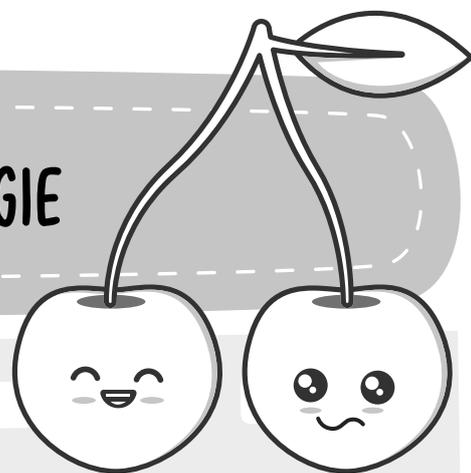


**AVERE FIDUCIA
NEL FUTURO**

LA FAVOLE DELLE CILIEGIE



C'erano una volta due piccole ciliegie sorelle. Come tutte le ciliegie, vivevano attaccate allo stesso picciolo e non si erano mai separate una dall'altra. A maggio, quando erano ancora piccole e verdi, scoppiò un temporale: la più piccola delle due ciliegie esclamò: "Che bel temporale! E quanta acqua: avremo da bere a sufficienza e diventeremo grandissime". La più grande delle due, invece, si lamentò dicendo: "Che orribile pioggia; fa freddo e siamo fradice come i panni bagnati. Ci ammaleremo di sicuro". Chi delle due aveva ragione? A giugno, il tempo si rasserenò e cominciò a splendere il caldo Sole d'estate. La più piccola delle due ciliegie esclamò: "Che bel Sole! E che calduccio; con questo tempo diventeremo rosse come rubini". La più grande, invece, si lamentò dicendo: "Ci mancava soltanto questo Sole rovente. Se continua così matureremo al punto di marcire, e poi con quest'aria calda arriveranno nugoli di mosche e di vespe".

Chi delle due aveva ragione? Sempre a giugno, un merlo afferrò il picciolo col becco e portò via le ciliegie, nel suo nido. La più piccola delle due esclamò: "Guarda che panorama qui sotto! Grazie a questo merlo potremo vedere il mondo, e poi potremo sfamare i suoi uccellini con la nostra polpa dolce. È bello essere ciliegie". La più grande delle due, invece, si lamentò dicendo: "Questo lo dici tu; quel furfante ci porterà nel suo nido e ci mangerà. È questo il destino di noi ciliegie". Chi delle due aveva ragione? Il merlo diede le ciliegie ai suoi uccellini e lanciò i due semi nel prato che si trovava sotto il suo nido. La più piccola delle due esclamò: "Che fortuna! Tra poco metteremo foglie e radici e ci trasformeremo in due magnifici alberi, così anche gli abitanti di queste terre potranno gustare le nostre ciliegie". La più grande delle due, invece, si lamentò dicendo: "Cresceremo lontane dalla nostra casa, e poi chissà se diventeremo mai alberi. Io penso invece che qualche animale ci mangerà".

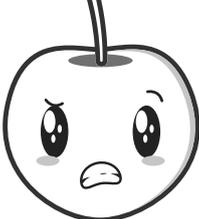
Il tempo passò e i due semi crebbero e diventarono due magnifici ciliegi. Un giorno, l'albero nato dalla ciliegia più piccola disse all'altro: "È bello essere degli alberi, gli uccellini fanno il nido tra i nostri rami e gli uomini si prendono cura di noi, in cambio di qualche ciliegia. Mi sento così importante". Ma l'albero nato dalla ciliegia più grande si lamentò dicendo: "Che fatica essere alberi; e poi, presto o tardi qualcuno ci taglierà a pezzi e ci butterà in una stufa. Era meglio quando eravamo soltanto ciliegie".

LA FAVOLE DELLE CILIEGIE

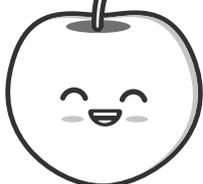
Che bel temporale! E quanta acqua: avremo da bere a sufficienza e diventeremo grandissime”.



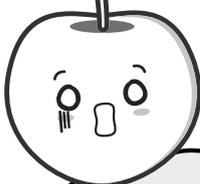
Che orribile pioggia; fa freddo e siamo fradice come i panni bagnati. Ci ammaleremo di sicuro”.



Guarda che panorama qui sotto! Grazie a questo merlo potremo vedere il mondo, e poi potremo sfamare i suoi uccellini con la nostra polpa dolce. È bello essere ciliegie”.



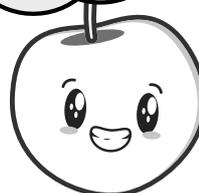
Questo lo dici tu; quel furfante ci porterà nel suo nido e ci mangerà. È questo il destino di noi ciliegie”.



“È bello essere degli alberi, gli uccellini fanno il nido tra i nostri rami e gli uomini si prendono cura di noi, in cambio di qualche ciliegia. Mi sento così importante”

Che fatica essere alberi; e poi, presto o tardi qualcuno ci taglierà a pezzi e ci butterà in una stufa. Era meglio quando eravamo soltanto ciliegie”.

Che bel Sole! E che calduccio; con questo tempo diventeremo rosse come rubini”.



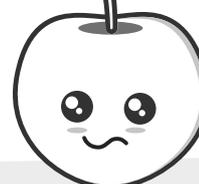
“Ci mancava soltanto questo Sole rovente. Se continua così matureremo al punto di marcire, e poi con quest’aria calda arriveranno nugoli di mosche e di vespe”.



“Che fortuna! Tra poco metteremo foglie e radici e ci trasformeremo in due magnifici alberi, così anche gli abitanti di queste terre potranno gustare le nostre ciliegie”.



“Cresceremo lontane dalla nostra casa, e poi chissà se diventeremo mai alberi. Io penso invece che qualche animale ci mangerà”.



SPUNTI DI RIFLESSIONE PER AVVIARE UN CONFRONTO TRA GLI STUDENTI

- 1- Cosa ti ha colpito di questa storia?
- 2- Qual è secondo te l’insegnamento?
- 3- Chi ha ragione secondo te?
- 4- In quale delle due ciliegie ti rivedi maggiormente? Perché?
- 5- Quali opportunità e quali rischi si corrono ad essere ottimisti?
- 6- Quali opportunità e quali rischi si corrono ad essere pessimisti?

NUBI GRIGIE

Questa scheda ti aiuta comprendere cosa in questo momento ti preoccupa, genera in te tristezza, paura, malinconia. Esempio: preoccupazioni legate al futuro (scuola, lavoro dei genitori, amicizie...); rischi per la salute; mancanza dei propri cari; ecc. Riempi le nuvolette con i tuoi vissuti...



PREOCCUPAZIONE

PAURE

TRISTEZZA



NOSTALGIA

(MANCANZA DI PERSONE, LUOGHI, ABITUDINI)

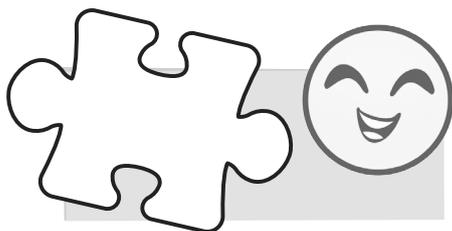


ALTRO (SPECIFICA)



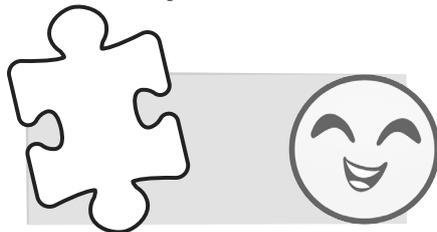
IL PUZZLE DELLA GIOIA

Quali sono i gesti, i comportamenti e le parole che ti danno gioia e ti fanno stare bene?



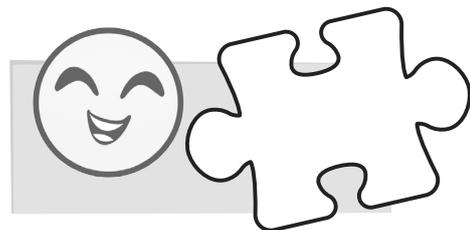
GESTI RICEVUTI

Es: una sorpresa da parte di mia mamma, l'abbraccio di mio padre, una telefonata dei nonni, o di un mio amico...



COMPORAMENTI AGITI

Es: ho cucinato una torta per il compleanno di mia sorella, ho rinunciato a una cosa per donarla a un mio familiare, ho aiutato in casa...



PAROLE CHE DANNO GIOIA

Es: ti voglio bene, ti capisco, scusami, sono orgoglioso di te, cosa possa fare per aiutarti...

1 EPISODIO

1 EPISODIO

1 EPISODIO

2 EPISODIO

2 EPISODIO

2 EPISODIO

3 EPISODIO

3 EPISODIO

3 EPISODIO

CHI O COSA MI DA ENERGIA?

Fai un elenco delle persone o delle attività che ti ricaricano o ti danno energia?

Quali aspetti di te senti ricaricarsi, rivitalizzarsi?

Quali emozioni e sentimenti provi in quei momenti?

Faccio un elenco delle persone
o delle attività che mi
ricaricano o mi danno energia?

Quali aspetti di me sento
ricaricarsi, rivitalizzarsi?

Quali emozioni e sentimenti
provo in quei momenti

1. _____

1. _____

1. _____

2. _____

2. _____

2. _____

3. _____

3. _____

3. _____

4. _____

4. _____

4. _____

5. _____

5. _____

5. _____

Se alcune cose che faccio o persone che incontro mi danno energia, perché a volte faccio così fatica a prendermi del tempo per vivere queste cose o incontrare queste persone?

DIARIO DELLA GRATITUDINE

Scrivi ciò che di bello ti è accaduto oggi

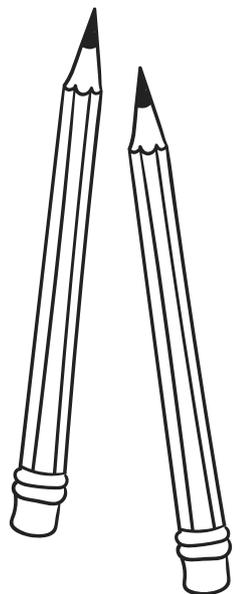
Chi ti ha aiutato a rendere questa giornata più bella?

Cosa hai fatto tu per rendere la giornata più bella?



LA MANO DELLE PASSIONI

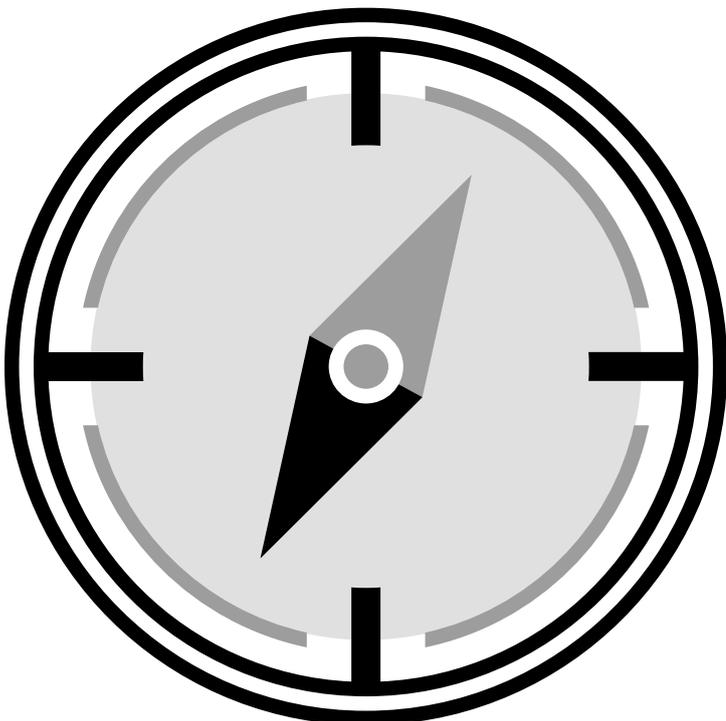
**Disegna qui la sagoma della tua mano e scrivi al suo interno le tue passioni,
ciò che ti piace, ti sostiene e ti fa stare bene!**



LA BUSSOLA DEI VALORI

Quali sono i valori che ti guidano e che condizionano le tue scelte?
Prendi spunto dall'elenco dei valori che trovi sotto e successivamente
scrivi quelli che sono per te importanti affianco alla tua bussola!

| | | |
|--------------|--------------------|---------------|
| ALLEGRIA | APPROVAZIONE | AMBIZIONE |
| AMORE | AUTOSTIMA | AVVENTURA |
| CALORE | CAPACITÀ | COMODITÀ |
| CONTRIBUIRE | CORAGGIO | CREATIVITÀ |
| CRESCITA | DIGNITÀ | DIVERTIMENTO |
| FAMA | FARE LA DIFFERENZA | FEDE |
| FEDELITÀ | FELICITÀ | FIDUCIA |
| GENEROSITÀ | GIOIA | GRATITUDINE |
| IMPEGNO | IMPORTANZA | INTEGRITÀ |
| INTELLIGENZA | INVESTIRE | LIBERTÀ |
| ONESTÀ | ORGOGGIO | PACE |
| PASSIONE | POTERE | REALIZZAZIONE |
| RISPETTO | SALUTE | SICUREZZA |
| SINCERITÀ | SPIRITUALITÀ | SUCCESSO |
| TENACIA | VITALITÀ | ALTRO |



I valori che orientano
la mia vita sono:

1.
.....
.....
2.
.....
.....