

L'edu-kit coltiviamo la gentilezza

Istruzioni



L'educazione che Vale
educazionechevale.blog

educazionechevale.blog

Essere gentili, non è qualcosa di innato ma è una dimensione della personalità umana che, in quanto tale, è educabile.

Essere gentili significa essere in possesso di una **sensibilità empatica** straordinaria, che consente di mettersi nei panni dell'altro, vivere ciò che l'altro sta provando, ma con la consapevolezza, però, di dover compire un atto d'amore nei suoi confronti, per migliorare la sua esistenza in quel momento. La gentilezza si può, quindi, definire come l'espressione empatica di un gesto simbolico di vicinanza nei confronti dell'altro.

Ecco perché in questi termini si tratta di qualcosa di sicuramente difficile da comprendere per un bambino, ma possiamo aiutarlo a rendere questo concetto più vicino al suo mondo proponendogli degli esercizi per allenare la sua capacità empatica, e riflettere sull'importanza e sull'impatto delle sue azioni sugli altri.

Per aiutarvi in questo percorso di educazione alla gentilezza ho progettato per voi queste attività pedagogiche pensate per bambini dai 7 anni, un percorso che aiuterà loro a coltivare il seme della gentilezza, essere più empatici e responsabili circa l'impatto che le loro azioni hanno su di sé e sugli altri.

L'edu-kit comprende:

- L'albero della gentilezza: una scheda riflessiva che stimola bambini e ragazzi a riflettere su cosa sia per lui/la la gentilezza.



- Barattoli della gentilezza: si tratta di barattoli che contengono delle domande che stimolano la riflessione, nello specifico si induce a riflettere su come si reagisce quando ci si arrabbia, sul come chiedere scusa e su quali emozioni prevalgono quando lo si fa.



- Il seme della gentilezza: una scheda che esorta al cambiamento, cioè a cosa poter fare per rendere il mondo un posto migliore attraverso le proprie azioni. Si tratta di uno spazio che lascia tutti liberi di immaginare il proprio mondo ideale, in cui vige amore, pace e gentilezza.

Cosa posso fare per portare nel mondo il seme della gentilezza e contribuire a migliorarlo? Rifletti e poi scrivi qui sotto



- Fai un gesto gentile: dopo aver riflettuto su cosa sia la gentilezza, come chiedere scusa e tirato fuori le emozioni che vi ruotano attorno, è il momento di fare un gesto gentile. Come? Componendo il fiore sul biglietto della gentilezza e donandolo alla persona a cui si vuol regalare il proprio gesto gentile.



Benefici:

Attraverso l'utilizzo delle schede presenti nel kit i bambini/ragazzi:

- potenziano le loro abilità sociali
- allenano la capacità empatica
- nutrono la loro sensibilità
- sviluppano una maggiore consapevolezza emotiva
- promuovono il pensiero riflessivo

Prova subito le attività e coltiva la gentilezza nei bambini!