

GIORNO 1

## SIAMO COME SIAMO

### **ALLEGATO ATTIVITÀ 2**

«Adesso non puoi più fuggire. Sei costretto/a a fermarti e pensare. Concentrati e immagina di essere solo/a. Pensa alla vita di tutti i giorni, alla routine quotidiana, ti sembra mai di non avere tempo? Hai l'impressione di non fermarti mai? Oppure ti sembra di essere prigioniero della tua pigrizia?

In tutti gli impegni che ti tengono occupato ce n'è qualcuno che vorresti abbandonare, che ti sembra inutile portare avanti? Qual è, invece, quella cosa che, mentre la fai, ti rende felice?

Ti sembra di stare facendo tutto seguendo i tuoi valori? O ogni tanto ti allontani dalla via che questi ti indicano?

C'è qualche errore che ti piacerebbe poter cancellare o qualche cosa di cui non vai fiero? Che cosa invece ti fa dire: "Sono fiero di me"?

Sei contento di quello che sei adesso? Oppure ogni tanto vorresti essere diverso, essere più simpatico, meno noioso?

Guardati negli occhi mentre cerchi di rispondere a queste domande e prova a parlare con te stesso. Adesso sei di fronte al tuo riflesso, immagina di avere di fronte l'altro te, non quello che mostri a tutti, ma quello che forse mostri solo a te stesso. Che cosa gli diresti?»