



Giornata della gentilezza, i giochi per festeggiare

Il gioco del "Regala un sorriso" da fare a scuola e un'attività per sorridere tra colleghi. Le proposte di Luca Nardi, creatore dei Giochi della gentilezza

 di Chiara Tacconi  3 minuti di lettura 11 novembre 2018

A cosa serve la gentilezza? "A diffondere la felicità - spiega **Luca Nardi**, dell'associazione [Cor et Amor](#) e creatore dei Giochi della gentilezza - e un modo semplice per farlo è sorridere. Un sorriso non costa niente, ma vale tanto, sia per chi lo dona, che per chi lo riceve. Tutti possono sorridere, piccoli e grandi, ricchi e meno abbienti, vegetariani e carnivori, sportivi e sedentari, italiani e francesi, rossi e verdi; **il sorriso, come la gentilezza, appartiene a tutti**. Per misurare il benessere di un paese, se oltre al PIL si considerasse il livello di felicità, il sorriso sarebbe sicuramente un buon parametro da prendere in considerazione..."

Come possiamo far sorridere gli altri tramite la gentilezza?

Ad esempio attraverso la meraviglia, facendo una sorpresa, con la creatività, realizzando qualcosa di piacevole che doneremo, con la gioia, iniziando ad essere felici, con la semplicità, ad esempio lasciandola passare qualcuno in fila dietro di noi, con il bell'esempio, regalando un sorriso per primi, con il coraggio, superando il preconcetto "chissà cosa pensa se le regalo un sorriso?", con la bellezza, raccontando buone notizie, con la gratitudine, apprezzando con un "grazie" quanto ricevuto.

Possiamo provare anche a scuola?

L'importante è non confondere il sorridere e l'essere felici con la poca serietà: si può essere "seri" e preparati, ad esempio a scuola, anche sorridendo. **Un insegnante che sorride** in classe, contribuisce a creare un clima più sereno anche con gli alunni, sorridere sul luogo di lavoro, tra colleghi permetterebbe un approccio più costruttivo all'attività svolta, sorridere in un gioco e durante la pratica sportiva favorisce il saper accettare il risultato, qualunque esso sia, più positivamente, sorridere a casa consente ai bambini di crescere più sereni.



E quali potrebbero essere le occasioni migliori?

Abbiamo festeggiato la [Giornata Nazionale dei Giochi della Gentilezza](#), il 22 settembre, che quest'anno, giunta alla 3° edizione, ha coinvolto 22.400 bambini, da tutta Italia. La prossima occasione è la **Giornata Mondiale della Gentilezza** (il 13 novembre). Ma ogni momento è opportuno...

Ci puoi consigliare un gioco da fare a scuola?

Per la scuola dell'infanzia il gioco **"Regala un sorriso a chi non ce l'ha"**: su dei cartoncini vengono disegnati degli emoji sorridenti, uno per ogni bambino, possono essere gli stessi a colorarli. I bambini si dispongono seduti in cerchio, al centro vengono disposti gli emoji. Un bambino alla volta, in senso orario, va a prendere un emoji sorridente e lo porta o lo mostra ad un compagno che ancora non ce l'ha, donandogli anche un sorriso vero. Chi lo riceve risponde semplicemente "grazie".

E per gli insegnanti?

Un gioco per diffondere il sorriso tra colleghi: realizza un emoji sorridente, della grandezza che vuoi, anche 2 metri x 2 metri, se vuoi stupire, dietro scrivi il tuo messaggio "felice", fallo trovare,

in modo inaspettato (in mezzo ad un libro, al registro di classe, sopra la cattedra, o anche consegnato a mano), alla persona, o alle persone a cui è destinato. Vinci il gioco se sul loro volto spunta un bel sorriso e ricevi un “grazie”.

Per saperne di più

www.igiochidellagentilezza.it

www.giocopediadellagentilezza.it