

# Il Bambino e le emozioni



A partire dalla nascita il bambino manifesta emozioni. Esse sono connaturate con la vita stessa e sono necessarie per sopravvivere.

Già da molti anni gli studiosi investigano sulla funzione delle emozioni nei bambini e sull'importanza di educarli a riconoscerle e gestirle per un sano equilibrio lungo tutto l'arco della vita.

Fin dalla primissima infanzia è fondamentale lo sviluppo della cosiddetta “competenza emotiva” ovvero la capacità di riconoscere e nominare le proprie emozioni, comprenderle, esprimerle, regolarle in maniera equilibrata.

Nel processo di crescita hanno un ruolo importante le esperienze che il bambino compie nel proprio ambiente, i contatti sociali, le relazioni con gli adulti.



Il bambino diviene sempre più capace di controllare, dare un nome, rispondere alle emozioni, in una parola diviene “competente” rispetto agli stati d’animo che sta sperimentando. La competenza emotiva, che inizia a svilupparsi fin dalla primissima infanzia, come evidenziato da numerosi studi, costituisce una parte essenziale nella capacità di stabilire relazioni soddisfacenti nella età adulta ( capacità di empatia, abilità sociali).

Nei servizi educativi sosteniamo le bambine ed i bambini nella scoperta delle emozioni offrendo loro occasioni, oggetti e materiali utili per “trasformare” il concetto astratto dell’emozione in qualcosa di concreto e tangibile, come ad esempio libri ed albi illustrati. I libri vengono letti ogni giorno dalle educatrici e rappresentano una parte importante della vita quotidiana di ogni singolo bambino e del gruppo dei coetanei; questo consente loro di immedesimarsi nelle varie situazioni. La lettura ad alta voce da parte dell’adulto di riferimento avviene a piccolo gruppo ed in spazi dedicati che favoriscono l’intimità o durante alcune routine, per esempio prima della nanna o prima del pranzo. La lettura di storie che parlano di emozioni e soprattutto di scenari vicini al bambino, lo aiutano a comprendere meglio ciò che sta vivendo.

---



I libri sono un prezioso supporto anche nel corso di situazioni speciali come ad esempio l'arrivo di un fratellino o di una sorellina, i primi approcci al vasino, il momento della nanna.

A cura di  
Stefano Garofani  
educatore



Alcuni Albi illustrati sul tema delle emozioni:

