



ATTIVITÀ IN CLASSE | Laboratori di Nonviolenza Attiva nelle Scuole

> LABORATORIO 'LE VIRTÙ'

Introduzione e raccomandazioni

*Questo laboratorio si propone di far lavorare gli alunni e le alunne sulle loro **virtù**.*

Attraverso il gioco i ragazzi e le ragazze imparano a conoscersi e a conoscere gli altri.

BREVE SPIEGAZIONE DELLE VIRTÙ

Nel momento attuale, nella vita sociale e personale, si tendono ad enfatizzare le difficoltà e l'aspetto negativo di se stessi e delle persone che si relazionano con noi.

Questa visione degradatoria di se stessi genera un atteggiamento, una forma di sentire e di vivere molto particolare, il cui risultato a breve o medio termine sarà negativo.

Non neghiamo che esistano molte difficoltà che ogni giorno affrontiamo. Però è molto importante riconoscere che questo modo di affrontarle è conseguenza del sistema disumano che domina attualmente, che tende a negativizzare le persone.

Possiamo ripetere meccanicamente questo atteggiamento, oppure **scoprire e rafforzare un modo diverso di vivere, di pensare e di sentire, un atteggiamento che si basa nelle qualità più interessanti di ciascuno. Che si basa sulle proprie virtù.**

Intendiamo per virtù ogni atteggiamento che messo in pratica ci fa sentire in accordo con noi stessi, indipendentemente dalla nostra abilità nel realizzarla, lasciandoci un registro di profonda pace.

Se ricordiamo queste situazioni è possibile che non siano legate solo a certe azioni, ma a un modo di metterle in pratica nel quale agiamo con il meglio di noi stessi.

Se riconosciamo queste attitudini, se riusciamo a dare colore al nostro agire quotidiano con questo modo di fare le cose, non solo riconosceremo le nostre virtù, ma anche quelle degli altri e sicuramente potremo superare le difficoltà, modificare situazioni e raggiungere così gli obiettivi che ci siamo proposti per la nostra vita.

In ogni caso realizzare una lista delle proprie virtù (siano esse attitudini, modi di comportarsi, abilità, attività ecc.) ed immaginare poi come potrebbero potenziarsi al massimo applicandole nel mondo, è un lavoro di grande importanza per la propria vita e per quella degli altri.

Questo modo di fare e sentire le cose, questa posizione di fronte alla vita basata sulle proprie virtù dovrebbe mettersi in moto da subito. E' l'atteggiamento che ci permette di risolvere le difficoltà, di avanzare e costruire in una direzione coerente e positiva per la nostra vita.

RICONOSCIMENTO DELLE PROPRIE VIRTÙ

Cercheremo in noi stessi gli aspetti interessanti e positivi. Cercheremo di riscattare e riconoscere tutto ciò che c'è di interessante in ognuno di noi, indipendentemente dalla quantità.

Per riconoscere le proprie virtù ci vuole una certa spudoratezza.

Le virtù non sono ancorate a tensioni fisiche o mentali, sembrano non avere peso, sono leggere come piume. I problemi al contrario sono facilmente riconoscibili, mentre le cose interessanti e le virtù non pulsano e non sembrano reali. Per questo è facile riconoscere problemi e tensioni, mentre quando dobbiamo trovare le nostre virtù facciamo fatica a riconoscerle, come se non fossero reali. "Le viscere contratte sono reali, mentre quelle distese non esistono". Il sistema si appoggia su questo, lavora con questi meccanismi e ti dice che sei insignificante, un numero ecc..

DEFINIZIONE DI VIRTÙ

Intendiamo per virtù ogni atteggiamento che messo in pratica ci fa sentire in accordo con noi stessi, indipendentemente dalla nostra abilità nel realizzarla, lasciandoci un registro di profonda pace.

Domande per la discussione con gli studenti

1) ricorda alcuni episodi della tua vita in cui ti sei sentito/a bene e anche chi era con te si sentiva bene.

Per rispondere a questa domanda è utile invitare i ragazzi a prendersi qualche minuto per poter richiamare alla memoria la propria esperienza personale e annotarla. Anche l'insegnante può prepararsi alcuni esempi per aiutare l'interscambio.

2) rispetto a quell'episodio quale virtù, quale tua caratteristica personale, hai agito?

LABORATORIO “LE VIRTÙ” | Esercizi in classe

L'educatore potrà oltre che condurlo anche partecipare con loro se lo ritiene opportuno.

ESERCIZIO | ‘Il riconoscimento delle virtù’

SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Far vedere ai ragazzi il video con la spiegazione delle virtù, anche due volte.

- Raccogliere le immagini dei loro personaggi ed eroi preferiti, oltre ad alcuni personaggi suggeriti dall'insegnante.
- Appendere le immagini in classe e ogni bambino/a indica la virtù del personaggio (è possibile attaccare di post-it sull'immagine).
- Fare insieme un cartellone delle virtù per aiutarli ad ampliare il loro vocabolario.

GIOCO DELLE VIRTÙ – SCUOLA PRIMARIA

Occorrente: fogli, pennarelli, riviste, forbici, colla, cartoncino.

- Disposizione dei ragazzi e ragazze seduti a cerchio.
- A turno i compagni dicono le virtù e le qualità dei loro compagni/compagne di classe. Se un mio amico e/o una mia amica mi riconosce una virtù, sicuramente l'avrò agita e mi appartiene anche se io non me la riconosco.

L'insegnante li aiuterà a scriverle sul loro foglio.

- Sfogliare le riviste e ritagliare tutte le immagini che hanno un significato legato alla virtù.

Fare degli esempi per aiutarli nella ricerca:

girasole > solarità

cavallo > forza

peluche morbido > dolcezza

persone che ridono > allegria

- Incollare tutte le immagini su un cartoncino per avere il proprio collage delle virtù.

GIOCO DELLE VIRTÙ – SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Occorrente: fogli, pennarelli, riviste, forbici, colla, cartoncino.

- Disposizione dei ragazzi e ragazze seduti a cerchio.
- Prendere un foglio per ciascuno/a, su cui ognuno/a scrive come vuole il suo nome.
- Mettere un contenitore al centro del cerchio in cui si mettono tutti i fogli (un cestino).
- Tutti insieme per almeno 4/5 volte pescano un foglio con il nome di un compagno o di una compagna e scrivono la loro virtù. Se un mio amico e/o una mia amica mi riconosce una virtù, sicuramente l'avrò agita e mi appartiene anche se io non me la riconosco.
- A turno leggere il foglio con le virtù: “Io sono _____(nome), e sono _____(elenco virtù)
- Con il mio cartoncino delle virtù è possibile fare la ricerca di immagini evocative e fare il cartellone personalizzato.

Domande per la discussione

Come vi siete sentiti nel leggere le vostre virtù?

Come si fa a essere _____(virtù)? E' possibile spiegare ai compagni come faccio ad agire questa virtù, questo comportamento?

A qualcun* interessa chiedere a qualche compagno o compagna come fa a essere _____(virtù)?

Hai scoperto una virtù che non sapevi di avere?

Cosa potete dire del vostro cartellone? Potete dargli un titolo?

SCUOLA SECONDARIA DI SECONDO GRADO

GIOCO DELLE VIRTÙ – SCUOLA SECONDARIA DI SECONDO GRADO

Occorrente: fogli, pennarelli.

- Disposizione dei ragazzi e ragazze seduti a cerchio.
- Prendere un foglio per ciascuno/a, su cui ognuno/a scrive come vuole il suo nome.
- Mettere un contenitore al centro del cerchio in cui si mettono tutti i fogli (un cestino).
- Tutti insieme per almeno 4/5 volte pescano un foglio con il nome di un compagno o di una compagna e scrivono la loro virtù. Se un mio amico e/o una mia amica mi riconosce una virtù, sicuramente l'avrò agita e mi appartiene anche se io non me la riconosco.
- A turno leggere il foglio con le virtù: "Io sono _____(nome), e sono _____(elenco virtù)
- Peer Education:

i ragazzi e le ragazze camminano nell'aula e incontrandosi a coppie si scambiano delle informazioni pratiche su come vengono usate le virtù nella loro quotidianità. Camminando liberi nello spazio pensano a episodi in cui ognun* ha utilizzato la propria virtù e quando incontrano un compagno o una compagna, oltre a dirsi quale è la loro virtù, spiegano come la applicano.

Dopo una decina di condivisioni possono riportare a chi incontrano una virtù ascoltata, quella che desiderano allenare e come/cosa possono fare da domani.

Domande per la discussione

Come vi siete sentiti nel leggere le vostre virtù?

Hai scoperto una virtù che non sapevi di avere?

Quale virtù ti potrebbe servire (a scuola, con gli amici, in famiglia) e potresti allenare da domani?