

INDICAZIONI PER DOCENTI E ADULTI DI RIFERIMENTO

# Io sono, noi siamo, poesia

## A cosa serve

Questo lavoro favorisce la riflessione personale ed aumenta la conoscenza e la consapevolezza di sé. Per fare in modo che questo momento di “isolamento” sia anche un’occasione per conoscerci meglio e crescere.

## Come si usa

### FASE 1

Scrivete 10 volte la frase “io sono...” e completatela con tutto ciò che viene in mente: pregi, difetti, passioni o desideri. Et voilà! Ecco la vostra poesia!

### FASE 2

Osservate quanto emerso: quali caratteristiche possono diventare spunti di miglioramento? Quali potrebbero essere gli obiettivi per il futuro?

## Variante per lavoro di gruppo

Scegliete la caratteristica che maggiormente rappresenta ognuno dei componenti del gruppo e scrivetele in un unico foglio, come se fosse un elenco, sostituendo “IO SONO” con “NOI SIAMO”.

Unendo quanto emerso si andrà a creare una poesia che rappresenta la famiglia, o il gruppo classe.

## Punti di attenzione

- Non ci sono aggettivi giusti o sbagliati;
- Il raggiungimento dell’obiettivo sta nello svolgimento dell’attività: chiedermi chi sono è il primo passo per sviluppare la consapevolezza;
- I ragazzi e le ragazze andranno accompagnati nell’individuazione delle strategie per migliorare le caratteristiche che gli piacciono meno.

---

**Invia i materiali al 375 568 2170**

Per ricevere **consulenza psicologica** contatta il **375 568 2171**

Per **informazioni** scrivi una email a [oasi@ilcalabrone.org](mailto:oasi@ilcalabrone.org)

**Collegati a OASI [giornaledibrescia.it/rubriche/progetto-oasi](http://giornaledibrescia.it/rubriche/progetto-oasi)**