



Simonelli, I., *Dillo con la voce: metodo psicopedagogico: insegnare ai bambini ad esprimere emozioni*, Rimini, Bookstones, 2017.

Il metodo psicopedagogico "Dillo con la voce" nasce nei primi anni 2000 da studi e sperimentazioni condotti da Ivana Simonelli, psicologa e psicoterapeuta. Il metodo si propone di aiutare gli adulti che lavorano con bambini anche molto piccoli a instaurare un processo emotivo che permetta loro di comprendere il comportamento del bambino, per aiutarlo ad avere consapevolezza del suo stato d'animo e una modalità più consona di esternarlo.

L'obiettivo di questo metodo educativo è quello di promuovere, fin dalla più tenera età, la comprensione dei propri stati d'animo, privilegiando la voce quale strumento espressivo e mezzo per raccontare di sé e rappresentarsi all'altro. Ciò prevede la competenza dell'adulto di prestare attenzione al mondo interno del bambino e di evidenziare il collegamento tra questo livello e la realtà fisica. Egli cerca di identificare, dare parole alle emozioni e ai sentimenti che il piccolo prova e, restituendoli in modo adeguato, permette al bambino di riconoscerli e denominarli. Il bambino che piange disperatamente il primo giorno di nido o di scuola dell'infanzia, ad esempio, ha bisogno di un adulto che abbia avuto a che fare con il dolore della separazione e con la nostalgia, che capisce profondamente che per il bambino questa situazione è straziante, ma allo stesso tempo non ne ha paura e sa offrire delle strategie che lo aiutano a consolarsi. L'adulto sensibile e competente saprà dare legittimità alle emozioni, alle fantasie e ai vissuti del piccolo e lo sosterrà facendogli sentire la sua vicinanza emotiva.

Il metodo si propone di essere uno strumento per genitori, educatori o terapisti, e può essere usato nelle dinamiche relazionali, educative e comunicative che coinvolgono figli e genitori, nelle modalità di rielaborazione emotiva connesse alle attività terapeutiche e nei contesti comunitari come asili nido o scuole, dove la valorizzazione degli aspetti emotivi è la base essenziale per la crescita della persona nella sua complessità.

La dimensione comunitaria, infatti, si presta a utilizzare il metodo a diversi livelli: un primo è rappresentato dalla relazione tra l'educatore e il bambino, un secondo prevede la condivisione emotiva nelle relazioni tra bambini, un terzo livello coinvolge gli adulti presenti nell'istituzione scolastica che introducono il metodo nelle loro comunicazioni e, infine, un quarto livello prevede la formazione dei genitori, in modo tale che possa essere utilizzato anche negli scambi comunicativi e relazionali della quotidianità a casa. La costanza dell'adulto consapevole e formato permette ai bambini, in tempo breve, di apprendere una modalità funzionale all'espressione emotiva tramite le parole.