimersi in questa maniera così "profonda" mi rende particolarmente soddisfatta, poiché un mio desiderio con questo lavoro di ricerca era proprio quello di dare la possibilità agli allievi di esprimersi "profondamente" e di dare vita ai loro pensieri.

Riflessione quarta domanda

In questo paragrafo vengono esposte le riflessioni riguardanti la domanda di come si sono sentiti gli allievi a mettere i pensieri nell’alveare. Gli stati d’animo maggiormente presenti ricavati dal questionario rilevano un benessere generale negli allievi, ecco la trascrizione di alcune frasi: “felice di potermi sbarazzare dei pensieri”, “contento perché è come se i pensieri scomparissero”, “libera di esprimermi, perché potevo esprimermi senza che tutti sapessero cosa scrivo”, “libera perché avevo condiviso il pensiero con qualcuno, mi toglievo un peso dalla testa”. Nella maggior parte dei commenti emersi si nota questo alleggerimento dei pensieri grazie alla scrittura e all’inserimento del biglietto all’interno dell’alveare, infatti una buona parte degli allievi ha percepito la sensazione di rilassamento e di sollievo.

Riflessione quinta domanda

La quinta domanda intendeva rilevare la capacità dell’allievo di far proprio un aiuto ricavato dalle categorie di pensieri. Le categorie di pensiero per le quali la maggior parte degli allievi ritiene di aver immagazzinato un aiuto utile sono l’amicizia, la scuola e la famiglia. I risultati emersi più significativi scritti dagli allievi sono i seguenti: “a me è servito il pensiero dell’amicizia perché quando andremo alle medie ci separeremo però ci faremo nuovi amici”, “un aiuto che mi servirà sarà quello della famiglia perché voglio andare più d’accordo con mio fratello”, “per mantenere un rapporto d’amicizia, far sentire bene un amico”, “mettere la mappetta sul comodino”, “a me è servito un aiuto su come mantenere un’amicizia, incontrarsi più volte e non lasciare da parte nessuno”. In conclusione posso affermare che gli allievi hanno saputo cogliere degli aiuti in base alle proprie difficoltà, l’allievo per cogliere un aiuto deve riconoscere quale bisogno deve soddisfare. L’allievo ha selezionato tra tutte le informazioni e gli aiuti quello che era adatto a lui.

Riflessione sesta domanda

La sesta domanda voleva rilevare quali attività tra tutte quelle proposte sono state le preferite dagli allievi. L’attività con più successo è stata la costruzione dell’alveare. In seguito la lettura, alcuni la discussione in cerchio, altri la scrittura dei biglietti e altri ancora la creazione dei cartelloni. La costruzione dell’alveare ha impiegato parecchie energie da parte di tutti gli allievi, c’è stata una parte di progettazione, di realizzazione e di apprezzamento del lavoro concluso.

Riflessione settima domanda

Questa domanda intendeva rilevare tra gli allievi la necessità di aggiungere eventuali altre categorie all'alveare dei pensieri. I bambini hanno scritto quale secondo loro poteva essere l'animale da aggiungere all'albero dei pensieri di Juliet e di quali pensieri avrebbe dovuto occuparsi. Sono emerse diverse idee particolari, diversi pensieri per le attività sportive, per le paure, per quest'ultime gli animali destinati ad occuparsene sono il pipistrello e il leopardo. Altri animali scritti sono il colibrì per la solitudine, la farfalla per gli incoraggiamenti, la tigre per le allergie e la tartaruga per le reazioni.

Conclusioni

Nell’analisi dei dati ho mostrato alcuni elementi raccolti tramite la sperimentazione ritenuti significativi per la ricerca. In questo capitolo sintetizzerò quanto evidenziato nell’analisi dei dati, rispondendo alle domande di ricerca ed esporrò delle riflessioni conclusive su quanto svolto.

1. **Lo sfondo motivazionale quale la lettura di un libro, permette ai bambini di esprimere i propri interessi, preoccupazioni e pensieri?**

Lo sfondo motivazionale proposto, quale la lettura del libro “Juliet e l’albero dei pensieri”, ha favorito l’espressione personale dei pensieri. La protagonista Juliet, la quale affidava i propri pensieri agli animali sull’albero, ha favorito la creazione di un ambiente più aperto in classe tra gli allievi. La maggior parte degli allievi, come rilevato dall’analisi dei dati, si è immedesimata in Juliet, proprio per il fatto di avere la possibilità di esternare i propri pensieri. Il filo rosso della storia di Juliet ha mantenuto alta la motivazione e creato momenti di lettura e di scambio importanti, ha invogliato gli allievi a progettare un proprio modo di raccogliere i pensieri che si è concretizzato nella costruzione dell’alveare.

2. **È necessario proporre agli allievi attività che portano all’esternazione dei propri pensieri? Quali ricadute/benefici si possono ottenere per il singolo allievo e per il gruppo classe?**

Dai dati emersi posso confermare l’ipotesi che concedere uno spazio per parlare dei propri pensieri e delle proprie preoccupazioni ha offerto loro la possibilità di esternare e di risolvere alcune problematiche. Gli allievi hanno dunque accolto positivamente la proposta. Nel questionario è emerso in maniera preponderante il benessere scaturito dall’esternazione dei pensieri, i quali portavano preoccupazione e occupavano la testa dell’allievo in maniera non positiva. La ricerca di soluzioni a questi pensieri negativi ha creato un ambiente di classe collaborativo e soprattutto comprensivo, basato sulla fiducia e sull’empatia. I benefici ricavati da questo percorso sul gruppo classe sono sicuramente legati al buon clima che si è creato durante queste attività, ma non solo, come citato in precedenza, gli allievi spesso giocano tutti assieme a nascondino durante la ricreazione e i momenti dei diverbi sono diminuiti. Per quel che concerne il singolo, come i dati ricavati dimostrano in modo evidente e chiaro, ci sono stati dei benefici a livello psico-fisico, alcuni stati d’animo espressi: sollevata, felice, libera, leggero, fiera di me stessa, sicura, ecc. lo possono confermare. La capacità di ascoltarsi e di manifestare i propri pensieri, anche se in modo scritto,

ritengo sia un aspetto fondamentale per conoscersi meglio e per cercare di esternare il più possibile le preoccupazioni e di sentirsi di conseguenza più sollevati e vivere meglio la propria vita. Un'allieva ha pure affermato nel questionario che è la prima volta che ha avuto l'occasione di esprimersi così profondamente. Le proposte di altri temi da aggiungere all'albero dei pensieri mi ha resa consapevole del fatto che gli allievi avrebbero ancora parecchio da esternare tramite la scrittura.

3. **Come valutano in termini di difficoltà o facilità la capacità di esternare i propri pensieri tramite la scrittura?**

Il questionario mi ha permesso di rilevare utili informazioni per rispondere al quesito. Per la maggior parte degli allievi, nove per la precisione, esternare i propri pensieri non si è rivelato così evidente, mentre sei allievi hanno ritenuto questo compito facile, i restanti (8) hanno completato il questionario compilando sia la parte relativa alle difficoltà che quella delle facilità. Il motivo dominante è da ricondurre alle categorie dei pensieri, infatti per alcune categorie ritengono che sia stato più difficile trovare dei pensieri da affidare all'alveare, ad esempio per il buco nero. Inoltre, altre complessità emerse sono da affidare alla difficoltà a trovare un pensiero e quindi hanno dovuto pensarci a lungo, a esprimere qualcosa che si ha dentro e non si aveva voglia di raccontare. In conclusione posso affermare che esternare i propri pensieri non è visto come un compito evidente da parte degli allievi, sia per il genere di pensiero da esternare e l'impiego di tempo per attuare una lettura introspettiva, sia per la paura a buttare fuori qualcosa che si è custodito nei propri pensieri.

Limiti della ricerca

La ricerca mi ha permesso di rilevare parecchie informazioni positive sulla sperimentazione messa in atto, nonostante questo ho potuto notare, all'interno delle attività proposte, anche dei limiti che si presuppone abbiano potuto influenzare l'esito della ricerca. In generale nessuno di questi limiti ha causato delle situazioni spiacevoli o negative agli allievi, piuttosto hanno aumentato qualche difficoltà già presente nell'allievo, penso alla capacità di formulare delle frasi, oppure alla capacità di esprimersi oralmente davanti agli altri, oppure ancora alla capacità di concentrazione nell'ascolto di una lettura.

L’aspetto linguistico

Le difficoltà linguistiche possono aver rappresentato un limite durante la scrittura dei pensieri sul biglietto, di questo ho potuto accorgermene durante il momento di raccolta, alcuni allievi avevano le idee in chiaro su cosa scrivere ma faticavano ad esprimerlo in maniera coerente e coesa. In questi casi ho chiesto loro di raccontarmi oralmente il pensiero e in seguito abbiamo formulato assieme delle frasi, alcuni allievi faticavano ad esternare oralmente il pensiero, visto che valeva la regola dell’anonimato. Questi allievi avevano molto da esprimere, ma faticavano a formulare le frasi, dunque c’era il rischio che il pensiero risultasse “povero” di informazioni, quando invece l’allievo aveva messo in atto una buona lettura di sé. Quello a cui mi riferisco con questo limite è che magari attraverso altre strategie avrebbero potuto esprimersi in modo più completo ed esternare meglio le proprie preoccupazioni. L’allievo Jo., con note difficoltà nella scrittura e nella formulazione di frasi, mi ha riferito: “io ho scritto il pensiero, ma non è tutto quello che ho dentro e che penso, quindi è un po’ incompleto”. Dopo questa sua affermazione gli ho chiesto come si sentisse ad esternare quel pensiero e se gli mancasse una parte per sentirsi bene, mi ha risposto: “c’è, ma non è tutto”. Quello che spero è che malgrado questa difficoltà ad esprimere con la penna il pensiero, gli allievi interessati da questa difficoltà, siano riusciti ad avere un benessere psico-fisico.

Il tempo

La sperimentazione ha visto un ulteriore limite: il tempo. Mi sarebbe piaciuto estendere il percorso svolto su più tempo e dare continuità al progetto. Un progetto di questo genere, in futuro, lo vedrei molto bene sull’arco di un anno scolastico intero. Questo favorirebbe sin da subito lo sviluppo di competenze di lettura introspettiva e tutte le altre che sono coinvolte: collaborazione, rispetto, empatia, ecc. Questo permetterebbe di notare dei cambiamenti nelle capacità del singolo allievo e del gruppo sul lungo periodo.

Il ruolo docente-ricercatrice

Un altro limite da considerare, oltre al tempo, è il mio ruolo giocato durante l’intero percorso. Nonostante le ricerche di questo genere, ovvero di ricerca-azione, abbiano il vantaggio di essere svolte nel contesto in cui si agisce, hanno pure lo svantaggio di sovrapporre il ruolo di docente con quello di ricercatore. Con il proseguire della sperimentazione questa sovrapposizione è via via diminuita, così da rappresentare sempre un punto di riferimento per gli allievi, anche nei momenti

in cui mi concentravo sull'osservazione dei loro comportamenti e sulla raccolta dei dati per il miele dei pensieri.

Vissuto del singolo e del gruppo

Durante questo percorso ho avuto la possibilità di accogliere le individualità di ogni allievo grazie a questo luogo creato appositamente per potersi esprimere liberamente su esperienze e preoccupazioni. "La vita scolastica di ogni studente è impastata di emozioni piacevoli e spiacevoli, di slanci e di delusioni, di successi e di frustrazioni, di brividi dell'intelligenza e di scoraggiamenti tra i crepacci delle difficoltà, di gioia per le competenze acquisite e di sofferenza di fronte alla fatica di capire" (Polito, 2012, p. 85). Questa frase di Polito rispecchia esattamente la vita di ogni bambino, tutti prima o poi incontrano dei momenti gioiosi e ricchi di conforto, purtroppo però ci sono pure dei momenti dove le emozioni possono non essere piacevoli e compromettere il benessere dell'allievo. Sì, perché un allievo che ha preoccupazioni e non ha la motivazione giusta per imparare, difficilmente potrà dedicarsi appieno allo studio e a vivere la scuola serenamente.

Questo genere di attività di apertura verso i compagni e di discussione per trovare delle soluzioni a pensieri poco positivi rivela le capacità di ognuno, ciascuno ha la possibilità di mostrare le proprie identità competenti. Inoltre, "le numerose ricerche sull'apprendimento cooperativo, hanno dimostrato che tale approccio educativo e didattico favorisce l'acquisizione dei valori di solidarietà, cooperazione, responsabilità. Facilita lo sviluppo cognitivo e sociale degli studenti. Migliora il loro rendimento scolastico. Eleva la motivazione ad apprendere. Crea una comunità di apprendimento. Incoraggia la stima reciproca e la valorizzazione degli altri" (Polito, 2012, p.33). Effetti positivi di questo genere di attività sia per i singoli bambini, sia per il gruppo classe aprono molte riflessioni sulla professione docente, ad esempio ritengo importante saper creare un gruppo collaborativo e motivato pronto ad affrontare nuove sfide con entusiasmo e senza timore.

Vissuto personale e possibili sviluppi

Prima di svolgere questo percorso avevo il timore che gli allievi avrebbero avuto maggiori difficoltà nell'esternazione dei pensieri e che non si lasciassero trasportare così tanto, come invece si è rivelato, dall'argomento e dalla caparbietà da parte di tutti di trovare delle soluzioni alle preoccupazioni dei compagni. Sicuramente ero cosciente del fatto che gli allievi avrebbero apprezzato dei momenti dove poter discutere di situazioni a loro vicine, oltre che avere la possibilità di costruire un angolo dedicato tutto per loro. Ho forse sottovalutato la quantità e la qualità dei

pensieri che possono avere i bambini al giorno d’oggi. Per me è stato un arricchimento scoprire ciò che preoccupa gli allievi nelle diverse categorie incontrate. Le ricchezze dei loro pensieri mi hanno stimolata ad affrontare questo tema in maniera ancora più approfondita. L’ultima domanda del questionario mi ha permesso di rilevare altre categorie di pensieri ai quali gli allievi sarebbero pronti ad affidare le loro preoccupazioni. Questo sarebbe un possibile sviluppo dell’itinerario: aggiungere delle celle all’alveare e arricchire di miele altri vasetti.

Oltre a ciò che ho vissuto e imparato come docente, ho approfondito delle qualità anche come persona, alcuni pensieri degli allievi mi hanno resa consapevole di quante difficoltà ci possono essere al giorno d’oggi nelle famiglie e più generalmente legate agli affetti delle persone care, come possono essere i genitori, i nonni o i fratelli. I genitori sono le figure più importanti per gli allievi, lo stile genitoriale influenza i loro comportamenti, se un bambino ha una situazione famigliare poco serena, è probabile che porti con sé dei rancori o delle preoccupazioni che possono influenzare l’andamento scolastico.

L’intera sperimentazione mi ha portato grandi soddisfazioni. In una futura classe, riproporrò sicuramente il tema dell’esternazione dei pensieri, partendo dalle loro idee e proposte, l’entusiasmo manifestato e le scoperte mi hanno resa sempre più consapevole di questa importanza di alleggerirsi dei pensieri per poter vivere più sollevati. Inoltre, gli aiuti emersi, hanno permesso di risolvere alcune situazioni che creavano dei pensieri negativi e delle preoccupazioni. Ad esempio, R., mi ha confidato che spesso dimenticava la mappetta in camera e doveva tornare a casa a riprenderla, con gli aiuti emersi dalla discussione, non dimentica più la mappetta, poiché la posiziona sulle scarpe la sera prima. Questo è solo un esempio di come, l’idea di un compagno, abbia risolto la preoccupazione di R. di dimenticare la mappetta a casa.

Ad avere maggior tempo a disposizione, mi sarebbe piaciuto creare con gli allievi, una specie di *libro dei pensieri* con una descrizione del percorso: dalla fase iniziale fino all’aggiunta di nuove categorie dei pensieri, proponendo una parte in cui il lettore è chiamato anche lui ad esternare i propri pensieri posizionando l’ape sulla categoria desiderata e inserendo i bigliettini in una parte apposita.

I bambini possiedono molte risorse ma non sempre trovano il modo di dimostrarcelo, così tocca a noi docenti creare le condizioni favorevoli perché queste emergano e prendano vita. Mi auguro che questo percorso sia solo l’inizio per gli allievi di abituarsi ad ascoltarsi e a riconoscere i propri bisogni, esternando le preoccupazioni e di cercare aiuti validi per sentirsi meglio, se non all’interno della classe, tramite le figure a loro più care e fidate.

Bibliografia

Bomio, S. (2003). *Il consiglio di cooperazione*. Conflitti, Rivista italiana di ricerca e formazione psicopedagogica.

Goleman (1996) in: Vignati, R. (2005). *A scuola dalle emozioni.* Articolo visitato l'8 aprile 2016, da http://digilander.libero.it/dibiasio.neoassunti/TEMATICA5/Disabilita/scuola%20emozioni.pdf

Demetrio, D. (2012). *Educare è narrare. Le teorie, le pratiche, la cura.* Milano: Mimesis Edizioni.

Donati, M. (2008). *Differenziare in classe, per andare oltre le differenziazioni strutturali*.

Disponibile in:

http://www4.ti.ch/fileadmin/DECS/DS/CDC/SCUOLADECS/riforma3/pratiche/documenti/Differenziare_in_classe_e_oltre_le_differenziazioni_strutturali.pdf (6.4.2016)

Formenti, L., Gamelli, I. (1998). *Quella volta che ho imparato. La conoscenza di sé nei luoghi dell'educazione*. Milano: Raffaello Cortina Editore.

Musgrove, M. (2010). *Juliet e l'albero dei pensieri*. Milano: Edizioni PIEMME.

Polito, M. (2012). *Le virtù del cuore. Le emozioni a scuola e nella vita*. Gussago (BS): Vannini Editrice.

Polito, M. (2012). *Educare il cuore. Strategie per una comunità che si prende cura delle nuove generazioni.* Molfetta (BA): Edizioni la Meridiana.

Polito, M. (2003). *Comunicazione positiva e apprendimento cooperativo. Strategie per intrecciare benessere in classe e successo formativo.* Trento: Edizioni Erickson.

Sepúlveda, L. (2012). *Storia di un gatto e del topo che diventò suo amico*. Milano: Guanda Editore.

Smorti, A. (1997). Il Sé come testo. Costruzione delle storie e sviluppo della persona. Firenze: Giunti.

Allegati

Allegato 1: Fase di pre-sperimentazione

Fase di pre-sperimentazione 16.12.2015

Come si sentono gli allievi oggi?

- Mi sento tranquillo e felice.
- Felice e osservato.
- Mi sento bene.
- Molto felice.
- Mi sento normalmente bene.
- Felice.
- Mi sento agitato.
- Mi sento in forma e mi sento decisa.
- Curiosa e … felice!
- Io, mi sento molto bene.
- Felice.
- Mi sento felice.
- Mi sento felice, bene.
- Felice.
- Sono felice e contento.
- Felice.
- Mi sento benissimo.
- Io mi sento da una parte bene e dall'altra male.
- Felice e gioiosa!
- Benissimo!
- Mi sento molto raffreddata con dolori alla schiena, e ansiosa che finisca questa mattinata per il pomeriggio che mi aspetterà.

Allegato 2: Pensieri scritti dagli allievi per ogni categoria della cella dell’alveare

21.3.2016 raccolta pensieri inerenti la scuola

Il mio pensiero sulla scuola è…

- Non vorrei mai dimenticare i compiti a casa.
- Temo di non riuscire a fare i compiti.
- Sono in confusione su geografia e ho paura che se non capisco adesso alle medie vada peggio, stessa cosa per geometria.
- È di ricevere una buona nota in matematica, italiano, che sono le note più importanti.
- Di migliorare in attività grafiche e pittoriche e di fare più francese.
- Migliorare di più nella scuola perché voglio far felici i miei genitori. Mi è piaciuto andare al mercato, ho provato timidezza.
- Spero di non dimenticare i compiti a casa.
- Giovedì mattina ho avuto il pensiero della gita al mercato di Locarno e avevo abbastanza vergogna!
- Spero di concentrarmi così quando mi chiede il maestro qualcosa la so.
- A scuola vorrei migliorare su certi aspetti: non chiacchierare, non disturbare i compagni, non litigare e alzare la mano.
- Quest’anno vorrei finire le situazioni del Dimat.
- Sono felice che a scuola si fanno tante passeggiate in natura.
- Spero di andare bene.
- Domenica ho avuto paura che avevo perso il compito.
- Migliorare leggermente in matematica.
- Ho paura di bocciare e rifare la 4a. A me è piaciuto quando siamo andati al mercato.
- Ho paura di andare male a scuola.
- Cambiare carattere perché sono un po’ aggressivo specialmente quando ci sono i litigi.
- Mi preoccupo del dettato, quando andiamo in passeggiata, delle note di fine anno e fare qualcosa di difficile.
- Migliorare nelle situazioni.
- La scuola a volte è noiosa, vorrei che parlasse più dello spazio.

4.4.2016 raccolta pensieri inerenti l'amicizia

Il mio pensiero sull'amicizia è…

- Vorrei che i miei amici non litigassero tra loro, vorrei che giocassero tranquilli, seguendo le regole e che andassero sempre d'accordo.
- Io vorrei mantenere il rapporto di amicizia con il Milton per sempre.
- Vorrei che io e il Nicolas non litigheremo mai.
- Vorrei andare d'accordo con più persone.
- Finalmente sono nati i coniglietti con cui fare amicizia ! Vorrei essere amica di tutta la classe. Vorrei che tutta la classe giochi insieme e vada d'accordo.
- Vorrei andare più d'accordo con l'Elia.
- Spero di non perdere i miei amici, tipo l'Elia, Zac, Jacopo, Nicolas, Milton, Zeno, Alex e Tiago.
- Il mio pensiero sull'amicizia è che io e Ryan litighiamo meno.
- Il mio pensiero è di restare sempre uniti e insieme senza litigi.
- Spero che nessuno più litiga e che vadano d'accordo, che nessuno venga messo in disparte e che nessuno parli male degli altri di nascosto.
- Voglio che il rapporto tra me e la Sophie rimanga come adesso, anzi, per sempre.
- Sono felice di aver risolto un problema con un'amica.
- Vorrei che il rapporto con le mie cinque amiche preferite non finisca mai.
- Io sull'amicizia ho sempre paura di :
  - Litigare e separarsi (non essere più amici)
  - Non rivedersi mai più
- Sono stata benissimo con un'amica, poi dopo un mese se ne è andata con un'altra, ora mi sto riavvicinando a lei e questo mi rende molto felice.
- Io vorrei che il Ryan lasciasse stare tutti (inteso non annoiare) quando stiamo giocando a pallina americana.
- Vorrei rivedere il mio migliore amico Enrico. Lui per me era un fratello.
- Vorrei andare d'accordo con tutti.
- Alcuni amici/amiche si comportano male e mi dà fastidio.
- Non perdere amici e rivedere amici. Non vado d'accordo con un bambino di un'altra classe.
- Spero di tenere per sempre i miei amici più cari.

14.3.2016 raccolta pensieri inerenti i cambiamenti

Il mio pensiero sui cambiamenti è…

- Io non vorrei cambiare scuola perché ho tutti i miei amici.
- Io non vorrei cambiare scuola perché mi perdo tutti gli amici e la mia migliore amica e sarebbe un po’ difficile fare una nuova amicizia.
- Ho paura a cambiare scuola.
- Cambiare la città, cambiare casa, cambiare scuola, cambiare letto, cambiare lingua e cambiare amici.
- Io non vorrò cambiare maestra di cavallo.
- Ho cambiato taglio di capelli e mi è dispiaciuto molto.
- Vorrei cambiare fratello.
- Magari mio fratello cambia camera.
- Ho paura di cambiare gli amici.
- Due anni fa avevo cambiato il letto però è più scomodo quello nuovo.
- Io ho cambiato letto e dormo sopra nel letto a castello.
- Spero di non cambiare scuola perché non voglio cambiare amici e abitudini.
- Il mio pensiero sui cambiamenti è che vorrei che nel lago ci fossero più pesci.
- Cambiare casa, cambiare look, cambiare scuola, cambiare lavoro, cambiare attività, cambiare sentimenti.
- Io non vorrei cambiare la scuola di danza perché mi sono già abituata a quella scuola.
- Cambiare amico. Ho cambiato il mio miglior amico e l’ho dovuto sostituire.
- Cambiare scuola può essere difficile.
- Io ho paura di cambiare classe perché non voglio cambiare amici e il maestro.
- Spero di poter restare nella mia casa per molto, anzi, per sempre.
- Io ho cambiato camera mia due volte in questo mese e ora è comodissima.
- Ho paura di cambiare stanza perché mia sorella non vuole dormire con me, ha paura.
- Vorrei che la mia bisnonna Rosina resuscitasse.

18.4.2016 raccolta pensieri inerenti gli smarrimenti

Il mio pensiero sugli smarrimenti è…

- Il mio pensiero sugli smarrimenti è quello che vorrei ritrovare la mia mappetta grigia con su uno smile.
- Io avevo una bici e l'ho smarrita perché aveva le catene vecchie.
- Io ho perso la mia macchina telecomandata, perché da piccolo era il mio passatempo per la noia.
- Io non ho perso niente.
- Un mio gatto è morto e a me manca.
- Vorrei ritrovare il mio pupazzo perché ce l'avevo dal primo giorno che sono nata e ci tenevo molto.
- Vorrei trovare i miei 50 franchi.
- Ho perso i guantoni da hockey e quando ho perso la penna.
- Era una bella mattina d'estate e avevo lasciato i compiti all'ingresso e ad un certo punto lei (la mappetta) è caduta dietro e l'ho cercata ovunque e alla fine l'ho trovata.
- Io quando andavo all'asilo la mia maestra mi ha regalato un peluche a forma di coccinella e io mi sono affezionata, ma un giorno è scomparsa e io ero tristissima perché era un mio ricordo profondo della mia maestra.
- Io ho perso la mia pantofola e mi sono preoccupato perché mia mamma non voleva comprarmene un paio nuovo e io non volevo andare in classe con le scarpe.
- Ho paura di cambiare casa perché non voglio perdere la mia classe.
- Io ho smarrito mio papà, ho smarrito la mia creatività e ho perso anche la mia felicità.
- Prima di Pasqua è morto il gatto della Grazia e io ci ero affezionata e mi è dispiaciuto.
- Vorrei avere di nuovo i miei pesci perché erano gli unici animali che potevo avere.
- Io da piccola avevo dei pesci, mi piacevano tanto e ci tenevo molto, li guardavo, gli davo da mangiare e a volte mettevo le mani nell'acquario. Vorrei averli ancora, o un altro animale.
- Avevo smarrito dei soldi ero molto preoccupata perché ne avevo persi tanti.
- Io l'anno scorso ho perso un orologio blu e ci tenevo tanto perché lo portavo a scuola. Per fortuna una settimana dopo ne ho ricomprato un altro, rosso che adesso porto a scuola. Mi dispiaceva tanto perché ce l'avevo da tanto tempo e mi piaceva.
- Ho perso il mio gatto e sono triste (si chiamava Briciola).
- Io ho perso una pallina con cui giocavo tutte le mattine, mi dispiace perché non so cosa fare.

- Sono tristissima perché ho perso un’amicizia, una delle più importanti, spero che si risolve subito.
- Una mattina ancora quando andavo all’asilo mi sono svegliata e il mio gatto non c’era più, ho cercato da tutte le parti ma non l’ho trovato, abbiamo fatto di tutto però non l’abbiamo trovato. Abbiamo appeso cartelli dappertutto però nessuno sapeva niente. Ancora adesso non so dove è, ora abbiamo un altro gatto però non lo lasciamo andare di fuori, solo in balcone.
- Un giorno eravamo allo zoo o al circo e a mia mamma le è caduta la custodia quando eravamo dagli elefanti e uno ha mangiato la custodia.

25.4.2016 raccolta pensieri inerente la famiglia

Il mio pensiero sulla famiglia è…

- Io spero che nasce mio fratellino.
- Spero che l'anno prossimo andiamo a sciare perché ho voglia di sfrecciare sulla neve e slittare.
- Vorrei che mio papà non fosse partito in Svizzera francese.
- Spero che tra uno o due anni arrivi o una sorella o un fratello.
- Al mio papà gli è piaciuto il regalo per la festa del papà.
- Vorrei avere una sorella.
- Vorrei che mia sorella sia più gentile e vorrei che mi aiutasse di più.
- Vorrei tanto avere un fratellino più piccolo, perché amo i bambini piccoli, sono così dolci, cicciotti.
- Spero che Fabio, mio papà venga più regolarmente a trovarmi, e staremo sempre tutti uniti.
- Io non voglio che cambia qualcosa, solo il carattere.
- Io sulla famiglia spero che l'intervento che farà mia nonna andrà bene.
- Vorrei passare un po' di tempo con il mio papà !
- Il mio pensiero è che non vedo l'ora che nasce il bebé dalla cugina di mia mamma.
- Io vorrei che mio papà ritornasse e vorrei che mia sorella fosse un po' più gentile.
- Spero che la mia famiglia vada d'accordo, e vorrei un altro nipote.
- Mio papà domani parte.
- Mi ero preoccupato quando mia mamma era caduta dal bus e ha fatto un taglio al mento.
- Oggi mio fratello parte in Italia e lo vedrò solo tra un mese.
- Vorrei che io e mia sorella andassimo più d'accordo.
- Il mio pensiero che ho da mesi è che il 5 maggio nascerà mio cugino !
- Il mio pensiero sulla famiglia è che vorrei che io e mio papà andiamo a pescare più spesso.
- Qualcuno che entra nella famiglia.
- Mi sono preoccupata molto quando a mia mamma è caduto del vetro in testa e le usciva molto sangue.

27.4.2016 raccolta pensieri inerenti le malattie

Il mio pensiero sulle malattie è…

- Non vorrei avere nessuna malattia. Proprio niente !
- Vorrei che mio nonno guarisse dalla malattia chiamata Parkinson.
- Vorrei non avere mai il cancro.
- Mi piacerebbe che non mi fossi rotto i denti.
- Io ho avuto un infortunio alla caviglia e avevo paura che dovevo sospendere nuoto e balletto per tanto, ma per fortuna è andato tutto bene.
- Vorrei che le malattie non portassero la morte.
- Vorrei che mio zio non avesse più il cancro.
- Voglio che mio nonno guarisse dal suo cancro.
- Non prendere la polmonite e non morire a meno di 49 anni.
- Io vorrei che non mi rompa un osso o avere una malattia grave.
- Il mio pensiero sulle malattie è che non mi voglio ammalare mai.
- Io sabato e domenica avevo il raffreddore.
- Non vorrei mai avere il mal di testa e non vorrei mai rompermi il braccio.
- Io non vorrei avere delle malattie gravi che non guarisci più.
- Io spero di non avere mai più mal di testa e che non succede niente di grave ai miei parenti.
- Io spero che non mi capiti mai più un infortunio.
- Non vorrei mai farmi male al polso sennò non posso giocare a basket.
- Vorrei che mia nonna si sente meglio perché ora sta veramente male, spero che si sentirà meglio.
- Vorrei che mia mamma guarisca per i suoi giramenti di testa.
- Non vorrei avere più malattie in tutta la mia vita.
- Vorrei farmi passare la congiuntivite per sempre.
- Spero che tutta la mia famiglia non si ammali e che io stia bene !
- Vorrei che non esistono le malattie.
- Non vorrei rompermi un osso.

28.4.2016 raccolta pensieri inerenti il buco nero

Il buco nero (pensieri di varie categorie)

- Se potrò vincere il torneo di tennis.
- Mi piacerebbe avere il cinema di lego.
- Da grande io non so ancora cosa fare.
- Io vorrei che i terroristi non arrivino in Svizzera.
- Sono un po' geloso.
- Vorrei essere un super salanda.
- Vorrei che nel mondo ci fosse la pace.
- Il mio pensiero è che venerdì 29 aprile dovrò fare lo spettacolo di ginnastica attrezzistica! Aiuto!
- Spero di vivere a lungo.
- Spero di non provare quella sensazione strana che provo sempre.
- Sono geloso quando perdo una partita.
- Vorrei che andiamo di nuovo in America.
- Spero di superare l'esame di balletto.
- Io spero che il mio vecchio gatto viva per sempre.
- Sono triste perché mio fratello è potuto andare in Italia a vedere uno youtuber e io non posso andarci.
- Vorrei diventare un macchinista.
- Sono gelosa perché c'è una bambina che è amica di un mio "migliore amico" e lei per prima me lo ruba e secondo mi ruba i miei sport.
- Spero che lo spettacolo di teatro che devo fare vada bene.
- Mi piacerebbe molto avere il computer della Apple solo che non ho abbastanza soldi.
- Vorrei che il mio esame di balletto andasse tutto bene.
- Io non vorrei finire nei guai quando qualcuno fa una brutta cosa e io sono lì vicino e dopo pensano che ero stato io a fare la brutta cosa.
- La cosa che voglio scrivere è che sono sempre indeciso tra due miei amici.

Allegato 3: Gli aiuti ricavati dalle discussioni. Il “Miele dei pensieri”.

Pensieri riferiti alla scuola media:

Riprendere i quaderni delle elementari e riguardare le cose imparate.

Si fanno nuove amicizie.

In caso di rissa stare lontano e avvisare i professori.

Durante la ricreazione ho la possibilità di rivedere i miei vecchi compagni.

Pensare sempre positivo.

Scrivere sul diario il numero delle aule.

In caso di bullismo avvisare i docenti.

Pensieri riferiti ai compiti (paura di dimenticarsi):

Mettere la mappetta sulle scarpe, all’ingresso o in un posto visibile.

Anticipare di un giorno i compiti.

Guardare tutti i giorni il diario.

Scrivere sul calendario appeso sul muro i compiti.

Informarsi tramite i compagni sui compiti.

Preparare la cartella la sera prima.

Pensieri riferiti al comportamento a scuola:

Dare il buon esempio, non dire parolacce e non fare dispetti.

I problemi non si risolvono picchiando ma si può trovare la soluzione parlando.

Chiedere dei consigli ai compagni per tranquillizzarsi.

Chiedersi se vale la pena litigare o è meglio perdonarsi.

Prima di parlare fermarsi e pensare a cosa dire.

Il miele dei cambiamenti

La domanda che ci siamo posti è: *Come posso affrontare un cambiamento?*

Ecco cosa hanno risposto gli allievi:

Bisogna pensare sempre positivo.

Alcune persone possono essere felici di cambiare.

Informarsi prima del cambiamento.

Chiedere ad altre persone (compagni) che hanno già vissuto l'esperienza.

Iniziare una conversazione con qualcuno nel caso di un nuovo ambiente.

Il miele dell'amicizia

Creare un gioco a cui tutti piace.

Dimostrare interesse per le materie preferite dall'amico.

Aiutarsi a superare qualsiasi ostacolo.

Cercare di non litigare e di non buttare benzina sui litigi (fuoco).

Capire i limiti dell'altro.

Gli amici si danno man forte.

Giocare più spesso insieme.

Non insultarsi.

Rispettare i compagni ascoltandoli e aiutandoli.

Un amico si prende cura dell'altro e si preoccupa.

Si può incontrarsi più volte la settimana.

Non raccontare bugie.

Per mantenere un'amicizia bisogna sempre aiutarsi a vicenda.

Gli amici non si ingannano mai e poi mai.

All'amico non bisogna guardare i difetti fisici, ma le qualità (il meglio che hanno).

Per mantenere un’amicizia bisogna sempre difendere il proprio amico.

Per migliorare un rapporto d’amicizia bisogna condividere i sogni e le speranze.

Per mantenere un’amicizia si deve sempre trovare una soluzione per ogni problema.

Bisogna accontentare le cose possibili per gli amici.

Per mantenere un’amicizia non bisogna mentire mai al proprio amico.

Non litigare e azzuffarsi.

Gli amici non si ingannano mai.

Rispettare quello che dicono tutti.

Gli amici si danno man forte, si insegnano tante cose e si condividono i successi e gli errori.

Per migliorare i rapporti d’amicizia l’amico deve credere a quello che dice l’altro.

Aiutarsi a vicenda quando qualcuno è in difficoltà.

Fare delle cose divertenti assieme.

Gli amici condividono i successi e gli errori.

Non dire bugie.

Per migliorare un rapporto di amicizia devi sempre essere a disposizione.

Un amico si prende cura della libertà dell’altro.

Per andare tutti d’accordo bisogna sempre essere a disposizione.

Fra amici bisogna sempre dire la verità.

Rispettarsi uno con l’altro.

Per migliorare un’amicizia devi sempre aiutarlo nelle proprie difficoltà.

Per andare tutti d’accordo bisogna sempre giocare con tutti.

Condividere i silenzi.

Incontrarsi spesso a chiacchierare.

Non usare le mani ma le parole per risolvere un litigio.

Non provocare litigi, se ce n’è uno trovare una soluzione.

Gli amici si insegnano tante cose.

Sostenere l'amico.

Prendersi cura di ciò che piace all'altro.

Condividono il meglio che hanno.

Un amico capisce i limiti dell'altro e lo aiuta.

Bisogna dire la verità.

Non lasciare da parte qualcuno.

Condividono anche le piccole cose che allietano la vita.

Per mantenere un'amicizia bisogna trattare bene l'amico/a, ascoltarlo anche quando magari la cosa non è vera, dargli retta, stargli vicino nei momenti di difficoltà.

Cercare di stare sempre assieme.

Il miele degli smarrimenti

Gli oggetti che non ci servono più si possono dare a qualcuno a cui servono.

Gli amici devono aiutarsi a superare le perdite.

Quando qualcuno perde qualcosa non bisogna ricordarglielo.

Nel caso in cui perdo qualcosa che può essere facilmente acquistabile di nuovo, lo posso ricomperare.

Quando qualcuno perde qualcosa bisogna consolarlo con parole gentili.

Non c'è età per avere un peluche a cui tieni molto e hai paura di perderlo.

Se ho paura di perdere qualcosa devo fare attenzione e averne cura.

Il miele della famiglia

Se mio fratello litiga con qualcuno lo difendo.

Nel caso avessi un fratello più piccolo devo dare il buon esempio.

Se mio fratello discute con mio papà o mia mamma non mi intrometto.

Non bisogna mai rifare indietro un torto che abbiamo subito.

Ogni tanto si possono fare dei regali ai propri fratelli.

Non impicciarsi.

Meglio parlare che picchiarsi.

Dare i giochi che non si usano più ai fratelli.

Non si deve dare la colpa alla sorella se invece sei stata tu.

Quando le mie sorelle litigano intervengo per dividerle.

Bisogna aiutare sempre i genitori nelle faccende domestiche.

Se mi fanno un dispetto non vado subito a dirlo ai genitori.

Se non si riesce a decidere qualcosa (un gioco ad esempio) si può decidere in modo alternativo.

Non bisogna inzigare i propri fratelli o sorelle altrimenti si arrabbiano.

Non bisogna escludere i fratelli quando si gioca con gli amici.

Per migliorare il rapporto con mio fratello o mia sorella potrei aiutarli a svolgere i compiti.

Il miele delle malattie

Mangiare poche volte cibi grassi, andare poco al Mac Donald’s e mangiare sano (verdure e frutta).

Cercare di non prendere le malattie contagiose dei compagni.

Bisogna ascoltare i consigli dei genitori!

Vestirsi bene quando fa freddo. Non uscire di casa in maglietta a maniche corte quando è freddo.

Per merenda mangiare in modo alternato frutta e cioccolato.

Avere un’igiene curata e lavarsi bene le mani di frequente.

Il miele del buco nero

Cosa farò da grande?

Praticare giorni di stage.

Partecipare a corsi differenti poi decidere.

Scegliere il proprio mestiere in base al proprio hobby.

Scegliere il mestiere in base a ciò che ci piace fare.

Provare a praticare e osservare un mestiere che potrebbe piacerci.

Informarsi su libri i mestieri praticabili.

Procurarci una lista con tutti i mestieri.

Alcune persone praticano più mestieri.

Una volta scelto il mestiere si inizia l'apprendistato.

Se faccio il liceo ho ancora tempo per decidere il mio futuro.

Posso fare una lezione di prova.

Gelosia

Trovare nuovi amici.

Bisogna essere amici di tutti.

Non bisogna fare delle classifiche sulle amicizie.

In caso di gelosie bisogna discuterne con il compagno.

Bisogna imparare dai propri errori.

Non rompere l'amicizia tra due compagni.

Non pensare brutte cose sull'amico.

Non mettere in cattiva luce l'altro compagno.

Dire sempre la verità.

Non intromettersi nei litigi e aiutare un amico quando è in difficoltà.

Allegato 4: Le categorie ricavate dai pensieri

Pensieri sulla scuola

- Compiti:
    - paura di dimenticare
    - paura di non riuscire
- Scuola media
- Migliorare nelle materie scolastiche:
    - attività grafico-pittoriche
    - geografia
    - matematica
    - situazioni
    - dettato
- Cambiare/migliorare il carattere:
    - aggressività
    - chiacchiere
    - alzare la mano (rispetto delle regole)

Pensieri sull’amicizia

- Mantenere un rapporto d’amicizia:
    - Non perdere gli amici
    - Restare sempre uniti senza litigi
- Migliorare dei rapporti d’amicizia:
    - Vorrei essere amica di tutti
    - Vorrei andare più d’accordo con qualcuno
    - Vorrei che nessuno litigasse e che si andasse tutti d’accordo
    - Il comportamento di alcuni amici non è sempre gentile
    - Non vado d’accordo con un allievo dell’altra classe
- Pensieri riferiti alla classe:
    - Vorrei che “i miei amici” andassero d’accordo…
    - “Tutta la classe andasse d’accordo…”
- Aspetti positivi:
- Un rapporto che si è riavvicinato dopo un litigio e che rende felice
- Desiderio di rivedere un vecchio amico.

Pensieri sui cambiamenti

- Pensiero di cambiare scuola
  - perdere gli amici
  - cambiare abitudini
  - può essere difficile
- Pensiero di cambiare città
- Pensiero di cambiare letto, lingua e amici
- Cambiamento di letto.
- Vorrei che nel lago ci fossero più pesci.
- Cambiare amici.
- Speranza di mai dover cambiare scuola e casa.
- Paura di cambiare classe, amici e maestro.
- Speranza che la bisnonna resuscitasse.

Pensieri sugli smarrimenti

- Voler ritrovare qualcosa (mappetta, bici, pupazzi, ecc.)
- Perdita di una persona o di un animale.

Pensieri sulla famiglia

- Pensieri su nuovi neonati in famiglia (desideri o già programmati)
- Trascorrere più tempo con la famiglia (sciare,…) o con un genitore.
- Migliorare un rapporto con fratelli o sorelle.
- Desiderio che l'intervento chirurgico vada bene per un parente.
- Genitore che ritorni o poter trascorrere più tempo assieme.
- Preoccupazioni su ferimenti di un genitore.

Pensieri sulle malattie

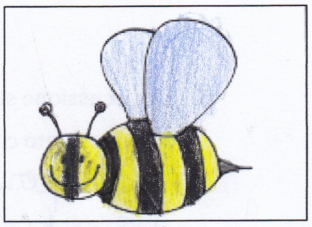
- Non voler mai ammalarsi.
- Desiderare che un parente guarisca da una malattia.
- Malattie o infortuni già avuti.
- Desiderio che tutti stiano bene senza malattie.

Il Buco Nero (pensieri vari)

- Non so ancora cosa fare da grande. → come si potrebbe fare per avere delle idee?
- Tema della gelosia -> cosa fare per non essere gelosi?
- Qualcuno non vorrebbe finire nei guai per colpa di qualcun altro.

Allegato 5: Due esempi di questionari.

Questionario – L'alveare dei pensieri



Rispondi alle seguenti domande.

1. Cosa ti è piaciuto di più della storia di Juliet?
   Mi è piaciuto di più quando Juliet ha tolto il tilo dal muro

2. Durante la lettura del libro di "Juliet e l'albero dei pensieri" ti sei immedesimata/o in un qualche personaggio del racconto? Cerchia la risposta.
   Si **No**
   Quale? .....
   Perché?
   Perché non mi sono mai capitate le stesse cose loro

3. Scrivere i miei pensieri sui biglietti è stato facile perché.....
   .....
   .....
   È stato difficile perché non è così facile esprimere i propri pensieri

4. Quando mettevo i pensieri nell'alveare mi sentivo più leggero senza pensieri addosso
   Perché prima dovevo pensare a troppi pensieri
   .....

1

5. La discussione sulle categorie dei pensieri ci ha aiutati a trovare degli aiuti.
   Scrivi un aiuto che ti è servito.
   Quello per non dimenticare i compiti metterli davanti alla porta

6. Se ripensi a tutto il lavoro che abbiamo fatto insieme qual è l'attività che hai preferito?
   Quando andavamo in cerchio a trovare le soluzioni ai pensieri

   Perché?
   Perché ognuno poteva dire le sue opinioni.

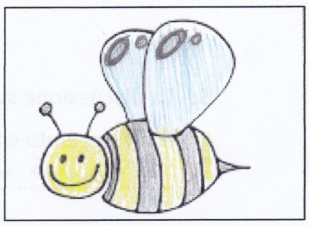
7. Quale animale aggiungeresti all'albero dei pensieri di Juliet?
   Aggiungerei il tasso

   Di quali pensieri dovrebbe occuparsi?
   Dovrebbe occuparsi dei pensieri dello sport.

GRAZIE MILLE ☺

2

Questionario – L'alveare dei pensieri



Rispondi alle seguenti domande.

1. Cosa ti è piaciuto di più della storia di Juliet?

   Mi è piaciuto quando Juliet si è pitturata con l'indelebile per farsi la frangia

2. Durante la lettura del libro di "Juliet e l'albero dei pensieri" ti sei immedesimata/o in un qualche personaggio del racconto? Cerchia la risposta.

   Si **No**

   Quale? Mi sono immedesimata un po in Gemma

   Perché?

   Perché certe volte sono un po da parte dai miei amici e vorrei giocare un po' con loro ma loro dicono di no perché stanno giocando con altri amici

3. Scrivere i miei pensieri sui biglietti è stato facile perché.....

   È stato difficile perché... io non sono la persona che butta fuori i pensieri subito ma certe volte mi faccio valere e mi faccio notare

4. Quando mettevo i pensieri nell'alveare mi sentivo... molto liberadime e più libera

   Perché... io tenevo molti pensieri dentro di me

5. La discussione sulle categorie dei pensieri ci ha aiutati a trovare degli aiuti.
   Scrivi un aiuto che ti è servito.
   Mi servirà il pensiero della amicizia.

6. Se ripensi a tutto il lavoro che abbiamo fatto insieme qual è l'attività che hai preferito?
   ho preferito l'attività di costruire l'alveare

   Perché?
   perché è molto bello costruire qualcosa perché non l'abbiamo mai fatto

7. Quale animale aggiungeresti all'albero dei pensieri di Juliet?
   Aggiungerei all'albero dei pensieri il colibrì

   Di quali pensieri dovrebbe occuparsi?
   Dovrebbe occuparsi dei pensieri della solitudine.

GRAZIE MILLE ☺

2

Allegato 6: Risultati questionario per ogni domanda

Cosa ti è piaciuto di più della storia di Juliet?

Risultati	Numero di allievi
Quando Gemma ha mostrato la bambola al bullo.	III
Quando la nonna ha raccontato a Juliet la storia	I
Quando la mamma voleva tagliare i capelli a Juliet	II
L’albero dei pensieri (scoperta)	IIIII
Quando Juliet si è dipinta la frangia.	IIII
Quando la mamma chiamava le figlie per tagliare i capelli	III
Quando Lindsey fissava la mela	III
Quando Rompina ha regalato “puzzone” (il calzino sporco) a Juliet.	I
Non mi è piaciuto niente.	I

Durante la lettura del libro di “Juliet e l’albero dei pensieri” ti sei immedesimata/o in un qualche personaggio del racconto?

Immedesimazione nei personaggi:	
SI	12
NO	11
Quale?	
Juliet	IIIII

Volevo provare come si sentiva a scuola quando si è tolta la sciarpa dalla testa.	
Perché mi sono immedesimata in certe parti perché vedevo come si sentiva.	
Perché Juliet non voleva tagliare i capelli.	
Perché era la più presente nel libro.	
Perché volevo scoprire come ci si sentiva dopo aver detto un pensiero a qualcuno.	
Perché poteva liberarsi dei suoi pensieri.	
Rompina	III
Perché è quella che mi sta più simpatica.	
Perché nel libro si raccontava molto di lei.	
Perché io mi sento diversa dai personaggi, a parte un po' Romina, mi piace inzigare!	
Gemma	II
Perché certe volte sono un po' da parte dai miei amici e vorrei giocare un po' con loro ma loro dicono di no perché stanno giocando con altri amici.	
Perché a volte scaccio via le persone che inzigano, cioè mi impiccio.	
Un po' in tutti.	I
Mi piace avere emozioni.	
No, perché:	
Perché non sono uno come i personaggi della storia.	III
Mi piaceva solo ascoltarla.	I

Tutti i personaggi erano tranquilli (normali).	II
Perché mentre Alessia raccontava la storia io mi immaginavo la storia con le immagini.	I
Mi immaginavo la storia quando la raccontava.	I
Perché non mi sono mai capitate le stesse cose.	I

Scrivere i miei pensieri sui biglietti è stato facile perché…

A casa ho pensato la risposta.
C’erano dei pensieri più presenti quindi mi venivano in mente.
Mi fido di Alessia e sapevo che avrebbe trovato una soluzione per ogni pensiero.
Per alcuni facile.
Perché li sapevo già.
Quando li scrivevo ero tranquillo.
Avevo già i pensieri in mente.
Riuscivo bene ad esprimermi, a parte nel buco nero.
In alcuni è stato facile, tipo per la famiglia perché nasceva mio cugino o per gli infortuni visto che praticamente ogni anno me ne succedono.
Avevo tanti pensieri.
Ci pensavo tanto ed è stato facile scriverlo.
Per me è stato facile, perché poi ci mettevo poco a scrivere i pensieri.

È stato difficile perché…

Ci ho dovuto pensare a lungo.
Certi erano facilissimi e anche facili.
Alcuni ho dovuto pensarci un po'.
Dovevo pensare quale pensiero introdurre nel biglietto.
Per alcuni più difficile.
Prima di scrivere avevo paura.
Io non sono la tipa che butta fuori i pensieri subito ma certe volte mi faccio valere e mi faccio notare.
Io non mi sono mai dovuta esprimere così profondamente.
Non sapevo cosa scrivere e non lo volevo tanto dire.
Non ho molti pensieri.
Dovevo pensarci 5 minuti per formare una frase che stia in piedi.
Per il buco nero è stato più difficile.
Certe volte non sapevo cosa scrivere.
Ero stanco, per pensare ci metto un'ora.
Non è così facile esprimere i propri pensieri.

Quando mettevo i miei pensieri nell’alveare mi sentivo… Perché…

Contenta e sollevata, perché avevo scritto le cose che mi sentivo di dire e non quelle che non mi sentivo di dire.
Che i miei problemi si sarebbero risolti presto e mi sentivo felice.
Molto moltissimo rilassato. Perché mi sono tolto i pensieri.
Più libera e un po’ più leggera, come Juliet. Perché è come se non ci pensavo più tanto.
Più sollevato. Perché quel pensiero continuavo a pensarci.
Felice per poter sbarazzarmi delle cose brutte.
Perché se adesso le avessi ancora in testa non mi sentirei tanto bene.
Più leggero e sollevato. Perché ho espresso i miei pensieri e potevo liberarmene e non pensarci e trovare soluzioni.
Contento e felice. Perché ero contento di risolverli.
Preoccupato di aver scritto il pensiero. Perché non mi piace esprimermi.
Bene. Perché sentivo che i pensieri scomparivano.
Molto fiera di me e più libera. Perché io tenevo molti pensieri dentro di me.
Normale perché secondo me non cambia tanto.
Diciamo che posso sentirmi meglio, quindi non tanto bene. Perché non volevo che qualcuno sapesse i miei pensieri.
Libera di esprimermi. Perché potevo esprimermi però senza che tutti sapessero cosa scrivo.
Più libera. Perché avevo condiviso il pensiero con qualcuno.
Di aver liberato un pensiero, perché non dovevo più pensarci.
Molto meglio. Perché è come se mi sono un po’ liberata dei pensieri.
Più sicura e più rilassata. Perché ho scritto i miei pensieri che mi preoccupavano.
Stanco e felice. Perché è bello condividere i propri pensieri.

Rilassato. Perché pensavo che era risolto.
Più leggero senza pensieri addosso. Perché prima dovevo pensare troppo.
Rilassato.
Quando mettevo i miei pensieri nell'alveare mi sentivo sollevato. Perché mi toglievo un pensiero dalla testa.

La discussione sulle categorie dei pensieri ci ha aiutati a trovare degli aiuti. Scrivi un aiuto che ti è servito.

A me è servito per il pensiero dell'amicizia, perché quando andremo alle medie ci separeremo però ci faremo nuovi amici.
Per mantenere un rapporto d'amicizia, far sentire bene un amico.
Mettere la mappetta sul comodino.
A me è servito un aiuto su come mantenere un'amicizia, incontrarsi più volte e non lasciare da parte nessuno.
Un aiuto che mi servirà sarà quello della famiglia perché voglio andare più d'accordo con mio fratello.
Mi ha aiutato molto sulla faccenda della scuola media, di cambiare classe, vorrei che non sono con qualcuno della mia classe.
A me è servito l'aiuto per l'amicizia e per la scuola.
Un aiuto che mi ha aiutato era quello di non preoccuparmi di perdere le cose di scuola.
No! Non mi è servito a niente!
Un aiuto che mi è servito è quello di essere amico di tutti.
Mi servirà il pensiero dell'amicizia.
Io avevo scritto dei pensieri ma non li ho risolti, ma c'erano altri ad esempio: di non pensare tanto a cosa fare da grande e di aspettare i giorni di stage delle medie.

Mi è servito l’aiuto degli smarrimenti, in effetti cercare fino a che non lo trovi mi ha aiutata quando cercavo un oggetto. Ma anche per l’amicizia perché era smarrita, però l’ho ritrovata.
In realtà non c’è niente, però dato che ho perso il mio gatto un aiuto potrebbe essere di tenerlo meglio.
Mi è servito l’aiuto per la scuola media, per non dimenticare i compiti, infatti li metto davanti alla porta.
Mi è servito l’aiuto delle scuole medie e di pensare positivo.
A me non sono serviti aiuti perché i miei pensieri non erano tanto gravi e negativi.
Sì, mi ha aiutato a risolvere un problema per la scuola, cioè non cambiare classe.
Come essere amico di Enrico che è in Italia.
Mi ha aiutato a trovare degli aiuti pensare positivo.
Quello per non dimenticare i compiti e metterli davanti alla porta.
A me è servito l’aiuto di pensare positivo.
Tanti ma non mi vengono in mente.

Se ripensi a tutto il lavoro che abbiamo fatto insieme qual è l’attività che hai preferito? Perché?

L’attività che ho preferito è quella della lettura del libro. Perché la storia mi ha subito interessata.
La costruzione dell’alveare. Perché a me piace costruire.
L’attività che mi è piaciuto di più è quando ci sedavamo in cerchio a risolvere i pensieri. Perché risolviamo i pensieri dei compagni e i miei.
L’attività che ho preferito è quando abbiamo creato l’alveare e quando discutevamo sul miele dei pensieri. Perché mi piace quando discutiamo assieme e mi piace fare anche lavoretti.
L’attività che mi è piaciuta di più è costruire l’alveare. Perché a me piace molto costruire le cose.
In assoluto la lettura! Perché amo ascoltare le storie.

A me è piaciuto la lettura del libro e la costruzione dell'alveare dei pensieri. Perché a me piace ascoltare le storie e costruire.
Costruire l'alveare. Perché mi sono divertito a pitturare l'alveare.
Il fiore mi è piaciuto. Perché abbiamo lavorato assieme e mi è piaciuto.
Ho preferito quando abbiamo messo i biglietti nell'alveare. Perché mi sentivo bene.
Ho preferito l'attività di costruire l'alveare. Perché è molto bello costruire qualcosa perché non l'abbiamo mai fatto.
L'attività più bella è quella di risolvere i pensieri. Perché a me piace discutere in gruppo.
Ho preferito il lavoro del libro. Perché mi è piaciuto ascoltare la storia e mi ha aiutato veramente tanto in tante cose…
L'attività che più mi è piaciuta è stato il momento in cui scrivevamo i pensieri. Perché puoi esprimerti.
Ho preferito quando abbiamo pensato cosa costruire per mettere i pensieri. Perché mi piace inventare delle cose.
L'attività che mi è piaciuta di più è stato quando abbiamo discusso in cerchio. Perché abbiamo trovato delle soluzioni ai nostri pensieri.
L'attività che mi è piaciuta di più è stata quando Alessia ci ha letto il libro. Perché mi piacciono i libri.
Come al solito la lettura (è la cosa principale!). Perché mi piace leggere.
Colorare lo sfondo del fiore. Perché ho fatto la natura intorno al fiore.
Ho preferito quando facevamo l'alveare. Perché è stato divertente.
Quando andavamo in cerchio a trovare le soluzioni ai pensieri. Perché ognuno poteva dire le sue opinioni.
A me l'attività che mi è piaciuta di più è stata quella di dipingere. Perché a me piace dipingere.
A me è piaciuto di più l'attività di costruire l'alveare. Perché mi piace costruire.

Quale animale aggiungeresti all’albero dei pensieri di Juliet? Di quali pensieri dovrebbe occuparsi?

Animale	**Pensiero**
Gatto	Attività sportive
Tartaruga	Reazioni
Orso	Sport
Coniglietto	Pensieri sportivi
Coniglio	Preoccupazioni
Volpe	Tranquillità
Leopardo	Paure
Puma nero	Velocità
Gorilla	Cibo
Leone	Forza
Colibrì	Solitudine
Pipistrello	Paura
Cane maltese	Gioia e felicità
Cane (perché ti capisce quando sei triste, è un’esperienza vissuta)	Tristezza
Gatto	Pensieri delle discussioni
Volpe	Sport
Farfalla	Incoraggiamenti
Cavallo	Pensieri sugli animali
Cinghiale	Pensieri dei sentimenti: felicità, tristezza ecc.
Pesce	Che nel lago ci siano più pesci.

Tasso	Sport
Tigre	Allergie
Panda	Desideri

Questa pubblicazione, L’alveare dei pensieri, scritta da Alessia Meoli, è rilasciata sotto Creative Commons Attribuzione – Non commerciale 3.0 Unported License.