

Promozione della salute in V B

Paola De Crescenzo, Cristina Gasbarri, Cristina Tramontelli e Alessia Puzzuoli – studenti Liceo classico Socrate, Roma

Negli ultimi mesi dell'anno scolastico 2006-2007, la nostra classe ha partecipato a una serie di incontri, durante i quali abbiamo lavorato sulla nostra personalità, sulle modalità di interazione con gli altri e su quelle che pensiamo siano le nostre necessità, che in parte, grazie a questo lavoro, abbiamo capito essere solo semplici desideri.

Confrontandoci su questa esperienza, sono emerse diverse riflessioni:

"grazie a questi incontri, siamo riusciti a scambiare opinioni in modo più costruttivo, ad affrontare i problemi con più consapevolezza, a distinguere le vere necessità dai desideri e a prefiggerci obiettivi che ci rendano più soddisfatti di noi stessi", sostiene **Alessia**, che aggiunge: *"sicuramente è stata una bellissima esperienza; anche se i progetti, anzi gli obiettivi proposti, sono molto difficili da raggiungere. Sicuramente è servito ad avvicinare e unire la classe".*



Paola pensa che, per la maggior parte della classe, questi colloqui siano stati molto utili: *"hanno permesso di analizzare le mie difficoltà e aiutato a capire se il mio star male deriva da veri problemi, che sono gravi e danneggiano il mio umore, o da semplici preoccupazioni, che in realtà sono facilmente affrontabili. Credo poi che questa esperienza mi abbia reso più soddisfatta di me stessa, permettendomi di non guardare solo ai difetti, aiutandomi piuttosto a riconoscere le mie capacità e i miei pregi".*

"Per quanto mi riguarda, questi incontri sono stati una bella esperienza ma credo che gli obiettivi sui quali abbiamo lavorato non siano facili da applicare nella quotidianità", ribadisce **Cristina G.**

Infine, **Paola** osserva che *"a questa età non è facile fare un percorso del genere e riconoscere pregi in noi stessi, proprio perché è un'età di formazione e, in un certo senso, anche di conflitto interiore. Questa esperienza mi ha formato molto e spero sia stata utile e proficua per tutti".*

Tutta la classe vorrebbe inoltre ringraziare la scuola e, in particolare, la professoressa Buongiorno, per aver dato loro la possibilità di partecipare a questa iniziativa, con la speranza di poterla ripetere nei prossimi anni.