









La mia vita, il mio futuro

	<u>Tempo necessario</u> : ~ 40 - 60 min
	<u>Luogo</u> : al chiuso
	<u>Partecipanti</u> : 4 – 12
	<u>Materiali</u> : Tavoli e sedie per lavorare; vecchi giornali, riviste; fogli grandi per il collage; forbici, colla, penne;
	<u>Procedimento</u> : Guidare i partecipanti a immaginare di essere diventati vecchi e di guardare indietro la loro vita. Queste vite sono state belle e soddisfacenti. ⇒ chiedere cosa è accaduto e cosa hanno raggiunto? Ogni partecipante con il materiale a disposizione può fare un collage che presenti la propria vita e i suoi successi. I partecipanti presentano il loro lavoro al gruppo. E' possibile poi far lavorare ciascuno su come trasformare questi desideri in obiettivi realistici o in passaggi intermedi. Si può lavorare in individuale o a coppie o a piccoli gruppi.
	<u>Finalità</u> : Individuare i propri desideri e scopi, stabilire degli obiettivi realistici
	<u>Domande per la discussione</u> : - Cosa vuoi raggiungere nella tua vita? - Quali sono le tue finalità e i tuoi obiettivi? - Che significato ha per te? Seconda fase: - In che modo questi desideri potrebbero essere trasformati in obiettivi realistici? - Come si potrebbero raggiungere? Quali sono le prime cose o le cose successive per avvicinarti a questi obiettivi? (fare un primo brainstorming e raccogliere le idee)
	<u>Fonte</u> According to Jugert, Rehder, Notz & Petermann (2006). <i>Fit for life. Module und Arbeitsblätter zum Training sozialer Kompetenz für Jugendliche</i> . Weinheim: Juventa.