

**LA BUONA
COMUNICAZIONE PER
CREARE UNA RETE
EDUCATIVA!**

PREVENIRE È MEGLIO CHE CURARE!

MEGLIO OCCUPARSI CHE PREOCCUPARSI!

luclatodaro23@gmail.com

PRIMARIA :

4 OTTOBRE → **PAURA** : COSA FA PAURA AI GENITORI DI UN BAMBINO? E COME AFFRONTARE LE PAURE INFANTILI ?

19 NOVEMBRE → **CORAGGIO** : COME SVILUPPARE NEI BAMBINI LA CAPACITÀ DI COMPRENDERE IL RISCHIO E AGIRE, PROVARE E SPERIMENTARSI CON CORAGGIO

SECONDARIA :

11 OTTOBRE → **INSODDISFAZIONE** : COME AIUTARE UN PREADOLESCENTE A PIACERSI E GUSTARE L'ETÀ DEL "NÉ CARNE NÉ PESCE"?

29 NOVEMBRE: **SENSO CRITICO** : COME ACCRESCERE, SVILUPPARE E CONSOLIDARE IL "SAPER PENSARE CON LA PROPRIA TESTA" PER EVITARE I RISCHI DELL'ETÀ?

CORAGGIO



CORAGGIO

- IL **CORAGGIO** (DAL LATINO *CORATĪCUM* O ANCHE *COR HABEO*, AGGETTIVO DERIVANTE DALLA PAROLA COMPOSTA *CŌR, CŌRDIS* 'CUORE' E DAL VERBO *HABERE* 'AVERE': ***AVERE CUORE***) È LA VIRTU' UMANA, SPESSO INDICATA ANCHE COME *FORTITUDO* O ***FORTEZZA***, CHE FA SÌ CHE CHI NE È DOTATO NON SI SBIGOTTISCA DI FRONTE AI PERICOLI, AFFRONTI CON ***SERENITA'*** I RISCHI, NON SI ABBATTA PER DOLORI FISICI O MORALI E, PIÙ IN GENERALE, AFFRONTI A VISO APERTO LA SOFFERENZA, IL PERICOLO, L'INCERTEZZA E L'INTIMIDAZIONE.
- IN LINEA DI MASSIMA, SI PUÒ DISTINGUERE UN "**CORAGGIO FISICO**", DI FRONTE AL DOLORE FISICO O ALLA MINACCIA DELLA MORTE , DA UN "**CORAGGIO MORALE**", DI FRONTE ALLA VERGOGNA E ALLO SCANDALO

Un giorno la paura bussò alla porta.
Il coraggio andò ad aprire ma non trovò nessuno.
Martin Luther King





- COSA PUÒ ESSERE DI AIUTO IN TUTTI I CASI DI PAURA? IL CORAGGIO. OVVERO, QUELLO STATO MENTALE CHE NON COINCIDE CON L'ASSENZA DI PAURA, BENSÌ CON LA CONSAPEVOLEZZA CHE ESISTE E CHE DEVE ESSERE AFFRONTATA CON UN QUALCOSA DI PIÙ IMPORTANTE DELLA PAURA.
- PENSARE CHE IL CORAGGIO CONSISTA NELL'ASSENZA DI PAURA È ILLUSORIO: COME HA CORRETTAMENTE OSSERVATO LA PSICOLOGA ANNA OLIVIERO FERRARIS, COLORO CHE NON SPERIMENTANO MAI LA PAURA NON SONO DEI CORAGGIOSI, SONO PIÙ SEMPLICEMENTE DEGLI INCOSCIENTI IGNARI DEI RISCHI CHE POSSONO CORRERE.

“HO IMPARATO CHE IL CORAGGIO NON È LA MANCANZA DI PAURA, MA LA VITTORIA SULLA PAURA. L' UOMO CORAGGIOSO NON È COLUI CHE NON PROVA PAURA MA COLUI CHE RIESCE A CONTROLLARLA.”

NELSON MANDELA

- EDUCARE AL CORAGGIO SIGNIFICA EDUCARCI AL CORAGGIO, ATTRAVERSO I NOSTRI FIGLI: SIGNIFICA, GIORNO DOPO GIORNO, **SUPERARE LE NOSTRE PAURE PER ESSERE ESEMPIO**, MOSTRARE LE NOSTRE DEBOLEZZE PER ESSERE UMANI AI LORO OCCHI, MA SUFFICIENTEMENTE “SUPEREROI” DA PROVARE A CAMBIARE.
- **ALLENIAMOCI AD AFFRONTARE IL NUOVO, GUARDANDO IL MONDO CON GLI OCCHI DEI BAMBINI**
E' ABBASTANZA FISIOLÓGICO PROVARE INQUIETUDINE VERSO CIÒ CHE NON CONOSCIAMO. SE PERÒ PENSIAMO A TUTTO CIÒ CHE POTRÀ ACCADERE, CI PARALIZZIAMO. PROViamo ALLORA A PENSARE A COME I BAMBINI AFFRONTANO LA NOVITÀ: SPESSO TIMIDAMENTE, A VOLTE CON RITROSIA, NELLA MAGGIOR PARTE DEI CASI CON CURIOSITÀ. TORNIAMO A FAR NOSTRA QUELLA CURIOSITÀ, FACENDOLA DIVENTARE PENSIERO POSITIVO: E SE INVECE ANDASSE BENE? QUESTA LA DOMANDA DA PORSI, SEMPRE.
- **DECIDIAMO DI CAMBIARE LE COSE POCO ALLA VOLTA**
IL CORAGGIO NON È COMPIERE GESTI EROICI, MA DECIDERE DI CAMBIARE GIORNO DOPO GIORNO. SPESSO CI PROPONIAMO, ANCHE A LIVELLO EDUCATIVO, TRAGUARDI IMPOSSIBILI: IN REALTÀ IL CAMBIAMENTO SI ATTUA GRADUALMENTE, TRADUCENDO IL PENSIERO IN AZIONE.
- **TRASFORMIAMO I PENSIERI IN AZIONI (FATTIBILI)**
COSA CI MANCA DAVVERO PER ESSERE CORAGGIOSI? A VOLTE ABBIAMO IDEE DAVVERO BRILLANTI, MA POI CI BLOCCHIAMO, TEMENDO DI NON RIUSCIRE A METTERLE IN PRATICA. IN QUESTO CASO, LA LEVA PER IL CORAGGIO È LA FIDUCIA IN NOI STESSI.
- DIFFICILMENTE SAREMO CORAGGIOSI ED EDUCHEREMO BAMBINI CORAGGIOSI, SE NON IMPAREREMO A CREDERE CHE EFFETTIVAMENTE POSSIAMO RAGGIUNGERE I NOSTRI OBIETTIVI. **L'IMPORTANTE È CHE SIANO TRAGUARDI SFIDANTI, MA RAGGIUNGIBILI**

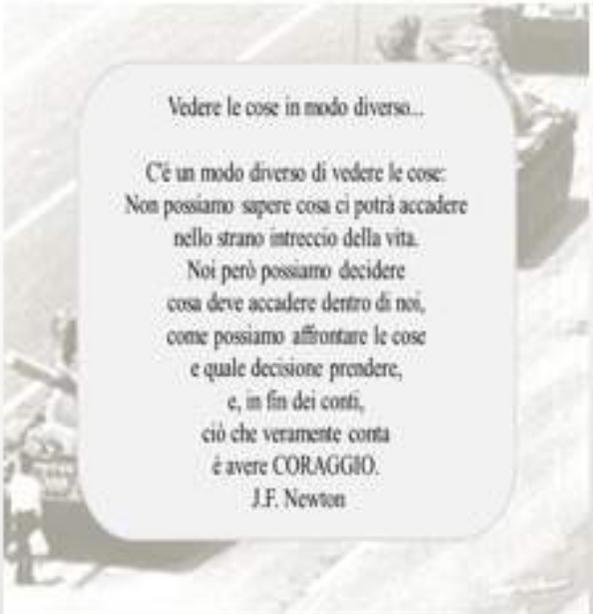
IN CUORE ABBIAMO TUTTI UN CAVALIERE PIENO DI
CORAGGIO,
PRONTO A RIMETTERSI SEMPRE IN VIAGGIO.
(GIANNI RODARI)





- OGNUNO DI NOI PER SUPERARE LE PROPRIE PAURE PARALIZZANTI DEVE TENTARE DI ENTRARE IN CONTATTO CON IL PROPRIO LATO EROICO
- L'EROE NON VALUTA IN BASE ALLA CONVENIENZA DEL MOMENTO, AGLI ELEMENTI DI REALTÀ CHE CARATTERIZZANO UNA SITUAZIONE, AI RISCHI CHE SI POSSONO CORRE, MA DECIDE SCEGLIENDO CIÒ CHE SI AVVICINA DI PIÙ AL SUO SENTIRE.
- IN ALTRE PAROLE, È CAPACE DI APRIRSI ALL'IRRAZIONALE, ANDANDO OLTRE QUELLA CHE POTREBBE ESSERE UNA LIMITANTE RAZIONALITÀ, E CIÒ È PROPRIO QUANTO PERMETTE IL PASSAGGIO DALL' AVERE PAURA AL TROVARE IL CORAGGIO, PERCHÉ SE LA PAURA È RAZIONALE IL

- NON È DETTO CHE UNA PERSONA CORAGGIOSA LO SIA SEMPRE, IN QUALUNQUE AMBITO, SITUAZIONI E CONDIZIONE.
- IL CORAGGIO NON È QUALCOSA DI GIÀ PRONTO, DI PRECONFEZIONATO, MA È UN'OPZIONE CHE, DI VOLTA IN VOLTA, DEVE ESSERE CREATA E MESSA IN ATTO SU MISURA PER LE SPECIFICHE SITUAZIONI.
- ALLA BASE DI TUTTO, COME SEMPRE, CI DEVE ESSERE LA DISPONIBILITÀ A MODIFICARE L'IMMAGINE STANDARD CHE ABBIAMO DI NOI STESSI E A INCONTRARE LA VITA NELLA SUA POLIEDRICITÀ.
- CORAGGIO NON È ANDARE CONTRO L'OSTACOLO, È OSSERVARLO DA UN'ANGOLAZIONE DIVERSA, E SCOPRIRE MAGARI UN PASSAGGIO SEGRETO; A VOLTE DIVENTA L'INNESCO DI UN'EVOUZIONE CHE, SENZA DI ESSO, FORSE NON SI SAREBBE MAI RAGGIUNTA.
- L'IMPORTANTE È AFFRONTARE SEMPRE LE NOSTRE PAURE, RIMANDARLE INNESCHEREBBE UN SISTEMA REATTIVO CHE CI



Vedere le cose in modo diverso...

C'è un modo diverso di vedere le cose:
Non possiamo sapere cosa ci potrà accadere
nello strano intreccio della vita.
Noi però possiamo decidere
cosa deve accadere dentro di noi,
come possiamo affrontare le cose
e quale decisione prendere,
e, in fin dei conti,
ciò che veramente conta
è avere CORAGGIO.
J.F. Newton

TIENI PER TE LE TUE PAURE, MA CONDIVIDI
CON GLI ALTRI IL TUO CORAGGIO.
(ROBERT LOUIS STEVENSON)



SUGGERIMENTI PER I MOMENTI DI DIFFICOLTA'

- 1) PROVA A CONCEPIRE GLI OSTACOLI COME UNA GROSSA OPPORTUNITÀ DI MIGLIORAMENTO E DI CRESCITA.
- 2) NON ACCOMODARTI NELLA SOLUZIONE PIÙ SEMPLICE SOLO PERCHÉ PIÙ COMODA: TENTA AZIONI NUOVE. DICEVA EINSTEIN: "NON SI PUÒ RISOLVERE UN PROBLEMA USANDO LA STESSA MENTALITÀ CHE LO HA CREATO".
- 3) NON COMUNICARE IL TUO DISAGIO AL MONDO INTERO GRIDANDO AIUTO: IMPARA A STARE CON TE STESSO, ASCOLTA IL PROBLEMA E ASCOLTA TE STESSO NEL PROBLEMA. SE HAI BISOGNO DI UN ORIENTAMENTO PROVA A CHIEDERE AIUTO AD UN TERAPEUTA. I PROBLEMI VANNO PROTETTI DAL CHIACCHIERICCIO ALTRUI.
- 4) NON LAMENTARTI DI CONTINUO: RISCHI DI RIMANERE IMMOBILE E DI DIVENTARE UN PESO PER CHI TI È ACCANTO.
- 5) FOCALIZZA LE TUE RISORSE E I TUOI PUNTI DI FORZA, FAI LEVA SU QUESTI PER POTER GENERARE NUOVE SOLUZIONI.

6) ACCOGLI IL SENSO DI SCORAGGIAMENTO: È FONDAMENTALE ACCETTARE IL PRIMO MOMENTO DI SCORAGGIAMENTO E DI DISORIENTAMENTO DI FRONTE A UNA FORTE DIFFICOLTÀ. ACCETTARE NON SIGNIFICA LAMENTARSI O FARE PREVISIONI PESSIMISTICHE, MA RICONOSCERE OBIETTIVAMENTE CHE C'È UN PROBLEMA. RICORDATI CHE DEMORALIZZARSI NON È LA REALTÀ, MA SOLO UN TRANSITORIO STATO D'ANIMO.

7) EVITA LE ANALOGIE COL PASSATO: NON COLLEGARE SUBITO LA DIFFICOLTÀ PRESENTE A EVENTUALI FALLIMENTI DEL PASSATO, COME SE UN DESTINO FOSSE GIÀ SCRITTO. SOLO VIVENDOLA PER CIÒ CHE È POTRAI INDIVIDUARNE LE CARATTERISTICHE E LE CAUSE E IMPOSTARE COSÌ UNA STRATEGIA DI SOLUZIONE. E POTRAI ANCHE VALUTARE SE NON TI STIA CHIEDENDO DI CAMBIARE QUALCOSA SUL TUO CAMMINO O NELLE TUE MODALITÀ.

8) CAMBIA PUNTO DI VISTA: UNA VOLTA APPURATO CHE VUOI DAVVERO SUPERARE QUESTA DIFFICOLTÀ, NON PUNTARE SULLE RISORSE VISIBILI E SU COME TI SENTI ORA, MA PROVA A PREFIGURARTI CIÒ CHE DESIDERI CHE ACCADA, ANCHE SE TI SEMBRA LONTANISSIMO. NON TI SERVE TANTO ANALIZZARE RAZIONALMENTE IL PROBLEMA CERCANDO CHIAVI D'ACCESSO, MA EVOCARE IMMAGINI DI TE NELLA SITUAZIONE CHE AUSPICI SI VERIFICHINO. COSÌ ATTIVI RISORSE PIÙ PROFONDE, INTUITIVE, CREATIVE CHE TI FANNO VEDERE LE COSE DA ALTRI PUNTI DI VISTA E NOTARE AL VOLO SOLUZIONI PRIMA INVISIBILI.

CONOSCO DELLE BARCHE ..

Jacques Brel

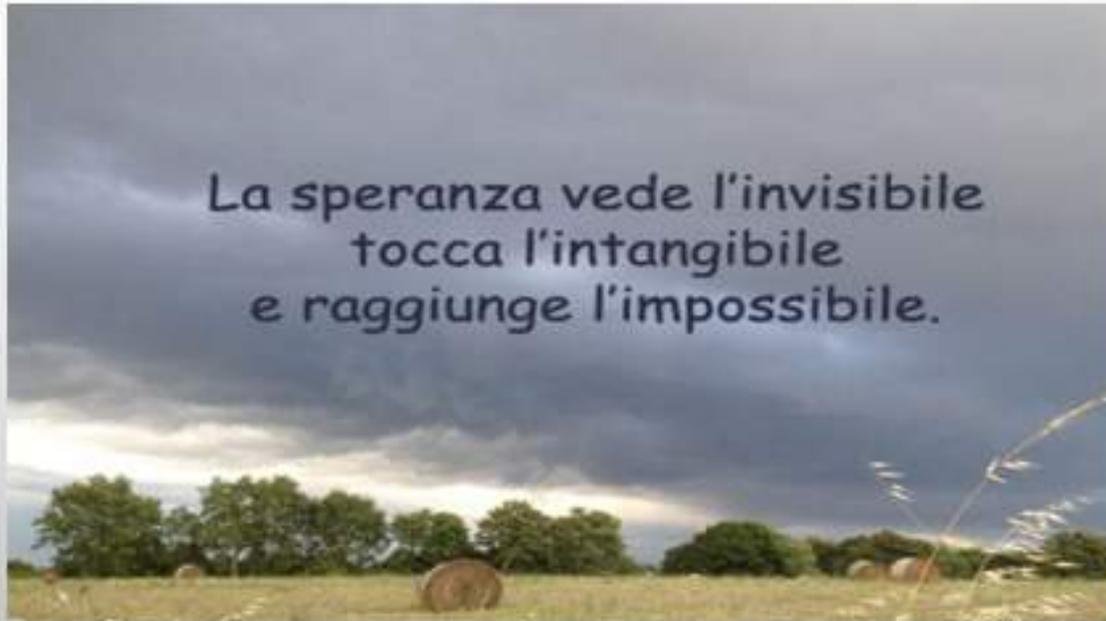


- CE LA VOGLIO FARE!
- POSSO FARCELA!
- ME LO MERITO!
- TUTTO PASSA!
- AMO LA VITA!
- IO SONO UNA BELLA PERSONA!

*Coraggio non significa
avere la forza di andare avanti,
ma è andare avanti
quando non si ha la forza.*

LA SPERANZA HA DUE BELLISSIMI FIGLI: LO
SDEGNO E IL CORAGGIO. LO SDEGNO PER LA
REALTÀ DELLE COSE; IL CORAGGIO PER
CAMBIARLE.
(SANT'AGOSTINO)

La speranza vede l'invisibile
tocca l'intangibile
e raggiunge l'impossibile.



dall'Enciclopedia della favola a cura di Gianni Rodari

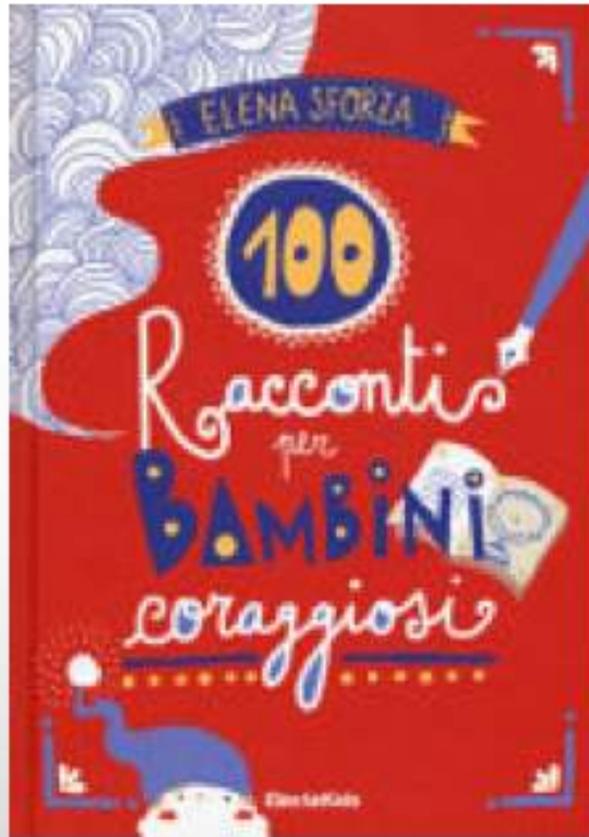
FAVOLE PER BAMBINI CORAGGIOSI



ELENA SFORZA

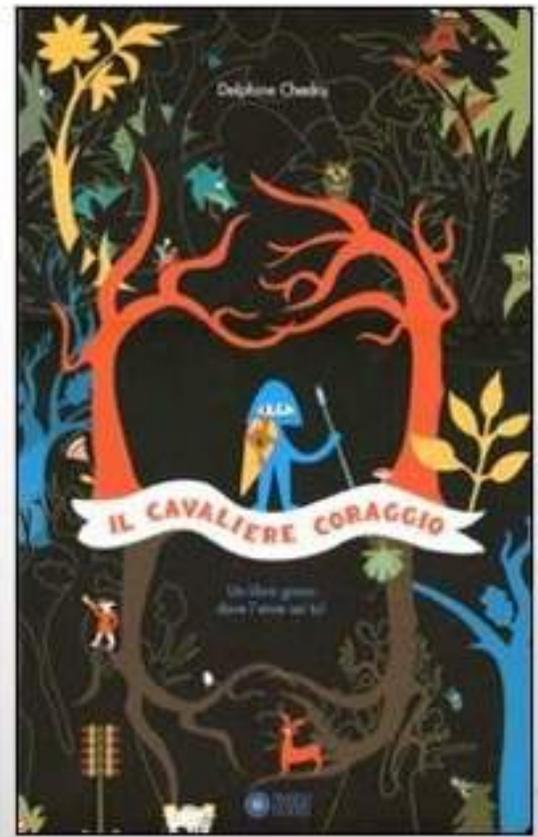
100

Racconti per BAMBINI coraggiosi



Delphine Cheval

IL CAVALIERE CORAGGIO





Abbi Coraggio ! Segui il
tuo Cuore

.. ma soprattutto affronta
la vita portando con te
sempre il tuo Cuore!

luciatodaro23@gmail.com

Grazie, di cuore!