MATERIALE DIDATTICO PER LE SCUOLE I^a E II^a ELEMENTARE



GUIDA

Kit di 5 schede didattiche per svolgere le lezioni di Empatia Animale





Indice

Indroduzione alla guida	pag.	3
Scheda n.1 - Empatia Animale: domande, risposte e riflessioni	pag.	4
Scheda n.2 - II disegno degli animali	pag.	8
Scheda n.3 - Un film da vedere in classe	pag.	8
Scheda n.4 - Giochiamo con l'Empatia	pag.	10
Scheda n.5 - Consegna dei Diplomi di Empatia Animale e della Lettera ai genitori	pag.	12
Per approfondire	pag.	13





Introduzione alla guida

Il rapporto che i bambini e le bambine di oggi hanno con gli animali pone le fondamenta per il mondo del futuro. Pensare agli animali come esseri senzienti, dotati di intenzioni, bisogni ed emozioni, sostiene lo sviluppo dell'empatia e della coscienza morale: i nostri figli imparano a relazionarsi con l'altro in quanto diverso da sé. Trattare gli animali con rispetto vuol dire trattare con rispetto se stessi, gli altri e la Terra che ci ospita. Questo insegnamento è lo scopo del progetto **Empatia Animale a scuola**.

In sintesi, il materiale di cui si compone il Kit di *Empatia Animale a Scuola*:

- Scheda n.1: Empatia Animale: domande, risposte e riflessioni
- Scheda n.2: Il disegno degli animali
- Scheda n.3: Un film d'animazione da vedere in classe
- Scheda n.4: Giochiamo con l'Empatia
- Scheda n.5: Consegna dei Diplomi di Empatia Animale e della Lettera ai genitori

Il materiale didattico del kit, a cura della psicologa dell'età evolutiva Tiziana Franceschini, permette di svolgere cinque lezioni in classe, che è bene proporre in modo abbastanza ravvicinato (circa una volta alla settimana). La **prima scheda** costituisce lo spunto per una lezione iniziale, in cui viene introdotto il progetto e vengono fatte ai bambini delle semplici domande sul rapporto con gli animali, spunto di riflessione e di confronto. La **seconda scheda** propone un gioco basato sul disegno degli animali. La **terza scheda** propone di guardare un film d'animazione insieme in classe. La **quarta scheda presenta** alle bambine e ai bambini un'esperienza pratica di mindfulness (meditazione) che sostiene l'empatia e l'intelligenza emotiva. Il progetto si conclude con la **quinta scheda**: una lezione in cui consegnare i Diplomi di Empatia Animale, che vengono portati a casa insieme a una Lettera ai genitori, che spiega meglio le finalità del progetto e sensibilizza l'intera famiglia al tema dell'empatia e del rapporto con gli animali.



Empatia Animale: domande, risposte e riflessioni

Spieghiamo ai bambini e alle bambine che per alcune lezioni parleremo del rapporto con gli animali e dell'**Empatia Animale**.

Poniamo loro una serie di domande aperte (presenti di seguito), che hanno lo scopo di stimolarli alla riflessione personale. Dopo ogni domanda, lasciamo spazio alle loro risposte spontanee. È questa una fase libera e non guidata di discussione, in cui noi adulti ci asteniamo dall'intervenire, ma accogliamo ogni risposta fornita senza giudizio. Solo al termine della discussione stimolata da ogni domanda, interveniamo per dare una chiave di lettura delle risposte emerse in base alla rappresentazione degli animali e al livello di Empatia Animale. Nel seguente schema, compaiono prima le domande da porre e, poi, una guida sulle possibili letture da condividere di domanda in domanda con bambine e bambini.

1. Se pensiamo a un animale, qual è la prima cosa che ci viene in mente?

A seconda dell'esperienza e della rappresentazione che si ha degli animali, le risposte fornite possono fare riferimento ad **animali da fattoria**, che vengono considerati cibo, in quanto rispondono ai nostri bisogni alimentari e ad **animali da compagnia**, che ci rappresentiamo invece come degli amici, in quanto rispondono ai nostri bisogni affettivi.

Se queste sono le uniche risposte che vengono fornite, sottolineiamo che esistono anche animali che vivono liberi nel loro ambiente naturale, che non necessariamente interagiscono con noi esseri umani. Pensare ad un animale libero vuol dire rappresentarsi gli animali non solo in funzione della soddisfazione dei nostri bisogni, cioè senza mettere noi umani al centro del nostro pensiero. Se coerente con le risposte dei bambini, possiamo anche fare riferimento agli animali che nascono e crescono negli allevamenti.

2. Cosa rende felice un elefante? Cosa rende felice un cane? Cosa rende felice un maialino?

Spesso, il benessere e la felicità degli animali vengono valutati in base al soddisfacimento dei bisogni fisiologici che gli permettono di sopravvivere, come se ad un animale per stare bene bastasse avere cibo, acqua e protezione. Se, invece, guardiamo agli animali come ad esseri senzienti, scopriamo che sono dotati di bisogni, intenzioni, desideri ed emozioni. Il loro benessere richiede di tenere conto di tutta una serie di **bisogni affettivi**, **sociali e relazionali**, che, se non sono soddisfatti, generano emozioni negative. Gli animali soffrono se sono costretti a vivere in spazi angusti, se vengono separati dai loro genitori, se non possono interagire con i loro simili, se vengono privati della libertà di esplorare il territorio. Al contrario, sono felici quando possono fare esperienze, giocare e vivere liberi in natura.

In base al rapporto che abbiamo nella nostra società con gli animali, dalle risposte delle bambine e dei bambini potrebbe emergere che è più facile riconoscere la felicità e provare empatia verso gli animali che vivono con noi nelle nostre case, perché li conosciamo meglio e gli vogliamo bene, per cui siamo più predisposti a quella vicinanza affettiva che facilita l'empatia. Questo però non vuol dire che animali con cui abbiamo meno contatti, come gli elefanti o i maiali, siano meno abili a provare emozioni. Al contrario, il loro mondo emotivo e sociale è molto vivace!



3. Gli animali provano emozioni? Sapreste raccontare un episodio in cui avete visto un animale felice, triste, spaventato o arrabbiato?

Ebbene sì, gli animali provano emozioni! Per tutta una serie di emozioni così dette primarie (gioia, tristezza, paura, rabbia, disgusto, sorpresa) gli animali sono molto più simili a noi di quanto potremmo credere. Noi esseri umani condividiamo con i mammiferi una parte antica del cervello, chiamata sistema *limbico*, che è responsabile delle emozioni, le quali sono informazioni necessarie all'adattamento all'ambiente. Aiutiamo bambini e bambine a rievocare episodi utili a dimostrare che gli animali provano ed esprimono le emozioni, oppure possiamo essere noi a raccontare: i cani a Capodanno hanno molta paura dei rumori dei fuochi di artificio, per cui si nascondono, cercando dei posti riparati dove proteggersi; i gatti spesso manifestano la loro timidezza quando viene un estraneo in casa, a volte spariscono per ore. Possiamo aggiungere anche esempi di emozioni animali studiate dagli etologi: le scimmie ridono mentre giocano tra di loro; gli elefanti si rattristano se perdono un familiare e possono tornare anche per anni nel luogo in cui è venuto a mancare; le api dopo aver mangiato lo zucchero sono così felici che iniziano a muoversi velocemente in un modo che sembra una danza; polpi, crostacei ed altri pesci evitano di tornare dove è capitato loro qualcosa di sgradevole e doloroso...

4. Avete mai visto un animale selvatico, che vive libero in Natura? Se sì, che emozione avete provato?

È importante ricordare a bambini e bambine che esistono anche animali che vivono liberi in Natura, altrimenti rischiamo di pensare che il mondo animale si esaurisca con agli animali addomesticati dagli esseri umani. Passeggiare nei boschi ed incontrare un daino o una volpe può essere fonte di una grande emozione: sorpresa, paura e meraviglia possono mescolarsi, anche perché non sappiamo bene come comportarci. Sicuramente, intuiamo che è un incontro alla pari, che avviene in un territorio dove noi esseri umani siamo ospiti. Siamo entrati a casa degli animali e per questo potremmo avere paura, anche se spesso è più evidente il contrario: gli animali ci studiano per un pò e poi scappano via spaventati. Sono abituati a temere noi esseri umani, anche perché spesso non siamo così amichevoli con loro!

5. Che differenza c'è tra noi esseri umani e gli altri animali?

Culturalmente, è comune pensare che noi umani siamo superiori, perché più intelligenti degli altri animali. In realtà, ogni specie animale ha la sua peculiare forma di intelligenza. L'intelligenza degli esseri umani si è evoluta dando valore alla capacità di ragionare usando il pensiero e le parole. La nostra, però, non è né l'unica né la migliore forma di intelligenza del pianeta, ma ogni specie vivente ha la sua intelligenza, definibile come la capacità di adattarsi al proprio ambiente di vita, risolvendo i problemi che si presentano e sviluppando le abilità necessarie a sopravvivere. Le competenze richieste ad un essere umano non sono come quelle utili a una formica, quindi le loro intelligenze hanno caratteristiche diverse. Se osserviamo il mondo animale usando come riferimento solo la nostra forma intelligenza, rischiamo di non riconoscere l'intelligenza degli altri animali. È bene spiegare a bambini e bambine che asini, galline, polli e maiali, a cui di solito non attribuiamo grandi competenze, sono in realtà molto intelligenti. Ad esempio, galline e polli hanno un'ottima memoria, per cui sono capaci di distinguere diversi individui a partire da piccoli dettagli, così da riconoscere i propri amici!



6. Tra un cucciolo di animale e la sua mamma esiste lo stesso amore che c'è tra un bambino e la madre. Di cosa ha bisogno un cucciolo animale quando nasce?

Tra i mammiferi e in alcune altre specie animali, alla nascita dei piccoli si sviluppa l'attaccamento, cioè un legame istintivo molto forte, che fa sì che il cucciolo ricerchi la presenza della mamma e che la mamma senta il desiderio di accudire e proteggere il cucciolo. Questo legame fa sì che il piccolo venga nutrito e curato, ma i bisogni di un cucciolo non sono solo legati alla sopravvivenza. Oltre alle esigenze materiali (cibo, acqua e protezione), ci sono anche quelle affettive e sociali. Il cucciolo ha bisogno di sentirsi amato e coccolato, di rimanere accanto alla mamma e all'eventuale cucciolata per fare esperienze e per imparare a muoversi nel suo ambiente di vita, imitando quello che fa la mamma e giocando con i fratelli e le sorelle. Per questo motivo, non si deve mai separare prematuramente un cucciolo dalla sua mamma!

7. Se vedete un insetto, cosa fate?

Spesso, gli insetti vengono scacciati dalle nostre abitazioni oppure schiacciati, perché ci fanno impressione o abbiamo paura che possano pungerci. La prossima volta che vediamo un insetto, proviamo a guardarlo più da vicino. Ad esempio, osservando le formiche, potremmo notare che camminando si toccano in continuazione. Sapete perché lo fanno? Il loro scopo è quello di trasmettersi l'odore che contraddistingue il proprio nido, come a dirsi "Ciao, sono tua amica". Dandoci la possibilità di conoscere meglio gli animali, possiamo riconoscere in ogni animale una forma di vita complessa, che ha diritto di esistere.

8. Se vivete con un cane o con un gatto, vi è mai capitato di pensare che il vostro amico animale si accorga se state male?

Chi convive con un animale, sa per esperienza quanto i nostri amici siano sensibili al nostro stato d'animo, a dimostrazione del fatto che provano emozioni e sono capaci di empatia. Cani e gatti che vivono con noi si accorgono se siamo felici, tristi, arrabbiati o ammalati. Ad esempio, se siamo nervosi, il nostro amico cane può innervosirsi a sua volta; se siamo influenzati, il nostro amico gatto ci viene vicino; se siamo felici, la nostra felicità è contagiosa per tutti! Un legame emotivo con gli animali si può sviluppare non solo con cani e gatti, con cui siamo più abituati a convivere, ma anche con altri animali, ad esempio i maiali, come succede nei rifugi, dove vivono liberi ed hanno maggiori occasioni di fare amicizia e di relazionarsi in modo affettuoso con noi esseri umani.

9. A un animale che vive in uno zoo o in un circo (ad esempio, un leone o una giraffa) cosa manca della vita in Natura?

Potremmo pensare che ad un animale che vive in un zoo o in un circo non manchi nulla, perché in fondo vive accudito e nutrito, protetto dai possibili predatori e dai pericoli. Questi animali non devono lottare per procurarsi il cibo, per difendere il territorio e per riprodursi, però vengono privati della loro libertà. Ad un animale che vive in uno zoo o in un circo manca la possibilità di esplorare liberamente il proprio territorio, di interagire e socializzare con i suoi simili. Infatti, spesso gli animali che vivono in queste condizioni si ammalano di solitudine e di tristezza!



10. Noi esseri umani comunichiamo usando le parole. Come fanno invece gli animali a comunicare?

Noi esseri umani ci siamo specializzati nel linguaggio verbale: usiamo le parole per pensare e per comunicare bisogni, emozioni e intenzioni, così da comprenderci, metterci d'accordo e trasmetterci le conoscenze. Gli altri animali, invece, non hanno il linguaggio verbale, ma questo non vuol dire che non comunichino! Se pensiamo che le parole siano l'unico modo per comunicare, rischiamo di non riconoscere le abilità comunicative degli altri animali. Siccome non comprendiamo i versi che emettono, diciamo che gli animali non parlano, ma in realtà si scambiamo molte informazioni e si comprendono benissimo grazie ai suoni e al comportamento (il linguaggio non verbale). Ad esempio, le orche producono delle onde sonore ad altissima intensità per generare fischi e richiami con cui si scambiano informazioni sull'ambiente, anche stando a molti chilometri di distanza. Gli uccelli con il loro cinguettio si danno notizia di un pericolo o di una buona fonte di cibo, mentre coordinando la loro posizione reciproca nello stormo sono in grado di produrre quelle bellissime forme che vediamo in cielo.

11. Sapete che i cani hanno un olfatto molto più sviluppato di noi esseri umani?

I cani hanno un olfatto incredibile, la loro capacità di identificare e discriminare gli odori è circa 100.000 volte superiore alla nostra. Il mondo dei cani è un mondo fatto di odori, la maggior parte dei quali sono per noi impercettibili. I cani usano l'olfatto per orientarsi nell'ambiente e comprendere come comportarsi.

Realizzare che gli animali possono essere più competenti di noi esseri umani su alcuni aspetti, ci aiuta a ridimensionare il nostro egocentrismo e a capire che **ogni specie ha la forma di intelligenza che gli è utile**!

12. Cosa significa la parola Empatia? È possibile provare empatia per gli animali?

L'Empatia è la capacità di mettersi nei panni dell'altro per intuire i suoi sentimenti. Ad esempio, se vediamo la nostra mamma o il nostro papà felici siamo contenti anche noi, mentre se vediamo un amichetto o un'amichetta piangere ci preoccupiamo e ci domandiamo se possiamo essergli di aiuto. È importante riflettere con bambini e bambine sul fatto che è più facile provare empatia verso le persone a cui vogliamo bene e verso gli amici più stretti, mentre può essere difficile sentire empatia verso qualcuno che ci sembra molto diverso da noi, che ci sta antipatico o con cui abbiamo meno confidenza. Per lo stesso motivo, è immediato preoccuparci ed essere empatici verso gli animali con cui viviamo, perché li consideriamo parte della nostra famiglia, ma anche gli animali che conosciamo meno e che ci sembrano diversi da noi esseri umani provano emozioni e meritano il nostro rispetto. Essere amorevoli verso tutti gli animali ci insegna ad esseri amorevoli verso chiunque.





Il disegno degli animali

Ci accertiamo che bambini e bambine abbiano a portata di mano fogli, matite e colori, e gli proponiamo di fare un disegno. Se ancora non sono state acquisite le competenze di lettura e scrittura, il presente lavoro può essere svolto in forma orale.

Di seguito i passi per proporre il disegno, affinchè sia utile a sostenere l'Empatia Animale.

- 1. Facciamo un disegno, in cui ognuno rappresenta il primo animale che gli viene in mente. Può essere un animale domestico con cui viviamo, un animale che abbiamo visto di recente, che abbiamo visto solo virtualmente o un animale di fantasia.
- 2. Completiamo il disegno aggiungendo due vignette, che sono come due nuvolette, poste ai lati della testa dell'animale raffigurato. In una vignetta scriviamo cosa l'animale sta pensando in quella specifica situazione in cui l'abbiamo ritratto. Se l'animale è stato disegnato senza collocarlo in un'ambientazione, chiediamo di immaginare cosa l'animale sta facendo, in modo da aiutare a intuire anche cosa sta pensando. Nell'altra vignetta scriviamo cosa l'animale sta provando, cioè quali emozioni sente in quel determinato momento. Se c'è bisogno, possiamo ricordare quali sono le emozioni primarie, che esseri umani e animali condividono: gioia, tristezza, paura, rabbia, disgusto, sorpresa.
- 3. Scegliamo dei colori per il disegno, anche in base a pensieri ed emozioni scritti nelle vignette.
- 4. Ognuno viene invitato a mostrare a tutti il proprio disegno e a leggere quello che ha scritto nelle vignette, spiegandone i motivi. Facciamo delle domande utili a raccontare una piccola storia sull'animale rappresentato. Infine, chiediamo di terminare questa storia, immaginando cosa sta per fare l'animale in base a intenzioni, emozioni e bisogni emersi, narrando il finale del proprio racconto.

Scopo della proposta è far emergere una rappresentazione degli animali come esseri senzienti dotati di pensieri, bisogni, emozioni e intenzioni.

SCHEDA N.3

Un film da vedere in classe

Un'altra lezione in classe è dedicata alla visione del film d'animazione "Galline in fuga", di Peter Lord e Nick Park (2000). Tra i materiali del Kit, trovate una pennetta usb che contiene il file del film. Ora non ci resta che vederlo insieme!

Al termine del filmato, diamo spazio alla libera discussione di gruppo. Grazie al senso di partecipazione che il mezzo cinematografico sollecita, possiamo osservare e far riflettere i bambini e le bambine rispetto al loro coinvolgimento emotivo. Possibili domande aperte sono le seguenti:

- Vi siete emozionati nel vedere il film?
- Che emozioni avete provato?
- In una lista ideale delle emozioni provate, scrivete sia emozioni positive sia emozioni negative.
- Avete provato simpatia per Gaia e fatto il tifo per lei e per le sue amiche galline?
- Avete compreso i motivi per cui Gaia vuole fuggire dal pollaio?



- Quali sono invece le motivazioni alla base del comportamento dei signori Tweedy, i proprietari dell'allevamento?
- Che ne pensate del personaggio di Rocky? Perché mente alle galline, dicendo loro che sa volare?
- In che modo è cambiato il vostro atteggiamento verso Rocky mano a mano che la storia evolveva?
- Possiamo prendere spunto dalla nostra partecipazione al film per osservare cosa è e come funziona l'empatia?
- Vi è piaciuto il finale oppure lo cambiereste?

L'empatia ci offre uno spunto utile a sostenere lo sviluppo dell'intelligenza emotiva e del pensiero riflessivo. Aiutiamo bambine e bambini a riflettere sulle emozioni che hanno provato nel vedere il film, avendo cura di accogliere anche e soprattutto le emozioni negative (paura, ansia, dispiacere...), che di solito sono più difficili da accettare ed elaborare. Diamo valore al fatto che persone diverse possono provare emozioni e reazioni differenti rispetto al film e ai diversi personaggi. Se vogliamo, possiamo scrivere una lista delle emozioni, sapendo che la ricchezza del vocabolario emotivo facilita la capacità di regolazione emotiva.

Una parte della discussione è finalizzata a comprendere cognitivamente ed emotivamente i sentimenti, i desideri e le motivazioni dei diversi protagonisti del film, perché è da questa comprensione che origina l'empatia. I bambini imparano a esercitare su di sè e sull'altro il pensiero riflessivo, che è alla base dello sviluppo dell'intelligenza emotiva intrapersonale ed interpersonale.

Possiamo riflettere sul fatto che è più facile e istintivo provare empatia per Gaia rispetto ai signori Tweedy, perché l'empatia verso chi sentiamo lontano da noi è una capacità più complessa.





Giochiamo con l'Empatia

La prossima lezione in classe è dedicata a un'Esperienza Pratica di Empatia da proporre alle bambine e ai bambini in un momento di calma, in cui sappiamo di non essere disturbati per circa un'ora. Se non si ha confidenza con questo tipo di pratiche, liberamente ispirate alla mindfulness ed alla meditazione, è consigliato leggere più volte il testo e magari provarlo su di sè prima di proporlo. In ogni caso, sono esperienze facili e intuitive, che vengono descritte nel dettaglio. Basta seguire i passaggi indicati, scritti come semplici istruzioni da leggere ad alta voce alla classe. I tre puntini nel testo indicano una pausa, un silenzio, uno spazio di ascolto.

Se durante l'esperienza bambine e bambini ridono o si muovono, facciamogli notare che forse stiamo facendo qualcosa di diverso e che è normale non sapere bene cosa fare quando facciamo una cosa nuova. Diamogli tempo per comprendere quello che gli stiamo proponendo. È importante procedere con calma e non avere fretta per rispettare i tempi di ognuno e della classe. Ci aiuta ricordare che non dobbiamo ottenere un risultato, ma prestare attenzione a quello che succede nel mentre. Al termine dell'esperienza, i bambini e le bambine sono invitati a riproporla a casa con i propri genitori e, se possibile, con gli animali domestici.

Di seguito, le indicazioni da leggere ad alta voce per guidare l'esperienza:

Ora facciamo un gioco, un esperimento che ha a che fare con il respiro.

Prima di iniziare formiamo delle coppie e ci mettiamo seduti uno davanti all'altro, alla distanza di circa un braccio (controlliamo che sia libero lo spazio tra i bambini e le bambine, cioè che non si trovino tra di loro banchi, sedie o altri oggetti).

Siamo pronti per iniziare il gioco, che consiste nel rimanere seduti fermi, chiudere gli occhi e **ascoltare** il respiro che ci si muove dentro. Chiudiamo gli occhi, inspiriamo ed espiriamo con il naso. Il respiro è come un vento che entra nella casa del nostro corpo... (stiamo circa 5/6 respiri).

Per ascoltare meglio il nostro respiro, mettiamoci una mano sul petto e sentiamo come il respiro si muove dentro nel petto, ma anche nella pancia e nella schiena... (stiamo circa 5/6 respiri).

Osserviamo se il nostro respiro nel frattempo cambia. Mano a mano che ci calmiamo, anche il nostro respiro si tranquillizza, diventando sempre più lento e profondo... (stiamo circa 5/6 respiri).

Ora apriamo gli occhi, guardiamo il compagno/la compagna davanti a noi e spostiamo la nostra mano, in modo da metterla sul petto dell'altro/a, al centro del petto, appena sotto la gola. In questo modo possiamo ascoltare non solo il nostro respiro, ma anche il respiro dell'altro/a... (stiamo circa 5/6 respiri).

Mano a mano che ci calmiamo, cerchiamo di entrare sempre più in sintonia. Il nostro gioco ora consiste nel respirare insieme, come se il respiro entrasse contemporaneamente nelle nostre stanze, come se fossimo una sola casa, un corpo unico... (stiamo circa 5/6 respiri).

Inspiriamo insieme ed espiriamo insieme... (stiamo circa 5/6 respiri).



Al termine di questa breve esperienza, apriamo una breve discussione tra i bambini e le bambine. Dopo aver accolto le loro spontanee osservazioni, poniamo le seguenti domande aperte:

- Quando respiravate da soli, che sensazioni avete provato?
- Avete sentito il vostro respiro muoversi nel corpo, dove lo sentivate maggiormente?
- Avete incontrato delle difficoltà?
- Che sensazioni avete provato nel respirare insieme?
- Respirare insieme può non essere facile, ci siete riusciti?
- Avete sentito empatia, cioè un senso di vicinanza con il compagno?

Scopo della discussione è portare i bambini e le bambine a riflettere sul fatto che il respiro è una cosa molto personale, per cui possiamo provare sensazioni diverse. Siamo tutti diversi e respiriamo diversamente. Non c'è un solo modo di respirare!

Nella seconda parte dell'esperienza, svolta in coppia, siamo entrati nel vivo dell'empatia: respirare insieme crea un senso di vicinanza. È una forma fisica di empatia, perché stiamo condividendo un'esperienza con l'altro. Respirare insieme, però, può risultare più difficile se i nostri modo di respirare sono diversi. Ad esempio, come faccio a respirare come l'altro se il suo respiro ha una durata diversa dal mio?

Se i bambini condividono queste riflessioni, possiamo estenderle al concetto di empatia per spiegare loro che in generale può essere più difficile sentirci vicini a una persona se questa ci appare diversa da noi.

Delle domande utili alla riflessione sono le seguenti:

- Che fai quando vedi un altro bambino o un'altra bambina piangere?
- È diverso se chi piange è il tuo migliore amico oppure se è un bambino o una bambina con cui hai poca confidenza o con cui non vai d'accordo?

Lasciamo spazio alle osservazioni e ai racconti che emergono spontaneamente, favorendo il confronto. Al termine di una libera discussione, possiamo riassumere quello che probabilmente emergerà: è più facile sentirci vicini con una bambina o un bambino a cui vogliamo bene, soprattutto se condividiamo i suoi pensieri, le sue abitudini, perché in questo caso probabilmente anche noi avremmo reagito come l'altro se fossimo stati al suo posto. È spesso più difficile provare empatia se ci sentiamo diversi, se non condividiamo le scelte che l'altro fa. Stiamo parlando di una forma di empatia più complessa, che noi in quanto educatori vogliamo sostenere. Gli animali ci aiutano in questo insegnamento, perché sono diversi da noi. Aiutando i bambini a capire e a rispettare gli animali, gli insegniamo la benevolenza verso tutti.

Infine, i bambini vengono sollecitati a **ripetere questo gioco del respiro a casa con i genitori e, se ne hanno occasione, con gli amici animali**. Può essere divertente insegnare a mamma e a papà il gioco del respiro, fargli mettere la mano sul petto e, infine, lanciargli la sfida di respirare insieme. Con gli animali è ancora più semplice, basta metterci vicini, in silenzio e in ascolto.





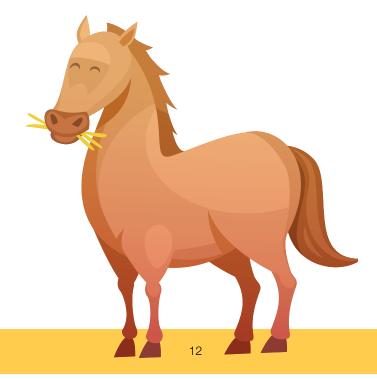
Consegna dei Diplomi di Empatia Animale e della Lettera ai genitori

Ora che avete terminato le lezioni previste, è arrivato il momento di consegnare i Diplomi di Empatia Animale ricevuti per posta, che attestano il vostro affetto per tutti gli animali.

I Diplomi vengono portati a casa insieme alla **Lettera ai genitori**, con cui condividiamo le finalità di questo progetto didattico e a cui forniamo informazioni utili a sostenere una visione non specista e non antropomorfica degli animali e della loro intelligenza, che ci permetta di convivere pacificamente nel rispetto di ogni essere vivente e del pianeta Terra.

Nel giorno in cui vengono consegnati i Diplomi in classe, può essere utile chiedere ai bambini e alle bambine cosa hanno imparato da queste lezioni. Se necessario, possiamo ribadire loro i seguenti punti, che riassumono i principi alla base del presente progetto:

- Gli animali sono esseri senzienti, dotati di bisogni, desideri, intenzioni ed emozioni.
- Rischiamo di non vedere le competenze degli animali se pensiamo che l'intelligenza di noi esseri umani sia superiore: in realtà esistono tante intelligenze quante sono le specie sulla terra.
- Noi esseri umani ci siamo evoluti sviluppando l'intelligenza logico-astratta, basata sull'uso del linguaggio verbale, ma questa non è l'unica forma possibile di intelligenza.
- Gli animali hanno ognuno la propria intelligenza, fatta di competenze peculiari, necessarie a sopravvivere nel proprio ambiente di vita.
- Abbiamo chiamato Empatia Animale la capacità di comprendere le emozioni e i bisogni degli animali.
- L'Empatia è un senso di vicinanza affettiva che proviamo verso chi amiamo e verso chi sentiamo simile a noi. Rispetto agli animali, è sicuramente più facile provare empatia per i "nostri" animali domestici, a cui vogliamo bene. Ci sentiamo vicini a cani e gatti che vivono con noi e, proprio per questo, tendiamo a umanizzarli. È più difficile provare empatia verso animali diversi da noi, che conosciamo meno.
- Provare empatia verso tutti gli animali ci insegna a rispettare chiunque, anche chi sentiamo diverso da noi.





Per approfondire

Di seguito, un elenco di testi per approfondire alcuni degli argomenti trattati:

Frank Ascione, «Bambini e animali», Ed. Cosmopolois, 2007.

Marc Bekoff, «Nella mente e nel cuore dei cani. Vita emotiva e comportamento del vostro migliore amico», Carocci editore, 2019.

Franz De Waal, «L'ultimo abbraccio. Cosa dicono di noi le emozioni degli animali», Ed. Cortina Raffaello, 2020.

Tiziana Franceschini, «Alla ricerca dei dieci comandamenti del genitore», Ed. Ultra Life, 2021.

Daniel Goleman, «La forza del bene. Il messaggio del Dalai Lama per una nuova visione del mondo», Ed. Rizzoli, 2015.

Roman Krznaric, «Empatia. Perché è importante e come metterla in pratica», Armando Editore, 2021.

Stefano Mancuso e Alessandra Viola, «Verde brillante. Sensibilità e intelligenza del mondo vegetale», Ed. Giunti, 2015.

Roberto Marchesini, «L'amore per gli animali. Come la relazione con le altre specie ci ha cambiato», Ed. Lindau, 2022.

Progetto Vivere Vegan, «L'animale ritrovato», Ed. Terra Nuova Edizioni, 2009.

Eline Snel, «Calmo e attento come una ranocchia. Esercizi di mindfulness per bambini e genitori», Ed. Red!, 2015.

Steven Stein e Howard Book, «Il vantaggio dell'intelligenza emotiva. Come migliorare le relazioni personali e lavorative attraverso l'empatia e le emozioni», Ed. Unicomunicazione, 2020.



Ideazione e sviluppo: Tiziana Franceschini Editor: Dora Grieco Progetto grafico: Studio Porpora Illustrazioni: macrovector - freepik.com

Tutti i contenuti sono riservati, la riproduzione dei testi anche parziale deve essere concordata con gli autori.

info@empatiaanimale.it www.empatiaanimale.it