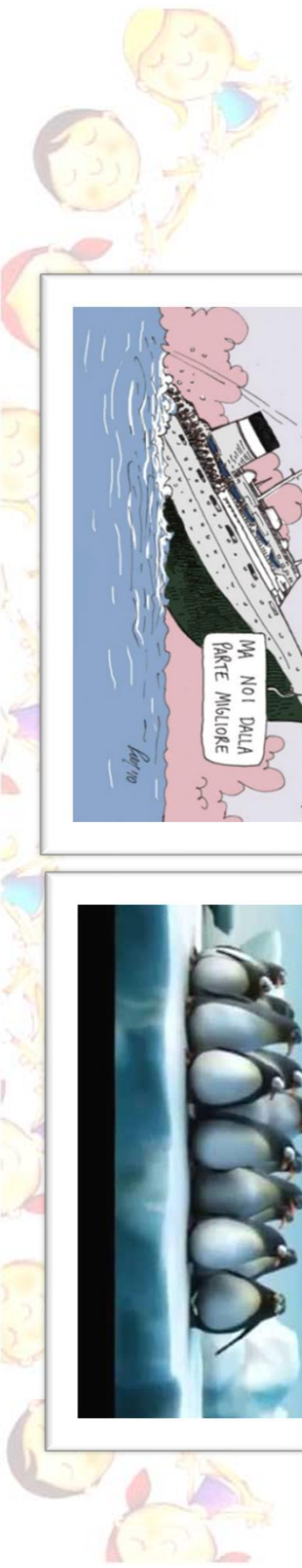
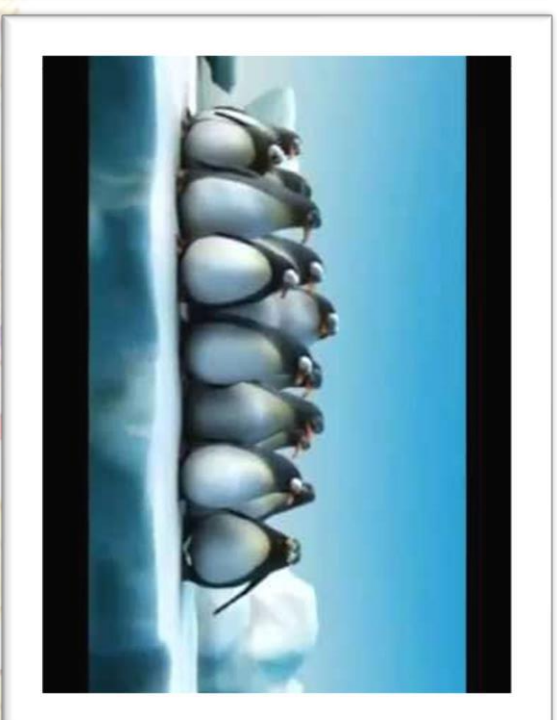


Per essere più consapevoli...

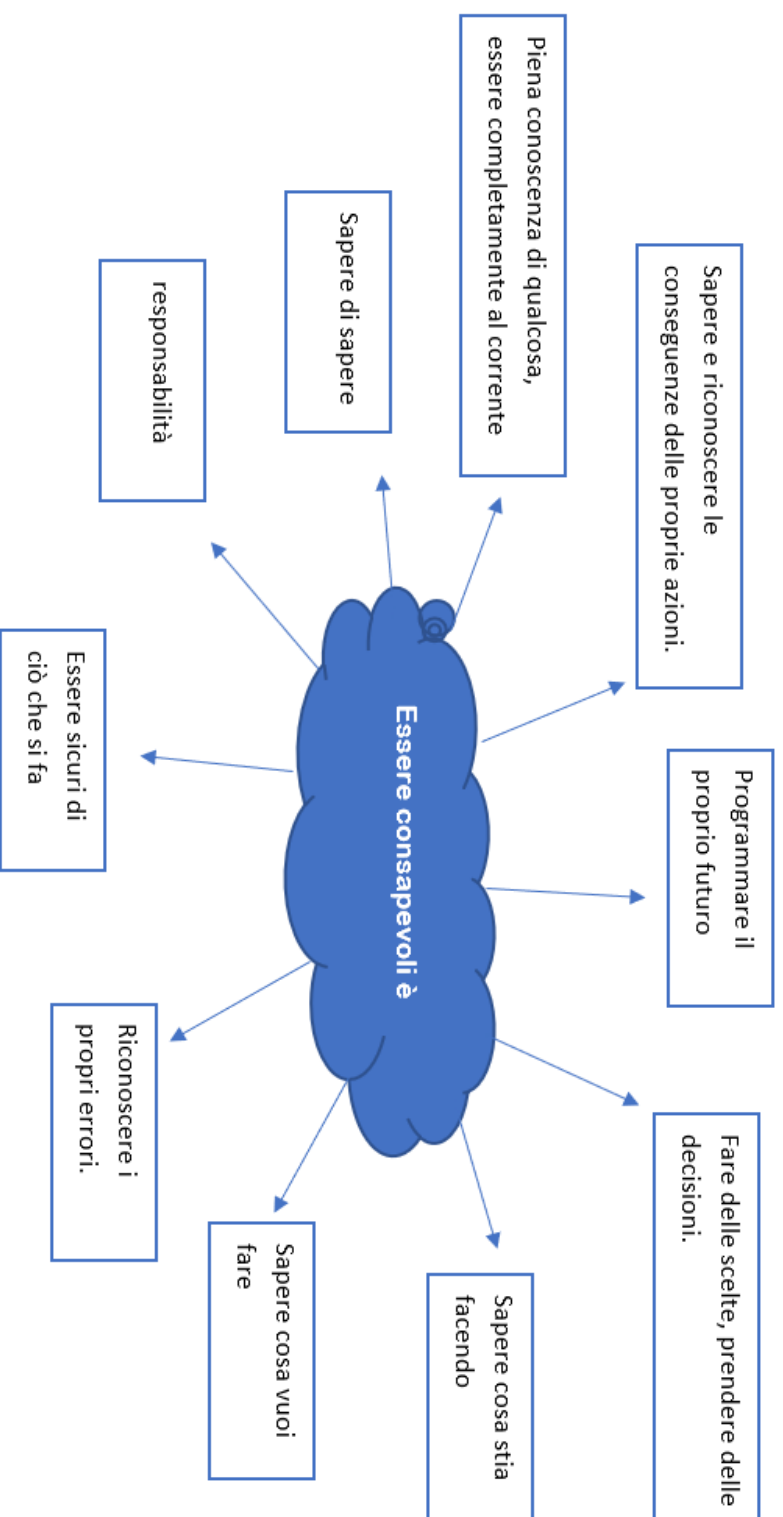
il lavoro dell'INTER-ACS "I TRE COLLI"

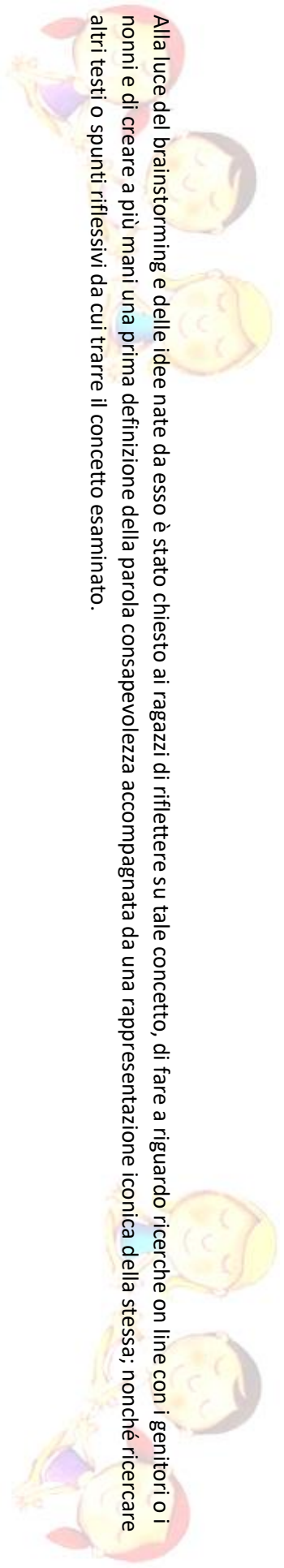
Il nostro percorso sulla consapevolezza, circa la comprensione profonda di questo termine, è nato da alcuni spunti riflessivi forniti ai ragazzi dell'INTER-ACS "I tre colli". Gli insegnanti, a seguito di un confronto a distanza, hanno condiviso del materiale utile ad avviare il confronto sincronico con i ragazzi e volto a portare alla luce quelli che erano i prerequisiti degli alunni circa tale concetto. A riguardo, tramite una videolezione on line è stato letto all'ACS il testo "*Come si diventa uomini*" tratto da F. Lazzarato, V. Ognini, *L'eredità dello sceicco*, Mondadori. Il brano è stato un utile mediatore di dibattito e dialogo con gli alunni circa la loro idea ingenua del concetto di consapevolezza ed è poi stato affiancato dall'analisi di una fonte iconica e di un video riportato dal sito "Crescere nella Cooperazione".





Dal confronto sincronico circa gli spunti sopra riportati è nato un brainstorming iniziale circa la parola consapevolezza, introdotta ai soci già durante la discussione.





Alla luce del brainstorming e delle idee nate da esso è stato chiesto ai ragazzi di riflettere su tale concetto, di fare a riguardo ricerche on line con i genitori o i nonni e di creare a più mani una prima definizione della parola consapevolezza accompagnata da una rappresentazione iconica della stessa; nonché ricercare altri testi o spunti riflessivi da cui trarre il concetto esaminato.

Dalle loro osservazioni è nato un lavoro a quattro mani



Consapevolezza vuol dire essere coscienti delle cose che diciamo, cosa si sta facendo e fare le scelte giuste, così che le conseguenze delle tue azioni non ostacolino né te né gli altri, conoscendone i limiti, i pregi e le potenzialità.

Quindi per essere consapevole bisogna sapere cosa comporterà la tua azione. La consapevolezza richiede un cambiamento e ciò avviene attraverso un processo di crescita lenta e graduale, fatto di continue scoperte. A volte, sono anche le esperienze negative che ci mettono alla prova, a far emergere la consapevolezza.

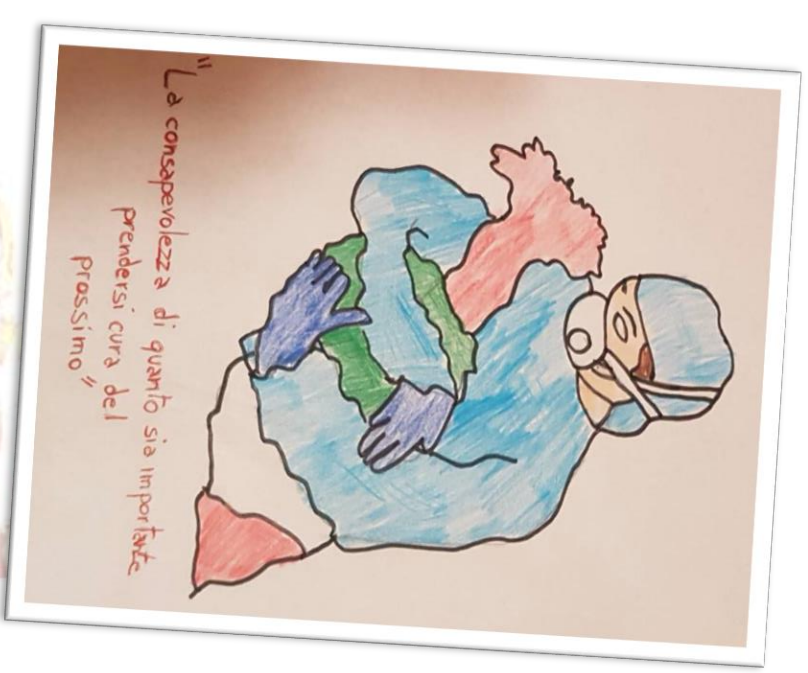
La persona consapevole è una persona libera, libera di parlare, di scegliere, di prendere decisioni, quindi una persona capace di essere sé stessa, senza condizionamenti e capace anche di aiutare gli altri

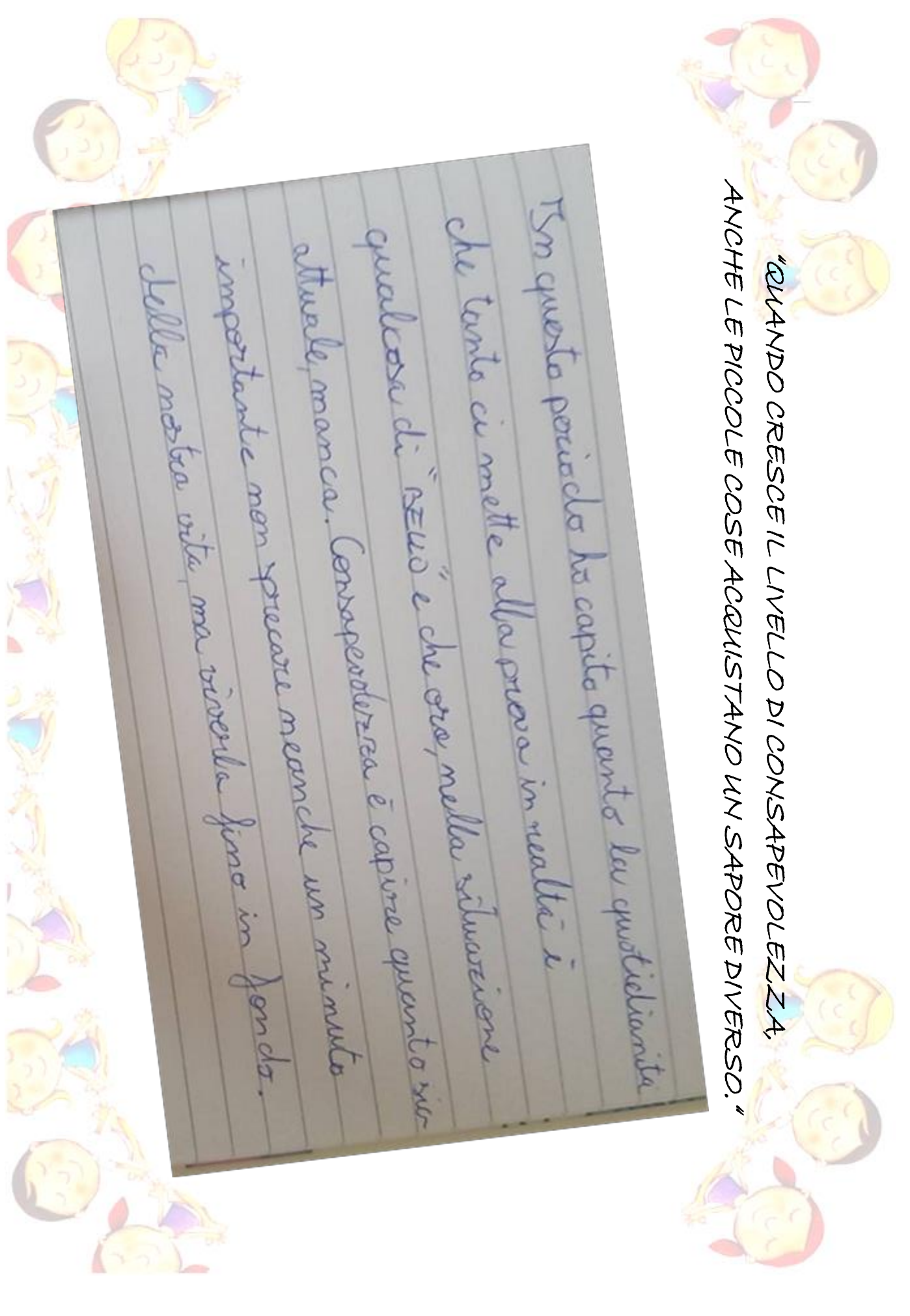




nel momento del bisogno. La consapevolezza è da cercare nel cuore di ciascuna di noi. Il termine consapevolezza significa essere a conoscenza di qualcosa, rendersi conto di qualcosa, pertanto è indispensabile leggere, informarsi, ampliare i nostri orizzonti. Tutti noi abbiamo usato questo termine tante volte nella vita, sia per parlare di altri che per parlare di noi stessi e sempre molte saranno le situazioni nelle quali useremo questo termine: consapevole di avere sbagliato, consapevole di meritare qualcosa, consapevole di voler bene a qualcuno.

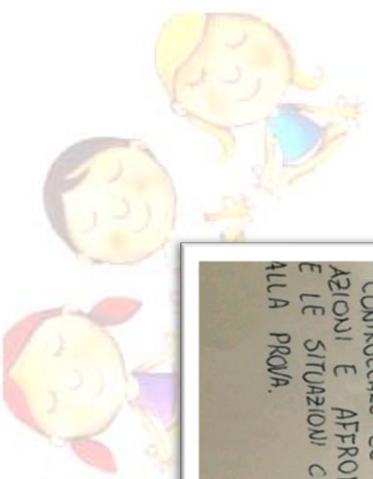
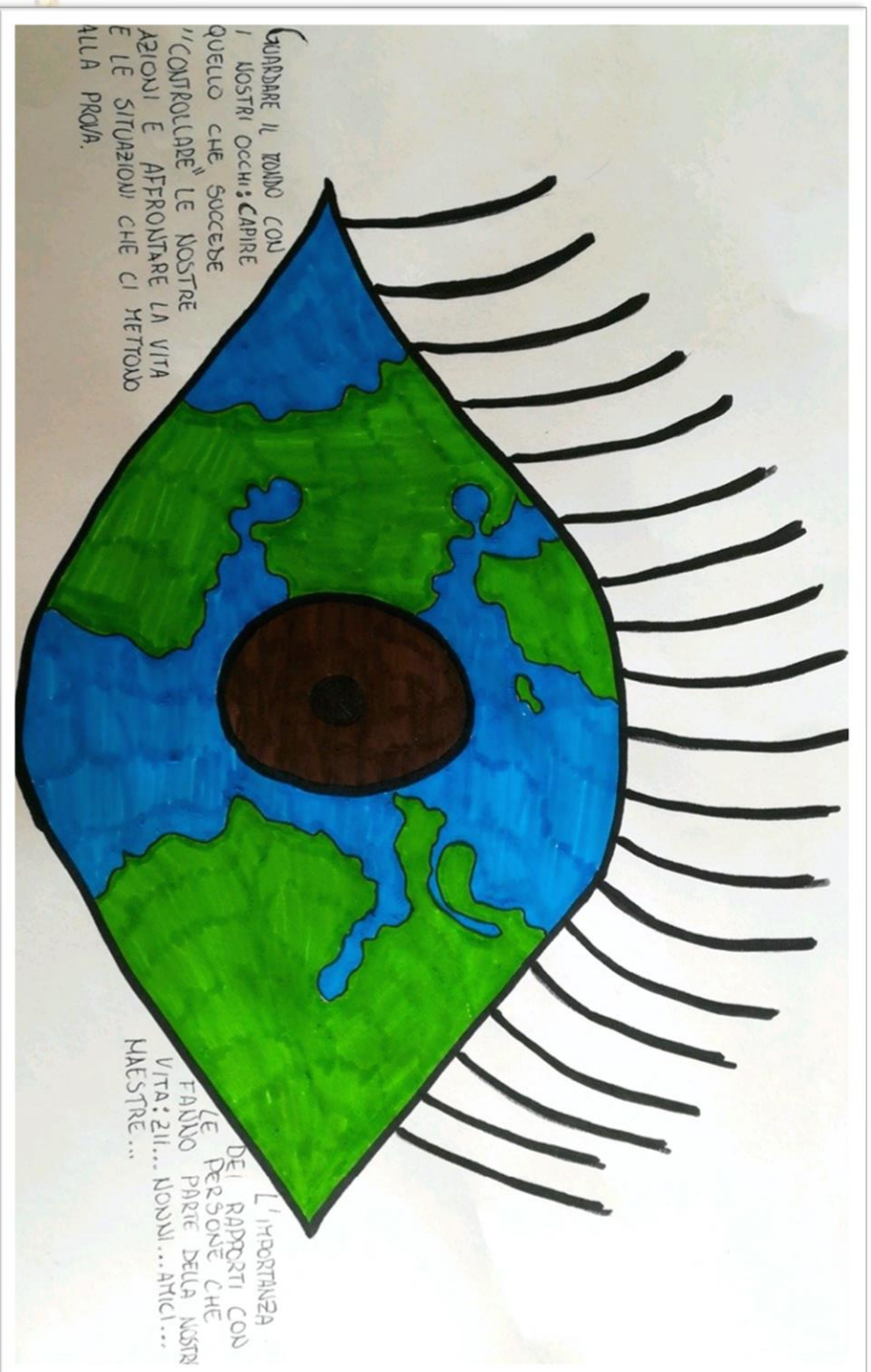
"Sono consapevole di avere una famiglia che mi vuole bene, di vivere, di essere un abitante della Terra, di avere degli amici e di avere dei nonni."

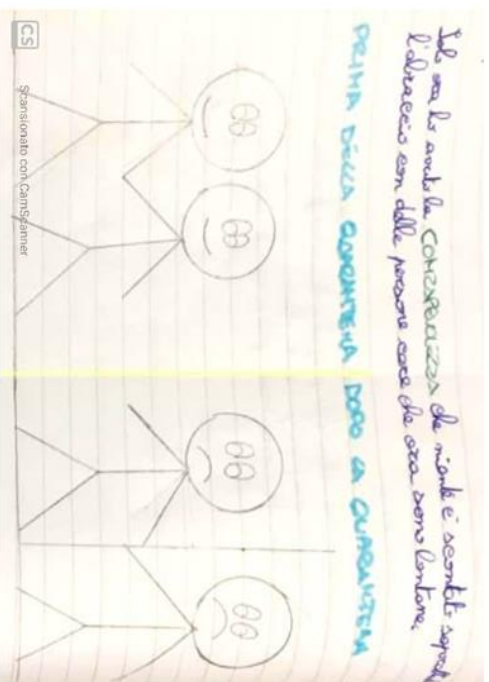


A decorative border at the top of the page features a repeating pattern of cartoon children. The children are depicted in various poses, some jumping and some standing, with simple, friendly facial expressions. They are wearing colorful clothing like blue and purple shirts.

"QUANDO CRESCE IL LIVELLO DI CONSAPIBILITÀ,
ANCHE LE PICCOLE COSE ACQUISTANO UN SAPORE DIVERSO."

Un questo periodo ho capito quanto la quotidianità
che tanto ci mette alla prova in realtà è
qualcosa di "NUO" e che ora, nella situazione
attuale, manca. Consapevolezza è capire quanto sia
importante non perdere neanche un minuto
della nostra vita, ma viverla fino in fondo.





In questo breve momento ho avuto conoscenza di, con
che ritorno molto recente oggi non molto recente per me
come un'abitudine con la mia amica, i luoghi, i compagni
parati con i miei nomi e la lunga conoscenza in compagnia
della mia famiglia.

Questo evento e stare insieme ai miei genitori,
mi hanno insegnato il valore reale delle cose
che per me erano scontate come: l'ascolto e di
quanto siano importanti tutti quei
comportamenti ed i gesti che possono ferire o
proteggere le persone quali noi teniamo, perché
oggi ci sono e domani potrebbero non esserci
più.





"Consapevolezza è: rimanere osservatori di noi stessi senza alcun giudizio"



La consapevolezza è la condizione necessaria (ma non sufficiente) per qualsiasi cambiamento, per la crescita individuale e collettiva.

Essere consapevoli ci permette di:

- ✓ prendere decisioni prudenti, intelligenti;
- ✓ mantenere uno stato emotivo positivo a prescindere dalle circostanze;
- ✓ imparare a conoscerci approfonditamente;
- ✓ concentrarci sulle cose veramente importanti;
- ✓ avere padronanza della propria mente;
- ✓ essere coscienti delle proprie azioni;
- ✓ avere il controllo delle proprie emozioni e saperle riconoscere;
- ✓ essere delle persone stimolanti;
- ✓ essere delle persone coraggiose.

....e perché no, essere anche dei SOCI sempre più CONSAPEVOLI di so-stare (saper stare, fermarsi a riflettere) all'interno di una cooperativa!

L'esperienza della cooperazione infatti ci ha sicuramente aiutati a capire che la consapevolezza comporta il prendersi delle responsabilità per se stessi e per gli altri, così da crescere insieme.

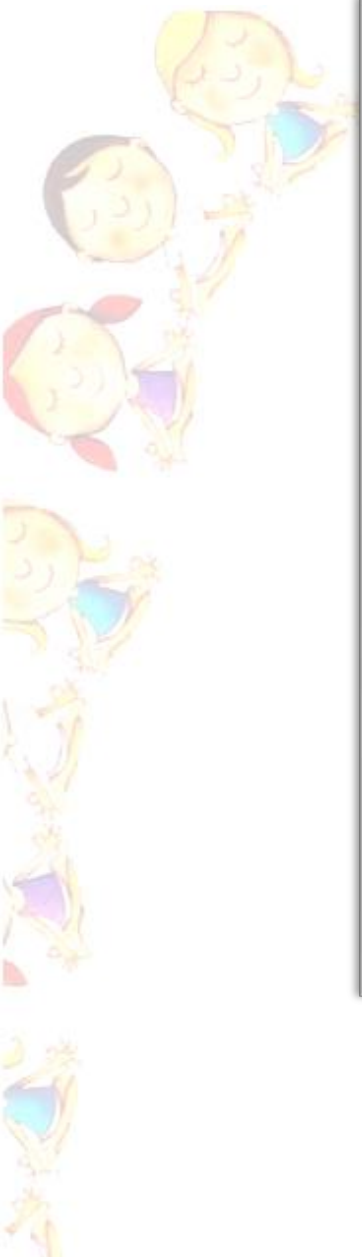
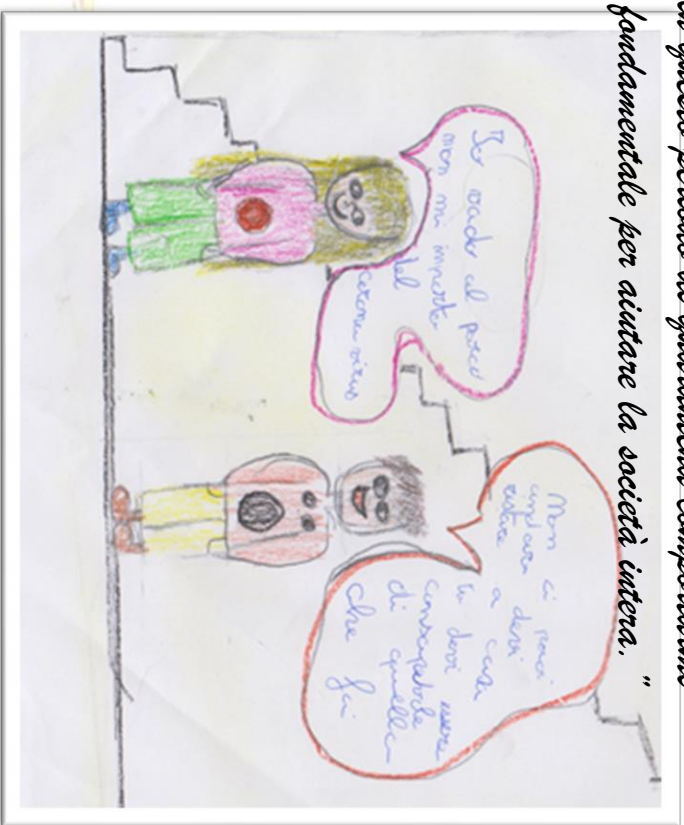




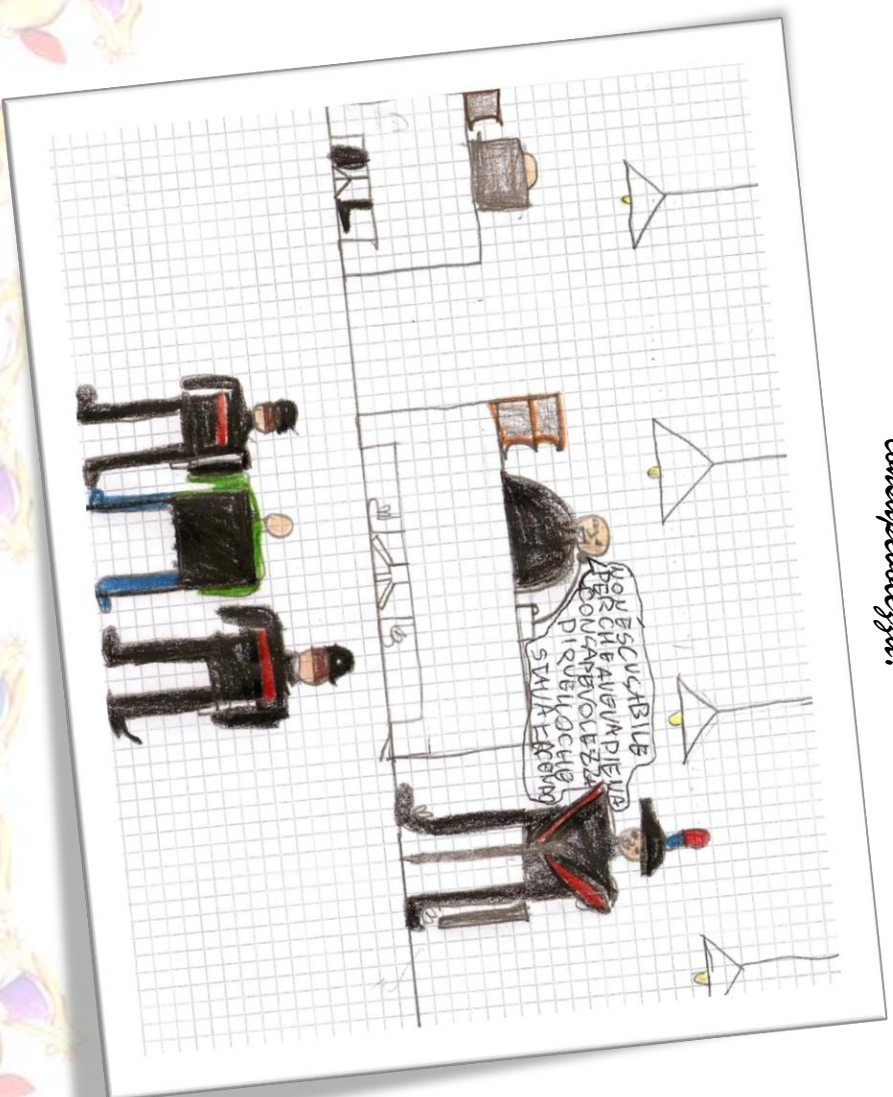
"La responsabilità è un valore molto importante e mi rende consapevole che sto cambiando."



Sono consapevole che le cose che faccio non sono solo per me, che le mie azioni ricadano sulla vita delle altre persone. Per esempio: in questa periodo di quarantena comportarmi secondo le regole è fondamentale per aiutare la società intera."



"Quando poi le regole non vengono rispettate, qualcuno dei ragazzi è anche severo e non giustifica la mancanza di consapevolezza!"

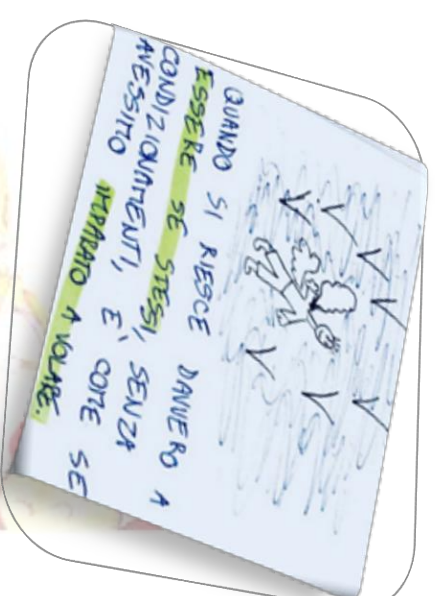




Alcuni alunni hanno riportato nel loro lavoro a quattro mani testi e racconti utili ad interiorizzare il concetto di consapevolezza. Ecco un report dei loro lavori.



*Consapevolezza significa conoscere sé stessi.
La conoscenza di sé è la chiave per essere felici!*



Sulla consapevolezza mi vengono in mente due storie: una parla di un re che voleva nel suo palazzo una raffigurazione di sé stesso, l'altra di una bambina che compra un gioiello per sua sorella con i pochi spiccioli che ha.

Nella prima storia, un Re voleva un ritratto grandioso di sé. Fece un bando e si presentarono 3 pittori. Il primo aveva delle tempere fatte in casa con un segreto aggiunto nell'interno dei colori, il secondo arrivato possiede un'argilla speciale e il terzo aveva solo un sacchetto di polvere.

A lavoro finito il Re venne a controllare le opere.

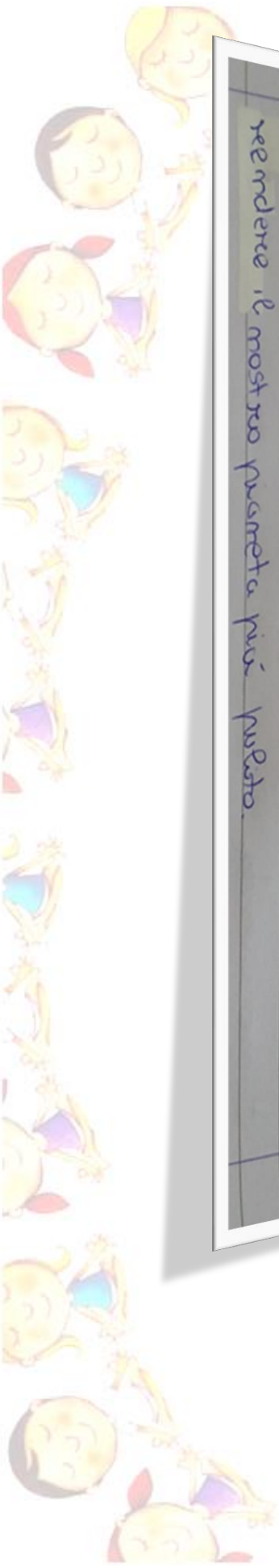
Il primo artista aveva presentato un dipinto magnifico che si poteva conservare nei decenni, il secondo una scultura magnifica con raffigurati molti dettagli e il terzo usò la polvere per lucidare la parete affinché il re si potesse specchiare. Proprio il terzo artista fu il vincitore. Perché quella era l'opera, che secondo il Re lo raffigurava meglio.

La morale della storia è che devi essere consapevole delle tue possibilità e devi saperti adattare con quello che hai.



Molti hanno tentato di rappresentare la consapevolezza come capacità di fare previsioni, di conoscere le conseguenze di alcune azioni e di come attraverso la COOPERAZIONE si è maggiormente in grado di agire con consapevolezza, insieme.

• Un 2° esempio che ci fa comprendere la consapevolezza è riferito al problema ambientale. Il nostro pianeta purtroppo è molto inquinato a causa dei rifiuti e della plastica che produciamo. Anche in questo caso se siamo consapevoli che i nostri comportamenti possono fare la differenza, insieme possiamo inquinare meno e rendere il nostro pianeta più pulito.

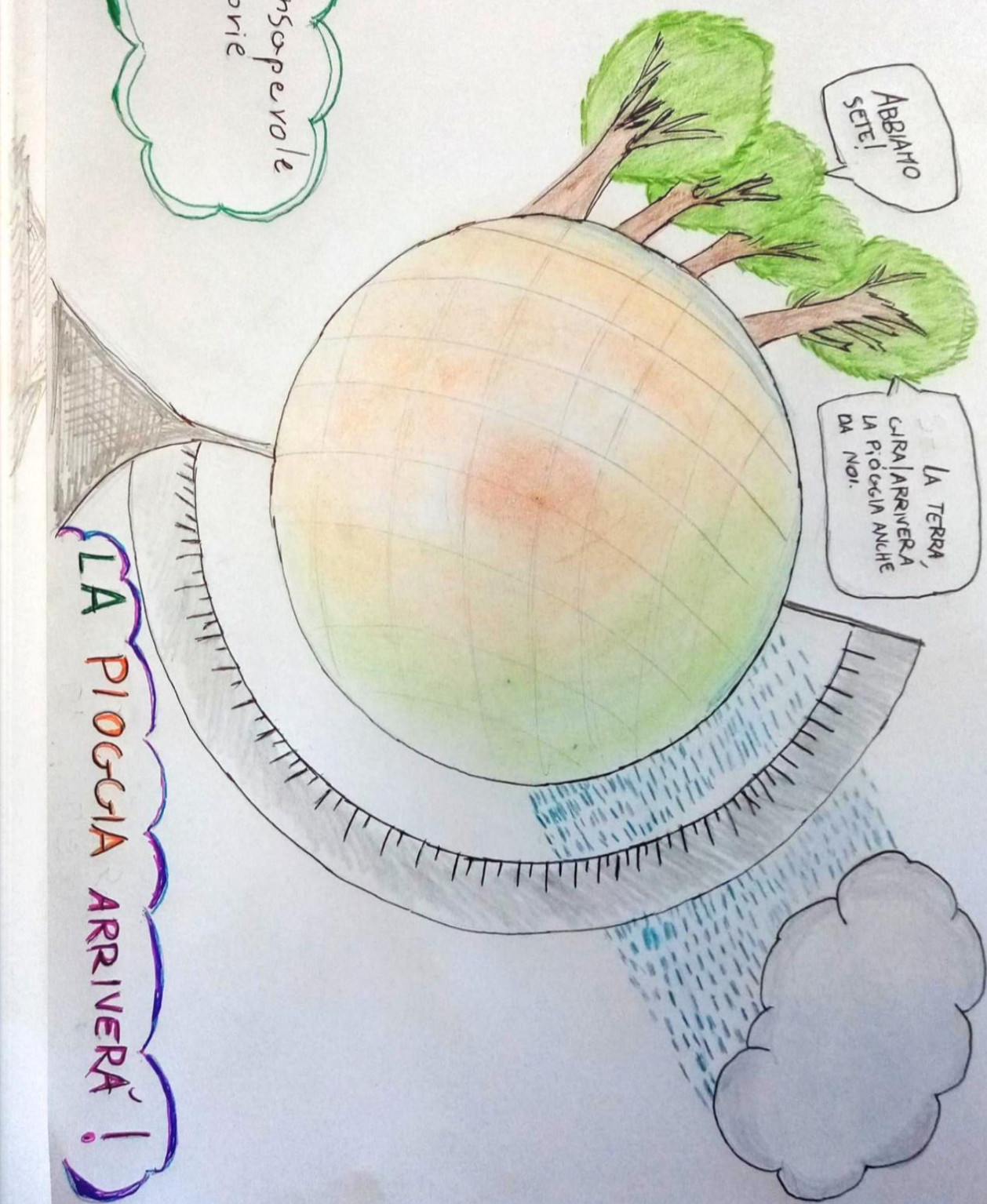


ABBIAMO
SETE!

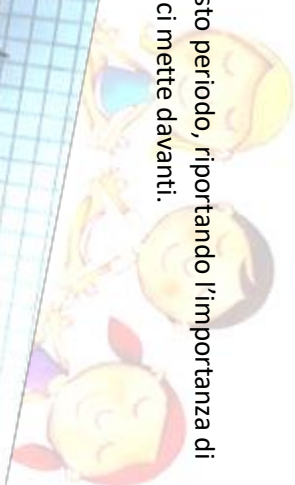
LA TERRA,
CIRA ARRIVERÀ
LA PIOGGIA ANCHE
DA NOI.

Essere consapevole
delle proprie
certezze

LA PIOGGIA ARRIVERÀ!



La maggior parte ha invece riportato il significato della parola consapevolezza agli eventi che stanno vivendo in questo periodo, riportando l'importanza di avere consapevolezza delle proprie azioni nell'affrontare anche i momenti più difficili che la vita ci mette davanti.



Il concetto della consapevolezza si può più facilmente comprendere facendo riferimento a diverse situazioni che stiamo vivendo.

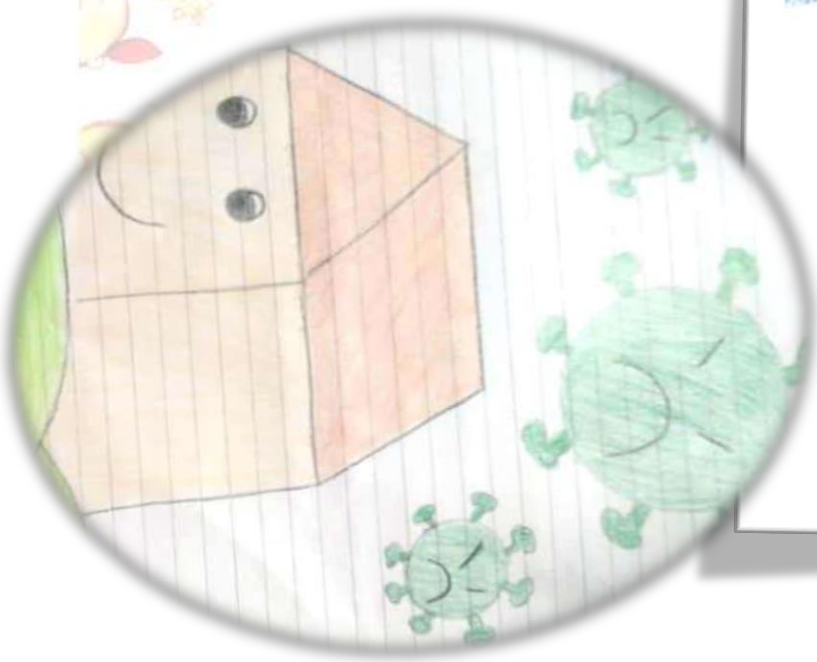
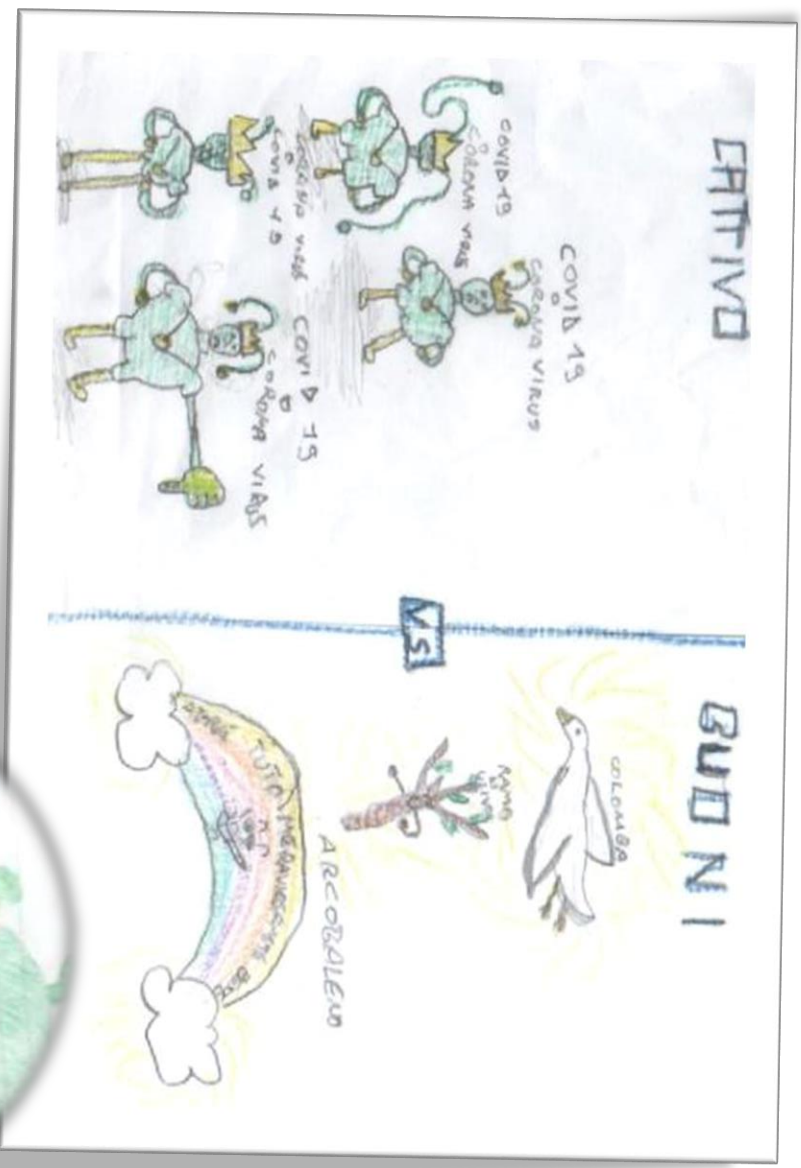
La prima è sicuramente quella del coronavirus. A causa di questa emergenza la nostra scuola è chiusa e siamo stati costretti a rimanere a casa. Inizialmente abbiamo fatto fatica a capire il perché, ma grazie alle spieghe dei nostri genitori e dei nostri insegnanti abbiamo capito

che rimanere a casa era l'unico modo per evitare che si diffondesse la malattia ed evitare che fossero colpite le persone più deboli ed anziane.

Questo momento di quarantena d cui ho fatto conoscere una nuova parola: consapevolezza. Per consapevolezza significa essere consapevoli di un fatto e di una situazione. Per affrontare questa quarantena abbiamo dovuto fare di più sapere questa momento dell'anno e lavorare sulla protezione. Se con questa consapevolezza possiamo superare questo difficile momento.









...lavarsi
bene le mani,
cantando la
canzoncina
"Tanti auguri a te"...



...indossare mascherina
e guanti quando usci...

...non toccarsi:
occhi, naso e bocca con le mani!



...uscire solo per
lavoro e la spesa...

CONSAPEVOLEZZA

Mantenere un
metro di
distanza...



...non
darsi bac
e abbracci...



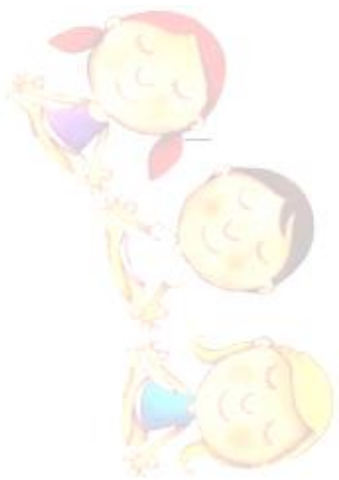
...coprirsi naso e bocca
con fazzoletti o piega
del gomito quando
starnu
hscio
tossisci



...Aiutare i
vicini in
difficoltà...







Testo collettaneo dell'Inter – ACS: "I tre calli".

