









Modulo: Abilità personali; Sezione: Fiducia in se stessi, Identità

Come sono, come posso sembrare, come vorrei essere e sembrare

	<p><u>Tempo previsto:</u> 1 ora</p>
	<p><u>Luogo:</u> una stanza grande</p>
	<p><u>Partecipanti:</u> 6 – 20</p>
	<p><u>Materiali:</u> fogli A4 penne, pennarelli, stoffe, fili, nastri, immagini, bottoni ecc..</p>
	<p><u>Procedimento:</u> Chiedete ai partecipanti di riflettere individualmente su queste domande come sono, come sembro, come vorrei essere come vorrei sembrare</p> <p>date a ciascuna persona un foglio o la sagoma di un viso e chiedete di rappresentare il risultato di questa riflessione attraverso il foglio e i materiali a disposizione</p> <p>chiedete ai partecipanti di formare delle coppie e confrontarsi a partire da ciò che hanno rappresentato. Ogni persona esprime le proprie idee su di sé nella discussione di coppia. In plenaria chiedere a ciascun membro della coppia di presentare e dire cosa lo ha colpito del compagno.</p>
	<p><u>Finalità:</u> Aumentare la fiducia in se stessi, riflettere sulla propria identità</p>
	<p><u>Domande per aiutare ulteriormente la riflessione:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Che immagine hai di te stesso? • L'impressione che hai di te stesso influenza le tue decisioni e le tue azioni? • Come ti piacerebbe essere? • Come ti piacerebbe essere influenza il modo in cui vuoi apparire?
	<p><u>Fonte:</u> Movement "PROTASI" – Centre of Creative Occupation – Project: "training of volunteers"</p>