



REGIONE TOSCANA
Consiglio Regionale

Gabriella Picerno

Io dentro così mi sento

Racconta le tue emozioni durante il Coronavirus



Edizioni dell'Assemblea

Edizioni dell'Assemblea

249

Materiali

Gabriella Picerno

Io dentro così mi sento

Racconta le tue emozioni durante il Coronavirus

REGIONE TOSCANA



Consiglio Regionale

Maggio 2023

CIP (Cataloguing in Publication)
a cura della Biblioteca della Toscana Pietro Leopoldo

Io dentro. Racconta le tue emozioni durante il Coronavirus / a cura di Gabriella Picerno ; presentazione Antonio Mazzeo. - Firenze : Consiglio regionale della Toscana, 2023

1. Picerno, Gabriella 2. Mazzeo, Antonio
155.4

Bambini - Effetti psicologici [delle] Pandemie [da] COVID-19 - Casi: Comune di Pelago [e] Comune di Rufina

Volume in distribuzione gratuita

In copertina: "Emozioni" di Gabriella Picerno

In collaborazione con:



Confraternita Misericordia Rufina



Comune di Pelago



Comune di Rufina

Istituto Comprensivo di Pelago - Istituto Comprensivo di Rufina

Consiglio regionale della Toscana
Settore "Iniziative istituzionali, Contributi, Rappresentanza, Cerimoniale, Tipografia"
Progetto grafico e impaginazione: Daniele Russo
Pubblicazione realizzata dal Consiglio regionale della Toscana quale contributo
ai sensi della l.r. 4/2009
Maggio 2023
ISBN 9791280858-16-0

Sommario

Presentazione	7
Prefazione	9
Introduzione	11
L'idea del progetto	15
Emergenza sanitaria e impatto sull'infanzia	17
Il contagio emotivo: i bambini e i ragazzi si raccontano attraverso la creatività	21
Come immagino il virus	25
Com'è cambiata la giornata	29
Liberiamo le emozioni	37
La paura: forme, colori, parole	45
La rabbia	51
La tristezza	55
La noia	63
Speranze e desideri	69
La felicità	79
Si può essere felici...nonostante tutto	79
La gratitudine	95
Andrà tutto bene	105
Le quattro infermiere di Milano	107
Quattro infermiere in pausa	119
La speranza e la felicità di quattro cuori	121
Riscoprire un modo diverso di stare insieme e divertirsi	129
Raccontare e raccontarsi: il significato della narrazione	133
Diario di un albero	135
“Ricordi”	137
Diario di un albero a tempi del Covid 19	141
Diario di un albero ai tempi del Covid19	145
Diario dell'albero durante la quarantena	149
Diario di un albero ai tempi del covid-19	153
Diario di un albero	155
“Pino e il Coronavirus”	157
Diario covid-19	159

Diario di un albero	163
Diario di una magnolia ai tempi del Coronavirus	171
Diario di un albero ai tempi del Covid19	177
Le parole dentro: la poesia	185
E quindi uscimmo a riveder le stelle	203
Per concludere... piccole indicazioni	209
Bibliografia	211

Presentazione

Il Covid-19 ci ha resi protagonisti di una rivoluzione epocale, senza precedenti. E quello che abbiamo vissuto negli anni della pandemia, resterà impresso nei libri di storia. Un “viaggio” che oggi ci appare quasi un ricordo lontano ma che ha toccato e cambiato nel profondo ciascuno di noi.

Se mi guardo indietro, e ripenso a tutto quello che abbiamo vissuto, ci sono però dei fotogrammi più nitidi di altri. Molti di questi riemergono da quando ho avuto la possibilità di entrare nelle scuole ed ho avuto chiara la percezione di quanto bambine e bambini, ma anche ragazze e ragazzi più grandi, abbiano vissuto emotivamente questa situazione. Me lo sono chiesto spesso: quanto difficile potrà essere stato forzare la loro indole naturale e stare a casa (o meglio, dover restare a casa), perdere d'improvviso la possibilità di confrontarsi con i coetanei, iniziare a convivere con la mascherina, i tamponi, le distanze e la socialità perduta consapevoli che fossero sacrifici necessari per il bene comune e collettivo?

I ragazzi e gli insegnanti che sono protagonisti di questo libro hanno provato a dare una risposta. E non si tratta solo di una pubblicazione che lascerà traccia di memoria di quanto accaduto, ma di una vera e propria testimonianza che ha permesso di raccontare i sentimenti, le paure ma anche in qualche modo di “esorcizzare” un periodo che ha significato anche morte, distacco, dolore, solitudine.

Il consiglio regionale, con grande convinzione, ha voluto sostenere questa pubblicazione. E voglio dire, a nome di tutta l'Istituzione che ho l'onore di rappresentare, un grazie enorme a tutte le studentesse e a tutti gli studenti per averci reso partecipi della loro esperienza ma anche a tutto il personale docente e non docente degli Istituti Comprensivi di Rufina e Pelago per aver avuto la forza, il coraggio e la volontà di dar vita a questo progetto.

Sappiamo bene che non esistono ristori o strumenti in grado di restituire il tempo che è stato perduto, ma sono davvero orgoglioso che in questa pandemia, pur tra mille difficoltà, tante istituzioni scolastiche abbiano dimostrato tutto il loro valore e l'attaccamento alla “missione” di formare i nostri ragazzi. E' un patrimonio che, sono certo, sarà fondamentale per costruire donne e uomini migliori per il mondo di domani.

Antonio Mazzeo

Presidente del Consiglio regionale della Toscana

Prefazione

“È trascorso un anno e qualche mese da quando il virus è entrato nelle nostre vite e l'emergenza sanitaria ha stravolto la nostra quotidianità, ancora non siamo del tutto consapevoli di quello che sta accadendo alle nostre vite. Poco più di un anno fa siamo stati catapultati in una condizione di paura, ansia e preoccupazione. Non eravamo preparati e mai lo saremmo stati, abbiamo dovuto fare appello alle nostre risorse più nascoste per poterci adattare a questo nuovo modo di vivere la vita, distanti ma uniti sì, ma pur sempre distanti.

Questa situazione nuova e destabilizzante ha messo in difficoltà tutti, soprattutto i bambini e le bambine che hanno ascoltato, visto e vissuto condizioni nuove, a volte allarmati a volte emozionati, alle quali hanno saputo associare un nome. Uno stravolgimento improvviso delle loro vite che ha generato pensieri, emozioni, paure e sensazioni sconosciute. Ma i bambini ci stupiscono e ci insegnano, e anche in questi momenti hanno saputo attivare, in maniera sorprendente, risorse e strategie e una grande capacità di adattamento.

Il Progetto “Io dentro così mi sento” della Dottoressa Gabriella Picerno è un viaggio dentro le speranze e le preoccupazioni delle nostre bambine dei nostri bambini.

Un libro che nasce dal desiderio di aiutare alunni e genitori ad affrontare insieme le emozioni legate all'emergenza sanitaria che ha colpito il nostro Paese.

Il progetto della Dottoressa Picerno, svolto nei nostri due Istituti comprensivi, è stato un aiuto concreto per comprendere il momento di difficoltà, condividere le proprie emozioni, interrogarsi sul proprio stato d'animo.

Le emozioni hanno un ruolo centrale nello sviluppo, e quando non gestite, rischiano di sfociare in maniera incontrollata.

Da qui il merito e il ringraziamento alla Dottoressa Picerno, alle Dirigenti Scolastiche e a tutto il corpo docenti per aver aiutato i nostri studenti, con mezzi e modalità insolite, a conoscere le emozioni, riconoscerle, controllarle, gestirle e infine dividerle.

Una pubblicazione che valorizza l'impegno dei ragazzi e allo stesso tempo potrà essere un aiuto a noi adulti nel comprendere meglio lo

straordinario e complesso miscuglio di emozioni che quotidianamente le nostre bambine e i nostri bambini vivono”.

Stefania Michela De Luise
Assessore alla Pubblica Istruzione del Comune di Rufina

Giacomo Bracaglia
Assessore alla Pubblica Istruzione del Comune di Pelago

Introduzione

Un libro che esplose di emozioni, che fa riflettere e riporta alla coscienza un anno unico, terrifico, mai vissuto prima.

Il virus viene raccontato attraverso impersonificazioni, giochi di ruolo, immagini, riflessioni, diari; descritto come un mostro viscido, disgustoso e pic colo; mai definizione fu più calzante. Un mostro che spaventa, invisibile che tiene bloccati.

Il percorso che si nasconde dietro questa pubblicazione è un viaggio dentro le paure dei nostri ragazzi e della loro forza di superarle. Un caleidoscopio delle loro emozioni.

Nelle varie sezioni raffigurano la noia, la rabbia ma soprattutto la speranza concentrata nello slogan '#Andrà tutto bene': cantato, appeso ai balconi... una espressione che, ritrovata a distanza di un anno, riporta a galla il bisogno di coraggio di fiducia nel futuro di quei primi mesi di stordimento e incredulità. La speranza pervade questo lavoro fatto di sensazioni contrastanti, in cui i bambini e i ragazzi riescono a figurare e bilanciare in modo esemplare la paura, le attese, le incertezze legate ai rischi sconosciuti e dilaganti: *'In questo periodo la paura supera la gioia. Siamo in un momento difficile, buio che sembra durare in eterno... bisogna riuscire a rialzarsi più forti, più felici e soprattutto più speranzosi di prima.'*

Questo lavoro ci fa ripercorrere le tappe di questo tempo che sembra sospeso.

I ragazzi sapientemente riescono a rendere tangibile l'alternanza di silenzio e rumore dei primi mesi di pandemia. Il suono delle ambulanze nelle strade vuote e il cinguettio degli uccelli come mai sentito prima. Assenze e presenze. La percezione del tempo che rallenta, la fine dalla fretta nel recupero di cose semplici: *"Secondo me il virus ci aiuta a capire l'importanza anche di una semplice passeggiata"*. #ioresto a casa

In un capitolo centrale emerge un tema caro ai bambini: l'eroe. Prende un'altra forma, le figure eroiche sono impersonificate nei medici, negli infermieri. La riconoscenza è netta e il bisogno di ringraziare evidente.

Tra i ringraziamenti, messi in poesia, uno in particolare ha colpito, il ringraziamento alla loro stessa perseveranza: *"Ringraziare voglio i ragazzi come me che stanno a casa tutto il giorno, ma di altro hanno bisogno, che si impegnano a non uscire perché il virus possa morire"*.

Questo percorso nelle emozioni li ha spinti a riflettere sulla felicità, sul pensiero positivo cardine della resilienza. La felicità è sempre possibile, è questo il messaggio che i bambini ci vogliono comunicare.

Un nostro ringraziamento alla dott.ssa Gabriella Picerno per lo sforzo e la professionalità con cui ha fatto scorrere le emozioni degli alunni e delle alunne degli istituti comprensivi di Rufina e Pelago, racchiudendole in queste preziose pagine.

Paola Gallo

Dirigente scolastica dell'IC di Rufina

Elena Pierucci

Dirigente scolastica dell'IC di Pelago

*Ai miei genitori
agli amici più cari*

*Un grazie speciale a tutti i bambini e bambine,
ai ragazzi e alle ragazze, ai genitori ai docenti ai dirigenti e agli assessori
e a tutti coloro che, a vario titolo,
hanno contribuito alla realizzazione del progetto.
È stato un lungo viaggio dentro le emozioni dei ragazzi,
dove è stato possibile soffermarsi in varie tappe
di questo percorso difficile e imprevisto,
ascoltando le voci del cuore.*

L'idea del progetto

Nella seconda metà di Aprile del 2020 è stato proposto dal CDE IL Grillo Parlante di Rufina il progetto IO Dentro Così Mi Sento all'Istituto Comprensivo di Pelago e Rufina. L'iniziativa, rivolta agli alunni richiedeva la collaborazione del corpo docente e dei genitori.

Lo scopo del progetto era quello di dare voce ai bambini e ai ragazzi, in merito alle emozioni percepite durante il difficile periodo trascorso a causa dell'emergenza Covid-19.

Il mondo adulto ha avuto modo di esprimere opinioni, disagi, in varie forme e su diversi canali comunicativi. I bambini pur vivendo la stessa condizione, a mio parere, non avevano avuto altrettanto spazio per poter esprimere disagi, perplessità, paure in merito a un evento così improvviso. Anche per loro è stato difficile sostenere psicologicamente una condizione nuova e complessa.

In modo del tutto volontario era possibile aderire al Progetto scegliendo la modalità espressiva preferita tra quelle proposte. Sia i bambini che i ragazzi aderenti hanno scelto prevalentemente la modalità grafica e in seconda scelta quella narrativa.



Fig. 1 Il cuore

L'adesione al progetto dei due Istituti Comprensivi è stata buona, con l'invio di elaborati molto interessanti per caratteristiche, significati emotivi ed espressivi. Inizialmente, con la dirigente Gallo e la dirigente

Pierucci, l'accordo era quello di realizzare una pubblicazione on line da parte della sottoscritta comprensiva non solo di tutti gli elaborati degli alunni aderenti, ma anche di una contestualizzazione teorica che potesse dare maggiore significato ai lavori dei bambini e ragazzi. Vista la risposta al progetto e la qualità degli elaborati sono stata sollecitata a realizzare la pubblicazione non solo on line, ma anche in cartaceo. Quest'ultima modalità può valorizzare maggiormente gli elaborati dei ragazzi, i quali, anche tra qualche anno, potranno sfogliare il volume ripensando all'esperienza vissuta. La "traccia cartacea" è molto più immediata nella sua fruibilità rispetto a un lavoro on line che va ricercato tra mille "cartelle" all'interno di un computer. Inoltre la "ricaduta" a livello territoriale della pubblicazione del volume andrebbe a confermare e valorizzare tutto ciò che a livello delle Istituzioni (Comune, associazioni di volontariato ecc.) è stato svolto in modo puntuale per affrontare l'emergenza vissuta. Il canale privilegiato per la pubblicazione è la Regione Toscana, quale Ente che è stato già coinvolto in altre pubblicazioni sul territorio.



Fig. 2 Volti ed emozioni

Emergenza sanitaria e impatto sull'infanzia

L'emergenza sanitaria causata dal Covid-19 ha avuto ripercussioni a livello globale su tutti gli strati di popolazione causando disagi e in molti casi, disturbi psicologici di varia natura.

In particolare la situazione di isolamento ha provocato situazioni di stress che hanno avuto una ricaduta significativa sulla salute fisica e mentale sia negli adulti che nei minori.

Nei bambini, nell'età della scuola dell'Infanzia, i disturbi più frequenti sono stati: irritabilità persistente, disturbi del sonno (frequenti i risvegli notturni, ma anche la difficoltà ad addormentarsi), in molti di essi sono comparsi disturbi d'ansia legati alla paura di separarsi dai genitori. Anche nei bambini oltre i 6 anni e nei ragazzi sono prevalsi irritabilità, alterazioni del ritmo del sonno, instabilità emotiva e sbalzi d'umore.

L'emergenza vissuta possiamo pensarla come un evento traumatico improvviso che ha avuto ripercussioni che abbiamo potuto constatare nel momento in cui si è compiuta e che ha minato l'equilibrio psichico di molti.

Gli adulti hanno osservato i comportamenti regressivi, accompagnati spesso da tristezza e paura. Molti bambini hanno sviluppato il timore che qualche familiare potesse ammalarsi.

Questa preoccupazione è stata evidente anche nel cambiamento di comportamento che hanno mostrato molti bambini. Se all'inizio la chiusura della scuola poteva essere un'occasione per stare a casa senza obblighi scolastici quotidiani, con il passare dei giorni la situazione diventava sempre più critica e quella che all'inizio veniva ritenuta "una vacanza" stava diventando un incubo. Non avere contatti diretti con i coetanei, non poter andare fuori a giocare, non poter frequentare lo sport, hanno rappresentato una forte limitazione nella crescita psichica e fisica dei minori.

Lo sviluppo richiede il nutrimento delle relazioni tra coetanei. Attraverso gli scambi con il mondo che lo circonda, il bambino stabilisce legami emotivi che lo aiutano a incorporare ciò di cui necessita per crescere. Egli presenta una tendenza molto forte ad andare verso l'altro perché il coetaneo rappresenta ciò che è interessante, colui o colei che possono comprendere davvero il suo linguaggio e i suoi desideri. Un modello, uno

specchio necessario per potersi percepire mentre agisce. Inoltre, attraverso il coetaneo, è possibile comunicare con un linguaggio che va al di là degli obblighi sociali. All'interno dei gruppi di bambini e ragazzi esistono parole e gesti comunicativi personali che vengono compresi nel gruppo di appartenenza perché è proprio lì che nascono e si sviluppano. Tra coetanei ci si osserva, si notano le somiglianze e le differenze, si creano dinamiche e quando un comportamento risulta interessante, viene adottato anche dagli altri. Quando i bambini interagiscono tra loro è normale osservare fenomeni imitativi, ma gli atteggiamenti degli altri non implicano necessariamente dipendenza, perché in un gruppo che funziona ognuno contribuisce ad arricchire l'altro.

Al di là delle manifestazioni visibili, l'interazione riguarda il significato stesso dell'esistenza. L'altro è simile e diverso e in questi due poli che il bambino e il ragazzo ha la conferma rassicurante di sentirsi al mondo.

I contatti tra bambini rappresentano uno stimolo fondamentale per lo sviluppo delle relazioni affettive.

Questi rapporti interpersonali hanno in sé una componente affettiva molto importante che aiuta il bambino e poi l'adolescente ad apprendere meglio. La disponibilità agli scambi, facilita l'integrazione delle conoscenze e incrementa lo star bene.

È evidente che le azioni e le interazioni si sviluppino nel tempo e nello spazio. Quando il bambino è isolato spesso manca di motivazioni, di confronti e il suo sviluppo inevitabilmente si impoverisce, perde di slancio vitale.

Lo stare insieme, infatti, prevede anche una dimensione di gioco attraverso la quale si apprende, si fanno esperienze concrete, si struttura la personalità. La stessa riflessione riguarda la classe e la sua importanza nello sviluppo del bambino e dell'adolescente.

Il mondo della classe è molto complesso, in quanto è una struttura sociale composta da persone diverse che attraverso desideri, sentimenti e comportamenti generano relazioni significative. In questa trattazione non ci addentreremo in modo specifico su tale struttura, ma ne verranno delineate le caratteristiche essenziali per comprendere quanto sia importante per un bambino la dinamica da lui vissuta nel gruppo classe. Parliamo di un gruppo di persone, bambini e adulti che condivide insieme per molte ore al giorno non solo gli apprendimenti, ma anche tutta la sfera relazionale e affettiva. Non siamo di fronte a individui che si sono scelti formando un gruppo spontaneo, ma persone scelte da altri per formare una classe.

Questo aspetto che noi diamo per scontato, in realtà rappresenta una sfida sia per gli adulti che per gli alunni in quanto anche negli insiemi più equilibrati è possibile vivere situazioni di disagio e conflitto. Non sempre infatti ci si riconosce e ci si accetta reciprocamente.

Per qualcuno è più facile e si realizza in tempi brevi, per altri è un percorso più tortuoso che necessita un impegno emotivo maggiore. Ma non è difficile trovare bambini e ragazzi che alla fine di un ciclo scolastico sono contenti di inserirsi in un nuovo gruppo classe con la speranza che questa volta vada meglio.

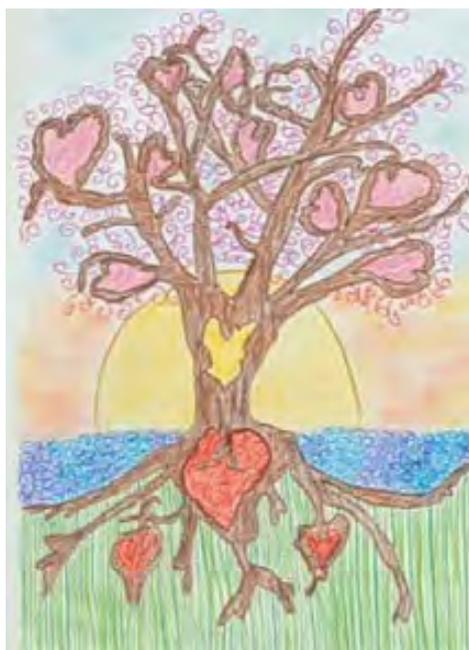


Fig. 3 Albero e cuori

Durante la giornata scolastica adulti e bambini vivono insieme tutto quel che si dice, quello che si fa, ma soprattutto quello che si prova. Quest'ultimo aspetto sottende tutte le relazioni interpersonali, in quanto le emozioni e i sentimenti sono alla base dei nostri rapporti significativi. Come affermano Vayer e Camuffo (2000): "L'essere umano ha bisogno della presenza dell'altro, perché per riconoscersi, deve essere riconosciuto, per comunicare deve avere un interlocutore" (p.73).

Per molti bambini e adolescenti che vivono in situazioni familiari difficili, in famiglie altamente conflittuali o caotiche il contatto con

ambienti sociali ed educativi accoglienti rappresenta un'opportunità, se non l'unica per poter vivere relazioni affettivamente significative.

Sappiamo, infatti, che le relazioni familiari, educative, scolastiche e sociali contribuiscono in modo determinante sulla qualità dello sviluppo socio emotivo infantile e sulla società nel suo insieme.

Ambienti avversi, nel tempo facilitano maggiori difficoltà di comportamento, apprendimento e integrazione sociale.

Alla luce di quanto affermato sull'importanza delle relazioni personali e scolastiche nei bambini e ragazzi, il periodo di isolamento dagli altri può aver comportato un carico emotivo importante. Improvvisamente, infatti, non è stato possibile avere contatti se non con gli stretti familiari. Se questo ha potuto favorire le relazioni tra genitori e bambini, ha comportato un impoverimento delle relazioni a livello amicale. Non basta vedersi tramite Skype o Waths App per poter coltivare un'amicizia. Gli strumenti tecnologici sono stati utili, ma non hanno potuto sostituire in alcun modo il mondo di sensazioni e percezioni vissute nel contatto reale tra coetanei.

Il contagio emotivo: i bambini e i ragazzi si raccontano attraverso la creatività

Emozioni e sentimenti prevalenti

Lo scopo del progetto era anche quello di creare uno spazio di esperienza per permettere agli studenti di fermarsi, osservare e riflettere per poter cogliere il senso dell'esperienza vissuta durante il lockdown. L'abitudine ad uno sguardo frettoloso porta all'incapacità di saper percepire le emozioni proprie e altrui e anche a capire cosa ci sta dietro ciò che si vede.

Spesso il tempo di riflessione interiore viene a mancare agli adulti, ma soprattutto ai ragazzi e ai bambini completamente assorbiti da molti stimoli.

La nostra società offre molte occasioni per vivere le emozioni, ma i messaggi sono contraddittori spesso legati alla finzione virtuale: pensiamo alle percezioni indotte dai videogiochi.

Gli stimoli emotivi spesso sono sganciati dalla realtà concreta e sono invece più legati alle tecnologie e quindi ad una realtà virtuale. Per esempio davanti alla TV si è spettatori passivi di stimoli indotti artificialmente. I ritmi televisivi serrati creano una divergenza tra sfera emotiva e sfera cognitiva tanto da impedire una valutazione critica delle situazioni e delle parole. Non è la stessa cosa giocare una partita di calcio, sentire le reazioni dei compagni di gioco, avvertire le proprie sensazioni corporee, percepire le emozioni degli altri e giocare una partita di calcio in modo virtuale.

Non possiamo isolare le emozioni dal loro contesto, possiamo solo viverle con l'altro reale e non immaginario.

Perché dare voce ai bambini e ragazzi? Le emozioni creano coinvolgimento e danno sapore alla vita e quando le esperienze sono emotivamente forti queste ci aiutano a crescere e mobilitano le energie interne. Non sempre il rapporto con i sentimenti è positivo, ci sono persone che li esprimono con naturalezza e altre che faticano anche a prenderne coscienza. Alcuni individui riescono a coltivare i loro sentimenti in modo costruttivo altri si fanno travolgere dall'emotività. Se il nostro rapporto con le emozioni non è sereno è facile mostrare freddezza nelle relazioni e una scarsa capacità empatica. L'eccessivo controllo emotivo non ci aiuta a vivere meglio o ad affrontare la vita, ma può generare profondi disagi e paure. Nei casi gravi

anche fratture interiori.

Un prolungato e sbagliato rapporto con la propria interiorità genera atteggiamenti di rigidità in cui le emozioni non fluiscono spontaneamente e condizionano le scelte individuali. Nella pratica clinica si vedono sempre più spesso adulti che mostrano freddezza o impulsività nelle relazioni. Nel primo caso le persone affrontano la vita in modo distaccato, senza mai farsi coinvolgere troppo per paura di entrare in una dimensione emotiva sconosciuta e quindi non controllabile.

Le persone impulsive, invece, sono travolte dalle emozioni e non si danno tempi di riflessione ed elaborazione, ma agiscono con immediatezza seguendo il proprio impulso, curando poco la relazione con l'altro.

La emozioni, soprattutto nell'età adulta fanno paura, molti di noi sono cresciuti facendo un abbinamento semplicistico: emozione=non controllo. Talvolta i genitori in consultazione presentano i propri figli come eccessivamente emotivi, come se ciò fosse un difetto, qualcosa della quale vergognarsi. Ho notato che viene confuso l'essere sensibile con il disagio emotivo. Chi è sensibile ha una marcia in più, riesce a vivere la vita in modo significativo deve solo imparare a trarre il meglio da questa caratteristica.



Fig. 4 Azzurra

Leggendo i lavori dei bambini e dei ragazzi appare evidente che ognuno di loro ha interpretato l'emergenza sanitaria in modo differente evidenziando anche aspetti diversi di uno stesso problema. Viene spontaneo chiedersi come mai le reazioni dei ragazzi siano così eterogenee. Come mai uno reagisce con fermezza e un altro in modo passivo? Al di là delle differenze individuali di personalità dobbiamo considerare che bambini e adolescenti osservano gli adulti e assorbono i loro atteggiamenti siano essi positivi che negativi. Il modo di reagire di un bambino alle situazioni avverse è fortemente condizionato anche dalla capacità dell'adulto di infondere sicurezza e protezione. L'adulto, dovrebbe essere un ponte che facilita la crescita emotiva del bambino. Uno stile di vita attento agli altri e capace di generare azioni positive induce il minore ad esprimere il suo mondo emotivo con più facilità.

La capacità di emozionarsi e stupirsi, di vivere profondamente le relazioni umane, affonda le sue radici in uno stile educativo affettivo e premuroso.

"Tutti i bambini sono artisti nati; il difficile sta nel fatto di restarlo da grandi."

Pablo Picasso



Fig. 5 Fantasmino

Come immagino il virus



Fig. 6 Il Coronavirus



Fig. 7 Lupo mannaro



Fig. 8 Il mostro



Fig. 9 Il Coronavirus



Fig. 10 Animale

*“La mente è una sola.
La creatività va coltivata in tutte le direzioni.”*
Gianni Rodari

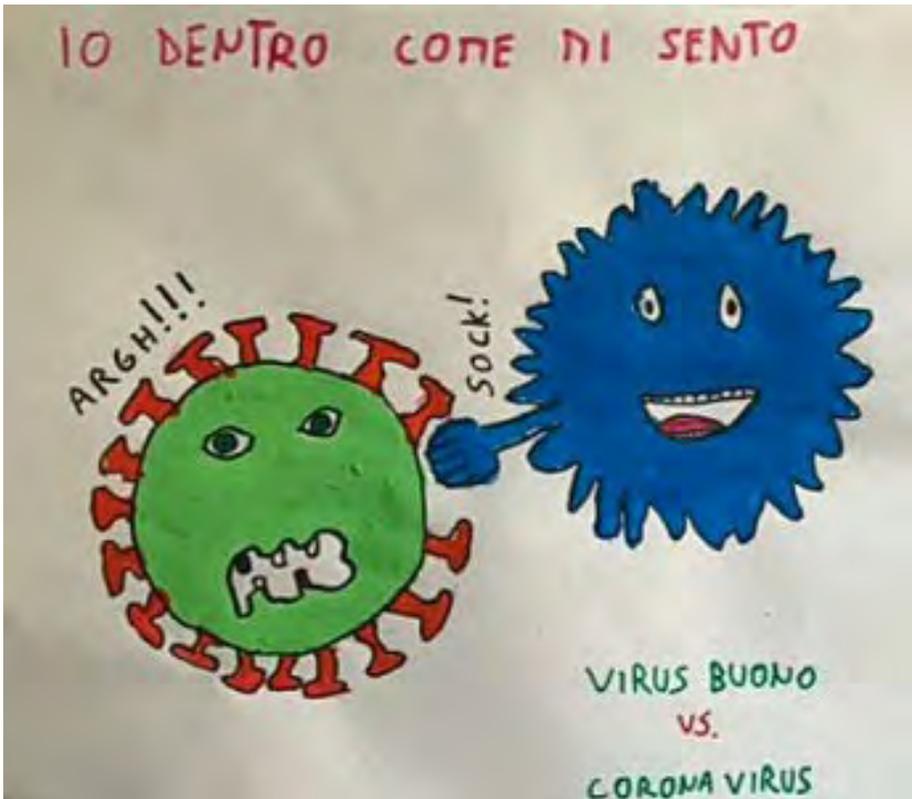


Fig. 11 Virus Buono e Coronavirus

Com'è cambiata la giornata

Gli eventi improvvisi generano incertezze e portano a cambiamenti di abitudini non scelte ma imposte dagli eventi. Tali mutamenti, richiedono capacità di adattamento e flessibilità. Caratteristiche che i bambini e i ragazzi hanno mostrato di avere in modo più adeguato rispetto agli adulti.



Fig. 12 Il fumetto



Fig. 13 Una giornata dentro me

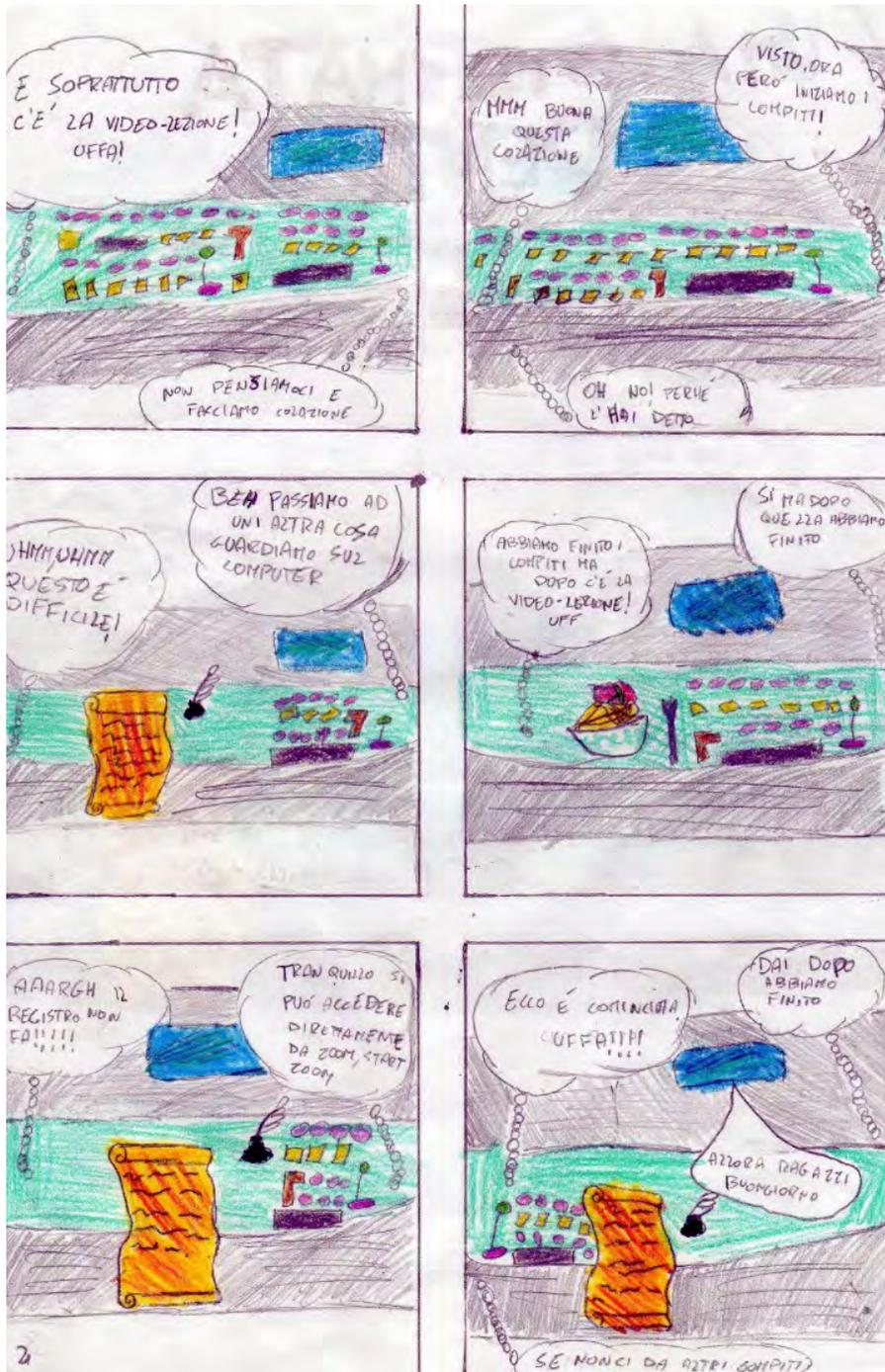


Fig. 14 Fumetti



Fig. 15 Fumetti



Fig. 16 Fumetti

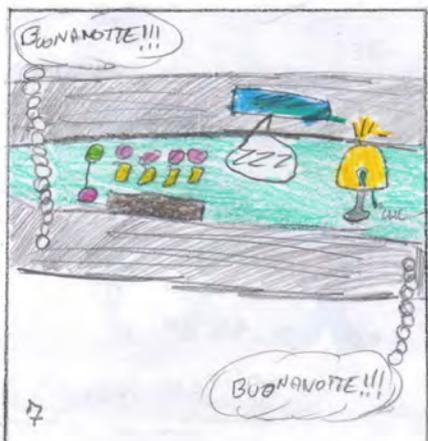


Fig. 17 Fumetti



Fig. 18 Fumetti

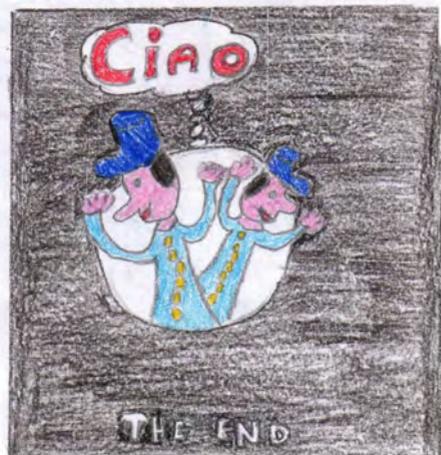
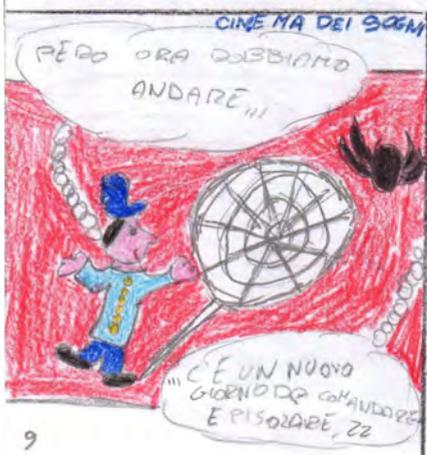


Fig. 19 Fumetti

Liberiamo le emozioni



Fig. 20



Fig. 23 Disegno blu



Fig. 24 Voglia di libertà

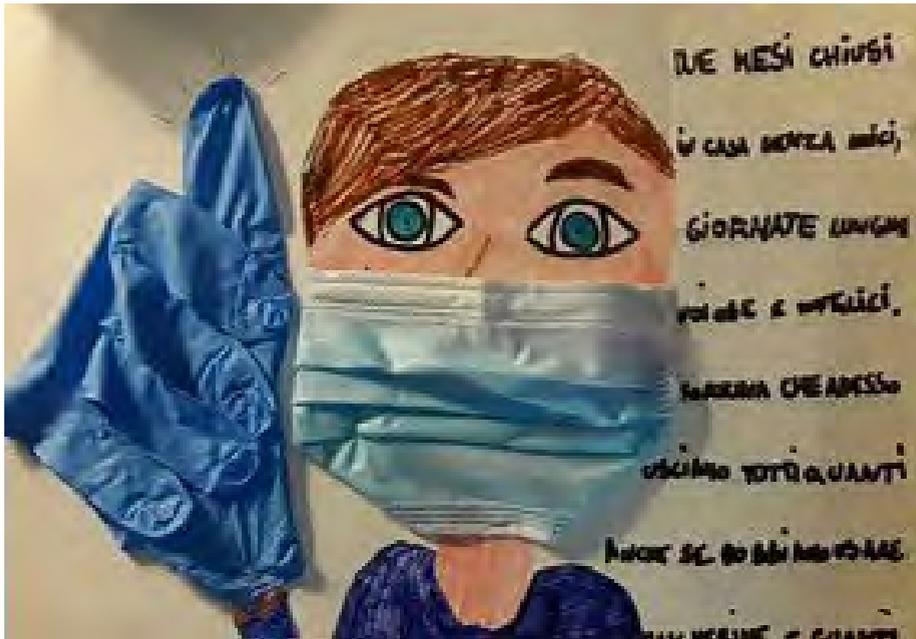


Fig. 25 Mascherina

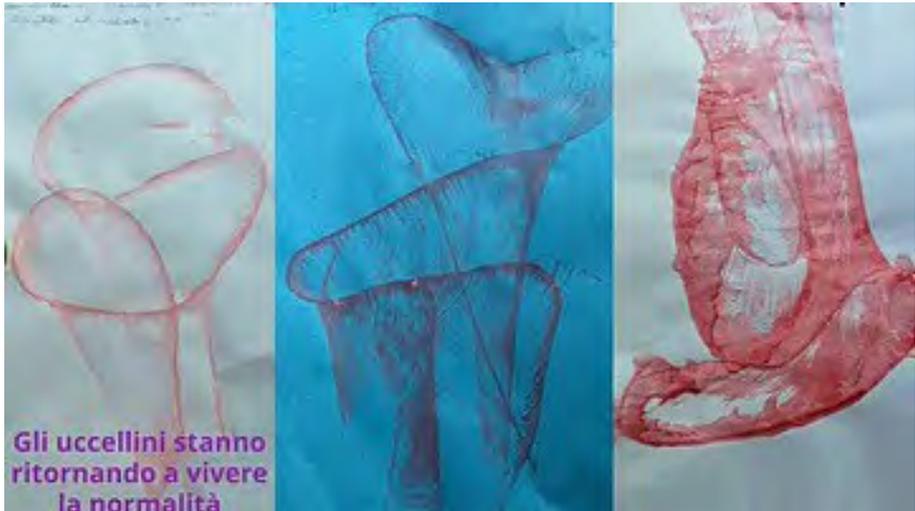


Fig. 26 Vivere la normalità

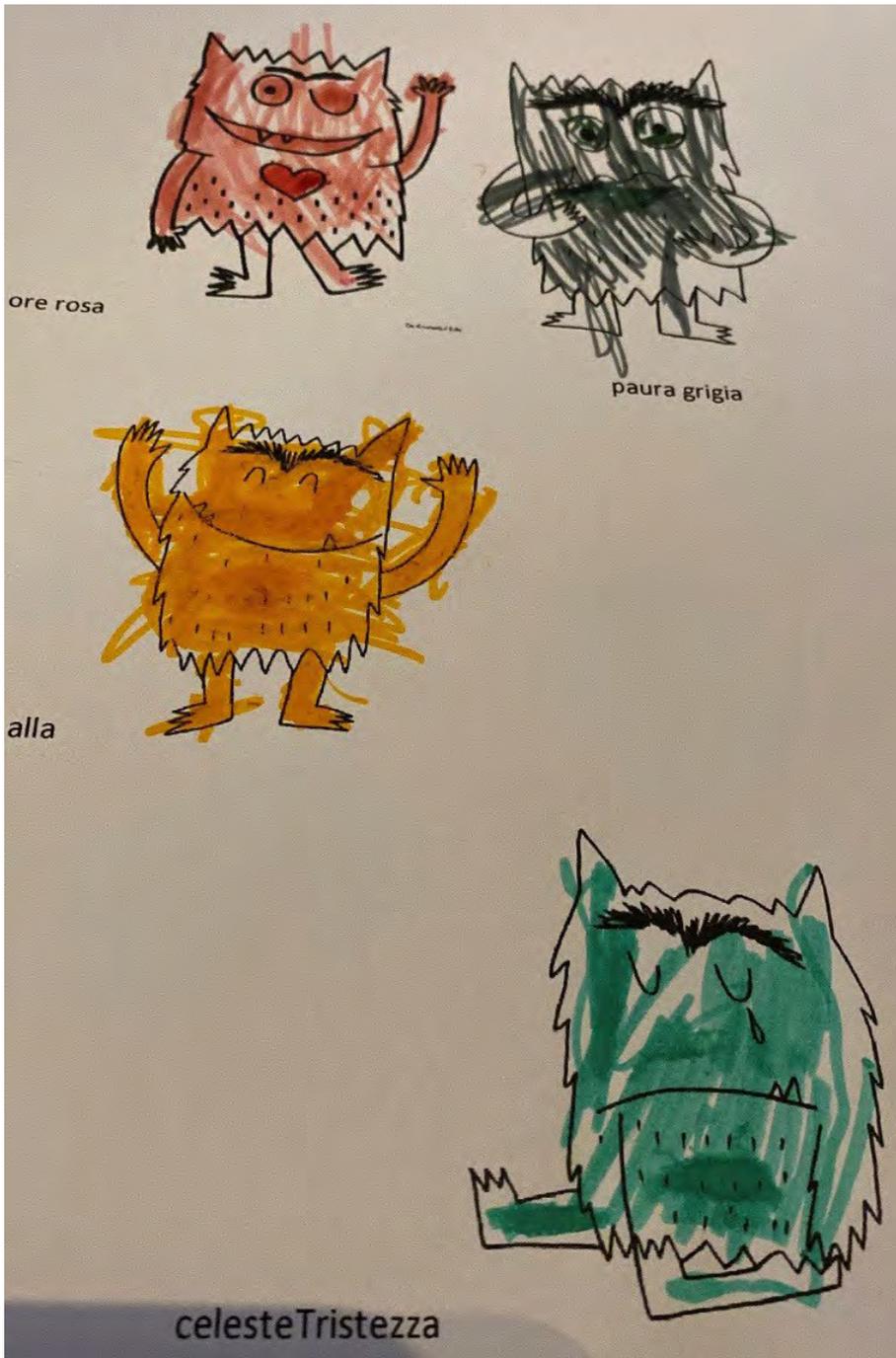


Fig. 27 Emozioni

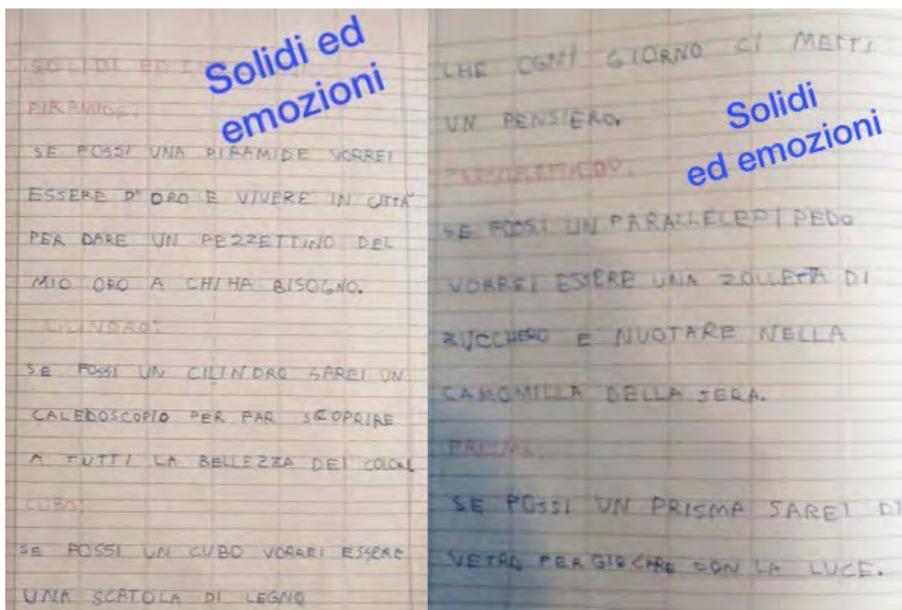


Fig. 28 Solidi ed emozioni



Fig. 29 Affamato



Fig. 30 Quante emozioni

“L’emozione è il linguaggio attraverso cui si comunica con sincerità, mettendosi a nudo, senza timore di mostrarsi fragili e indifesi, perché la fragilità è la nostra forza, in un mondo trascinato dalla ragione verso la competizione estrema.”

Giovanni Allevi

La paura: forme, colori, parole



Fig. 31 Paura

*“Non puoi vivere una favola
se ti manca il coraggio di entrare nel bosco”*
A. Salvaje

La paura è un'esperienza naturale per l'essere umano. Imparare a mettere in atto comportamenti adeguati è indispensabile per la sopravvivenza. In situazioni di pericolo si verifica una preparazione psicologica e cognitiva necessaria per affrontare una condizione che ci crea spavento.

Gli adulti spesso si pongono il problema di come sviluppare nel bambino una prudenza verso pericoli reali ed effettivi.

Molte paure infantili non sono causate da pericoli reali, ma da sensazioni interne molto forti. Nei bambini è molto comune un'ansietà diffusa data dalla mancanza di esperienze e dalla intensità dei loro sentimenti. Le emozioni vengono vissute in maniera molto coinvolgente tanto da creare

stati di tensione anche molto forti. La vita istintuale e l'immaginazione fervida sono all'origine di molte paure infantili. Finché non arriva a distinguere desideri, pensieri e che pensare non equivale ad agire, egli è molto preoccupato di danneggiare con i suoi impulsi di rabbia e di collera se stesso e le persone e affettivamente importanti.

Nel bambino sono presenti pensieri magici che creano impulsi molto forti tanto da fargli credere che tutto ciò può essere causa di danni molto gravi alle cose e alle persone. Si possono spiegare così molte paure improvvise e spesso incomprensibili che egli teme, ma che non è in grado di spiegare.

Crescendo in un ambiente dove egli può esprimere liberamente le sue emozioni, imparerà a convivere anche con i sentimenti negativi.



Fig. 32 Pipistrello

*“Il compito principale nella vita di ognuno
è dare alla luce se stesso.”*

Erich Fromm



Fig. 33 Virus brutto, brutto



Fig. 34 Contro il virus



Fig. Soccorso



Fig. 36 Parura

La rabbia

*“Tutti noi abbiamo una riserva inaspettata di forza dentro
che emerge quando la vita ci mette alla prova.”*

Isabel Allende

La rabbia ha una funzione adattiva all’ambiente. È una delle emozioni primarie più precoci e avendo una manifestazione spesso dirompente è inibita dalla società e dalla cultura.

Quando siamo arrabbiati ci carichiamo di energia per effettuare un attacco. Questo avviene quando un evento è indesiderabile o provocato da una volontà diversa dalla nostra.

A livello corporeo quando proviamo questa emozione, si verificano alcune variazioni fisiologiche e psicologiche tipiche di una forte attivazione del sistema nervoso autonomo simpatico, ossia: accelerazione del battito cardiaco, aumento della pressione arteriosa e dell’irrorazione dei vasi sanguigni periferici, aumento della tensione muscolare e della sudorazione. Appare quindi evidente che coloro che non manifestano la rabbia tendono a viverla a lungo attraverso rancori e sentimenti di vendetta.

L’attivazione psicofisiologica predispone all’attacco, all’azione, spesso ci troviamo a vivere una forte tensione che deve avere uno “sfogo”, deve seguire una sua direzione e spesso questa situazione prevede di agire su chi non ha colpa.

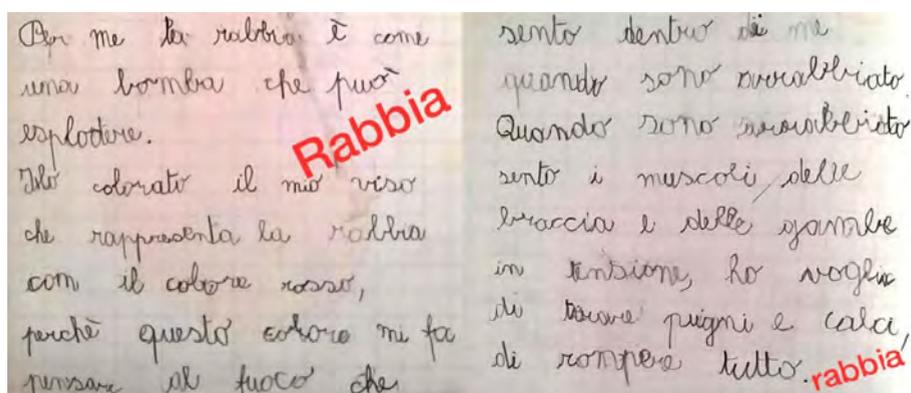


Fig. 37 Rabbia

Ma la rabbia non è sempre uguale, accanto a quella distruttiva non accettata dalla cultura, ne esiste un'altra costruttiva che fa valere le proprie ragioni, che rafforza le relazioni anche tra coetanei.

Per questa rabbia la perdita del controllo, senza azioni distruttive per sé o per gli altri, assume il valore di una forza che dà la motivazione a raggiungere un obiettivo.

Esiste una rabbia “positiva” quella che ci fa reagire alle situazioni avverse, un'energia quotidiana che ci aiuta ad affrontare la vita, ad affermare i nostri diritti e valori. In genere questo tipo di rabbia è associata al nostro ottimismo e vitalità.

Al pari delle altre emozioni, anche la rabbia ci insegna qualcosa: ci fa entrare nella dimensione dell'insoddisfazione, di qualcosa di irrisolto o che ci procura frustrazione.

Nel racconto dei ragazzi la rabbia è riferita ad un impedimento che riguarda l'impossibilità di stare con gli amici, di costruire relazioni, di crescere con gli altri e insieme agli altri.

Poi ci sono i contrasti interiori, quando le emozioni si alternano tra positive e negative.



Fig. 38 Rabbia



Fig. 39 Rabbia senza amici



Fig. 40 Arrabbiato e felice

Nel corso di una stessa giornata è abbastanza frequente che si susseguano le emozioni e in situazioni di costrizione è ancora più facile provare emozioni anche contrastanti come evidenzia questo bambino che sembra diviso da due emozioni forti: rabbia e felicità. Chissà quale è prevalsa tra le due nei momenti più difficili, quelli della chiusura totale.

La tristezza

“Non c’è a questo mondo o grande scoperta o progresso che tenga, fintanto che ci sarà anche un solo bambino triste.”

Albert Einstein

La tristezza è un’emozione che ci fa entrare nella dimensione del vuoto e dell’abbandono, in quanto legata alla perdita, alla separazione. Ci evidenzia anche un nostro limite che è quello di accettare ciò che non siamo in grado di cambiare. Quando siamo tristi infatti diventiamo particolarmente vulnerabili.

Nei disegni e negli scritti degli alunni appare anche come “la nebbia”, quindi qualcosa che non ci fa vedere bene che non ci rivela la realtà per quella che è. Il distacco è un’esperienza che non ci farà più essere quelli di prima. Per affrontare un cambiamento che non abbiamo scelto e che ci genera dolore o tristezza non dobbiamo avere troppa fretta nel superare i momenti difficili, ma aspettare e darsi un tempo che è quello di ascoltare le nostre sensazioni. Anche il pianto può esserci d’aiuto, perché le lacrime liberano il nostro corpo e ci aiutano a diventare persone complete, ci indicano la strada per affrontare la vita. Per questo non vanno sminuite né ridicolizzate. Esprimono le parti più vere e profonde di noi stessi.

Chi non riesce a stare dentro alla propria tristezza per poterla superare, può diventare intollerante, arrabbiato, insoddisfatto.

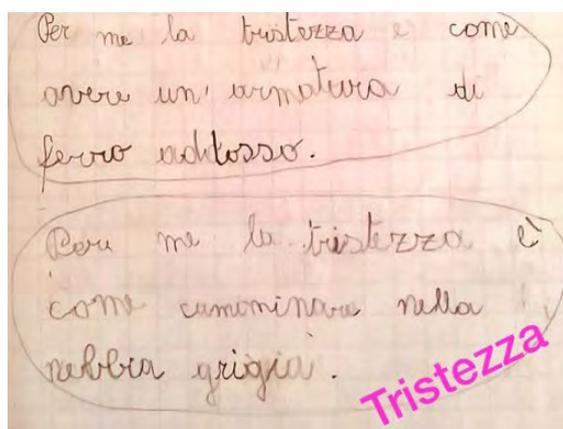


Fig. 41 Tristezza

Per me la tristezza è
come se mi morisse
un amico.

Ho colorato il mio viso
di grigio perché questo
colore mi fa pensare
alla nebbia e alle smog
delle città. Quando sono
triste non ho voglia di
giocare. Ho voglia di
piangere.

tristezza

Fig. 42 La tristezza



Fig. 43 Tristezza e quarantena



Fig. 44 Tristezza senza amici

“La tristezza è come un muro tra due giardini.”
Khail Gibran



Fig. 45 Tristezza senza amici e maestre



Fig. 46 Virus alieno

Il pianto genera negli adulti comportamenti a volte strani. Un proverbio popolare dice che le lacrime fanno bene agli occhi. In effetti dopo aver pianto lo sguardo può apparire più luminoso e trasparente, quasi purificato. Contrariamente a ciò che si pensa, il pianto non è segno di fragilità semmai bisogna poterselo concedere. A livello sociale può essere accettato il pianto del bambino anche se poco tollerato. L'adulto che piange genera invece molti imbarazzi, non sappiamo che dire e soprattutto abbiamo paura che questo atto possa commuovere anche noi e mostrare così la nostra natura sensibile che magari vorremmo nascondere.

Il pianto del bambino se non è disperato lo aiuta ad affrontare la vita ad entrare con maggiore facilità nella propria dimensione emotiva, a fare ordine su ciò che sta vivendo.

I rapporti sociali che mancano generano tristezza e malinconia.

“Eppure resta che qualcosa è accaduto, forse un niente che è tutto.”
Eugenio Montale



Fig. 47 Senza amici

Se un bambino piange non dobbiamo avere troppa fretta a farlo cessare di manifestare il suo dolore. Come adulti dovremmo aver sperimentato la capacità di accogliere e contenere le sensazioni tristi.

In nessuna cultura il bambino quando nasce inizia a parlare o a ridere, ma in tutte le culture esprime la stessa identica lingua, il pianto.

La tristezza è un'emozione necessaria per questo motivo è importante aiutare i bambini a parlare del loro dolore per insegnargli a riconoscerlo e non a nasconderselo.



Fig. 48 Tristezza e serenità

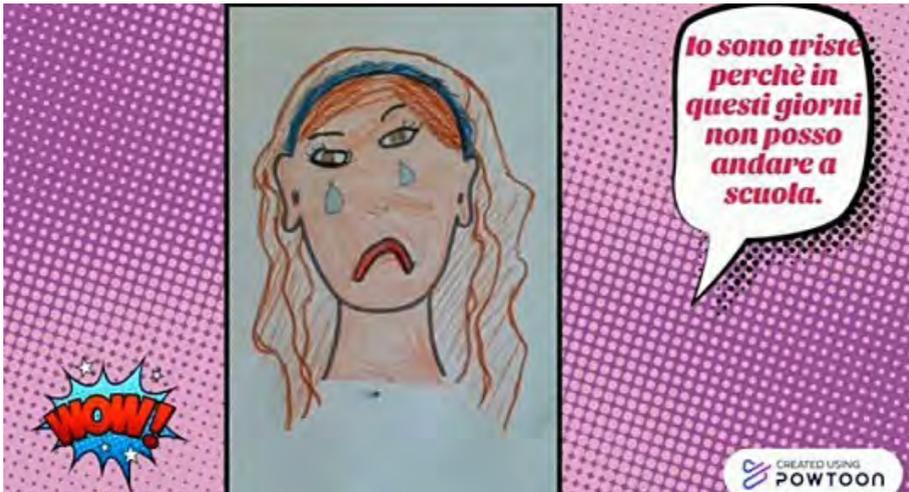


Fig. 49 Senza scuola

Se abbracciamo questa emozione possiamo riuscire anche a calmarla e farla passare.

La tristezza riveste anche una funzione positiva: se la ascoltiamo ed elaboriamo può favorire la riorganizzazione della vita, porta a cicatrizzare le ferite a renderle meno profonde per non tramutare questa emozione in qualcosa di patologico, come una depressione.

“Bisogna ritrovare il gusto di soggiornare nel nostro cuore, in modo da leggere ciò che nasce nel suo profondo.”

Domenico Storri



Fig. 50 Tristezza e felicità



Fig. 51 Tristezza in collage

La noia

*“La noia è un mostro delicato che, senza strepito,
con uno sbadiglio inghiotte il mondo”*

Baudelaire

La nostra mente ricerca continuamente stimoli e la noia può sopraggiungere quando non ci sentiamo più desiderosi di conoscere e scoprire nuovi percorsi. In questa circostanza siamo poco propensi all'azione, alla progettazione del presente e ancora meno del futuro, quando gli interessi calano si fa strada l'inerzia e l'immobilità.

Ma la noia è sempre negativa?

Sembrerebbe di no, perché stimola la creatività e l'attenzione liberando la mente. Spesso nella nostra vita non ci sono “tempi vuoti” ma il tempo viene riempito completamente per non avere occasioni di riflessione.

In questi mesi di chiusura totale la noia è giunta in molti adulti, ma anche i bambini e i ragazzi ne hanno fatto esperienza: la quotidianità costituita da molteplici impegni extrascolastici è cambiata improvvisamente. In genere quest'emozione ha una connotazione negativa.

In una società sempre connessa e iperstimolante, la noia assume significati contrastanti come un raro privilegio o un male da fronteggiare. La tolleranza verso la noia è sempre più scarsa, non solo negli adulti, ma anche nei bambini e nei ragazzi che cercano di allontanare questa fastidiosa sensazione ricorrendo a risorse esterne quale la TV e la tecnologia. In questo periodo di emergenza sanitaria, infatti, il ricorso ai mezzi tecnologici è stato massiccio, non solo per necessità, ma anche per abitudine che in qualche modo ci ha allontanato dalla paura di connettersi con se stessi, con la propria interiorità. La nostra priorità è tenerci impegnati, agire anche in modo compulsivo, un rifuggire il non senso della noia, per paura di non sapere cosa fare.

*“Una certa capacità di sopportare la noia è indispensabile per avere una
vita felice, ed è una delle cose che si dovrebbero
insegnare ai giovani. Tutti i grandi libri hanno dei capitoli noiosi, e tutte
le grandi vite hanno avuto dei periodi non interessanti.”*

Bertrand Russell

IO COSÌ MI SENTO
IO MI SENTO ANNOIATA E
VORREI TORNARE A SCUOLA. LE
MIE GIORNATE SONO NOILOSE PERCHÉ
SONO SOLA E PERCHÉ QUI
ALLA CONSUA NON HO TANTI
AMICI CON CUI GIOCARE E
TRA 9 GIORNI È IL MIO
COMPLEANNO, È L'OTTO GIUGNO
E COMPIRO 10 ANNI.

Fig. 52 Io così mi sento



Fig. 53 La noia



Fig. 54 Provare noia

Gli adolescenti provano un transitorio, ma caratteristico, disinteresse nei confronti della realtà circostante con manifestazioni di chiusura in se stessi e sensazioni di tristezza.

La noia durante l'emergenza sanitaria ha evidenziato un bisogno di ritorno alla normalità sia nei rapporti sociali, che nella frequentazione scolastica.



Fig. 55 Noia e divertimento

La noia come pausa che aiuta a dare ordine ai pensieri e alle emozioni e ci induce a trovare significati positivi dell'esistenza, quali il divertimento.

La noia è anche l'attesa di compiere un atto.

Essa ci costringe a trovare soluzioni originali e creative a situazioni monotone.

Non dimentichiamoci che Albert Einstein sviluppò la sua Teoria della Relatività mentre era annoiato.



Fig. 56 Scarabocchio dell'attesa



Fig. 57 Mani tra le stelle

Speranze e desideri

Speranza

Se io avessi una botteguccia fatta di una sola stanza vorrei mettermi a vendere sai cosa? La speranza. "Speranza a buon mercato!" Per un soldo ne darei ad un solo cliente quanto basta per sei. E alla povera gente che non ha da campare darei tutta la mia speranza senza fargliela pagare.
Gianni Rodari

La speranza è legata ai sensi e riguarda la capacità di riunire tutte le forze e di concentrarle per riuscire a raggiungere un obiettivo. È un'emozione positiva che ci rende potenti e desiderosi di uscire da una situazione critica, difficile. Possiamo considerarla come una variabile centrale nei processi di ripresa e di cambiamento.

I soggetti con un alto indice di speranza reagiscono agli impedimenti in una maniera diversa da coloro con un basso indice, infatti, essi tendono a vedere le barriere come sfide da superare ed utilizzano le loro capacità di pianificazione per ideare strategie nuove e alternative di ottenimento dell'obiettivo. (Snyder 1996).

Di seguito alcuni esempi dei ragazzi:



Fig. 58 Amici e libertà

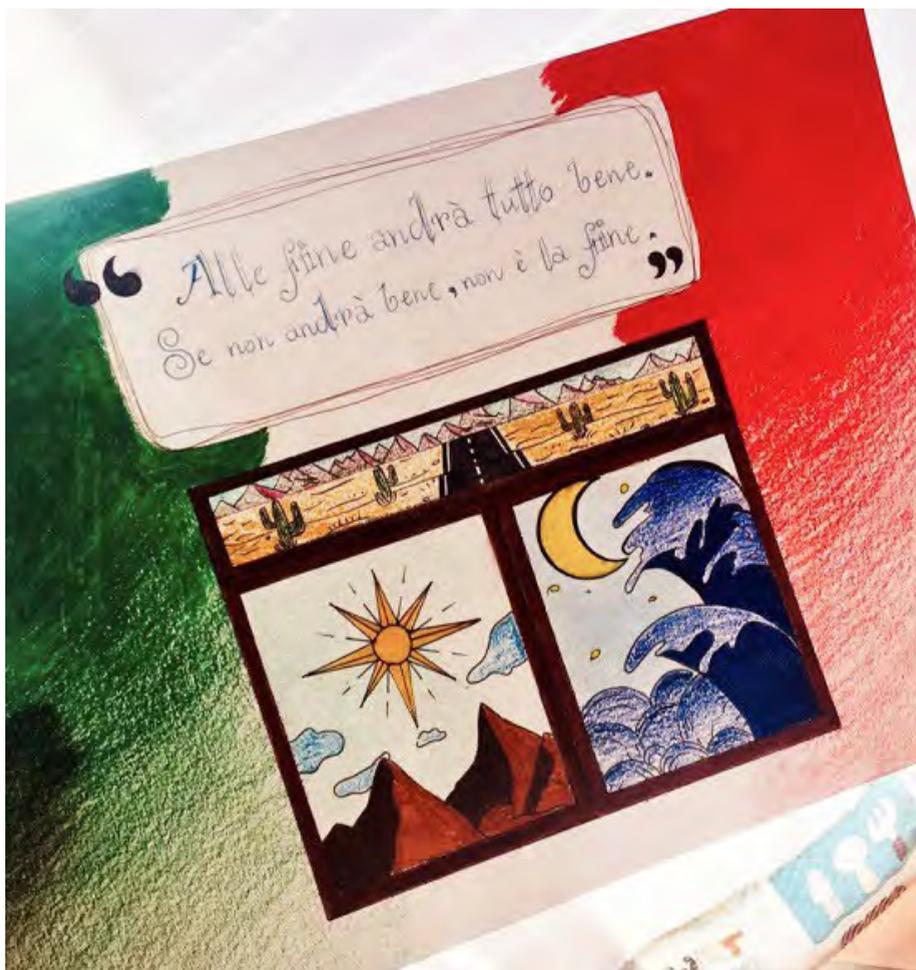


Fig. 59 Alla fine andrà tutto bene

*“Se sognare è un po' pericoloso il rimedio non è sognare di meno,
ma sognare di più, sognare tutto il tempo.”*
Marcel Proust



Fig. 60 Uniti si può

“La speranza è un sogno a occhi aperti.”

Aristotele

La speranza fa parte delle emozioni positive che ci fa sentire forti e motivati. Lo stato emotivo cambia al punto da sentirsi entusiasti e pieni di energie. La speranza è un sentimento attraverso il quale possiamo far esperienza di sentirsi potenti. Quest'emozione è contagiosa, ma si tratta di una propagazione che rende entusiasti gli altri e fa attivare risorse interne, quali la motivazione e la forza interiore per arrivare alle mete prefissate.

Ogni persona ha un modo diverso per fronteggiare le avversità, c'è chi utilizza l'ironia, chi si fa prendere dall'ansia, chi nega l'esistenza di un problema. La speranza è una variabile fondamentale per dare avvio ad una ripresa o attuare un cambiamento. Questa emozione presuppone l'attesa, aspettare qualcosa che avverrà. In una situazione di disagio e malessere, come quella che stiamo vivendo è nella natura umana trovare consolazione, creare legami: farcela tutti insieme.



Fig. 61 Virus birbone



Fig. 62 Vorrei, vorrei, vorrei

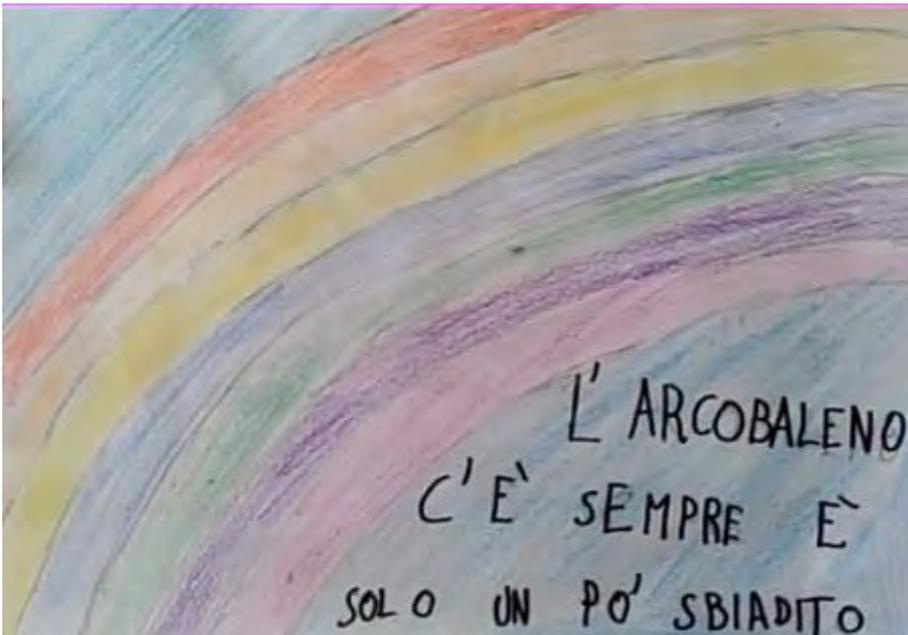


Fig. 63 Arcobaleno sbiadito



Fig. 64 Teniamo la speranza

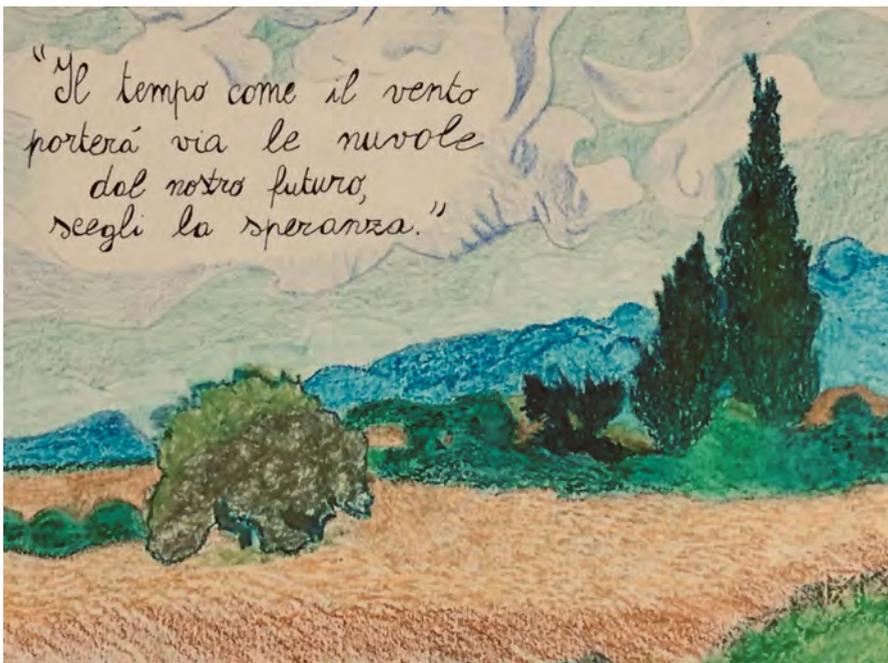


Fig. 65 Il tempo come il vento



Fig. 66 Abbracciare l'orizzonte



Fig. 67 Amore, speranza, pace



Fig. 68 Mondo sostenibile



Fig. 69 Toccarci senza paura



Fig. 70 Tutto questo finirà



Fig. 71 Vicini nel cuore

La felicità Si può essere felici...nonostante tutto



Fig. 72 Felicità collage

Parlare di felicità in una situazione di emergenza sembrerebbe un paradosso eppure i bambini hanno colto un aspetto essenziale: la capacità di trovare situazioni positive anche in esperienze difficili e complesse. Molti hanno evidenziato la gioia di stare insieme con i genitori, altri il tempo di ammirare la natura nel suo splendore. C'è stato un tempo per fermarsi, per riflettere per guardare meglio ciò che ci sta intorno e questa possibilità è stata trasformata in opportunità. Una nuova occasione per vivere l'esperienza improvvisa dell'emergenza come un modo diverso di guardare il mondo.

La felicità è sempre possibile, è questo il messaggio che i bambini vogliono comunicare.

Un momento difficile come stiamo vivendo ha bussato in modo inaspettato alla nostra vita e ci ha colto impreparati, adulti e bambini, ma nelle parole e nelle immagini è evidente che l'avversità è stata trasformata in qualcosa di positivo. E così c'è stato il tentativo di far assumere una forma diversa ad una situazione di per sé complessa e drammatica.



Fig. 73 Felicità e tristezza

La gioia e la felicità si colorano di tinte variegata perché come affermava Picasso: "I colori come i lineamenti seguono i cambiamenti delle emozioni".

La gioia rende significativa l'esistenza e assicura un alto tenore di benessere.

Siamo abituati a credere che la gioia e la felicità debbano essere legate al possesso di beni materiali: vestiti, oggetti vari. Ma nei pensieri e nelle immagini dei bambini non si fa cenno a tali bisogni, ma a qualcosa di meno visibile, ma di molto più importante e cioè la vicinanza con le persone care e il sentimento che li lega.

Saper gioire con gli altri, trovare aspetti positivi in eventi difficili permette di vivere relazioni profonde, agevola la condivisione dello star bene. Come esprime bene Giada quando afferma che stare in casa per

molto tempo ha fatto riscoprire a tutti la gioia di stare insieme, ma anche di giocare di più per rendere divertenti i momenti pesanti.

*“Proprio la cosa più piccola, più sommessa, più lieve,
il fruscio di una lucertola,
un soffio, un guizzo, uno sbatter di occhi.
Di poco è fatta la miglior felicità.”*
F. Nietzsche

La gioia si compone di natura e sentimenti



Fig. 74 Felicità nell'orto

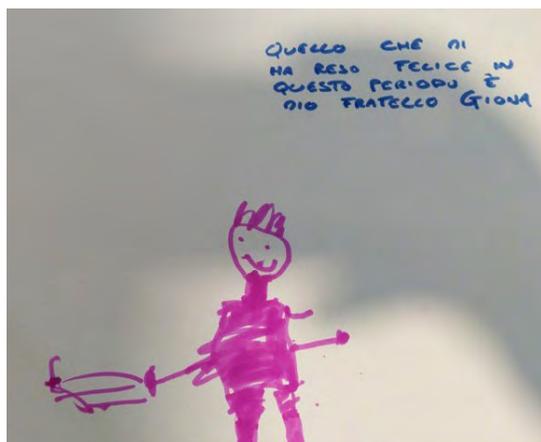
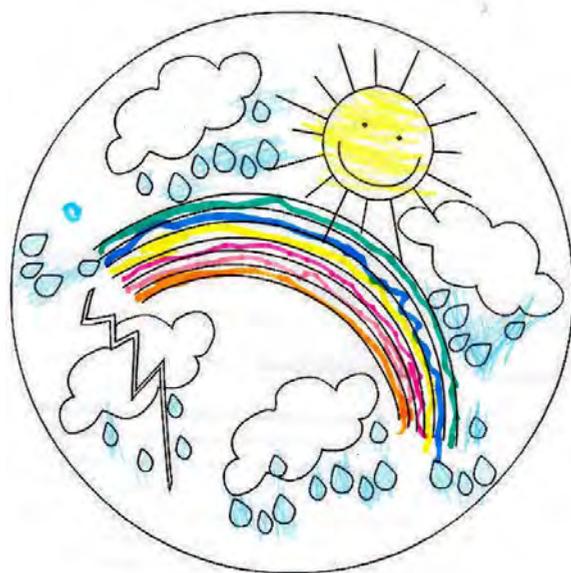


Fig. 75 Felicità è mio fratello



... IL SOLE SPLENDE SEMPRE, ANCHE QUANDO LE NUVOLE PIANGONO.

GIORZIA

Fig. 76 Il sole splende sempre

*“La felicità più grande non sta nel non cadere mai, ma nel risollevarsi
sempre dopo una caduta.”*
Confucio



Fig. 77 Felicità con i genitori



Fig. 78 A casa



Fig. 79 Felicità con mio fratello



Fig. 80 Festa di compleanno

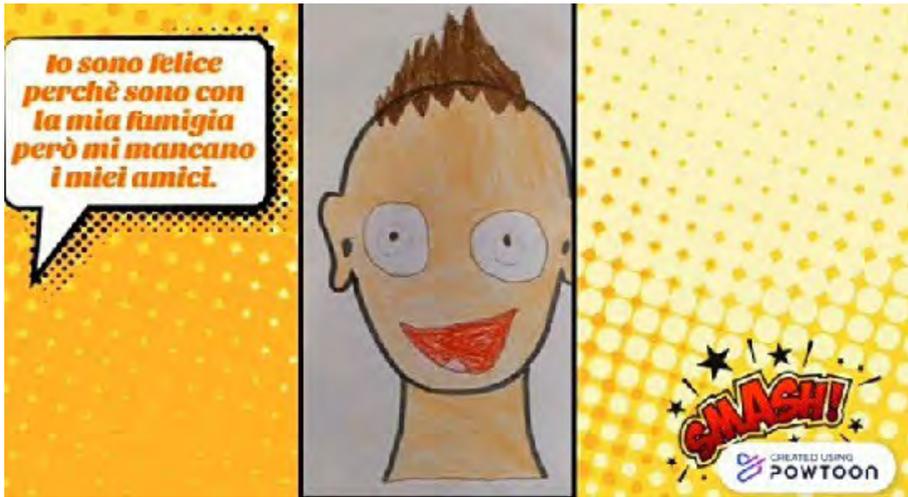


Fig. 81 Felicità in famiglia



Fig. 82 Felicità familiare



Fig. 83 Sono felice



Fig. 84 Felicità è stare insieme



Fig. 85 Sono felice in famiglia



Fig. 86 Famiglia e amici



Fig. 87 Felicità è casa

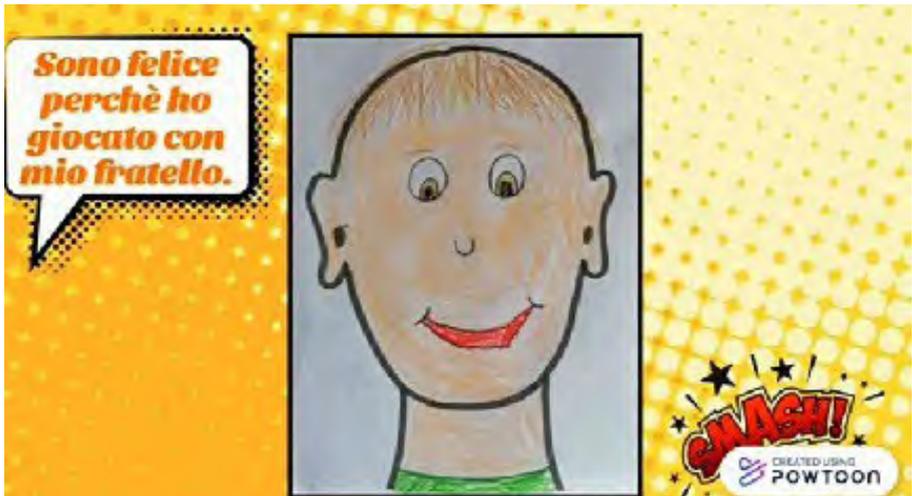


Fig. 88 Giocare con mio fratello

CORONAVIRUS

IO MI STO DIVERTENDO TANTO.

PERCHÉ SI CORRE CI SI ARROTOLA NEI
CATTI, PERO' SI TIENE LA DISTANZA DI 1
METRO SI TIENE LA MASCHERINA E QUESTO
NON SI SO PPORTA!.

L'ALLEGRIA INVECE È CONTAGIOSA CI SI
DIVERTE DA SOLI, INSIEME SI GIOCA STA-
NDO A CASA CHI HA IL GIARDINO SI DI-
VERTE ANCOR DI PIÙ.

LA TRISTEZZA HA COLPITO CI SI ANNOIA
E SI PIANGE QUANDO SEI TRISTE VOR-
RESTI ESSERE LASCIATO IN PACE E NON DE-
SIDERI FARE NIENTE.

LA CALMA È LIBERA COME UNA FOGLIA AL
VENTO QUANDO SEI CALMO IL TUO RESPIRO
È LENTO E PROFONDO: TI SENTI IN
PACE!

LA RABBIA È DI UN ROSSO ACCESO QUAN-
DO SEI ARRABBIATO VUOL DIRE CHE QUAL-
CUNO TI HA FATTO ARRABBIARE.

LA PAURA È CONTAGIOSA SI HA PAURA CHE I M-
STRI PARENTI SI AMMALINO PER IL CORONA-
VIRUS. CIAO

RACHELE

Fig. 89 Emozioni

Molto si è scritto sulla felicità ognuno ha assunto posizioni in merito più o meno estreme, la visione dei bambini come si può vedere è costituita da aspetti semplici ma importanti: la famiglia, gli amici, la scuola, la condivisione. La ricerca del benessere, un obiettivo al quale ognuno di noi aspira, può realizzarsi attraverso situazioni di vita che molte volte abbiamo dato per scontate. Ma in situazioni così particolari, quali l'isolamento dagli altri, gli affetti sicuri sono riusciti a fare leva sulle risorse interiori di resistenza e adattamento.



Fig. 90 I miei amici

*“Il pettirosso prova le sue ali.
Non conosce la via, ma si mette in viaggio verso una primavera
di cui ha udito parlare.”*
Emily Dickinson



SONO FELICE
PERCHÈ POSSO
ANDARE
INCONTRO ALLA
MAMMA CON LA SKY,
GLI UCCÉLLINI E I
SOFFIONI GIGANTI



Fig. 91 I soffioni giganti



Fig. 92 Felicità



Fig. 93 Arcobaleno

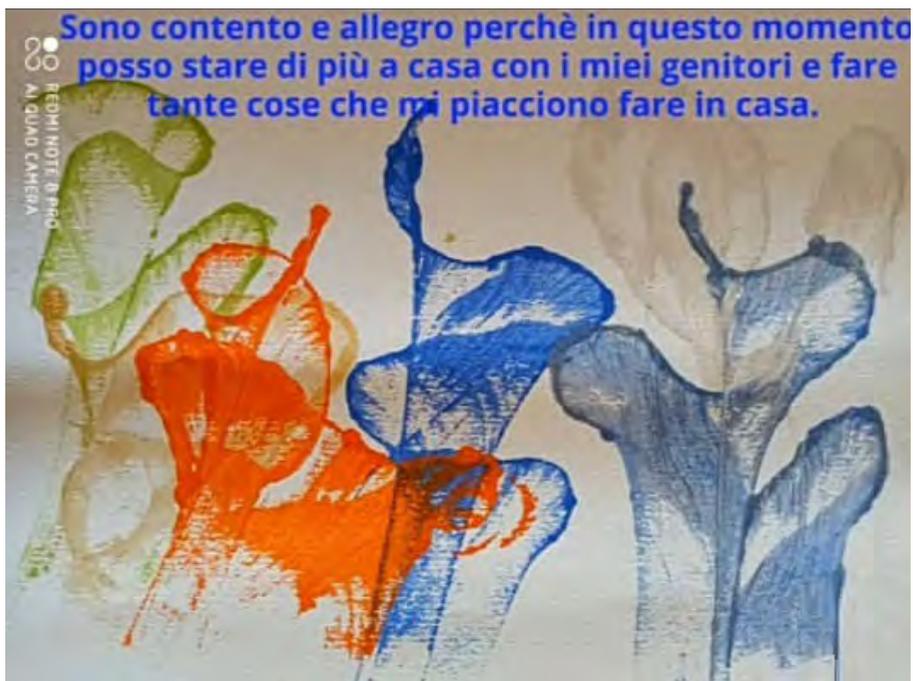


Fig.94 Sono allegro



Fig. 95 Mi sento così



Fig. 96 Preoccupato e allegro

La gratitudine

“La gratitudine è la firma delle anime nobili.”

Esopo



FIG: 97 Grazie



Fig. 98 Grazie alla commessa



Fig. 99 Grazie dottore



Fig. 100 Grazie inferiera



Fig. 101 Grazie eroi



Fig. 102 Io resto a casa



Fig. 103 Grazie!



Fig. 104 Grazie, siete eroi

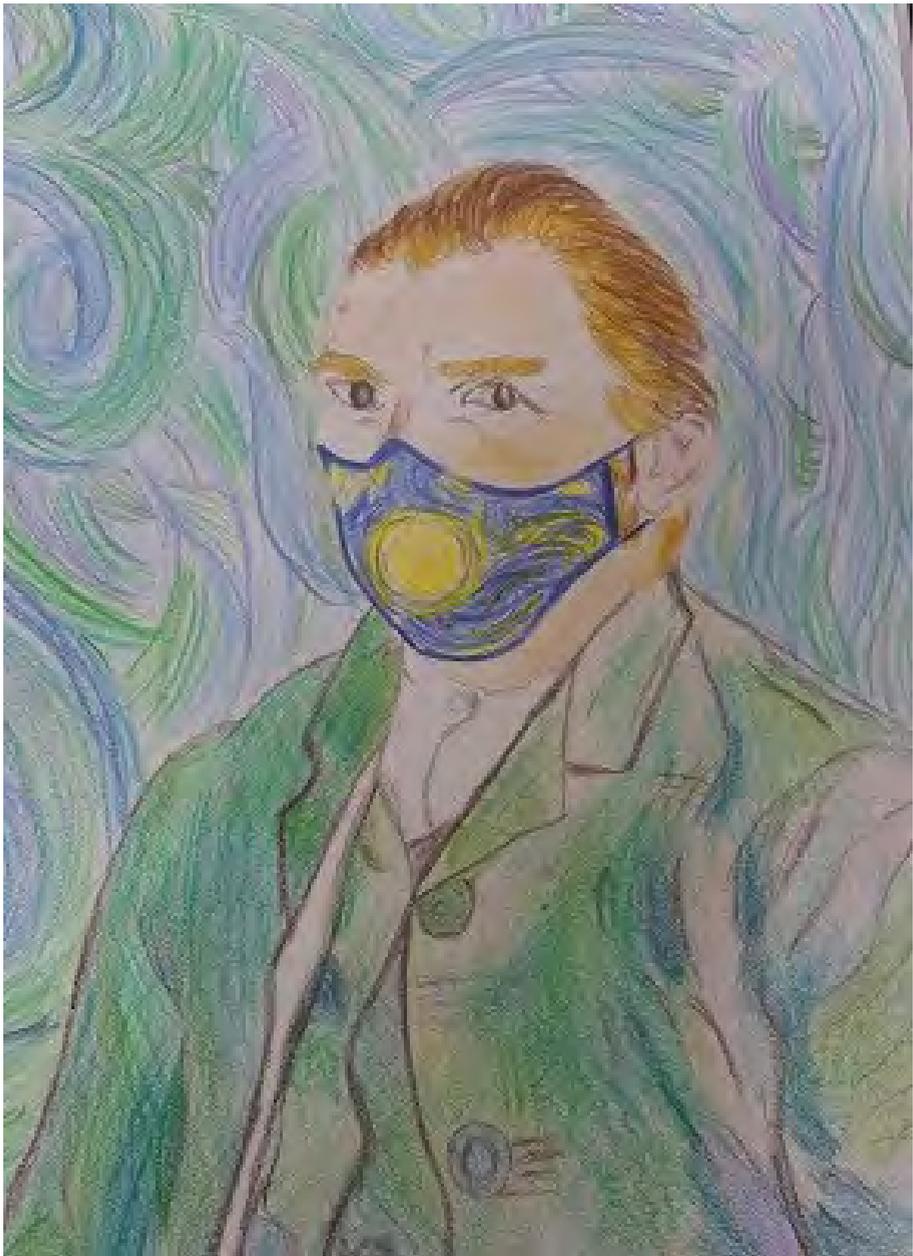


Fig. 105 Sguardo spaventato

*“Dobbiamo essere grati alle persone che ci rendono felici,
sono gli affascinanti giardinieri che rendono
la nostra anima un fiore.”*

Marcel Proust

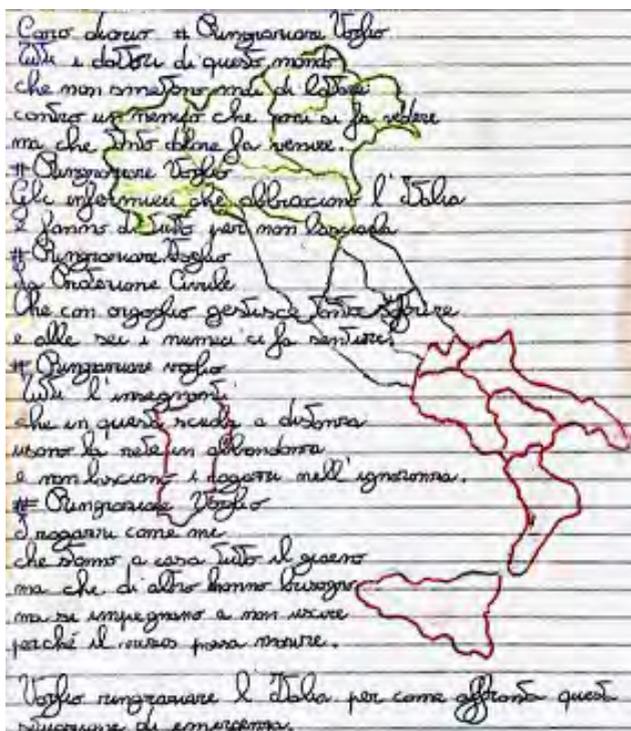


Fig. 106 Voglio ringraziare

*“La gratitudine, come certi fiori, non cresce in alta quota
e rinverdisce meglio nella terra buona dell'umiltà.”*

José Martí

RINGRAZIARE VOGLIO

07 aprile 2020

Care diavolo,

#ringraziare voglio la mia mamma che con i suoi colleghi cura le persone malate di Coronavirus e che nonostante porti i reggi della visiera e degli occhiali sul viso, quando è a casa cerca di mantenere il sorriso e di godere della nostra famiglia.

#ringraziare voglio il mio babbo che nonostante non abbia la possibilità di lavorare, si adopera per dare un senso a queste giornate senza fine, cercando di fare la manutenzione e le migliorie alla casa in modo che le sue mani siano ancora utili a qualcosa e ci possano lasciare comunque una ricchezza.

#ringraziare voglio i professori che si sono impegnati per garantire il diritto allo studio dalla nostra prigione, immagino che per qualcuno meno tecnologico sia stata una battaglia usare le nuove piattaforme di Collabora e di Aris proprio come lo è stato per me.

#ringraziare voglio il mister che ci ha sempre mandato le schede di allenamento come fossero compiti a casa e che ha saputo mantenere in piedi lo spirito di squadra nonostante la lontananza.

#ringraziare voglio tutte le persone che sono state in quarantena per proteggere dall'infezione le persone sane.

#ringraziare voglio i commessi dei supermercati che hanno continuato a lavorare

Fig. 107a Ringraziare voglio

e che foranno in modo che a Pasqua non manchi niente sulla tavola degli italiani a partire dall' uovo di cioccolato che spero sarà proprio il simbolo della rinascita quest'anno.

#ringraziare voglio un pochino anche me che ho sempre eseguito i miei doveri di studente e che mi sono impegnato per non litigare troppo con mio fratello e per non far arrabbiare i miei genitori.

#ringraziare voglio, quando saremo tornati alla normalità, ^{sublime} che si sono impegnati per farmi stare sano e sereno e per non avermi fatto mancare niente..... spero pure in un bel viaggio ad agosto in Grecia... quando tutto questo che stiamo vivendo, adesso, sarà solo un brutto ricordo.



Fig. 107b Ringraziare voglio

Andrà tutto bene

Pensare positivo nonostante la paura, vuol dire avere un atteggiamento che favorisce la creatività, la voglia di nuovo. L'entusiasmo della forza interiore attiva l'energia vitale. Al centro vi è il benessere e il miglioramento della qualità di vita.

Le emozioni negative come la paura possono generare squilibri interiori, quali l'ansia o l'apatia. La qualità dei pensieri può avere un'influenza anche sul nostro stato di benessere e quindi sulla nostra salute.



Fig. 108 Andrà tutto bene

Eravamo in ospedale e la situazione si faceva sempre più critica, arrivavano due infetti all'ora e non sapevamo cosa fare, perciò visto che era il momento della pausa io, Sara, Maria e Lena andammo nell'ufficio delle cartelle cliniche dei pazienti e con i disegni fatti dai bambini ricoverati qui e abbiamo fatto una bella foto, per dare speranza ai pazienti ricoverati e alle persone a casa in quarantena...andrà tutto bene...

Successivamente invece abbiamo parlato delle nostre paure più grandi in questi giorni. Tutte temiamo di poter prendere il Covid-19, ma il mio più grande terrore è portarlo in casa ai miei figli o a mio marito, poi per distaccare un po' il pensiero da questa situazione abbiamo deciso di parlare di noi. Maria ci ha fatto capire che nonostante siano tanti anni che ci conosciamo non sappiamo quasi niente delle nostre vite private. Sara ha detto che siccome è infermiera non può stare a contatto con le persone e non può vedere il suo fidanzato che gli manca molto e spesso fanno delle videochiamate. Purtroppo però poi la nostra pausa è terminata e dovevamo tornare a salvare vite, ma con un accordo: ogni settimana avremmo fatto una foto come espressione dell'umore che variava in base alla situazione che stavamo vivendo.

Virginia, 14 anni, Rufina

Le quattro infermiere di Milano

“Finalmente è arrivato l’orario di pausa” disse Elisa, stanca dal turno di lavoro che aveva appena affrontato. “Eh già, ma se continueranno di questo passo...” sospirò Giorgia “i contagi aumenteranno sempre di più. Solo nel nostro reparto questa mattina sono arrivati altri quaranta casi di coronavirus, adesso per fortuna ci possiamo rilassare con il nostro pranzo” esclamò Giorgia, anche lei molto stanca.

Alice le stava guardando con l’aria molto tesa e preoccupata, aveva una faccia sconvolta. La prima ad accorgersene fu Martina, che la guardava un po’ stupita, così decise di andare vicino a lei.

Quando andò lì da lei vide che una lacrima le attraversava il viso, si limitò soltanto a chiedere cosa avesse fatto. A quel punto anche le altre due infermiere, Elisa e Giorgia, smisero di parlare e si avvicinarono a lei, rimanendo in silenzio. Aspettarono che parlasse e nonostante fosse la più sensibile, timida e la più giovane si asciugò la lacrima e iniziò a parlare: “sono veramente stanca, e ho molta paura. Essendo ancora giovane e non avendo costruito una famiglia vivo sempre con i miei genitori, e ormai sono piuttosto anziani e ho paura che con questo lavoro, tornando a casa possa contagiarli da un momento a l’altro e non so se potrebbero resistere...” appena finì di parlare, un’altra lacrima scese sul suo viso.

Martina, che era la più grande, istintivamente la abbracciò. La tranquillizzarono un po’ anche le altre, anche se in quei momenti non era facile per niente. Finito quel dolce momento intervenne Martina “anche io sono molto preoccupata, i miei bambini sono a casa con mio marito, sono preoccupata per loro. Però in questi momenti dobbiamo essere forti e farci forza a vicenda, adesso i miei bambini mi definiscono come un eroe che salva vite umane, e questo mi fa essere molto allegra”.

Giorgia si intromise: “Non sapevo che avessi dei figli, e in effetti se ci penso un po’, a parte il lavoro ci conosciamo veramente poco...”.

Allora Martina riniziò a parlare “ho due figli un maschio e una femmina, Nicolò che ha sei anni e Alice che ne ha tre. Comunque hai proprio ragione, ci conosciamo veramente poco, quando tutto questo finirà dobbiamo rincontrarci una sera con le proprie famiglie e conoscersi!”

Subito dopo intervenne Elisa e iniziò “anche io ho una figlia, si chiama Desiree e proprio in questo periodo ha iniziato a camminare e a dire le prime

parole, avrei tanto voluto essere lì durante quei momenti...” il suo viso era diventato tutto d’un tratto buio e cupo, anche a lei scese una lacrima. “Il fatto è che ho veramente molta paura per la piccola, è ancora piccola non ne sa niente di tutto ciò però ho paura che da un momento all’altro possa perderla, perché magari potrei essere una portatrice di coronavirus”.

La pausa pranzo proseguì con un silenzio triste, cupo e senza speranze. Nessuna sapeva più che dire, così tutte quante si limitarono a mangiare. Quando ebbero finito e Giorgia passò a raccogliere quello che avevano da buttare, ruppe il silenzio: “Sapete io vivo con mia sorella, lei studia ancora all’università, ma adesso anche lei è a casa.

Ogni sera che torno a casa la trovo sempre nello stesso posto, è sempre in cucina che sta preparando la cena per me, e la mattina quando mi sveglio la trovo sempre a dormire, la sera, finito di mangiare chatta sempre con gli amici e fa sempre tardi. Però ieri sera aveva lasciato la torta in forno e quando sono tornata si era addormentata sul divano e la prima cosa che ho sentito era uno strano odore di bruciato, allora ho aperto il forno e la torta era completamente carbonizzata”.

Scoppiò una risata generale, Giorgia era riuscita a sdrammatizzare la situazione, ed era quello che voleva, ma l’atmosfera durò poco.

Asia vide l’orologio: erano già le due, la pausa pranzo era finita. Anche le altre infermiere guardarono l’orologio, e fecero un sospiro. Tornarono in reparto e continuarono lavorare come avevano fatto sempre: con il sorriso sul viso, facendo finta che andasse tutto bene.

Aurora, 14 anni, Rufina

Oggi è stato un giorno veramente faticoso, abbiamo accolto molte persone per via del Covid-19, infatti abbiamo deciso di concederci una pausa per parlare e confrontarsi, ho pensato inoltre di fare alcuni cartelloni da attaccare. Ci siamo anche fatte una fotografia. Nella foto ci siamo noi quattro, molto stanche con la mascherina, vestite da lavoro che facciamo vedere i cartelloni che abbiamo disegnato dove è stato rappresentato un arcobaleno con su scritto “andrà tutto bene”.

Quando ci siamo confrontate, ognuna di noi ha parlato a piacere, anche di cose buffe successe in famiglia o di paure e speranze su questa situazione. Pensavamo di conoscere tutto di noi ma non è così, abbiamo scoperto cose nuove sulla nostra vita e sulle nostre famiglie. Le paure condivise sono

state principalmente le stesse per tutte, cioè che non ci siano abbastanza posti per i malati gravi, lo scarso numero di medici, la paura di ammalarsi e contagiare anche i familiari, la paura di non riuscire a superare in fretta questa situazione. Per noi questa breve pausa è stato un momento di riposo per scherzare e ridere assieme per poi tornare a lavorare. Le cose che ci sono successe in questo periodo sono molto buffe e ci hanno colpito. Credo che ogni tanto anche per noi infermiere ci voglia un po' di pausa. Spero che ciò che abbiamo detto abbia fatto tirare su il morale a tutte e finalmente per una volta non abbiamo parlato solo di malattie.

Irene, 14 anni, Rufina

Era una normale mattinata come le altre, piena di lavoro da svolgere. Le ore passavano lentamente, ma piano piano arrivò l'ora di pranzo. Io e Antonella, dato che eravamo colleghe nello stesso reparto di medicina, andammo a prenderci un caffè. Eravamo esauste perché la mattinata era stata faticosissima e una pausa ci avrebbe fatto proprio bene. Dopo arrivarono anche Laura e Maria, ed anche loro due avevano intenzione di prendere un caffè durante la loro pausa. Erano esauste come mi aveva raccontato Laura e avevano avuto una giornata stressante e avevamo il diritto di riposarsi anche loro. Dopo qualche minuto successivo all'arrivo di Laura e Maria mi venne un'idea: farsi una bella foto tutte assieme per ricordarsi di questo brutto momento che stiamo vivendo, sperando che tutto finisca. Dato che la figlia di Antonella aveva preparato due bellissimi cartelloni con disegnato un arcobaleno, mi venne in mente di mostrare anche questi bei disegni nella foto. Era venuta proprio bene. Maria mi sembrava però piuttosto preoccupata e le chiesi il motivo:

”Tutto a posto Maria? Ho visto che sei un po' giù...” le domandai. E questa fu la sua risposta:

“Sai, mia suocera è ricoverata ad un altro ospedale ma per fortuna le sue condizioni sono piuttosto buone, ma sono lo stesso molto preoccupata. Questa situazione è davvero molto tragica, spero che tutto questo finisca in fretta perché sono veramente stufa!” Disse molto indignata. Cercai di consolarla raccontandole alcuni fatti:

”Dobbiamo solo avere speranza e fiducia, Maria. Alla maestra di mio figlio è morto il padre che aveva all'incirca 88 anni. Per lei è stato un brutto colpo e mi ha detto che ancora non si è ripresa del tutto”.

Maria aveva il capo chino. Era sconvolta. Poi proseguì il discorso Antonella che disse in tono speranzoso:

”Io ho fiducia! Spero che con la buona volontà di tutti i medici come noi tutto questo si risolva il più presto possibile”.

”Io ho paura che una volta usciti da questo periodo sarà difficile ricominciare a fare tutto come prima”. Concluse Laura disperata.

”Io sono d’accordo con Antonella! Dobbiamo essere positive e pensare che tutto andrà per il meglio”.

Dopo arrivò il dottore e ci disse che la pausa era finita e dovevamo tornare a lavoro.

Federica, 14 anni, Rufina

Queste infermiere lavorano da ben sei anni insieme, nonostante gli anni però non si conoscono affatto bene, così durante una pausa, decidono di parlare della loro vita privata. Valentina, la più giovane del gruppo, ha iniziato a raccontare che lei anche fuori dall’ospedale si occupava di un paziente, un paziente a lei molto caro che c’è sempre stato fin dalla sua nascita, stava parlando di suo padre che aveva una malattia molto grave che non gli permetteva di fare tante cose e visto che sua mamma non riusciva ad aiutarlo da sola, lei e suo fratello facevano i turni per passare del tempo con lui.

Un giorno però lei è dovuta correre all’ospedale senza salutarlo, si era promessa che appena avesse finito il turno sarebbe rimasta tre giorni a casa con lui. Purtroppo però le arrivò una chiamata da sua madre disperata che le diceva che suo padre non ce l’aveva fatta ed era morto dopo poco che lei era uscita; Valentina nonostante la malattia del padre aveva un legame bellissimo con lui, ci ha infatti detto che appena le avevano riferito della morte le erano tornati in mente tutti i bei momenti trascorsi insieme e iniziò a piangere.

Appena finì di parlare Valentina, iniziò a raccontare la sua storia Elena, la ragazza accanto a Valentina, lei ci raccontò un aneddoto buffo, però all’età in cui era successo penso sia stata una scena super paurosa della sua vita: lei amava andare in bici fin da piccola, ovunque andava se la portava dietro, un giorno all’età di nove anni, si accorse che uno dei due freni non funzionava più e visto che aveva paura e che se lo avesse detto ai suoi genitori non ci sarebbe più potuta andare per un bel po’, allora decise di non dirglielo.

Così ci salì sopra lo stesso e arrivò all’inizio di una collina per poi fare la

discesa. In quel momento era felicissima, però appena finì la collina in super velocità, provò a frenare e non ci riuscì ed iniziò ad urlare per farsi sentire dai suoi genitori, nel momento in cui si affacciarono lei si era scontrata con una catasta di legno e si era sbucciata le ginocchia e le mani ma nonostante il dolore continuava a ridere perché la scena le ricordava quella di un film d'avventura che aveva visto con il padre.

Subito dopo iniziò a parlare Rossana, che raccontò un fatto che le era successo questa mattina: lei si era alzata convinta che fosse il 2 aprile, a casa sua non trovava il suo ragazzo da nessuna parte, già dal giorno prima, allora iniziò a chiamarlo ma lui non le rispondeva, poi scese in cucina e trovò un bigliettino con scritto: “Scusami ma ieri quando sono rientrato a casa dopo la spesa mi sono sentito male e avevo paura di aver preso il Covid-19 allora sono andato a fare un tampone e sono risultato positivo e ora mi hanno messo in quarantena, mi mancherai tanto”...

Lei ci disse che aveva iniziato a chiamarlo al telefono fino a quando lui non decise di tornare a casa e di comunicarle del pesce d'Aprile, lui le disse che era tornato subito dopo perché aveva capito che stava facendo un bruttissimo scherzo ma nonostante questo lei ci confessò che aveva preso un gran bel colpo.

L'ultima a parlare fu Claudia, la più grande del gruppo, che ci raccontò un fatto tristissimo che riguarda questo momento: da quando è iniziato ad espandersi questo virus lei è sempre qui, cioè lei dorme qui in ospedale per paura che se dovesse contrarre il Coronavirus lo potrebbe attaccare alla sua famiglia. Lei non vede i suoi figli da circa più di un mese e sa che sta facendo tutto questo per proteggerli, il figlio di 9 anni ha fatto una parodia della canzone “Ti volevo dedicare” dedicandola a lei, dicendo parole bellissime su quanto le manca, e su quanto il nostro lavoro di operatrici sanitarie sia importante e di quanta gente stiamo salvando. Ci disse che lei aveva molta paura di perdere tutto.

Queste sono le storie di quattro infermiere che nonostante gli anni che hanno trascorso lavorando insieme, hanno scoperto di non conoscersi affatto.

Consuelo, 14 anni, Rufina

Avevo appena finito il turno di lavoro, i giorni qui all'ospedale Niguarda sono critici, arrivai in sala dove c'erano degli infermieri e insieme a me erano presenti altre tre infermiere, io le conoscevo di vista sapevo come si

chiamavano, ma non sapevo più nulla di loro. Presi un caffè perché ero molto stanca, mentre prendevo il caffè mi sentii chiamare, mi girai ed era Vanessa che si trovava in quel famoso tavolo dove le infermiere stavano parlando, si avvicinò a me e mi chiese se volevo sedermi con loro, in un primo momento pensai no, ma qualcosa mi diceva di andare insieme a loro quindi dissi di sì a Vanessa, presi il caffè e mi misi a parlare con loro.

Iniziò Gaia che incominciò a parlare della sua famiglia, io non pensavo che avesse una famiglia anche perché è una ragazza molto giovane, diceva che a casa aveva un figlio di tre anni che le manca molto, il papà è a casa con lui, ma a lei manca la propria vita al di fuori di questo ospedale e ora che ci penso anche a me manca mia figlia ma come Gaia so che un giorno potrò stare di più con lei.

La storia di Francesca mi ha colpito perché a lei è morto il padre di COVID-19 e quindi si sente molto abbattuta.

Vanessa invece, per sdrammatizzare la situazione, raccontò una cosa buffa. Una volta era a Roma per vacanza e non trovava un ombrello perché stava piovendo tantissimo e si fermò vicino ad un negozio e ne comprò uno, ma intanto aveva perso il proprio gruppo turistico che se ne era andato via con l' autobus senza aspettarla e lei si dovette fare tutta la strada a piedi dal Colosseo fino all'hotel.

In quel momento quel racconto di Vanessa ci scatenò una felicità che ci mettemmo a raccontare storie riguardanti le nostre vacanze, la nostra gioventù, tutte cose molto belle che in quel periodo ci strapparono un sorriso, e sì, perché se fosse stato un altro momento la storia di Vanessa non avrebbe così inciso sul nostro umore anche perché durante il turno di solito non vedo nemmeno la faccia di chi ho accanto, le protezioni fanno molto male e quindi il sorriso viene fuori molto meno. Ogni volta che è finito il turno molto spesso gli infermieri dormono perché sono esausti, questo virus ci ha dato guerra, ci ha portato via delle persone a noi care e ci ha portato via la cosa più grande, ovvero la felicità che io e le mie amiche oggi abbiamo un po' ritrovato, e sì, con la nostra piccola felicità di oggi il virus ha perso.

Quasi finita la pausa ci siamo preparate e ci siamo fatte una foto, io sono quella nel mezzo, a sinistra. Adesso io e le mie amiche eravamo pronte per il nostro turno per andare in guerra contro il virus, con la nostra arma segreta: il sorriso.

Alessio, 14 anni, Rufina

“Ciao ragazze, anche voi siete in pausa?”

“Sì Donatella, siamo tutte in pausa e stremate, purtroppo questo Coronavirus sta distruggendo noi e tutti i medici d’ Italia” disse Roberta, e subito continuò Irene scherzosamente:

“È una delle peggiori situazioni degli ultimi 50 anni ed è successa il primo anno da quando sono diventata dottoressa, questa è proprio sfortuna!” Allora tutte scoppiarono a ridere e scherzosamente le fecero le “condogliane”.

Roberta disse:

“Mi manca veramente tanto il mio nipotino, ha 6 anni ma è molto intelligente e furbo. Una volta era a casa mia perché la madre e mio figlio erano entrambi a lavoro, molto prima del Coronavirus, lui era a giocare e mi ha chiesto un cioccolatino, io gliel’ho portato e lui mi ha guardato mentre lo prendevo, poco dopo lui ha spostato una sedia, ci è salito e ha preso da solo la cioccolata dall’armadietto.”

Allora tutte quante hanno riso e le hanno fatto i complimenti per il nipote, del quale ancora non sapevano l’esistenza.

Dopo questo aneddoto di Roberta anche Donatella raccontò di suo figlio ventunenne:

”Invece mio figlio è intelligente ma non furbo, una volta gli avevo privato di andare in discoteca, perché il giorno dopo avrebbe avuto un compito, invece lui sgattaiolò fuori dalla finestra, ovviamente io e mio marito lo abbiamo visto e allora il giorno dopo non lo abbiamo messo in punizione, ma lo abbiamo mandato a scuola e se a quel compito avesse preso un voto inferiore al 6, allora sarebbe stato in punizione, lui andò a scuola e per sua fortuna al compito prese 7!”

Intanto Irene che non aveva figli, non sapeva cosa raccontare perché aveva paura di fare figuracce, riferendo le sue avventure in discoteca e quindi decise di stare zitta.

A quel punto le ragazze si accorsero che ancora Daniela non aveva detto una parola e allora Roberta le chiese cosa aveva e Daniela rispose:

“Scusate ma io sono molto spaventata da questo virus, perché io ho mio padre a casa che ha il diabete, perciò se venisse contagiato potrebbe morire, quindi sono molto preoccupata. Scusate se non parlo molto.”

Quindi Roberta, come sempre, parlando a nome di tutto il gruppo disse: ”Siamo tutte quante molto preoccupate ma adesso ci stiamo aprendo e conoscendo per passare meglio questi momenti difficili. Direi che per celebrare questo momento felice potremmo farci una foto”.

Tutte quante erano d'accordo e allora scattarono una fotografia, che tutte poi appesero nelle loro stanze, per ricordarsi che non bisogna rattristirsi, ma bisogna rimanere allegri e fiduciosi, nella speranza che si risolva tutto.

Emanuele, 14 anni, Rufina

Siamo quattro dottoresse dell'ospedale Niguarda di Milano e ci chiamiamo Lucia, Maria, Silvia e Paola.

Siamo state assunte tutte e quattro insieme, abbiamo fatto un concorso tempo fa e siamo colleghe.

Lucia, che sono io, sono la più vecchia e do sempre dei consigli alle altre che sono più giovani di me e più giocherellone infatti mi fanno sempre gli scherzi nel reparto dove lavoriamo tante ore al giorno.

Ci vestiamo a volte da pagliacci per far festa ai malati e agli anziani che ci prendono per pazze a volte.

Ora siamo in pausa e abbiamo deciso di farci una bella foto insieme per riposarsi un po' visto questi momenti bui.

Mentre siamo in pausa Maria ci racconta che è stufa di suo marito perché è sempre fuori di casa al bar e non la considera più come una volta e lei è più contenta se viene ore e ore a lavorare così non ha problemi e non li affronta. Silvia ha un suo fidanzato inseparabile e ci dice che è allegro, sempre fedele, si fa fare sempre le coccole di continuo e si fa pettinare tutte le sere, poi veniamo a scoprire che è il suo cane Bobbi e ci fa schiantare dal ridere e ci dice che lei non si sposerà mai per non fare la fine di Maria.

Paola invece ci racconta in confidenza che lei ha paura di morire con questa malattia virus che c'è a giro e vive giorno per giorno con il terrore che le suc ceda qualcosa, tutti i giorni si misura la febbre ma non aveva mai detto nulla per non impaurirci.

Io sono quella più coraggiosa e ho raccontato loro dei miei cinque figli che sono grandi e due di questi sono sposati e nessuno fino al quel momento lo sapeva.

Abbiamo deciso così che faremo altre foto insieme e ci racconteremo tante belle cose che sono importanti nella vita perché non c'è solo il lavoro.

Pietro, 14 anni, Rufina

Queste sono quattro semplici donne, quattro donne normali, che svolgono con passione il loro lavoro. Queste donne sono anche quelle persone grazie alle quali oggi in Italia ci sono circa 15000 guariti di Coronavirus, perché queste semplici donne lavorano nel reparto di terapia intensiva dell'ospedale Niguarda di Milano, una delle città più colpite in Italia. Queste umili donne sono lottatrici, soldatesse ed eroine, che ogni giorno svolgendo il loro lavoro, oramai diventato anch'esso molto pericoloso: lottano per salvare l'Italia dalla pandemia. In questa foto le vediamo tutte insieme, intenzionate a mandare un messaggio di speranza, ma dietro anche questa semplice foto c'è una bellissima storia. Essa è stata scattata in un momento di pausa che le nostre eroine si sono prese dal loro estenuante lavoro, tutte insieme. La prima partendo da sinistra si chiama Paola, ed ha una cinquantina d'anni; lavora come infermiera ormai da quasi vent'anni ma lavora in questo ospedale da solo quattro anni. Paola ha una figlia laureata in giurisprudenza e purtroppo è diventata vedova del marito da due anni dopo averlo perso a causa di un bruttissimo tumore, questo è stato un duro colpo per lei, ma che allo stesso tempo il suo lavoro l'aiutata molto perché da quel giorno (dalla perdita) Paola mette tutto il suo impegno in quello che fa, in un certo senso anche per rivendicare il marito. La seconda donna, a partire da sinistra è Maria, la più giovane di tutte; infatti Maria ha solo 33 anni e lavora come infermiera in quell'ospedale da appena due anni. Anche lei è una donna vissuta, la sua vita è cambiata molto dopo essere rimasta incinta a 16 anni: è proprio lì, che ha capito di voler fare questo lavoro, dopo aver visto la passione e la dedizione delle infermiere in sala parto. Maria inoltre è stata abbandonata dal padre di sua figlia, così l'ha dovuta crescere da sola, ed è cresciuta pure lei stessa nello stesso tempo. Le altre due donne sono Marta e Rachele, due donne con una vita normalissima, entrambe hanno da poco finito il loro percorso di studi laureandosi insieme alla Sapienza di Roma, per poi decidere insieme dove andare a lavorare come due vere amiche. Nessuna delle due è sposata, anche se Marta è fidanzata da circa un mese con un ragazzo pugliese conosciuto a Milano. Le due ragazze per ora vivono insieme ma non sanno quanto ancora durerà questa convivenza dopo il fidanzamento di Marta.

Come ho già detto prima, questa foto è stata scattata in un momento di pausa in cui le nostre quattro lavoratrici si sono fermate a parlare fra di loro, per poi arrivare ad alcune curiose scoperte. Nel parlare si sono accorte di sapere ben poco l'una sulla vita dell'altra; Maria e Paola hanno raccontato un po' di sé e le due amiche ne sono rimaste molto stupite ed

addolorate, così per “far tornare il buon umore” le colleghe, giustamente rabbrivite dopo i toccanti racconti, hanno deciso di raccontare un aneddoto divertente successo il giorno prima: Rachele si trovava a far la spesa, quando dopo aver incontrato una sua cara amica si è messa a parlare di una cena organizzata da un’ulteriore amica di entrambe (ovviamente organizzata per quando sarà finita l’emergenza sanitaria) per poi scoprire che l’amica con cui stava parlando non era stata invitata. Dopo aver scambiato due risate le ragazze si sono messe a parlare delle proprie paure ed insicurezze per quanto riguarda il CO-VID19, sono così venute fuori bellissime riflessioni e, per concludere in un bel modo questa chiacchierata hanno pensato bene di prendere due disegni, inviati all’ospedale da alcuni bambini, per fare questa foto e trasmettere gioia e speranza anche in una situazione così complicata.

Purtroppo per salvare l’Italia dalla pandemia non bastano queste donne, ci vuole l’aiuto collettivo! Quindi si raccomanda a tutti di STARE A CASA e di uscire solo per esigenze essenziali. Sono sicura che se tutti ci impegnamo ne usciremo presto!

Alessia, 14 anni, Rufina



Fig. 109 Divisi ma uniti



Fig. 110 Infermiere

In questo periodo di pandemia, la vita all'ospedale Niguarda di Milano è frenetica: molte persone hanno bisogno di aiuto e medici e infermieri sono sottoposti a turni faticosi e estenuanti per combattere il virus e aiutare più persone possibile. Anche Lucia, Irene, Ilaria e Chiara lavorano lì; sono quattro infermiere che lavorano da una vita insieme e che in questo momento difficile stanno dedicando il loro tempo alla cura dei malati. I pazienti nelle camere diventano sempre di più, ogni giorno ci sono nuovi ricoveri e ormai le ore passate in ospedale si susseguono senza un minuto di sosta. Un venerdì sera, durante una pausa nell'ennesima faticosa giornata, le quattro infermiere si ritrovano per un caffè nella loro stanza e si scattano una foto. Decidono di mostrare i disegni dei loro figli che ritraggono l'arcobaleno con le nuvole con il messaggio "andrà tutto bene" che è diventata una frase molto usata in questo periodo. È un momento in cui sui loro volti si intravede un sorriso che vuole portare speranza e il messaggio che tutti insieme potremo uscire da questa situazione e tornare alla normalità. Così parlando si scopre che Lucia e Irene hanno due bambine della stessa età che in questo periodo stanno a casa con i nonni e che loro sentono solo per telefono. Ilaria invece racconta loro di avere la mamma anziana ricoverata in una casa di riposo che non vede dall'inizio della quarantena e che teme per la sua vita. Mentre tutte cercano di consolarla, Chiara racconta alle colleghe che l'altra sera con suo marito e suo figlio hanno iniziato a prendersi a cuscinate saltando sui letti ridendo e scherzando nel tentativo di lasciarsi alle spalle questa triste situazione. Si scoprono così più vicine che mai e la gravità del momento ha rafforzato il loro rapporto. Ma la pausa è finita, le quattro infermiere con le mascherine escono dalla stanza e ritornano al loro lavoro con un sorriso in volto e la consapevolezza di ricominciare a correre e a darsi da fare perché il virus è ancora una minaccia per le nostre vite.

Sofia, 13 anni, Rufina

Quattro infermiere in pausa

Siamo a Milano e all'ospedale Niguarda arrivano ogni giorno nuovi pazienti colpiti dal COVID-19. Tutti i giorni decine e decine di medici sono nel reparto specializzato per questo virus ad accoglierli e a curarli. Alle 11:00 del 26 marzo 2020 per alcuni dottori è il momento di una pausa, tra questi Emma, Melanie, Victoria e Geri. Queste quattro infermiere ne approfittano per scambiarsi due parole. «Ehi, ragazze» spezzò il ghiaccio Victoria «come ve la state passando questa quarantena?»

«Beh» rispose Emma «tra i turni qui all'ospedale e mia figlia che non fa altro che ripetermi che si annoia, non troppo bene.»

«Ti capisco...» la consolò Geri «Che poi qualsiasi cosa tu le consigli di fare dirà sempre che non ha voglia!»

«A mio figlio la quarantena l'ha cambiato» disse Melanie «da che odiava disegnare a che fa mille disegni al giorno! A volte i bambini ti sorprendono proprio.»

«Il mio, a proposito di epidemie, è proprio una peste!» esclamò Victoria

«Ogni volta che sua sorella sta facendo i compiti lui entra in camera e mette la musica a palla e da lì iniziano a picchiarsi.»

«Per voi quando finirà tutto questo trambusto?» chiese Melanie.

«Io penso che entro un mese tutto si sia un minimo riassetato, l'importante è che le persone non escano di casa come si legge ogni tanto su internet, altrimenti non finirà mai!» rispose Victoria.

«Anch'io la penso come te» disse Emma «l'unica mia paura è che noi infermieri a stare qui tutti i giorni abbiamo più probabilità di infettarci, e non vorrei mai!»

«Voi vi siete già trovate qualche passatempo per quando non siete qui?» chiese Geri.

«Io sì» rispose Melanie «ho ritrovato un vecchio puzzle da 5.000 pezzi e così ho iniziato a farlo, però sono ancora in alto mare.»

«Anch'io!» esclamò Emma «Io però sono ancora principiante... solo 1.000 pezzi.»

«Io invece mi sono data alla cucina.» disse Victoria «Ogni giorno alle 12:00, se ho il turno pomeridiano, accendo la TV e copio le ricette de La prova del cuoco per pranzo.»

«Fortunate voi!» esclamò Geri «Io con il mio futuro marito non siamo

ancora riusciti a trovare nulla.»

«Ti sposi!?» chiese stupefatta Emma.

«Sì, mi ha fatto ieri la proposta e ci sposeremo a dicembre... Tranquille, siete tutte invitate!»

Tutte le fecero gli auguri e a Victoria venne in mente un'idea:

«Che ne dite se per ricordare questo momento ci facessimo una foto?»

«Certo!» risposero le altre tre. Così Melanie cacciò dal taschino due disegni di suo figlio, e si fecero una foto di gruppo per ricordare questo piccolo bel momento durante questo brutto periodo.

Matteo, 14 anni, Rufina

“Finalmente in pausa!” Disse Dasy, “eh sì” disse Claudia. “Vedere tutte quelle persone che soffrono senza i loro cari vicino, mi ha distrutto” replicò Laura mentre la quarta infermiera Giovanna entrava nella sala ricreativa. “ Che ne dite di fare una foto piena di speranza che cancelli tutto il dolore che abbiamo visto in queste ore?” Affermò Dasy. “È un'ottima idea” replicarono in coro le altre! Dopo aver pubblicato la foto sul web le ragazze si misero sedute davanti una tazza di caffè, parlando del più e del meno ed aprendosi come non avevano mai fatto prima. La prima a parlare di sé fu Laura raccontando di suo figlio che non sa come passare il tempo e che quindi assilla Otto il suo povero cane che invece vorrebbe riposare tranquillo. “Tutte le volte che torno da lavoro trovo mio figlio Riccardo mentre rincorre Otto che scappa disperato!” Dopo un paio di risate tutte le infermiere iniziano ad aprirsi con le altre, come Dasy che racconta le proprie paure e preoccupazioni: “Ho paura di essere contagiata e che possa trasmettere il virus ai miei famigliari, non riesco neanche più ad abbracciare i miei figli e mio marito!” Claudia infatti risponde: “ È per questo che io ho mandato i miei figli dalla nonna, è straziante non poterli vedere ma la paura di contagiarli è più grande”. “Speriamo che si trovi il prima possibile un vaccino così che tutti possiamo tornare alla nostra vita” ribatté Giovanna alzandosi in piedi, perché ormai la loro pausa stava per finire e dovevano rientrare a lavoro. Le quattro infermiere sono molto diverse tra loro ma due cose le accomunano: la forza per superare questo brutto momento e la gioia di poter aiutare in qualche modo il prossimo.

Sofia, 14 anni, Rufina

La speranza e la felicità di quattro cuori

In questo periodo la paura supera la gioia. Siamo in un momento difficile, buio che sembra durare in eterno... eh sì, questi periodi ci sono già stati e ce ne saranno ancora molti ma nella noia, nel dolore e nella tristezza, bisogna riuscire a rialzarsi più forti, più felici e soprattutto più speranzosi di prima. Questo ce lo stanno insegnando e trasmettendo tutti i giorni i medici e gli infermieri che si prendono cura dei malati giorno e notte. Una delle zone più colpite dal Coronavirus è Milano e in uno degli ospedali ci sono delle dottoresse che pur non lavorando in un settore non sempre gioioso, sono sempre più speranzose, giorno dopo giorno. L'altro ieri, durante un turno di lavoro, si sono prese una pausa e si sono ritrovate per due chiacchiere e un caffè. Sono colleghe da molti anni, eppure, sanno ben poco della loro vita personale fuori dall'ospedale. È un'occasione per confidarsi avventure, divertimenti, paure e speranze, con magari qualche risata, che in questo periodo non fa male. Si sono messe a sedere, e una di loro ha cominciato a parlare... Ha iniziato col dire che sarebbe stata una cosa divertente: Giulia ha due figli, Sara 7 anni e Lorenzo 13 anni, "avevo messo a lavare i miei due camici bianchi e li avevo anche già stesi, ero a lavarmi i denti, i due ragazzi erano soli in salotto e dopo un po' Sara strillò. Lorenzo è un birichino rompiscatole e già immaginavo che c'entrasse lui... sono andata in salotto e non c'era più nessuno...ho cominciato anche io a preoccuparmi mentre mio marito se ne fregava ed era sotto le coperte al caldo. Lo stendino si trova all'ingresso, sono andata a vedere e indovinate? Mancava un camice! Lorenzino ero sicura che c'entrasse qualcosa, Sara è venuta da me di corsa, impaurita e agitata, allora ho chiamato quella peste di Lorenzo e... guarda caso non rispondeva...che pazienza! Sara mi ha raccontato che aveva visto un fantasma, io cercavo di tranquillizzarla e le dissi che sarebbe andato tutto bene, dopo poco Sara mi raccomandò di stare attenta e, svoltato l'angolo della cucina, mi sono vista una sagoma davanti. Ho collegato il camice al "fantasma" e a Lorenzo...facile! Ho richiamato allora Sara e le ho spiegato tutto, si è messa a ridere e io mi sono unita a lei, poi siamo andate insieme in camera di Lorenzo e finalmente si era deciso a smascherarsi, era già in pigiama e anche lui sotto le coperte, assonnato ma anche divertito! Ci siamo guardati tutti e tre per un attimo e abbiamo cominciato a ridere a crepelle!! Colleghe, in tutto ciò Antonio

dormiva...che ghiro!!!!

Allora, vi ha divertito?” Dopo qualche risata, continuò la conversazione Alessandra, infermiera, una donna un po' chiusa e timida, ma simpatica! “Voglio parlarvi di una cosa di famiglia, un po' privata ma mi fa piacere con fidarmi con voi. Sapete perché sono diventata infermiera? Ecco ora vi spiego... mia madre, quando ero piccola aveva una malattia. Lei aveva un medico bravo che si prendeva sempre cura di lei insieme a me. Io da bambina avevo paura ad andare da un dottore anche per un piccolo mal di gola o per qualche controllo, non avrei mai pensato di fare la dottoressa e lavorare in un ospedale...e invece eccomi qua! Sono qui perché mia mamma alla fine non ce l'ha fatta e, ovviamente non è stata colpa del medico, ma di questo virus che aveva che l'ha portata alla morte e allora io ho deciso di cominciare a studiare per questa professione in onore di mia madre, sarebbe tanto orgogliosa di me... La mia paura in questo periodo è che la stessa cosa possa succedere a me o a qualche mio caro, ma voglio pensare solo al presente e lasciar andare il passato, voglio essere più fiduciosa e positiva possibile.” Le quattro operatrici infine si fecero una bella foto speranzosa con un bel sorriso. Quel momento è stato molto utile per raccontare qualche pazzia ma anche per raccontare paure che molti di noi hanno. Tutte e quattro inoltre dissero:

“Siamo sicure che ce la faremo, andrà tutto bene!”

Gaia, 14 anni, Rufina

Durante una pausa lavorativa le quattro operatrici sanitarie si sono date del tempo per parlare un po' di se stesse, tutte insieme isolandosi da quello che sta succedendo nel loro ospedale come in altri. Nell'occasione decidono di postare una foto che le ritrae felici nonostante la situazione che stanno vivendo. Vedere loro che sorridono mi dà un segnale di speranza.

Sandra è la più anziana del gruppo e dai suoi discorsi capiamo che vive in campagna con suo marito e il suo cucciolo di labrador combina guai. Pensa, una volta ha fatto scappare tutte le galline dei suoi vicini perché voleva giocare con loro, una volta le ha mordicchiato le suo scarpe Gucci appena regalate da suo marito e un'altra volta hanno dovuto attendere che il cane facesse i suoi bisogni per recuperare la fede del suo marito lasciata sul lavandino del bagno.

Martina, la seconda da sinistra, ha portato il disegno fatto da sua figlia Elisa di nove anni che con il babbo postino si è trasferita dalla nonna, ma

nonostante questo tutti i giorni le fa consegnare una letterina fatta da lei ed a volte la nonna ci aggiunge una bella torta per tutte le colleghe.

Anna, la più gocherellona del gruppo, la mattina appena arrivano le colleghe ha sempre una barzelletta pronta per rallegrare la giornata e nei momenti di pausa è quella che riesce a rasserenare con il suo sorriso le situazioni più difficili.

Patrizia, la più giovane del gruppo, spera che questa situazione finisca alla svelta perché il suo fidanzato la sta aspettando per poter costruire una famiglia insieme a lei, per fortuna ha delle colleghe fantastiche che quando la vedono triste le fanno tornare il buon umore.

Damiano, 14 anni, Rufina



Fig. 111 Restate a casa

Katie, Emily, Susanna e Serena sono quattro giovani infermiere che lavorano all'ospedale Niguarda di Milano. Lavorano tutto il giorno senza staccare mai. Mentre lavoravano però decisero di staccare un minuto solo per una semplice foto mentre sorridevano per aiutarci a capire di non mollare mai, specialmente in questo duro periodo del Coronavirus, in cui tutti hanno paura di essere contagiati e passano le giornate in casa a sperare che passi il prima possibile. "Secondo me, il Coronavirus è un virus che ci aiuta a capire l'importanza anche di una semplice e breve passeggiata all'aria aperta" disse Emily.

"Sì esattamente, anche per me è così, io in questo periodo di quarantena sto sempre con mio figlio e solo ora capisco quanto sia importante dedicargli anche solo una giornata e di quanto mi renda felice giocare con lui, avere tempo per lui", disse Serena. Questo fu il periodo giusto per aprirsi fra loro e anche per confidarsi i loro sentimenti e ciò che provassero.

"Io invece in questo periodo di quarantena gioco sempre a casa con il mio gatto e ci dormo pure insieme, perché sennò mi sento sola, visto che le mie figlie sono dal loro babbo." Disse Katie.

"Io penso che il Coronavirus sia arrivato per una ragione, forse per imparare i valori della vita e farci gustare tutti i tesori che abbiamo e non sottovalutarli (figli specialmente), perché forse troppe volte non ci rendiamo conto di metterli al secondo posto e di sottovalutarli". Disse Serena.

Attraverso queste donne vediamo l'impegno e la speranza che tutti noi dovremmo avere in questo lungo e difficile periodo, imparando tutti i valori della vita, perché fino a ora non ci rendevamo conto delle cose e delle persone fondamentali che abbiamo sottovalutato. Questo virus adesso ci sembra cattivo e stupido ma quando finirà state sicuri che ci renderemo conto di quante cose che ci ha insegnato.

Alice, 14 anni, Rufina

Dopo un turno veramente difficile da affrontare Antonella, Beatrice, Sara e Sofia, le quattro operatrici sanitarie dell'ospedale Niguarda di Milano, decidono di scattare una foto tutte insieme con i disegni preparati dai bambini dell'ospedale.

Antonella pensa subito dopo che questa sia l'occasione per parlare un po' di loro, dato che dopo anni di lavoro insieme non sanno molto l'una

delle altre.

Beatrice decide quindi di iniziare per prima raccontando un piccolo aneddoto divertente per rallegrare la giornata:

”Un sabato mattina, quando già girava voce del Coronavirus, avevo accompagnato mia figlia dal dentista e gli chiesi che ne pensava a riguardo. Iniziò dicendo che la gente era troppo allarmata e io subito concordai. Ma la cosa divertente è che addirittura una signora gli aveva chiesto delle mascherine per tutta la famiglia!”

Tutte scoppiarono a ridere e Sara pensò di mostrare qualche video divertente:

“Questo video me lo ha inviato mia sorella Luana. Il signore porta a spasso il suo cagnolino dal balcone!”

Allora Sofia, che era una comica nata, fece la seguente battuta:

“A questo punto credo di voler affittare un cane per mio marito per tenerlo impegnato!”

Le infermiere continuavano a ridere fino a quando Beatrice decise di confes sare una cosa:

“Forse non ci siamo mai divertite così tanto insieme e non abbiamo mai avuto tempo da dedicarci per conoscerci meglio, ma in questo periodo credo di aver finalmente capito l'importanza di una risata o della compagnia di qualcuno. Io non mi sono accorta di quanto vale una battuta, e nemmeno un bacio o una carezza, e il nostro compito è quello di dimostrarlo. Dimostrare che se impariamo a rispettare quanto valgono questi piccoli ma importanti gesti, un domani li apprezzeremo di più.”

Sofia disse:

“Sai Beatrice, il tuo discorso è veramente quasi più importante del decreto di Conte! Ma a parte gli scherzi noi siamo uniti e riusciremo ad uscirne tutti!”

Antonella, che finora aveva solo riso, spiegò che aveva paura di non essere abbastanza forte per superare tutto ciò e Sara la abbracciò consolandola col dire che tutti siamo altamente preoccupati sia di non riuscire a proseguire sia di non dedicare abbastanza tempo alle proprie famiglie. Infine le ragazze andarono a prendere un caffè al primo piano promettendo di non mollare mai.

Michela, 14 anni, Rufina

Queste donne possono sembrare quattro semplici persone ma non è così, sono donne che lottano ogni giorno per salvare bambini e adulti e che rischiano la loro vita pur di fare del bene altrui. Nonostante tutto ciò che stanno passando, il sorriso non lo hanno mai perso e cercano comunque di dare una speranza a tutte le persone che pensano di non farcela. In un momento di pausa, dopo una lunghissima giornata stancante si accorgono che anche se lavorano insieme da molti anni conoscono poco della loro vita fuori dall'ospedale. Francesca, che è la più giovane, decide di confidarsi per prima...è preoccupata perché suo padre purtroppo non sta molto bene e nonostante sappia che è un uomo forte pensa che la sua situazione sia troppo grave. Chiaramente tutto questo dolore non vuole trasmetterlo anche al padre e cerca di sorridere sempre davanti a lui. Le sue amiche hanno comunque cercato di aiutarla, confortandola e spiegandole che tutto andrà per il meglio e che deve stare tranquilla; l'importante è che prenda medicine adatte per lui e per la sua situazione.

Paola invece non ha niente in particolare da raccontare ma comunque ci teneva a dire che qualunque cosa accada lei ci sarà sempre per le sue colleghe nonché amiche. Giorgia decide di parlare dei suoi figli: Giuseppe e Andrea. Hanno entrambi 15 anni e sono l'unica cosa che aiuta Paola ad essere felice, ha divorziato tre anni fa e inizialmente nessuno l'ha presa molto bene. Col passare del tempo i figli e i familiari hanno capito che è stata la scelta migliore per tutti e adesso in famiglia le cose vanno benissimo anche con il suo nuovo compagno. Martina invece decide di raccontare del suo amico peloso: Baffo. Purtroppo è morto circa un mese fa e sente molto la nostalgia di tornare a casa la sera dopo lavoro e vederlo saltare nelle sue braccia. Gli animali sono come persone, anzi molte volte sono più fedeli e non si stancano mai di ascoltarti. Era un cane molto affettuoso e generoso che avrebbe fatto di tutto per Martina. Insomma è stata una pausa speciale e unica a differenza di molte altre, adesso le ragazze devono tornare a lavoro a salvare altre vite e soprattutto regalare sorrisi.

Vanesa, 14 anni, Rufina



Fig. 112 Andrà tutto bene

Riscoprire un modo diverso di stare insieme e divertirsi

*“La vita è fatta di piccole cose insignificanti, simili a minuscoli fiori.
Non è fatta solo di grandi cose, come lo studio, l'amore, i matrimoni.
Ogni giorno succedono piccole cose, tante da non riuscire a tenerle a mente
né a contarle
e tra di esse si nascondono granelli di una felicità appena percettibile
che l'anima respira e grazie alla quale vive.”*
Banana Yoshimoto

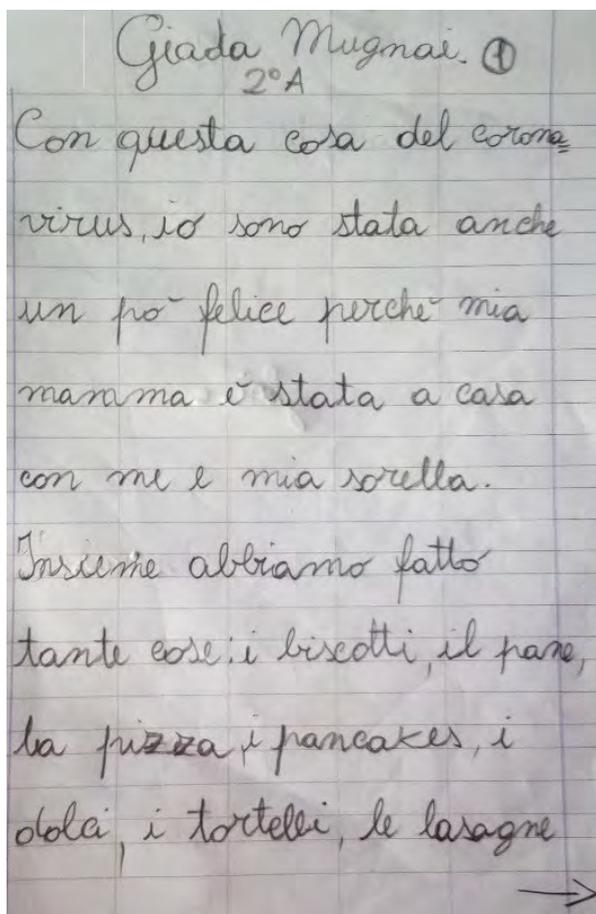


Fig. 113a Raccontarsi

e tante altre cose. In famiglia abbiamo scoperto tanti giochi tipo dama, filetto, sciangkai e con le carte. Sarei ancora più felice se il coronavirus venisse sconfitto e trovato il vaccino, per poter ritornare a abbracciare

Fig. 113b

③

come prima con gli
amici, parenti, compagni
di classe, di catechismo e
le maestre.

Chiedo a Gesù Bambino
di aiutarci a mandare
via il coronavirus.

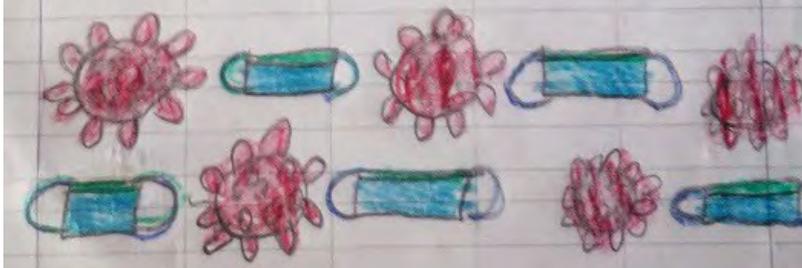


Fig. 113c

Raccontare e raccontarsi: il significato della narrazione

*“Ogni trovata narrativa è reale, ne potete star certi.
La poesia è una scienza esatta quanto la geometria.”*

Gustave Flaubert

Narrare è un concetto trasversale che risponde ad una necessità profonda, potremmo dire primordiale: il bisogno di interagire con il mondo. In questa relazionalità è possibile narrare e raccontarsi per negoziare il proprio sé con quello degli altri.

In questi mesi è accaduto qualcosa che ha spezzato in qualche modo un filo che adulti e bambini credevano di tenere ben stretto. Questo filo si chiamava quotidianità, una normalità frenetica che come adulti abbiamo costruito e in qualche modo proposto, o meglio imposto anche ai bambini e ai giovani. Per uscire dal caos e dallo smarrimento abbiamo utilizzato il raccontare. Tale gesto è capace di fermare gli eventi per guardarli più da vicino per dargli un nome, restituire una forma più definita al caos. Narrare può salvarci dai pensieri negativi, può aiutarci ad emergere dallo smarrimento. Questo è avvenuto anche negli scritti che hanno creati i bambini e i ragazzi. L'opportunità di raccontare ha permesso di dialogare, di creare immagini mentali più rassicuranti.

Perché narrando si può dare un senso alla realtà e alle proprie esperienze.

Proprio per questo singole azioni possono essere collocate all'interno di una storia personale e collettiva.

Raccontare consente di dare ordine e chiarezza agli eventi; può aiutare i bambini e i ragazzi a riconoscere e a dare un nome alle emozioni vissute, a costruire un vocabolario per parlare dei sentimenti e a illustrare i diversi modi in cui le persone reagiscono alla paura, alla tristezza, alla felicità...

La narrazione coinvolge fortemente la dimensione affettiva, quindi non può essere ridotta a un semplice resoconto o a una lista di eventi.

La nostra identità si costruisce anche attraverso un intreccio di storie: quelle raccontate, ascoltate e condivise.

I bambini, infatti, ricevono dai genitori e dagli altri adulti significativi spezzoni di vita della loro primissima infanzia, della vita prenatale e loro mescolano queste narrazioni con le esperienze personali. Le storie ascoltate su di sé diventano struttura della persona, spesso indirizzano le scelte di vita.

Anche gli adolescenti, se pur presi dai cambiamenti del loro corpo, sono attratti dalle storie e si raccontano agli altri mescolando passato e futuro. L'identità è intorno a noi, è nella relazione e nello scambio. Come si può immaginare però il raccontare richiede una capacità di elaborazione del pensiero, complesso e duraturo che deve fare i conti con modalità molto breve e concentrata che chiamerei "smart" nella quale siamo tutti immersi, soprattutto gli adolescenti. Gli stimoli sonori e visivi viaggiano insieme e si sostengono a vicenda, tanto che molti giovani affermano che senza tali sollecitazioni si sentono a disagio. L'abitudine ormai radicata di utilizzare il cellulare ha sviluppato una modalità comunicativa molto meno riflessiva, più immediata con una capacità di attenzione ridotta, quasi da spot pubblicitario.

Di fronte a una storia la mente non vede la realtà solo per categorie logiche e strutturate. Sappiamo infatti che la vita spesso non è né logica né coerente, presenta delle ambiguità che la ragione non sempre sa spiegare, Pascal infatti affermava che: "Il cuore ha le sue ragioni che la ragione non comprende". La narrazione può diventare un modo per capire le ragioni del cuore, per entrare nelle emozioni dell'esistenza.

Nelle riflessioni narrate dai ragazzi che leggerete di seguito è presente l'intreccio della vita tra cuore e ragione.

"Leggere racconti significa fare un gioco attraverso il quale si impara a dar senso alla immensità delle cose che sono accadute e accadono e accadranno nel mondo reale."

Umberto Eco

Diario di un albero

Caro diario...

Sono stato piantato in questo giardino molti anni fa e da sempre osservo ed ascolto quello che succede intorno a me, ma non ho mai visto nulla di simile. Non vedo più la gente uscire come prima... escono sempre una o due volte, prima non era così... e poi ora quando le persone escono, sul viso hanno come un piccolo velo sulla bocca... prima non lo avevano, inoltre i ragazzi e bambini andavano a scuola...ora non più...

Questa situazione mi ha fatto impaurire e mi sono sentito solo, il giardino vuoto senza nessun rumore e soprattutto senza la gioia dei bimbi, non era più la mia casa. Quando ho scoperto quello che stava succedendo mi sono tranquillizzato. La gente doveva stare a casa perché c'era un virus nell'aria, quel velo ho scoperto che si chiama mascherina e le persone sono obbligate a portarla per non prendere il virus. I bambini e ragazzi non vanno a scuola perché nelle classi non ci sono le giuste distanze e quindi per sicurezza devono rimanere a casa; non so come facciano a studiare e fare i compiti... però sono sicuro che un modo lo troveranno. Insomma la vita delle persone è cambiata del tutto; in questo periodo inoltre non ho osservato solo il cambiamento umano ma anche quello della natura. Vedo che l'erba è molto ribelle, cresce a non finire e siccome nessuno la può tagliare è libera di crescere quanto vuole. Gli animali conducono la stessa vita anzi la loro vita è migliorata, hanno ritrovato degli spazi che gli uomini avevano rubato loro. Infatti stanotte osservavo una famiglia di cinghiali che si avvicinava alla strada e scorrazzava libera come se giocasse a nascondino.

Purtroppo alcuni animali sono stati abbandonati dai loro padroni perché avevano paura di prendere il virus.

Caro diario...

Dopo tre mesi che la gente è chiusa in casa finalmente si riaprono un po' le attività lavorative anche se non del tutto perché bisogna sempre tenere d'occhio la situazione e se dovesse peggiorare dovranno richiudere tutto, quindi è meglio che le persone siano prudenti se non vogliono ritrovarsi nella situazione precedente. Anche qui nel giardino i giochi per i bambini sono ancora chiusi ma almeno qualche persona è tornata a sedersi sulle

panchine, ed io mi sento meno solo. In questa nuova situazione vedo molta più gente fuori che è o a camminare o in bicicletta, ovviamente portando sempre le mascherine; finalmente sono riaperti i bar, le gelaterie e altri posti comuni dove le persone prima andavano. Purtroppo le scuole non sono potute riaprire per questioni di sicurezza... ma ho saputo che i ragazzi di ogni ordine e grado a casa fanno le videolezioni e i professori assegnano loro i compiti come a scuola. La vita umana procede bene mentre quella in natura insomma... L'erba che prima cresceva senza problemi ora viene in continuazione tagliata, gli animali prima erano molto più liberi senza essere controllati da nessuno mentre ora sono di nuovo controllati e non sono più liberi... insomma, questa nuova situazione per gli esseri umani è migliore...ma per la natura no... vabbè dobbiamo accettarlo... in fondo la natura viene sempre dopo tutto e tutti.

Aurora



Fig. 114 Super eroe

“Ricordi”

21 marzo 2020

In questi giorni tutto è avvolto da un'atmosfera surreale. Sulle strade non c'è più tutto quel traffico, che per la confusione e lo smog non rimpiango affatto, anche se mi manca tutta quella vita che animava la città con voci e luci, ma soprattutto vedere i bambini che correvano per i marciapiedi mentre ridevano e giocavano, lascia davvero un vuoto incolmabile. In questi giorni però la natura si è risvegliata e le mie foglie sono più verdi che mai, ma soprattutto l'aria è decisamente più respirabile e pulita che negli ultimi tempi, coronavirus a parte. Timidi animaletti stanno uscendo pian pianino dai loro rifugi e dalle loro tane, più tranquilli che mai, anche se increduli, perché finalmente hanno lo spazio che cercano, ma che l'uomo non ha mai saputo dare loro.

È bello vedere la natura rinata, che si prende i suoi spazi, tra cui anche qualche mio ramo, ma è anche triste, perché se non fosse stato per questa quarantena, l'uomo la natura non l'avrebbe mai ascoltata. Adesso animali e piante sono liberi di uscire allo scoperto senza avere la paura che qualcuno o qualcosa possa fare loro del male, come ad esempio le macchine guidate dagli uomini, spesso poco prudenti nella guida, specialmente nelle grandi città come la mia. Inoltre anche tutti i rumori forti spaventano, come ad esempio il “brum brum” delle macchine o il “beep beep” dei clacson, ma adesso le strade sono silenziose, troppo silenziose.

Mi manca sentire la gente che parla del più e del meno, che si racconta storie e che discute con enfasi dei propri acquisti fatti nei negozi più chic della città. Proprio quei negozi adesso sono chiusi, e mi sento ancora più solo che mai in questa Piazza dell'Indipendenza completamente deserta. Sì, proprio quella piazza di Firenze, che fino ad un mese fa era piena di gente, di mamme con bambini e di voci, risate, anche pianti... ma mi manca tutto questo... mi manca la normalità, che non è certamente coperta da una mascherina, né tanto meno indossa un paio di guanti. La normalità non ci fa paura, non poterci abbracciare, vedere o toccare, sì. Proprio l'altro giorno ho visto due innamorati che si osservavano a distanza, e con gli occhi si dicevano tutto quello che coi gesti non potevano dirsi.

Mi mancano i saluti e gli abbracci della gente, che in un modo o nell'altro riuscivano a scaldare il cuore pure a me. Ora tutto ha un sapore

amaro, e la dolcezza della normalità sarà il lontano dessert, che non si sa mai né quando arriva, né se arriverà. D'altronde è sempre stato l'ultima portata...

Pamela, 12 anni, Rufina



Fig. 115 Sotto l'albero

18 maggio 2020

Stamattina sento che qualcosa è cambiato. I primi piccoli negozi cominciano a riaprire, e si sentono delle strane voci che gridano di scaricare i pacchi da una parte all'altra della strada. Proprio la strada è tornata ad essere più trafficata, e gli animali sono già corsi ai ripari... Sembra una "rivoluzione", un'apocalisse, una corsa alla normalità. Gente che torna a ripopolare la città, bambini che corrono, distanze annullate... non capisco, sono confuso. Perché la gente si riabbraccia di nuovo, come se non fosse successo nulla? Ancora non è finita la lotta al Coronavirus, e le distanze vanno mantenute! Da ieri a oggi non è cambiato nulla, se non qualche numero, ma non è un numero a poter dettare le regole! Altrimenti sarebbe una corsa ai numeri, come se una volta arrivati a 800 contagi al giorno in Italia potessimo tornare tutti in piscina a far feste e schiuma party, ma non

è così. Capisco l'entusiasmo, ma se badiamo solo ai numeri diventiamo idioti! Ci vuole scrupolo, altrimenti tutti i nostri sforzi saranno annullati, e dovremo rifare tutto da capo! Allora la gente non ha capito proprio nulla, mi sembrava strano. Gruppi di ragazzi senza mascherine, tutti ammassati, selfie, abbracci, strette di mano... io non ci posso credere... Gli italiani vogliono tirarsi la zappa sui piedi da soli, a quanto pare... Chiedo un ultimo sforzo, uno soltanto. Non buttiamo tutto all'aria. Mamme, babbi, ragazze e ragazzi, resistete ancora un po', e poi torneranno anche gli abbracci, i baci, i gruppi, le uscite senza mascherine o guanti, ma ci vuole pazienza, anche se quella portata fino ad ora è già tanta, troppa! Ma teniamo duro ancora per un po', per non essere la distruzione di noi stessi dobbiamo collaborare. Parchi nuovamente invasi dalla gente, ragazze e ragazzi che girano con enormi buste di vestiti, trucchi, borse, bambini che giocano tutti ammassati nei parchi, genitori che non rispettano né fanno rispettare le distanze ai figli, gente che si abbraccia e beve nei locali, tavoli troppo vicini... Ma vogliamo tornare indietro? Ditemi voi... È davvero questo quello che vogliamo? Rovinarci di nuovo così? E continuare a morire ed uccidere?

Diario di un albero a tempi del Covid 19

18 Maggio

Caro diario,

Ti scrivo per parlarti di ciò che sta succedendo negli ultimi due mesi con l'arrivo del Covid-19 qui in Italia. Da quando questo virus è arrivato, il mondo è cambiato molto: è da molto tempo che non vedo le persone che spesso uscivano a passeggiare con gli amici o semplicemente con il proprio cane. Quelle poche che escono per fare la spesa o per portare il cane a fare i propri bisogni ora hanno una strana maschera che copre il naso e la bocca, queste persone sono cambiate non solo nell'aspetto ma anche nel comportamento, sono più tristi e silenziose, e non sono attive come prima, inoltre i bambini non giocano più nel parco e non vanno più in bici. Nelle belle giornate la città è deserta, con il sole che riscalda tutto il paese; le persone anziane non si fermano più nelle panchine del parco a fare le solite lunghe chiacchierate oppure a fare una bella passeggiata. Nel frattempo però, io sono diventato più felice, prima infatti con tutte quelle persone, noi poveri alberi stavamo molto male, soprattutto quando passavano le macchine, non mi piace il fumo che emettono! Rovina la mia bella corteccia e fa seccare le mie foglie, ed io sto male. Anche gli animali si sono ripresi il proprio posto, infatti dopo tanto tempo ho rivisto uno scoiattolo che si è pure arrampicato su di me, in particolare sui miei bei rami, che si stavano riempiendo nuovamente di foglie, ed ho visto anche un cerbiatto in mezzo di strada, era molto bello, non ne avevo mai visto uno, me ne aveva solo parlato il mio amico Alberello, infatti lui prima stava nella foresta, poi è stato spostato qui in città insieme agli altri alberi.

Oltre a noi anche i fiori sono aumentati rispetto agli altri anni, e dato che ora è primavera non ho mai visto niente di simile, i prati si erano ripopolati di fiori, infatti al giorno d'oggi è già tanto se noi alberi riusciamo a vivere a lungo. Ora è sera, nell'arco della giornata ho visto solamente 27 persone, e ora andrò un po' a riposarmi insieme a i miei compagni alberi.

19 maggio

Caro diario,

oggi è un nuovo giorno, e speriamo sia migliore, ieri ti ho parlato di ciò che è successo all'inizio del lockdown, oggi invece ti parlerò di ciò che sta succedendo dopo due mesi dall'inizio della quarantena. È da una settimana circa che le persone stanno ricominciando ad uscire, infatti da un giorno all'altro ho visto un sacco di persone rispetto a questi ultimi due mesi, la gente esce molto più frequentemente, soprattutto i giovani prendono la bici, mentre gli adulti vengono fuori per allenarsi o fare delle passeggiate pomeridiane, idem gli anziani.

Sembra che questa situazione del virus si stia pian piano risolvendo, anche se gli uomini continuano a portare quelle strane mascherine. Oltre alle persone in circolazione, stanno riaprendo anche i vari negozi come per esempio i parrucchieri, infatti negli ultimi mesi le persone avevano dei capelli davvero stravaganti, però le aperture non riguardano solo i parrucchieri, ma anche molti altri tipi di negozi. Un'altra cosa che ho notato riguardo al comportamento degli umani è che a differenza di prima in cui stavano molto vicini per abbracciarsi oppure semplicemente per salutarsi, ora rimangono molto lontani l'uno dall'altro, se devo essere sincero non so per quale motivo, sta di fatto che questa cosa li sta aiutando per risolvere questa situazione del Covid-19, però a differenza di prima a inizio quarantena tutti sono molto più felici. Penso che forse non sarei mai arrivato a tal punto da dirlo, ma spero che riescano a uscire da questa brutta situazione, anche se molte volte non ci rispettano, ci fanno ammalare e soffrire, fanno seccare le nostre foglie e ci tagliano in continuazione, a volte senza darci nemmeno tempo di ricrescere per bene. Spero anche che questo periodo possa averli aiutati a comprendere che senza il loro inquinamento, la natura, in poco tempo si può riprendere i propri spazi, vorrei quindi che iniziassero a rispettarci.

Non so come andrà a finire tutto questo, ma spero nel migliore dei modi.

Jari



Fig. 116 Ai giardini

Diario di un albero ai tempi del Covid19

15/05/2020

Caro Diario,

Ti scrivo per raccontarti di queste giornate strane.

In questi giorni vedo poche persone uscire di casa e indossano una mascherina in faccia e dei guanti blu e stanno molto lontani tra di loro. Non ho ben capito se lo fanno per un gioco o qualcosa del genere ma non credo perché sono passati due mesi, quasi tre da quando hanno iniziato. Posso farti anche altri esempi: i bambini non vengono più a giocare vicino a me anzi molti di essi non li vedo proprio mentre altri vengono da soli o con i propri cani a vedere se sono vivo. Un altro esempio?

La natura, ora è diversa è molto meglio, l'aria che respiriamo è molto pulita, le mie foglie e quelle dei miei amici sono di un verde più acceso di prima, il tronco è più maturo e infine uno stormo di uccelli mi hanno detto che molti animali sono tornati nei loro habitat naturali come i delfini. Il cielo è meno inquinato.

Il mondo mi sembra come se fosse rinato.

Verso le cinque e mezzo di pomeriggio un bambino è venuto a parlare di questa storia, sdraiato sulle mie radici. Mi ha detto che loro sono in quarantena e devono stare in casa perché rischiano di prendere un virus chiamato "Coronavirus" però possono anche uscire per una passeggiata, lui è molto triste perché non può uscire con gli amici per tanto tempo perché deve fare i compiti. Secondo me invece questa quarantena ha i suoi vantaggi per alcuni e i suoi svantaggi per altri: gli svantaggi sono che le persone non posso uscire dal proprio paese, molte persone non possono lavorare in ambienti come bar, parrucchieri, estetiste, ristoranti, pizzerie, negozi di abbigliamento e i maestri, i professori devono fare lezione tramite un computer e molte volte va via la connessione. I vantaggi sono per gli animali, le piante, etc... perché molte persone non prendono la macchina e perciò non inquinano e noi respiriamo un'aria migliore.

Spero che questa quarantena finisca così rivedrò i bambini che si divertono giocando, le persone in macchina che sono di fretta e spero che gli umani cerchino di non inquinare.

18/05/2020

Caro Diario,

Sono passati tre giorni da quando ti ho scritto l'ultima volta e sono cambiate molte cose.

Ti avevo scritto che non vedevo più molta gente e ora invece non è così, ti spiego. Prima non c'erano tante persone che andavano a giro mentre ora sì, ed escono anche a gruppi di cinque o sei ragazzi. Sono contento che posso rivedere i bambini e notare quanto sono cresciuti, e anche loro erano felici di vedermi. Dopo qualche minuto hanno iniziato a giocare a palla mentre parlavano. Ad un certo punto ho sentito che hanno detto che sono felici perché ora possono incontrarsi perché il Presidente Conte ha dato il permesso e ora c'è la fine del Lockdown, ho anche sentito che tra poco finirà la scuola e inizierà l'estate. Se l'altro giorno ti ho detto che il mondo sembra rinato, oggi sembra che si sia ripopolato, ho anche detto che volevo rivedere i bambini e le persone che passano e questo è un inizio.

Cristian



Fig. 117 Giocare al parco

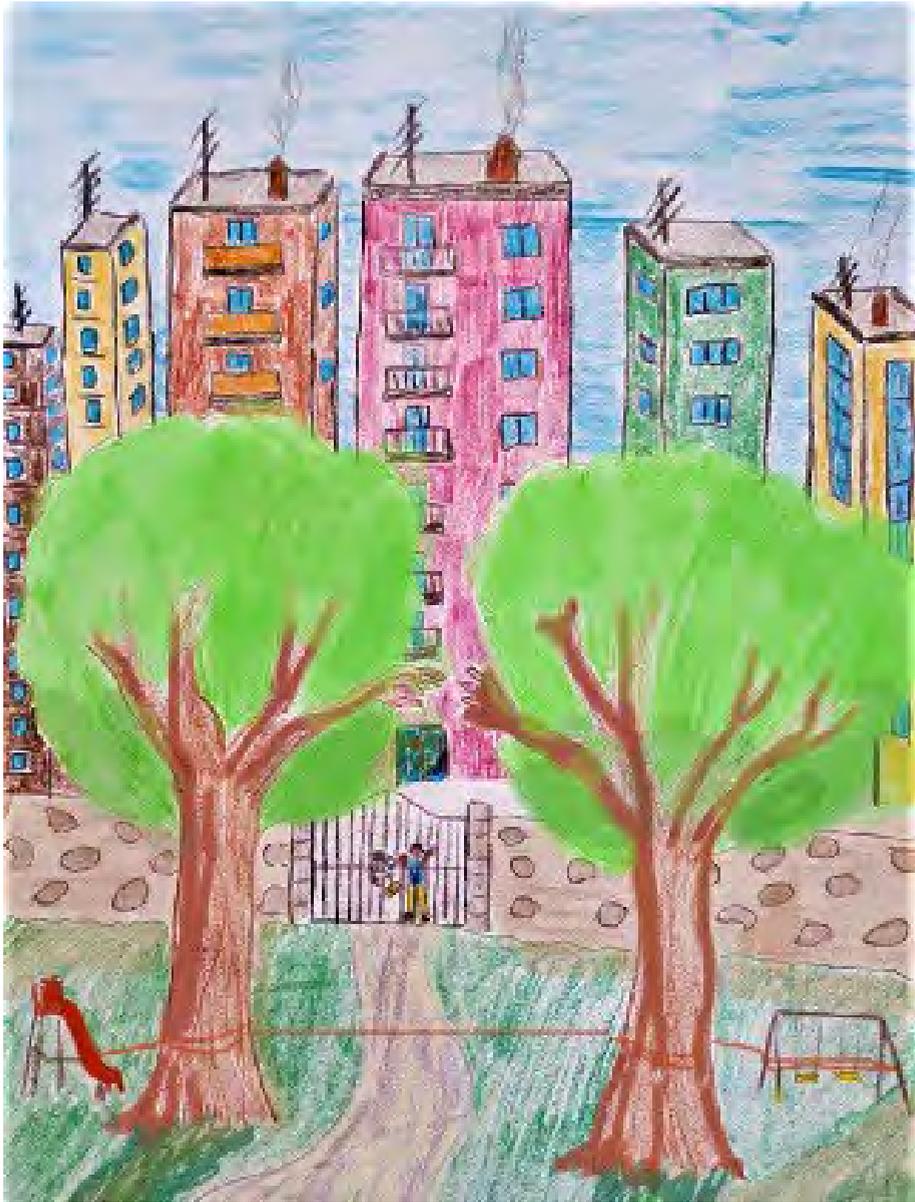


Fig. 118 La città

Diario dell'albero durante la quarantena

Giorno 28 marzo 2020

Caro diario,

come ben sai questo anno non è iniziato nel migliore dei modi. Con l'arrivo di questo Covid-19, poi definito una pandemia, tutti sono in quarantena. Rinchiusi in casa! Io in questi giorni sto ricominciando a vedere gli animali selvatici, qui in città. È arrivata da poco la primavera e quindi sono molto felici perché la mia chioma sarà piena di bei fiori, anche se non potrò sentire i bei complimenti che mi fanno i bambini quando passano di qui. Mi mancano così tanto che rimpiango anche la quantità di palloni finiti nella mia chioma che scendevano solo in inverno, le urla dei bambini che giocavano, ma soprattutto il solletico degli aquiloni incastrati tra i rami.

Erano anni che l'istrice del fiume non arrivava fin qui a curiosare tra le mieradici.

Quel cuore intagliato nel tronco è ancora incompleto, spero che i due fidanzati tornino a completarlo. Per me è come un tatuaggio! Non vedo l'ora!

Giorno 18 maggio 2020

Caro diario,

in questi giorni la situazione sta cambiando. Finalmente! Ci sono ancora pochi animali qui in giro. Ma comincio a rivedere bambini, genitori e amici camminare per queste strade. Non sono come prima della quarantena, gli amici sono molto più felici di rivedersi e genitori e bambini contenti di uscire finalmente di casa. Però tutti hanno delle strane cose sul viso, pezzi di stoffa colorata, come fossero maschere.

Forse hanno capito veramente quanto è importante la quotidianità di tutti i giorni. Ancora bambini e ragazzi non sono tornati a scuola, non sto vedendo zaini né libri, ma sento campanelli di biciclette, ruote di pattini e timidi palloni che rimbalzano.

Oggi sentivo il solletico sul mio tronco. Ora il cuore è completo, sono sicuro che A e F si amano ancora.

Mila

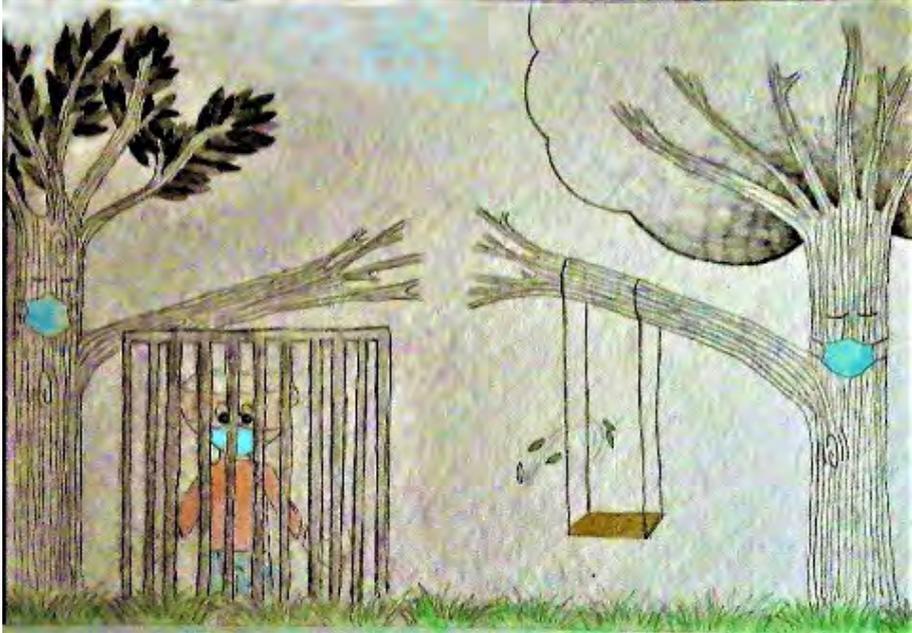


Fig. 119 Senza libertà

14 Aprile 2020

Oggi è un giorno come tutti gli altri, sono solo, ormai è un mese che non esce nessuno. A me non piace stare dal solo e per fortuna alcuni animali stanno tornando nelle strade e negli alberi, anche nei miei rami arrivano ogni giorno gli uccellini che fanno i nidi con bastoncini secchi che in tutto questo tempo sono caduti. È molto bello vederli correre, giocare e pure mangiare. Alcune volte vorrei staccarmi dalla terra e iniziare a correre insieme a loro. Adesso è anche cominciata la primavera, iniziano a spuntare i primi fiori e le farfalle adesso volano intorno ai fiori sulla mia chioma. In queste giornate mi annoio tanto, spero che le persone tornino ad uscire il più presto possibile.

4 Maggio 2020

Caro diario,

oggi ti darò una notizia stupenda, le persone sono tornate ad uscire, anche se in modo strano ma almeno adesso camminano anche nel parco dove sono piantato io. Indossano una mascherina, non è molto bella e

non gli si vede tutto il viso perché si coprono con essa il naso e la bocca. Mantengono sempre un metro di distanza tra di loro e poi si disinfettano sempre le mani. Non so perché adesso fanno così, ma sono molto contento che siano tornati. Però collegato a questo loro ritorno c'è una cosa non molto bella: tutti gli animali che c'erano prima se ne sono andati, sono rimasti in pochissimi. Sono molto triste anche perché gli uomini non si abbracciano più ma adesso ho capito perché. Nel mondo c'è un bruttissimo e pericoloso virus che ha contagiato molte persone e queste sono le misure di sicurezza. Credo che non ci vorrà poco a tornare alla normalità, ma intanto la situazione sta migliorando.

Livia



Fig. 120 In attesa

Diario di un albero ai tempi del covid-19

19 Maggio 2020

Caro Diario,

stamani mi sono guardato attorno mentre mi sistemavo le foglie con l'aiuto dei rami.

Come sempre di mattina, soprattutto in questo periodo non c'è praticamente nessuno.

Come tutti sanno, stiamo vivendo un periodo particolare, soprattutto gli umani che sono abituati ad essere sempre indaffarati in varie cose e impegnati ad andare su e giù per le città, mentre ora con la quarantena la loro routine è molto monotona.

La "fase 1" o come la chiamano gli uomini è ormai un ricordo ma tutto dipenderà da come si comporteranno.

Adesso c'è la cosiddetta "fase 2" che non so che cosa abbia di differente con la "fase 1", so solo che sto cominciando a vedere più persone in giro.

In questa quarantena gli umani non stanno tanto bene, ma rimanendo a casa hanno fatto un regalo alla natura. Noi alberi eravamo veramente stufi del gas delle macchine e gli animali dell'inquinamento! Ho sentito anche dire che addirittura i delfini sono tornati a Venezia! Se ne erano andati per i troppi traghetti.

Anche io da albero mi sento molto meglio e più rigoglioso!

Noi esseri della natura, stiamo molto meglio adesso, a volte vedo anche degli istrici per strada, cosa rarissima prima della quarantena.

Parlando degli uomini, rispetto a qualche settimana fa, vedo i ragazzini uscire di nuovo fuori in piccoli gruppi di amici... Ma si comportano in modo strano rispetto a prima, appena si avvicinano troppo si ricompongono e si mettono distanti circa un metro.

Indossano tutti una insolita mascherina che copre i loro volti dal naso fino all'estremità del mento.

Invece gli unici umani che non vedo praticamente mai in questo periodo sono gli anziani, li noto solo a volte affacciati al terrazzo della loro casa.

Non so perché non vengono fuori anche loro ma magari sono deboli e con difese immunitarie basse.

Devo dire comunque che anche se ora gli umani non stanno benissimo,

penso che hanno imparato molte cose da questa esperienza.

Sicuramente i ragazzini hanno scoperto i veri valori della vita cioè la famiglia e gli amici.

Scommetto che a loro mancano i banchi di scuola e gli insegnanti!

Sono felice che gli uomini abbiano imparato questi valori veramente importanti per la vita e spero che rimangano impressi nella loro memoria.

Anche se in passato a noi esseri della natura hanno fatto molto del male, io credo negli uomini e nella loro intelligenza e so che possono cambiare.

Sara



Fig. 121 Guardare fuori

Diario di un albero

Caro Diario,

in questo periodo non vedo più i bambini che venivano a giocare qui al parco o a stare alla mia ombra per parlare o fare merenda e non sento più il rumore delle macchine che passano lungo la strada qui vicino. Anche la scuola qui di fianco al parco è silenziosa: non ci sono più i genitori che accompagnano i bambini a scuola...non sento più nessuno rumore.

Qualche giorno fa ho visto delle persone vestite con tute, avevano in faccia una specie di maschera ed alle mani dei guanti bianchi, venivano per mettere una recinzione tutta intorno ai giochi che ci sono al parco ma io non ci ho dato tanta importanza perché non sapevo e non so perché lo stessero facendo, come non lo so nemmeno ora, non riesco a capire perché i bambini non possono più andare sullo scivolo, sull'altalena e su tutti gli altri giochi che ci sono...

Caro Diario,

sono passati alcuni giorni ed ho visto solo una famiglia con due bambini passare dal parco ma non si sono fermati ai giochi, sono andati a dritto ed anche loro avevano le maschere come avevo visto alle altre persone che erano venute a mettere le recinzioni.

Se devo essere sincero, anche se le persone ed i bambini non vengono più, sto bene comunque, sto vedendo una natura bellissima come non l'avevo mai vista, le mie foglie e quelle degli altri alberi stanno diventando più brillanti e verdi, sto notando sbocciare dei fiori bellissimi intorno a me ed i loro colori mi sembrano più belli di sempre, l'aria che respiro è decisamente più pulita e non sentire più i rumori delle macchine in sottofondo è veramente rilassante.

In questi giorni sto osservando che ci sono molti più animali qui nel parco che girano tranquilli senza che nessuno dia noia loro.

Ho visto degli scoiattoli salire sugli alberi di fronte a me, alcuni gatti, delle lepri o dei conigli (non sono riuscito a riconoscerli) saltellare per tutto il parco e sento molti più uccellini cantare intorno a me!

Proprio stamani sono passati sotto la mia ombra due cerbiatti, penso siano stati la mamma con il suo cucciolo: non li avevo mai visti!

Si sono un po' fermati sotto la mia ombra, sembrava quasi che mi volessero salutare. Mi sono quasi emozionato.

Caro Diario,

sono passate alcune settimane da quando quegli individui vestiti in modo strano sono venuti a recitare i giochi e adesso comincio a vedere più persone venire qui ma indossano delle mascherine sulla faccia ed alcune hanno anche i guanti. Anche i bambini portano queste mascherine, solo quelli più piccoli sono senza. Purtroppo i giochi sono sempre recitati, quindi i bambini non ci possono andare.

Vedo però che si divertono lo stesso perché li sento ridere e li vedo giocare insieme anche se stanno tutti lontani uno dall'altro e stanno sempre in piccoli gruppetti.

Ho cominciato anche a sentire di nuovo il rumore delle macchine in lontananza, vedo più movimento nella strada che circonda il parco.

L'unica cosa che è rimasta sempre in silenzio è la scuola qui vicino, ancora i bambini non ci sono tornati e non capisco il perché.

Io sono felice se le persone tornano qui e si divertono però stavo bene anche quando c'era silenzio e i rumori che riuscivo a sentire erano solo quelli della natura e degli animali che venivano in questo luogo.

I giorni passano e le persone continuano a stare lontane quando arrivano nel parco. Spero che si siano accorte di quanto questo parco ora è più bello e spero tanto che questo faccia capire loro di rispettare di più tutto l'ambiente che li circonda.

Marco



Fig. 122 Lavorare

“Pino e il Coronavirus”

Era da qualche mese appena iniziato l'anno nuovo e come sempre mi godevo i giorni senza foglie, che liberazione!! Sono molto fastidiose perché portano i bruchi e altri insetti che mi rosicchiano tutto, provocandomi molta noia. Normalmente nella mia giornata passo le prime ore di luce a svegliarmi, schiarire le idee e stiracchiarmi rami e tronco, dopo io e il mio amico Quercia ci mettiamo a guardare la strada dove passano molte macchine, sia la sera che il giorno: siamo in viale Bellariva. Davanti a noi si trova una piscina, così vicina, che possiamo sentire il profumo del cloro, dietro di noi un piccolo campo sportivo dove solitamente il pomeriggio si allenano delle squadre di ragazzi mentre la sera ci sono degli adulti. Anche a me piacerebbe una volta imparare a giocare a calcio. Di lato invece si trova un parco giochi, che di mattino può sembrar abbandonato, ma nel pomeriggio pullula di bambini. Purtroppo non possiamo muoverci, infatti la cosa che sappiamo fare meglio è osservare.

Il mio amico Quercia non è un normale amico, ma qualcosa di più, mi aiuta sempre in tutto anche quando non riesco più a creare ossigeno. È diverso dagli altri alberi anche perché lui è più alto, robusto e audace, ma soprattutto è uno tra i pochi alberi che non perde le foglie; ancora mi chiedo come faccia, ma sinceramente preferisco stare con le foglie solo per qualche mese che per tutta la vita. Se dovessi rinascere in un'altra vita vorrei essere un albero senza foglie oppure ancora meglio un cactus.

Durante la notte qualcosa non tornava, le persone non c'erano più, l'unica cosa che si sentiva era il suono di quelle orribili ambulanze. Nessuno conosceva il perché di quegli orribili suoni, l'unica cosa che si sapeva era che le persone non stavano bene. Solo il pomeriggio seguente Quercia mi raccontò che suo cugino che viveva a fianco ad una casa aveva sentito parlare di questa malattia il “Coronavirus”, una malattia che uccideva le persone nel giro di qualche settimana. Pensai subito che quella malattia potesse contagiarmi così, spiegai subito ai miei amici che dovevamo nasconderci per cercare di non morire.

Così ebbi l'idea di non far nascere le foglie in primavera per non farci contagiare dagli animali o dagli essere umani.

Furono in molti gli alberi che mi seguirono e restammo così fino a maggio quando scoprimmo una cosa ovvero che gli alberi non avrebbero

contratto il virus. Tutti insieme quindi abbiamo deciso di aprirci, sbocciare, notando cose mai viste: le strade erano invase da animali e dalla natura, i quali dominavano il paesaggio. Una parte di me era addirittura quasi in mezzo alla strada. Per strada si potevano vedere cerbiatti, uccelli, qualche cinghiale e stranamente nessuna ambulanza.

Svariati giorni dopo i contagi iniziarono a scendere, ben presto capii che la cura a tutto questo non era un vaccino, ma bensì noi stessi e lasciare che la natura si ribellasse per aiutare la Terra.

Matteo



Fig. 123 Passeggiare

Diario covid-19

GIORNO 19

In pochi giorni il Covid-19 è già molto diffuso in Italia e molto probabilmente annunceranno la quarantena in tutta Italia, ovvero, scuole chiuse, bar chiusi, e non si vedranno più gli amici per un bel po'.

Le persone che escono di casa sono sempre di meno e sempre senza maschere rina.

GIORNO 24

Oggi è iniziata la quarantena e per strada non c'è anima viva. La persone che passano hanno sempre la mascherina e passano raramente e solo per fare la spesa.

GIORNO 37

È più di un mese che è cominciata la quarantena e raramente ci sono persone a giro, nel frattempo la natura migliora, l'aria diventa sempre più pulita e le mie foglie e quelle dei miei simili cominciano a crescere con l'arrivo della primavera, ma questa volta crescono più velocemente.

GIORNO 42

Oggi una passante è venuta sotto di me e ho letto dal suo telefono che in poche settimane nei mari e negli oceani si sono visti pesci che non si vedevano da un bel po', solo perché le acque sono più pulite. Anche l'aria intorno a me diventa ogni giorno più pulita.

GIORNO 83

Da oggi si possono vedere i familiari; ho visto molte macchine di persone che andavano a salutare i propri parenti.

GIORNO 95

Da oggi si possono vedere i propri amici sempre mantenendo le distanze e sempre con la mascherina, si può uscire in due o tre, non di più. La natura migliora ogni giorno, per le strade si vedono animali passare e nel bosco di fronte a me vedo spesso caprioli, cervi, cinghiali molto più vicini alle strade, ma ancora non hanno trovata una cura al Covid-19.

GIORNO 132

I contagi e i morti diminuiscono ogni giorno

Mentre i guariti sono sempre di più; le regole sono sempre meno rigide, la natura e l'aria intorno a me restano pulite, né migliorano né peggiorano; direi piuttosto bene.

Giada

4 marzo 2020

Caro Diario,

è il quattro marzo e mi sto annoiando, ma sento che presto cambierà qualcosa. Infatti è passata una bambina che tornava da scuola e sua madre le ha detto che probabilmente il giorno dopo avrebbero chiuso le scuole.

Mi sono chiesto perché mai dovesse succedere una cosa del genere. Magari la mamma ha visto le previsioni meteo e domani nevierà, quindi i bambini non andranno a scuola... questa è l'unica ipotesi che credo possibile.

5 marzo 2020

È mattina e mi sveglio, ma di neve neppure l'ombra.

Non vedo più la signora del palazzo qui accanto al parco che porta a spasso il cane prima di andare a lavoro. Non vedo più il signor Rossi che va a fare la spesa come di routine. Ma soprattutto non ci sono i genitori che accompagnano a scuola i bambini, oppure quelli che arrivano da soli con lo scuolabus... allora le scuole sono chiuse davvero, perché? Mi domando tra me e me, cosa è successo a questo paese che non è più frizzantino ed energico come tutti i giorni.

Ma ad un certo momento è accaduto un fatto ed ho capito cosa è successo veramente. Sono arrivati i vigili con l'altoparlante indossando degli strani fazzoletti che coprono la bocca e il naso, le chiamano mascherine, hanno detto che non si poteva più uscire di casa per colpa del Coronavirus.

Ho capito subito che non c'era da scherzare su questa cosa e temo che non vedrò più anima viva per chissà quanto tempo: che tristezza!

20 marzo 2020

Caro Diario,

nonostante tutto è appena cominciata la primavera ed io sto iniziando a fiorire piano, piano. Di questo ne vado molto fiero, perché divento più bello, ho un buonissimo profumo e le api vengono a raccogliere il polline, così posso produrre frutti e semi che spero possano crescere lontano.

Oggi ho visto addirittura un cerbiatto che scorrazzava e saltellava allegro per il parco come se non avesse più paura di niente. Questa cosa mi ha fatto molto emozionare, perché è il gesto di un animale che, non sapendo cosa sta succedendo, ora si sente sicuro di venire allo scoperto in mezzo al paese.

18 maggio 2020

Caro Diario,

è ormai metà maggio e sono molto felice, sia per i miei fiori, sia perché finalmente le persone hanno ricominciato ad uscire. Ancora purtroppo, indossano sempre le mascherine e si muovono mantenendo le distanze di sicurezza, beh non proprio tutti, ma almeno non mi sento più così solo come negli ultimi tre mesi.

Ho imparato dai passanti che questo nuovo periodo si chiama fase 2 ed ho capito meglio cosa significa quando la gente dice di fare un sacrificio. Le persone hanno scelto di rinunciare a tante cose nei mesi scorsi, perché sapevano che questo sforzo sarebbe stato ripagato con il calo dei contagi e che un giorno sarebbero potuti tornare di nuovo ad abbracciarsi.

Mi mancano tante cose ancora, ma ce n'è una che mi manca in particolare: essere il palo di una porta da calcio che i bambini usano per giocare.

Non riesco ad immaginare fino in fondo come si sentano le persone, ma sicuramente stanno peggio di me. Beh, io sto sempre fermo e non mi pesa, ma le persone che sono abituate ad andare su e giù per il paese tutti i giorni, ora possono uscire di nuovo ma con dei limiti, quindi non deve essere facile.

So che questa pandemia un giorno sarà sconfitta, che andrà tutto bene e che finalmente tutti potranno tornare a riabbracciarsi ed essere felici e contenti, ma soprattutto i bambini torneranno a giocare a pallone ed io felice di essere il loro palo.

Francesco

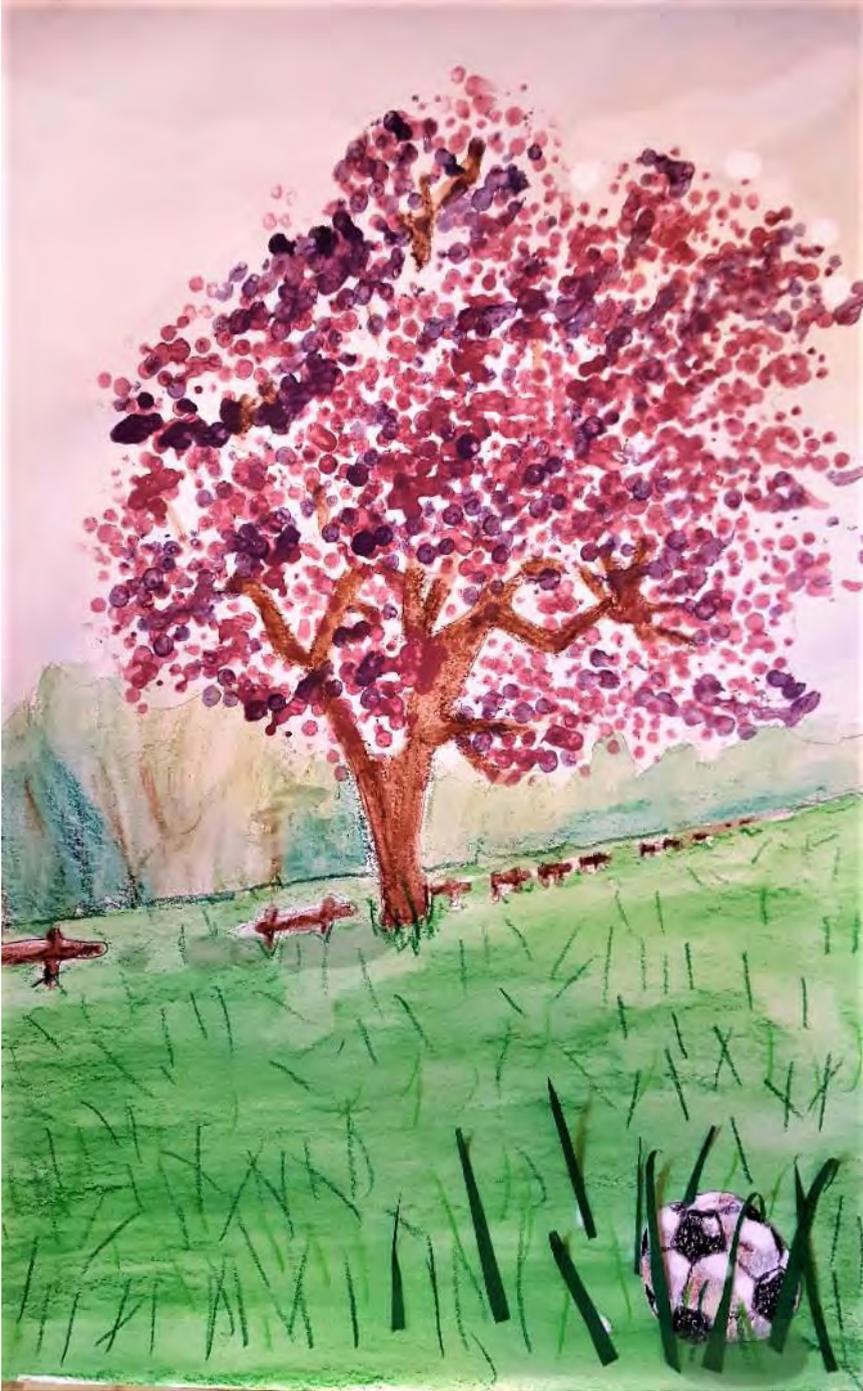


Fig. 124 Un pallone solo

Diario di un albero

18 MAGGIO

CARO DIARIO,

DA MOLTI GIORNI LA NATURA È CAMBIATA MOLTO, GLI ALBERI INTORNO A ME SONO DIVENTATI BELLI E VERDI, LE GIORNATE SI SONO ALLUNGATE, L'ARIA SI È FATTA CALDA ANCHE SE LE PERSONE CHE VEDEVO NEL PARCO NON CI SONO PIÙ, NON SO QUALE SIA IL MOTIVO.

OGGI C'È SOLAMENTE IL MIO AMICO SCOIATTOLO CHE CORRE SU E GIÙ TRA I MIEI RAMI, MENTRE UNA COPPIA DI VOLPI GIRELLA FURTIVA PER IL PARCO. CI SONO TANTI UCCELLINI CHE CANTANO, FORSE HANNO SENTITO L'ARRIVO DELLA PRIMAVERA.

SONO LE VENTI DI SERA, STA PIOVENDO E ANCHE GLI ANIMALI SI SONO RIFUGIATI NELLE PROPRIE TANE.

19 MAGGIO CARO DIARIO,

STAMANI È UNA BELLISSIMA GIORNATA DOPO TANTO TEMPO VEDO PERSONE CHE SONO RITORNATE AL PARCO NOTO CHE HANNO DELLE MASCHERINE SULLA BOCCA E PARLANO A DISTANZA, VEDO ANCHE TANTISSIMI ANIMALI CON LORO CHE CORRONO NEL PARCO; ANCHE I BAMBINI SONO TORNATI A GIOCARE FELICI MANTENENDO LA DISTANZA TRA DI LORO.

OGGI CHE C'È IL SOLE VEDO TUTTO LO SPLENDORE DELLA NATURA INTORNO A ME CHE SI STA SVEGLIANDO SOTTO I RAGGI DEL SOLE E NOTO ANCHE TANTISSIMI ANIMALI CHE VIVONO NEL PARCO DOPO IL LETARGO DELL'INVERNO.

ORA SONO LE SEI DEL POMERIGGIO, FA MOLTO CALDO E IO SONO RIPARATO DALLE MIE FOGLIE VERDE CHE MI DANNO OSSIGENO.

ADESSO SONO LE ORE NOVE E STA PER ARRIVARE LA NOTTE IN QUESTO BELLISSIMO GIORNO DI PRIMAVERA.

20 MAGGIO CARO DIARIO,
AL MIO RISVEGLIO DENTRO DI ME MI SENTO MOLTO
FELICE, PIAN PIANO TUTTO STA TORNANDO COME PRIMA.

Alessandro



Fig. 125 Guardare la natura

MARTEDÌ 10 MARZO CARO DIARIO,
OGGI È UN GIORNO MOLTO STRANO: MI SONO SVEGLIATO
E NON C'ERA NESSUNO DAVANTI A ME, SONO ABITUATO
CHE APPENA MI SVEGLIO CI SONO MIGLIAIA E MIGLIAIA DI
PERSONE CHE PASSANO, MA OGGI NULLA DI NULLA E NON
CAPISCO IL PERCHÉ'.

VEDO SOLO PASSARE I CARABINIERI E LA POLIZIA CON
DELLE MASCHERINE E GUANTI ED OGNI PERSONA CHE
TRANSITA LA FERMANO, IO NON SO NIENTE DI QUELLO CHE
SUCCEDA, PERO' VEDO GLI UCCELLI CHE VOLANO VELOCI
E SONO MOLTI PIU' LIBERI DI IERI. PRATICAMENTE È COME
SE SI FOSSE FERMATO IL MONDO TUTTO DI SCATTO, FORSE
È MEGLIO COSÌ, ALMENO NON CI SONO MACCHINE CHE
PASSANO, FANNO RUMORE E INQUINANO.

LUNEDÌ 18 MAGGIO 2020 CARO DIARIO,

STAMATTINA MI SONO SVEGLIATO E HO VISTO DELLE PERSONE IN GIRO E MI SONO CHIESTO: "MA STANNO RIPARTENDO? SPERIAMO DI NO, PERCHÈ SENZA DI LORO GLI UCCELLI E PICCIONI E ALTRI ANIMALI SI STAVANO RIPRENDENDO IL LORO SPAZIO, ANCHE L'ARIA È SEMPRE PIU' PULITA, IO ME NE ACCORGO PERCHÈ MI ARRIVA ADDOSSO E SI APPICCICA QUANDO È SPORCA MA ORA È PURA PERCHÈ NON MI SI APPICCICA PIU', LA COSA MI RENDE MOLTO FELICE".

Sì, DECISAMENTE STANNO RIPARTENDO, C'È ABBASTANZA GENTE,

TUTTI CON LA MASCHERINA, SONO BUFFI PERCHÈ HANNO TUTTI LA MASCHERINA DIVERSA E QUESTA COSA MI RICORDA CHE SE ANCHE SIAMO TUTTI DIVERSI CI VOGLIAMO BENE E CI AMIAMO E QUESTO MI RENDE FELICE.

STO NOTANDO CHE NON SI POSSONO FARE GRUPPI LA COSA È UN PO' STRANA PERCHÈ GLI AMICI SI SONO SEMPRE RAGGRUPPATI, E PER QUANTO RIGUARDA LE MASCHERINE, IO SAPEVO CHE SOLO I MEDICI LE USAVANO PER OPERARE... MAH, LA GENTE NON È MAI STATA COSÌ TANTO STRANA!

MARTEDÌ 19 MARZO

CARO DIARIO,

STAMATTINA DEGLI STRANI UOMINI CON UNA TUTA TUTTA BIANCA E CON SULLE SPALLE UNA BOMBOLA ATTACCATA AD UN TUBO ACCESO SONO ANDATI A PULIRE PER TERRA CON ACQUA MOLTO CALDA E IO HO PENSATO CHE DI SOLITO A LAVARE PER TERRA CI PENSA LA NATURA QUANDO PIOVE ANCHE PERCHÈ HA PIOVUTO TRE GIORNI FA.

LE COSE SONO SEMPRE PIU' STRANE MAH...

QUESTO POMERIGGIO HANNO RIALZATO LE SARACINESCHE I PARRUCHIERI E I NEGOZI DI VESTITI E HANNO FATTO ENTRARE DENTRO QUEI SIGNORI STRANI CON LE BOMBOLE CHE HANNO INIZIATO A SPRUZZARE TUTTO. IO CONTINUO A NON CAPIRE COSA STIA SUCCEDENDO MA SO PER CERTO CHE GLI UOMINI SI

STANNO RIPRENDENDO IL LORO SPAZIO INFATTI I PICCIONI E GLI UCCELLI INIZIANO A NON VOLARE PIU' TANTO LIBERI E FRANCAMENTE LA COSA NON MI PIACE.

AD UN CERTO PUNTO SI SONO FERMATI DUE SIGNORI E PARLAVANO DEL PERCHÈ NON GIRAVA A PIEDI PIU' NESSUNO, DICEVANO CHE C'ERA UN VIRUS CHE LI STAVA UCCIDENDO E CHE PER TANTO, TAN TO, TANTO TEMPO AVREBBERO DOVUTO USARE LE MASCHERINE.

A SENTIRE QUELLE PAROLE IO RIMASI UN PO' INCREDULO PERO' POI FECCI DUE PIU' DUE E CAPII CHE LA COSA POTEVA TORNARE SENNO' NON CI SAREBBE SPIEGAZIONE LOGICA DEL PERCHÈ NON POTEVA USCIRE NESSUNO E PERCHÈ LE PERSONE INDOSSAVANO LE MASCHERINE, BEH DI CERTO NON ERANO IMPAZZITI QUINDI ERA VERO QUELLO CHE DICEVANO, CI RIMASI MALE E A QUESTO PUNTO DECISI CHE DOVEVO DORMIRE.

Kevin



Fig. 126 Tornare al parco

16 marzo 2020

Caro diario,

è da un po' di tempo che non vedo più nessuno al parco dopo il lockdown

del Covid-19. Sinceramente non so cosa sia, ne ho solo sentito parlare dai bambini che venivano a giocare a nascondino qui intorno al mio tronco, nei momenti di gioia e di tristezza io sono sempre stato accanto a loro e loro accanto a me, infatti non vederli più mi rattrista.

Sta arrivando la primavera, le mie fronde sono piene di bocci e la natura si sta risvegliando, ed è un peccato che le persone siano chiuse in casa e non possano venire qui a vedere questo spettacolo.

L'odore dello smog è sparito e riesco a sentire a pieno i profumi della natura che mi circonda; sento il profumo dei fiori che stanno sbocciando e dell'erba che la mattina è bagnata di rugiada.

Durante la notte gli animali stanno popolando le strade; cinghiali e caprioli escono dalle loro tane e vanno in giro per la città, a volte si fermano a mangiare le bacche nei cespugli qui sotto.

Comunque mi fa strano non vedere più persone che vengono a giocare e passeggiare intorno a me e che tutto il parco sia stato chiuso con transenne rosse con scritto "non entrare".

A presto caro diario

6 maggio 2020

Caro diario,

in questi giorni si sono sbloccati un po' gli animi, la gente ha iniziato a uscire, c'è anche qualche bambino, ma ancora nessuno è tornato a giocare sotto la mia chioma.

Le persone che sono in giro hanno il volto coperto da una mascherina e non capisco perché, inoltre visto che per un bel po' di tempo sono rimasti chiusi in casa l'aria è molto migliorata.

Ho notato anche che le persone che si incontrano si salutano, ma rimangono sempre a distanza e non si abbracciano neanche e ho visto che per "darsi il cinque" se lo danno con il gomito. Questo comportamento mi sembra molto anormale, così come mi sembrano molto strane le code in strada di fronte ai negozi. Inoltre i commercianti dei negozi aperti qui intorno servono i clienti con i guanti di lattice.

Per ora non si è visto nemmeno il gelataio che con il suo furgoncino veniva a vendere i gelati in questo parco.

Spero che questa situazione si risolva presto e che tutti i bambini ritornino a giocare all'ombra dei miei rami pieni di foglie.

Ciao a presto

Diego



Fig. 127 Sotto l'albero

20 Maggio

Caro diario,

da quando l'uomo si è distanziato da tutto e tutti, la natura è cambiata. Le aree verdi sono più rigogliose, le strade e le grandi città meno inquinate; sembra che il distanziamento dell'uomo sia un bene per noi piante e per gli animali.

Gli animali sono tornati a ripopolare zone da cui si erano allontanati a causa dell'uomo, per esempio a Venezia hanno fatto ritorno i delfini, tuttavia sembra che alle persone non importi, sono preoccupati per questo "Corona Virus".

Io sono un ciliegio e ora che c'è la primavera sono pieno di fiori rosa, però a differenza degli altri anni non c'è nessuno che si fermi a guardarmi; durante la mia vita da pianta ne ho viste di cose, ma mai una così!

21 Maggio Caro diario,

adesso le strade sono molto più silenziose, prima le persone uscivano in grandi gruppi, facevano tanto chiasso ed erano felici, adesso però i pochi che escono sembrano soli e tristi.

Anche noi piante abbiamo qualche problema perché coloro che si occupava no di noi non vengono più, siamo quindi cresciute troppo ed è un bel guaio! Questo virus è così terribile come si sente in giro? Speriamo che tutto torni alla normalità il più presto possibile, perché anche se l'ambiente può beneficiare di questa situazione, si sente la mancanza dei bambini che uscivano da scuola accompagnati dai nonni e correvano verso i parchi a giocare, si sente la mancanza delle persone che venivano a fare le passeggiate o a correre, si sente insomma la mancanza della normalità e della spensieratezza.

Chissà se tutto tornerà come prima, io lo spero vivamente.

Fabian



Fig. 128 Natura solitaria

Diario di una magnolia ai tempi del Coronavirus

Caro Diario,

ormai è da qualche giorno che respiro aria pulita e non smog, le mie radici le sento... come dire... più leggere, non le sento calpestate in continuazione, le poche persone che erano fuori avevano qualcosa di strano sulla faccia, scoprii che erano mascherine e lì per lì mi sono chiesta: “Sarà un’epidemia o soltanto la moda del 2020?”. Mi accorsi che oltre alle persone con la mascherina c’era qualcos’altro di strano, mi sentivo solleticare la chioma, la prima volta mi sono presa uno spavento poi ho capito che erano soltanto degli scoiattoli...scoiattoli??? Non ricordo neanche da quanto tempo non vedevo più quei simpatici animaletti, mi sono anche impressionata perché era da tanto che non venivano sulla mia chioma e poi ho notato che le mie foglie erano più verdi del solito, ultimamente le vedevo piuttosto grigine, forse per il troppo traffico che passava sotto di me.

Questo nuovo stile di vita degli umani cominciava proprio a piacermi, ma sinceramente non sapevo cosa si nascondesse dietro.

Caro Diario,

stamattina mi sono svegliata che avevo molto sonno perché durante la notte è arrivato uno strano veicolo, era quasi tutto bianco con una croce rossa da un lato e delle luci blu che lampeggiavano, da quel veicolo sono usciti degli uomini tutti coperti di bianco che portavano via il mio proprietario, credevo che fossero marziani che volevano prenderlo per degli esperimenti. Sono passate tre lunghissime ore e lui non è ancora tornato, sto malissimo senza di lui, sento come se le mie radici si stessero per spezzare, poi dopo qualche ora ho sentito la moglie del mio proprietario parlare al telefono, aveva chiesto come stava il marito e la persona dall’altra parte le disse che non c’era più, un qualcosa chiamato Covid-19 se l’era portato via... non so se questo fosse veramente un marziano, ma lei scoppiò in lacrime.

Se ne andò via non molto tempo dopo portando i figli con sé. Ormai quella casa appartiene al cugino del mio caro proprietario che si prende cura di me: pota i miei rami troppo sporgenti e leva da sotto la mia chioma le foglie ormai secche permettendomi di respirare un po’.

Caro Diario,

sono passati cinque mesi e vedo un bel cambiamento, c'è molta più gente per strada anche se ancora indossa la mascherina, da qualche giorno credo che ci sia qualcosa di strano nell'aria, è odore di smog, eh sì, si sono riattivate le fabbriche e i lavoratori. Ma ora devo andare perché il mio vicino scorbutico dell'altra volta mi vuole abbattere...di nuovo!!!!!!!!!!!!

Tommaso

24/04/2020

Caro diario,

io sono sempre qui al parchetto che di solito era pieno di bimbi che giocava no mentre adesso è tutto isolato come in un deserto. Gli umani sono in quarantena per causa del Covid-19 quindi non possono uscire di casa tranne che per le necessità. Sento molto la mancanza dei bimbi che mentre giocavano, correvano e usavano il pallone avevano la felicità nei loro volti. Penso anche a quando qualcuno si appoggiava sul mio tronco per contare mentre si nascondevano per giocare a nascondino. Mi mancano troppo quei tempi.

Noto poca gente in giro e anche tutti quelli che vedo hanno la faccia ricoperta dalla mascherina. Adesso sono qui, solo soletto mentre aspetto che questa situazione brutta finisca. Di questa quarantena però c'è anche un lato positivo: alcuni animali si stanno facendo vedere. Ora per le strade ne girano molti più e sta diminuendo anche l'inquinamento! Questa notizia è fantastica!

4/05/2020

Ciao diario,

la quarantena più o meno è finita! Ora c'è molta più gente a giro anche se hanno sempre le mascherine. I bambini stanno ritornando a giocare nel parchetto! Non tutti ma la buona parte sì. Sono molto felice e non sento più quella solitudine che prima mi rattristava molto.

Ancora il Covid-19 non è del tutto scomparso ma sono convinto che con tanta pazienza e volontà ce la faremo tutti restando uniti! Penso che questa quarantena abbia fatto riflettere molto la gente sull'importanza delle piccole cose che spesso sono normali o essenziali. Ha fatto capire anche l'importanza delle persone che vediamo tutti i giorni e ha fatto

passare agli uomini più tempo con i propri familiari. Non guardiamo solo i lati negativi! Sono sicuro che se teniamo duro presto ritornerà tutto alla normalità.

Priscilla

02/03/2020

Oggi mi sono svegliato all'alba come tutte le mattine. Riesco a sentire gli uc celli che cinguettano in cielo.... mmm strano di solito il rumore incessante delle macchine ricopre questo suono melodico.

Poso lo sguardo verso la strada e mi accorgo che le macchine non passano più come qualche giorno fa, noto anche un altro strano comportamento delle persone, non ho mai visto la fila davanti alla Coop, le persone sono distanziate come se avessero paura l'una dell'altra, hanno anche delle strane bende in faccia che coprono la bocca e il naso.... Devo capire di più!

Allora decido di mandare un fogliaggio (una foglia con un messaggio scritto sopra) alla grande quercia che si trova al di là della strada.

Dopo poco mi arriva la risposta della quercia, nel messaggio leggo: "Teri ho sentito due persone parlare di un virus chiamato Coronavirus o Covid-19, dicevano anche che sarebbero dovuti stare in quarantena per un periodo in determinato".

Le giornate diventarono noiose non vedevo mai i bambini giocare.

Ma un giorno una famiglia venne al parco, si avvicinò a me e mi appese tra i rami più alti un tessuto molto grande con su scritto #andràtuttobene ma non avevo solo io un panno così, dai balconi dei palazzi si vedevano questi "stendardi".

04/05/2020

Dopo due mesi di desolazione totale scopro che da oggi le persone possono uscire, devono mantenere sempre la distanza e devono indossare le masche rine.

18/05/2020

Finalmente vedo di nuovo le famiglie che escono al parco e i ragazzi in bicicletta che si divertono.

Da oggi i ristoranti, i bar, i parrucchieri riaprono e la città diventa di nuovo popolata.

Questo virus su di noi (alberi e animali) non ha avuto effetto ma per essere sicuro il sindaco ha deciso di disinfettare strade parchi e posti pubblici.

Gennaro

8/03/2020

Ciao caro diario,

oggi è un giorno diverso dagli altri. Io sono sempre in questo giardino immenso. Oggi non è venuto nessun bambino a giocare e nessun genitore a camminare. Oggi è un giorno triste caro diario, anche per me, mi mancano le risate, le urla, i pianti dei bambini e le lunghe chiacchierate dei genitori, anche se è passato solo un giorno! A volte vedo comunque delle persone con i loro amici che si mettono a chiacchierare su una panchina. Io mi chiedo: ma come fanno a non capire che in questo brutto periodo causato dal Covid-19 NON SI DEVE USCIRE DI CASA? Io non vedo l'ora di rivedere i miei amici bambini e genitori, ma se queste persone escono di casa dovrò aspettare molto più tempo; ma non solo io, tutta l'Italia e gran parte d'Europa! Buonanotte caro diario, oggi non ho più voglia di parlare, sono triste e deluso da questa persone. A domani.

9/03/2020

Buongiorno caro diario,

stanotte ho sognato che tornava tutto alla normalità, ma è un sogno che per ora non si potrà realizzare. Per fortuna oggi, almeno per ora, non ci sono persone come quelle di ieri. Oggi stanno chiudendo praticamente tutto caro diario, le scuole, i negozi ecc. Adesso degli operai stanno chiudendo il giardino con dei nastri, in modo che non ci possa entrare nessuno, menomale delle persone intelligenti le ho viste! È passata un'ora e ancora non ho visto nessuno. Ecco! Ci sono delle persone che stanno andando a fare la spesa, ovviamente con le mascherine e stando distanti un metro l'uno dall'altro, com'è giusto che sia; per questo caro diario c'è una fila che non finisce più! È lunga quasi 300 metri! Le mascherine servono per non stare a contatto con l'altra persona, mentre stare distanti è una forma di sicurezza molto efficace. Per oggi è tutto caro diario, ci vediamo un altro giorno. Ciao.

1/05/2020

Ciao caro diario!

Oggi è un giorno molto felice e speciale! Si potrà uscire fuori di nuovo! Anche se rispettando sempre le regole. Finalmente sono tornati i miei amici bambini e genitori!

Ci stanno meno del solito ma a me è bastato rivederli! Sono troppo eccitato oggi caro diario! Anche se sono molto triste a sapere che in due mesi circa sono morte circa 350 mila persone in tutto il mondo, e non hanno neanche potuto fare il funerale!

Caro diario ti saluto anche oggi, un giorno molto difficile per tutti noi. Alla prossima.

Gabriele

Caro diario,

stiamo attraversando un periodo molto difficile, le persone non escono più come una volta e se escono stanno tutti lontani gli uni dagli altri e con la mascherina... sembra quasi che non si vogliano più bene. Al posto delle persone fuori ci sono gli animali che sono tornati a passeggiare in mezzo alle strade e anche il mare è stato ripopolato da tutti i pesci.

A consolarci da questa pandemia è arrivata la primavera che porta alla vita fiori, foglie e il verde, mentre a me stanno crescendo dei fiori proprio sulla mia chioma.

Gli uccelli ci hanno fatto anche un nido per depositarvi le uova. I ragazzi l'anno scorso durante la primavera giocavano nei prati e le mamme chiacchieravano fra di loro sulle panchine, mentre oggi i ragazzi sono in casa a giocare con i loro videogames e invece di incontrarsi al parco si incontrano virtualmente tramite la nuova tecnologia. Non vanno nemmeno più a scuola perché non si può stare vicini e la scuola è un posto in cui si sta molto vicini. Tuttavia il clima ringrazia perché l'uomo non inquina più e questa è una delle cause per cui gli animali e la natura sono ritornati a riprendersi ciò che gli era stato rubato; l'uomo si è impossessato di ciò che non era suo e in gran parte lo ha distrutto e ora la natura se lo è ripreso.

In seguito al miglioramento della pandemia, in questi giorni sono tornate fuori le persone a fare delle passeggiate, ad andare in bicicletta o a rivedere degli amici che non incontravano da quando la scuola ha chiuso, tutto questo avviene però mantenendo la distanza di sicurezza interpersonale. Questa riapertura mi ha reso molto felice perché ho iniziato a rivedere la

gente uscire. Quest'oggi delle signore si sono sedute sotto la mia ombra e questa cosa mi ha reso felicissimo perché da quando le persone non uscivano più non mi era più capitato che qualcuno sostasse sotto la mia ombra, tuttavia ho paura che questa riapertura possa far risalire i contagi e la cosa mi renderebbe molto triste perché le persone tornerebbero in casa e mi sentirei ancora una volta solo. Prima vedevo le persone uscire solo per andare a fare la spesa e a buttare via il sudicio.

Io spero che questa pandemia finisca presto e che si ritorni come era una volta però con qualche cambiamento, come ad esempio produrre meno inquinamento per dare spazio alla natura.

Pietro

Diario di un albero ai tempi del Covid19

13/04/2020

Caro diario, siamo già in primavera, il sole splende, il cielo è blu, macchiato da nuvole bianche di diverse forme. I miei fiori sono splendidi, come la natura intorno a me. I prati sono verdi e ricoperti da bellissime margherite, su cui si posano milioni di api per prendere il polline. Gli uccellini si muovono in gruppo cinguettando, le farfalle si adattano delicatamente su ogni mio ramo, le rane nello stagnetto qui accanto saltano da una ninfea all'altra, mangiando moscerini che ogni tanto ronzano intorno a loro. Stamattina ho visto la mamma oca passeggiare sul marciapiede con i propri cuccioli, inoltre ci sono molte lepri che attraversano la strada deserta. Non circola più neanche una macchina, i pullman che ogni tanto passano sono quasi completamente vuoti, nessuno va più in bicicletta, in moto, tutti i parchi sono deserti, non c'è più nessuno che fa una passeggiata o un percorso. Il cinguettio degli uccellini, qualsiasi rumore o verso di ogni animale domina su tutto. Non si sentono più le nonne che parlano fra di loro, le voci dei bambini che giocano felici, il rumore delle macchine o quello degli operai che fanno i lavori. Le piante sono finalmente rigogliose, libere di crescere, senza l'uomo che glielo impedisce. Anche gli animali hanno ripopolato le strade, i boschi e i parchi, sembra di vivere in una fiaba dove finalmente la natura prevale sull'uomo e non il contrario come è sempre stato negli ultimi anni. Anche i negozi e i centri commerciali sono chiusi, chissà quanto sono disperate le persone che non possono andare più a fare shopping e che non possono più allenarsi e correre per i viali della città.

18/05/2020

Caro diario, oggi è un giorno abbastanza nuvoloso ma molto afoso, qui qual cosa è cambiato, l'intera città si sta pian piano ripopolando, ogni tanto passano macchine, bus, pullman e uomini in bicicletta e in moto. Purtroppo gli spostamenti stanno aumentando, e insieme a loro aumenta anche lo smog, che danneggia moltissimo la natura. Gli uccellini ci sono ancora, così come tutti gli insetti, ma sul marciapiede non camminano più mamme oche a spasso con i loro cuccioli, ma solo uomini e donne, che vanno di fretta, sommersi da pensieri che fanno dimenticare loro la

bellezza della natura.

Ormai tutti gli umani indossano le mascherine di tutti i colori, c'è chi ce le ha nere, bianche, azzurre, rosa o di qualsiasi altro colore possibile e immaginabile. Ho notato inoltre che nessuno cammina più tenendosi per mano, nessuno si abbraccia più, non stanno più vicini come prima, stanno a più di un metro di distanza probabilmente per non essere contagiati e per non contagiare.

Molti negozi hanno riaperto le porte e gli avvolgibili che erano stati chiusi per più di due mesi, altri invece no. Ricomincio a sentire tutti i rumori delle auto, dei bus e dei pullman, e le persone che parlano al telefono, riesco a sentire l'agitazione di tutti gli umani per fare la fila per la spesa, per riaprire i negozi e molte altre cose noiose. Riesco anche a sentire i profumi e gli odori di ogni singola persona che si diffondono nell'aria. Questi profumi coprono completamente l'odore dei fiori, delle piante, e gli odori degli animali che c'erano e che invadevano l'intera città fino a poco tempo fa. Se si diffondono molti profumi nell'aria, si stanno diffondendo di nuovo anche tanti odori che non mi piacciono, per esempio l'odore della benzina o quello del catrame che stanno spalmando sull'asfalto con degli stranissimi macchinari. Le persone hanno ricominciato a portare più spesso fuori anche i loro cani che abbaiano continuamente perché non vogliono stare a guinzaglio ma vogliono essere liberi di correre per tutti i prati rotolandosi felici tra le margherite. Sinceramente preferivo quando la città era vuota, senza nessun uomo che distruggeva l'ambiente lasciando la natura libera, ma da un lato mi sono mancati i rumori dei passi e l'odore delle persone.

Sofia



Fig. 129 Mongolfiere

Caro diario,

Sono passati tanti mesi da quando non ho visto più persone nel parco dove io vivo. Prima la gente si fermava vicino a me per fare un pic-nic o parlare con le proprie amiche o familiari e io, per infastidirli e farmi un po'

di risate, facevo cadere le mie foglie sopra di loro.

Certe volte odiavo vedere i bambini in questo parco perché finiva sempre che la loro palla si schiantava contro la mia corteccia e mi riempivo di rabbia ma ora...sembra strano dirlo ma ne sento la mancanza, mi sento un po' solo ma la cosa bella è che sto vedendo creature che mai ho visto prima. Ahimè, sono un albero che vive in un parco dove difficilmente vedi animali come scoiattoli e cerbiatti. Ieri, mentre ero tranquillo nel più silenzio totale, aspettando che qualcuno entrasse da quel cancello, invece di una persona ho visto un piccolo di cerbiatto: era carinissimo con un pelo di colore caffè e latte, dopo non molto è arrivata la madre e insieme al piccolo si sono messi a mangiare dell'erba io ero affascinato da ora in poi quello è il mio animale preferito! Dissi :”Questo è il lato bello” di tutto mentre il lato brutto di tutto questo è che, dalla mattina alla sera, sento un rumore assordante che proviene da un furgoncino bianco e con una croce rossa, non so di cosa si tratti ma a me suscita una paura indescrivibile per oggi è tutto.

Caro diario,

oggi ho visto molta gente e sono felicissimo, solo che hanno una strana bandana dal mento al naso e però un'altra cosa strana e che sono tutti lontani dai propri amici e mi sembra insolito e quindi mi sento ancora più triste e vorrei solo tornare alla normalità e vedere la felicità e i sorrisi delle persone che si appoggiano al mio tronco per essere felici.

Matilde



Fig. 130 All is ok

metterla un po' di paura
 perché pensavo di non
 riuscire a capire niente
 nell'ora della vi-
 deolezione.
 Ho provato una so-
 litudine che mi metteva
 a testa in giù.
 Ho provato rabbia nel
 portare la maschera
 ma perché non si
 respira.
 Ho sentito tristezza
 perché non si può
 andare a scuola.

Ho avuto paura di
 morire perché alla T.V.
 si vedevano tantissimi
 contagiati che morivano
 no; avevo pure paura
 per la mamma e
 la mia bis nonna.
 Di gioia ne provavo
 pochina, pochina ma
 soprattutto ho provato
 paura.

Fig. 131a Il tempo durante il Coronavirus

mettera un po' di paura
 perché pensavo di non
 riuscire a capire niente
 nell'ora della videolezione.
 Ho provato una solitudine
 che mi metteva a testa in giù.
 Ho provato rabbia nel
 portare la mascherina
 ma perché non si respira.
 Ho sentito tristezza
 perché non si può
 andare a scuola.

Ho avuto paura di
 morire perché alla I.V.
 si vedevano tantissimi
 contagiati che morivano;
 avevo pure paura
 per la mamma e
 la mia bis nonna.
 Di gioia ne provavo
 pochina, pochina ma
 soprattutto ho provato
 paura.

Fig. 131b

COMPITO LETTERARIO
 Il mio desiderio più grande è che, al termine di questo
 quarantena, io possa ritornare tutto lo stato d'animo di
 come tutti di così che non addoloro nelle situazioni
 preoccupazioni. Desidero tanto tornare ad essere con la mia
 mamma e che la Pace imperi e questo infanzia sia la
 speranza di tornare ad essere una vita serena e genuina.
 Mi diletta che dopo di vedere saranno gli amici amici di
 che non vedo da molto tempo, e i loro cari, la loro Pace
 che mi accoglierà come una volta, senza misure di
 restrizioni.
 Spero tanto che dopo questa ^{tristezza} ~~tristezza~~ di 40 giorni, tutti noi
 possiamo tornare la nostra vita e finalmente gettare via
 la mascherina e tornare ad abbracciarsi, come un tempo che
 tutto questo è passato.
 Spero che tutti e non addoloro, ansiosamente di vedere un
 bel giorno il cielo blu, spero che noi tutti possiamo a godere
 la pace che ci merita di più.
 Per non fare un voto e essere desidero, questo voto che quello
 di tutti a conoscerlo, quello di chi è stato lontano della
 famiglia, quello di chi è che in ospedale, quello di chi
 non ha nemmeno mai visto un'ambulanza.
 Dopo persona contribuisce alla creazione di un
 universo felice, un universo di speranza, un universo
 di amore e di pace che questo universo ci ha dato.
 Per non essere dimenticare un mondo con tutti i suoi
 di buoni e belli momenti.

Fig. 132 Il mio desiderio

Che cosa vorrei

Questa quarantena sta cambiando un po' tutta la mia prospettiva delle cose che facevo, che prima potevano sembrare banali ed adesso addirittura fuori legge. Come una semplice passeggiata o un giro in bicicletta con amici e parenti e addirittura una passeggiata in un centro abitato. Sono 2 le cose che mi mancano di più della mia vita normale:

Mi manca uscire coi miei amici, sia a piedi che in bici, anche se mi manca di più uscire in bici. Mi mancano le pedalate da rušina fino al lago di monte Lonello, mi mancano i chilometri fatti in bicicletta coi miei amici e, soprattutto mi manca l'acqua gelida della sorgente e il tornare a casa fra stacco dicendo che era sudore quando invece ti eri ridiviso coi tuoi amici con l'acqua delle bottiglie e della sorgente. Poi mi manca dormire dai miei amici (da andare) e le notti dormite insieme a noi lui, ma in verità... mi mancano di più le notti in bianco in cui si aspettava che arrivasse l'alba per poi uscire dalla finestra per non fare rumore. E respirare il odore della natura appena uscita dal buio e il colore del sole che pian piano invade le colline e i monti.

Avremmo dovuto passare pure la pasqua in casa mentre ogni anno la famiglia brallante si riunisce nella casa in compagnia dei miei nonni. Spero che tutto questo passi presto anche se ne dubito. Ma non smetto di sperarci.

Fig. 133 Che cosa vorrei

Le parole dentro: la poesia

*“Le poesie sono pensieri che respirano e
parole che bruciano.”*

Thomas Gray

A cosa serve la poesia nei momenti difficili?

Durante la seconda guerra mondiale alcuni soldati partirono con un libro di poesie nello zaino. Si intitolava *Le occasioni*. Era un libro di Eugenio Montale. Perché portarsi con sé un libro di poesie in una situazione di dolore e distruzione?

La poesia può aiutare ad alleviare le ferite, a capire gli aspetti più profondi della vita, a guardare dentro di noi.

La poesia è profondamente diversa dai canoni razionali, tecnologici e utilitaristici che guidano la nostra società. Leggere e comporre poesia significa avventurarsi nel reame degli affetti, entrare nel mistero dei sentimenti, del proprio sentire per conoscersi e rivelare anche agli altri un mondo spesso sconosciuto a noi stessi.

È un grande atto di educazione emotiva e affettiva è anche un fatto sociale, perché c'è un interscambio tra chi scrive, il poeta, e il lettore. In sostanza si scrive per essere ascoltati, perché lo stupore che si avverte dentro, possa, in qualche modo essere condiviso con il lettore.

L'incontro con la poesia avviene fin da bambini attraverso i libri, gli insegnanti, i genitori, i nonni. Può essere ascoltata in televisione o sui Social. Spesso abbiamo un ricordo della poesia studiata a scuola che non è molto gratificante. Non bisognerebbe imporre la poesia, ma proporla come una possibile apertura verso se stessi. Dovrebbe essere promossa non soltanto come elemento di studio ma soprattutto come elemento emozionale.

La poesia stimola riflessioni, domande, innesca reazioni emotive, chiarisce i desideri. Lascia tracce di sé, promuove la conoscenza, descrive la realtà così come hanno mostrato i ragazzi nei loro componimenti.

Partendo dal titolo del discorso tenuto da Martin Luther King nel 1963, al termine di una protesta, davanti al Lincoln Memorial di Washington *I have a dream*, gli studenti di terza media hanno creato componimenti che potremmo definire poetici dove sono riusciti a esprimere il loro sentire: speranze, dubbi, paure e soprattutto desideri di un ritorno alla normalità.

I componimenti che leggerete in seguito potremmo definirli anche un atto di libertà, un'occasione per esprimere tutto ciò che i ragazzi avevano dentro e non riuscivano a pronunciare.

Durante l'adolescenza il linguaggio caratterizza lo sviluppo emotivo e cognitivo della personalità, e dovrebbe incanalare il sentire dell'adolescente in forme poetiche.

Non a caso molti iniziano a scrivere poesie proprio in questa fase della vita. Ma non tutti riescono a dirlo, taluni si vergognano e nascondono i propri scritti nei cassetti o tra le pagine dei libri.

Altri rivelano questa passione da adulti, quando molti schemi mentali possono venir meno e non siamo più in imbarazzo nell'affermare questa abilità. Erroneamente la poesia viene paragonata a facili sentimentalismi e a torto gli adulti considerano quella poesia giovanile come inferiore o peggio puerile. I ragazzi invece mostrano profondità di sentimenti, tormenti, situazioni da superare. Gli argomenti sono semplici e immediati, ma toccano il cuore, aprono la mente non solo di chi scrive ma anche di chi legge.

I nostri stati d'animo, le nostre emozioni hanno bisogno di una sorgente interiore che si esprime a parole, in versi, in frasi per valorizzare il nostro sentire. È quello che hanno cercato di esternare i ragazzi. La poesia può aiutarci a comprendere il mondo sconfinato "dell'irrazionale", di quel sentire che non riusciamo a spiegare e attraverso le parole è possibile manifestare questa energia interiore che diventa trasformativa e creativa.

Io ho un sogno

*io ho un sogno,
desidero finire al più presto questa quarantena; io ho un sogno,
che il virus se ne vada; io ho un sogno,
che diminuiscano i morti fino a scendere a zero; io ho un sogno,
tornare ad abbracciare i miei cari e i miei amici; io ho un sogno,
tornare a fare lo sport che amo; io ho un sogno,
tornare a scuola,
alla fine non era noiosa come credevamo; io ho un sogno,
poter di nuovo uscire; io ho un sogno,
passare una estate stupenda;
io ho un sogno...che tutto vada per il meglio.*

Virginia, 13 anni, Rufina (FI)

In adolescenza si inizia a scegliere quale strada percorrere, quale percorso intraprendere per affermare la propria identità, mettere i pensieri nero su bianco è molto diverso che raccontarli a voce. L'inchiostro rende più chiari i pensieri, la poesia può essere vista anche come una forma di protesta o di affermazione di sé: "Questo sono io".

La poesia può avere anche un'altra funzione fondamentale: quella di far convivere i sentimenti contrastanti, le ambivalenze giovanili, le emozioni contraddittorie.

Non ho grandi sogni dopo questo periodo di quarantena che stiamo vivendo

...

È come vivere una guerra solo che il nostro nemico non si vede è solo un fifone che si nasconde dietro uno starnuto...

L'unico mio desiderio adesso è di rivedere i miei amici, compagni, insegnanti e di riprenderci ognuno di noi la propria vita, per questo ho scritto questa poesia.

Sono Andrea

E DOPO QUESTA QUARANTENA VOGLIO RESPIRARE
L'ARIA PIU' PULITA E SPERANDO CHE LE GUERRE SIANO
FINITE SONO ANDREA
CHE NESSUN DOTTORE POSSA PIU' MORIRE PERCHÈ LOTTA
PER LA VITA E CON IL CUORE SONO ANDREA
CHE SI VORREBBE LIBERARE
DI QUESTO INCUBO E DIPLOMARE E PERCHÈ NO
ANDARE AL MARE CON LE PINNE FUCILE ED OCCHIALI
E NON SENTIRE PIU' CHE UN'ALTRA VITA È ANDATA VIA
QUESTO È PER ADESSO IL MIO SOGNO...

Andrea, 15 anni, Rufina (FI)

I have a dream...io ho un sogno

Io ho un sogno, vorrei poter riprendere la vita di tutti i giorni. Non avrei mai detto che questo potesse accadere:

E invece eccoci qua, chiusi in casa a sperare di uscire. Tutte le volte che sono voluta rimanere in casa,

E adesso darei di tutto per far finire la quarantena. Io ho un sogno, sperare in un mondo migliore.

Vorrei che le persone apprezzassero ogni piccolo gesto, è ripensare a quando, per essere felici.

Bastava andare a buttare la spazzatura per farci uscire di casa. Io ho un sogno, vorrei riabbracciare le persone a me più care. Vorrei poterle stringere forte a me, e non lasciarle più.

Avrei tanto bisogno di vederli, anche solo per poco,

Dirgli che va tutto bene e che tra poco ci potremo abbracciare. Io ho un sogno, vorrei fare l'esame e uscire con 10

Vorrei poter mettere in mostra le mie capacità, raggiungere i miei obiettivi, Prima per me stessa e poi per gli altri,

E non far credere che sia la classica persona timida, anche se lo sono. Io ho un sogno, vorrei riniziare ginnastica artistica,

Vorrei andare a corpo libero e iniziare la coreografia sulla mia musica, Andare a trave, salirci per poi cascare e riderci sopra,

Fare le parallele e arrabbiarmi per un esercizio che non mi è venuto,

Oppure correre e schiantarmi a volteggio.

Vorrei fare una gara, indossare il mio body, e dare il mio meglio. Io ho un sogno, vorrei che le persone fossero oneste,

Vorrei che la quarantena le abbia fatte ragionare,

Che riuscissero a dire la verità negli occhi,

E non nascondersi dietro uno schermo.

Io ho un sogno, vorrei che non ci fossero più morti di Coronavirus. Sono già morte troppe persone e per questo

Non ce ne devono essere più.

Adesso non sono solo i malati a soffrire,

Ma anche tutte le persone vicine a loro.

Io ho un sogno, andare a Londra a settembre. I biglietti erano già prenotati, Ma adesso temo proprio che,

Non ci sarà alcuna possibilità di andare. Io ho un sogno, ed è quello più grande, Il mio sogno è che l'Italia sia così unita, Non solo in questi

momenti,
Ma anche nei semplici giorni.

Aurora, 14 anni, Rufina (FI)

I giochi di parole, l'immediatezza espressiva aiutano a lasciar cadere le gabbie del cuore, a liberare ciò che ci costringe a pensare, a riflettere, a guardarsi dentro in modo differente, a scoprire la parte misteriosa di noi.

Come afferma Rossella Greci (2007): "La poesia è una lingua che nasce dal ritmo corporeo e dalle percezioni, una forma espressiva completa che comprende ed evoca immagini, colore, suono, movimento, sensazioni tattili, interazioni fra i sensi" (p. 112)

I have a dream...Io ho un sogno...

Io ho un sogno,
tornare a riabbracciare tutti quelli che mi sono stati accanto, amici, familiari
Io ho un sogno,
tornare in quella palestra, riprendere quel pallone in mano
e sudare per guadagnarli quel posto da titolare in squadra
Io ho un sogno,
superare l'esame per poi passare un bella estate con i miei amici Io ho un
sogno,
tornare a vedere bambini che corrono felici nei giardini Io ho un sogno,
tornare al più presto alla nostra vita normale Io ho un sogno,
tornare a scuola e recuperare le insufficienze Io ho un sogno,
poter tornare alla normalità con i miei parenti in buona salute.

Irene, 14 anni, Rufina (FI)

Io ho un sogno, "IO HO UN SOGNO"

anzi a dir la verità ne ho tanti ma solo uno ho avanti
a tutti i miei pensieri e speranze:
il ritorno alla vita normale. Eh si quella mi manca tanto il poter uscire con
gli amici lo sport e
la scuola.
Non avrei mai pensato di menzionarla ma il suo ruolo nella mia vita è

fondamentale,
lei è sempre lì e apre le porte a chiunque voglia entrare.
Io ho un sogno
che tutto si risolva presto perché questa vita la detesto: virtuale non è reale.
Io ho un sogno
che una volta usciti da questa situazione questo avvenimento sarà
tramandato.
Ieri è passato.
Il domani non è ancora arrivato Abbiamo solo oggi:
VIVIAMO.
Dobbiamo sperare essere fiduciosi
e positivi.
Io ho un sogno
che tutta la mia famiglia rimanga salda che riesca a superare questo
momento e che non venga a mancare nessuno.
Io ho un sogno
che tutti i medici che si stanno impegnando per combattere vengano
ricordati.
Ricordare ognuno di loro che anche in questo momento sono in un luogo
che oggi più che mai fa paura l'ospedale.
ad aiutare chi più ne ha bisogno ed è questo il loro sogno:
VIVERE
che adesso sembra diventato impossibile.

Federica, 14 anni, Rufina (FI)

Io ho un sogno

Coronavirus non mi fai paura, perché noi troveremo una cura. Per esempio
i vaccini
Che salveranno anche i bambini
Io ho un sogno che tu possa scomparire
Perché noi siamo pronti ad agire
Io ho un sogno di rincontrare i mie compagni
Per spendere tutti i miei guadagni
Ridere tutti insieme
E organizzare delle cene Dopo questa quarantena
Andremo tutti a Siena Sarà il primo viaggio
Con il biglietto in omaggio
Io ho un sogno di riabbracciare i miei familiari
E buttare via questi auricolari
Io ho un sogno che tu possa scomparire
Perché noi siamo pronti ad agire
Io ho un sogno di rincontrare i mie compagni
Per spendere tutti i miei guadagni
Ridere tutti insieme
E organizzare delle cene
Ora basta...torniamo tutti seri
E ringraziamo gli infermieri
Non guardiamo cosa è successo ieri
E un domani ne saremo fieri.
Per colpa di questo contagio
Adesso va tutto al contrario.
Tutto questo non sarà dimenticato
Ma sarà archiviato.

Consuelo, 14 anni, Rufina (FI)

I have a dream... Io ho un sogno

io ho un sogno di uscire e sentirmi libero, io sogno di riabbracciare i miei nonni,
io sogno di rivedere tutti i miei amici,
io sogno di poter parlare con un mio amico,
io sogno di poter prendere questo computer e buttarlo fuori dalla finestra,
io sogno di tornare a correre su quel campo verde insieme al pallone che mi ha emozionato sin da quando ero bambino,
sogno di poter vedere la libertà invece di quattro mura,
io sogno di fare una bella camminata sul marciapiede va bene anche da solo, sogno di poter uscire e urlare come un pazzo,
io sogno di tornare a scherzare con i miei amici ma non dietro un telefono o un giochino ma faccia a faccia,
io sogno di viaggiare e di non fermarmi più,
io sogno di poter parlare di compiti o esami insieme ai miei professori invece di leggere una chat,
io sogno la libertà,
io sogno che tutto torni come era prima e che questo Virus sparisca al più presto.

Alessio, 14 anni, Rufina (FI)

I have a dream...io ho un sogno

È ormai da molto che non ci vediamo e passiamo le giornate sul divano ma noi non dobbiamo mollare perché altrimenti ci faremmo male saremo separati ma non divisi
non smetteremo mai di chiamare i nostri amici.
Io ho un sogno...
poter rivedere le persone a cui molto bene voglio perché sicuramente questo sforzo non sarà invano dopo potremmo darci la mano
dirci che alla fine è andato tutto bene
e da quel momento staremo sempre insieme,
non ce la facciamo più a stare da soli
ma per lo meno sappiamo cosa raccontare ai nostri nipoti non ci dobbiamo demoralizzare
perché noi, Italia, ce la possiamo fare.

Io ho un sogno...
poter rivedere le persone a cui molto bene voglio perché sicuramente
questo sforzo non sarà invano dopo potremmo darci la mano
dirci che alla fine è andato tutto bene
e da quel momento staremo sempre insieme noi ce la faremo
e insieme ci rialzeremo non possiamo mollare
un esempio dobbiamo dare
le altre nazioni ci prendevano in giro ma noi ne usciremo per primi
se ci impegniamo tutti e ci stiamo vicini

Ferni.ema

I HAVE A DREAM

Sono qui in quarantena come tutti e I have a dream,
vorrei tornare a calcio con i miei amici e vorrei tanto dargli un abbraccio.
I have a dream
non l'avrei mai detto ma la scuola mi manca anche se mi stanca
vorrei finire l'anno al meglio e stare bene al mio risveglio.
In questi giorni sono stato insieme a mio fratello e ho scoperto che non
sono mai stato meglio
I have a dream
continuare così anche dopo la quarantena.
I have dream
ringraziare con una lettera scritta da me
tutti i dottori che salvano tante persone malate e poter un giorno stringergli
la mano.
I have a dream
dopo la quarantena festeggiare il mio compleanno
con tutti i miei amici, stare bene e risentire l'aria familiare.

Piefli, 14 anni, Rufina (FI)

I have a dream

I have a dream, io ho un sogno...
Ora come ora, in questo brutto periodo in cui è quasi del tutto annullato
il significato della parola "vivere",

il mio sogno più grande è quello di poter tornare ad uscire di casa senza il terrore,

il mio sogno è quello di poter tornare a sedermi su quelle sedie mezze rotte a scuola,

il mio sogno è quello di poter riabbracciare tutti i miei amici, ma più di tutti i miei compagni di classe, nessuno escluso.

Circa un anno fa non avrei mai pensato di poter dire queste mie parole, con siderando molti fatti avvenuti in passato, proprio con loro ma ora come ora non posso farne a meno.

Il mio sogno è quello di poter tornare finalmente a scuola, non tanto per le difficoltose modalità di studio a casa o per paura dell'esame, solamente per potermi godere a pieno gli ultimi momenti con la mia classe, perché il tempo perso non ce lo restituirà nessuno.

Beh, potrei essere l'unica a pensarla così, potrei non mancare a nessuno, ma non mi importa perché sto davvero male così.

Tralasciando stare il fatto che stiamo arrivando ad una soglia di contagi o, che la situazione si sta smuovendo, sento da parte di tutti, persino dalla mia famiglia, un pesante pessimismo, che forse è soltanto realismo, e questo mi fa stare ancora peggio.

Mi fa molto male pensare che certi momenti che io attendo dalla prima come il ballo di fine anno, la gita ad i campi di sterminio, e persino l'esame, saranno solo nella mia immaginazione più totale perché infranti come una nuvola da un virus.

Come ho già detto mi dispiace pure per l'esame, essendomi impegnata fino a qui per passarlo al meglio, avendo passato dallo scorso anno molte sere a studiare fino a tardi per ottenere certi risultati, e posso dire che per esperienza una delle difficoltà maggiori che ho affrontato è stata quella di dover convivere fino in fondo con il mio carattere, che, non sembrerà, ma è esuberante e testardo, così ho dovuto imparare a trattenermi in molte situazioni, non riuscendoci del tutto fino in fondo.

Sono consapevole del fatto che la salute viene prima di tutto, mi chiedo soltanto perché tutto ciò è dovuto succedere proprio ora.

Io ho un sogno, quello di riavere la mia vita, perché certi momenti non torneranno indietro e spero che tutte le lacrime versate in questi giorni abbiano un senso.

Alessia, 14 anni, Rufina (FI)

IO HO UN SOGNO

Io ho un sogno...
che presto le nostre città
possano tornare alla normalità,
Io ho un sogno...
che ci si possa di nuovo abbracciare e in ogni angolo di strada incontrare,
Io ho un sogno...
i miei amici all'aria aperta vorrei ritrovare senza le mani dover disinfettare
Io ho un sogno...
tornare in campo a giocare e con le mie compagne esultare Io ho un
sogno...
a casa della nonna entrare e le sue delizie di nuovo gustare Io ho un sogno...
sui banchi di scuola a ridere e scherzare la mia pazza classe salutare
Io ho un sogno...
che questo virus si riesca a eliminare
così che la nostra vita felice possa continuare.

Sofia

Io ho un sogno ***IO HO UN SOGNO***

Un sogno che in questo momento è di ogni italiano Io ho un sogno
Che per maggio tutto questo sia passato
Io ho un sogno
Che nelle zone rosse del mondo nessuno perda un proprio caro
Che da questa situazione ad adattarmi imparo
Io ho un sogno
Che le persone il virus riescano a fermare
E nessun medico dover chiamare
Io ho un sogno
Che a breve tutti i bambini del mondo
Tornino mano nella mano a fare il girotondo Io ho un sogno
Che ogni piazza sia piena di persone, ogni parco di bambini
E ogni montagna di sciatori alpini.
Io ho un sogno

Che ora ogni persona di mascherina sia munita
Per far tornare poi ogni coppia riunita
Un giorno tutto questo accadrà
E sarà il giorno in cui tutti gli italiani canteranno non per la speranza, ma
per la libertà
Questo è il mio sogno.

Matteo, 14 anni, Rufina (FI)

Io ho un sogno... Io ho un sogno
Che arriva dal profondo

Io ho un sogno
Di amore e di felicità Che non ci sia diversità
Ma solo una grande unità

Io ho un sogno
Di rincontrare i miei amici Ed essere tutti felici
Che questo periodo passerà E torni la serenità

Io ho un sogno
Che i malati escano dall'ospedale E tornino alla loro vita normale

Io ho un sogno
Che il terrore finisca
E che la pandemia svanisca

Tutto questo finirà E tornerà la felicità.

Sofia, 14 anni, Rufina (FI)

I HAVE A DREAM

Dai periodi difficili si può anche imparare, questa pandemia,
vera prigionia
ci insegnerà ancor più a volare. Con la chiusura di scuole imposta e a casa
confinata
da verifiche e interrogazioni, mi son salvata.

Tutto è piombato su di noi come un tuono ma almeno,
della tragedia prendiamo il buono.
Tra Amuchina e disinfettante le giornate oziose son tante, e il mio sogno
è di ritornare
a lavarmi solo con acqua di mare. Forse non dovrei scherzare
e provare a pensare, ma in fondo
dopo la pioggia ritorna sempre il sereno, cerchiamo di essere positivi
almeno!
A parte gli scherzi, siamo seri
mi mancano gli amici, quelli veri,
mi mancano le piccole cose, anche le più noiose
che viste in questo momento,
mi sembrano stelle del firmamento.
Ora invece di caricare gli zaini sulle spalle, voliamo leggeri come giovani
farfalle
che portano al mondo il semplice messaggio: avanti tutta, forza e coraggio!
Il mio sogno in fondo,
è quello di veder tornare a splendere il mondo...

Gaia

I have a dream

Devo vivere in quarantena forzata
Questo virus ci fa passare una vita travagliata
Devo uscire con la mascherina
E sulle mani un gocciolo di Amuchina

Resto sempre alla scrivania
In cerca di compagnia
Parliamo sempre della quarantena
Tutte le sere a cena

Ho un sogno da mostrare

senza giocare non ci so stare il tennis mi manca
e questa quarantena mi stanca

Resto sempre alla televisione
Sono diventato un campione
Guardo molte serie
e tutte queste dicono miserie

Dalle terrazze cantano l'Inno d'Italia come segno di armonia
Nelle case la speranza
che finisca al più presto e di andare in vacanza
Io ho un sogno da avverare
cara Italia abbiamo un virus da superare non vedo l'ora che finisca
per tornare nella mischia

Andrà tutto bene
se l'affronteremo insieme.

Damiano, 14 anni, Rufina (FI)

I have a dream
Solo ora so quanto vale un abbraccio di un amico
Solo ora so l'importanza di avere vicino le persone più care Solo ora so di
avere un sogno, un grande sogno
Ho un sogno
Il sogno di ballare
Il sogno di ballare davanti a tutti e non solo davanti a mia mamma in casa
Solo ora so quanto ballare sia importante per me
Solo ora so che dopo il buio sorge sempre il sole
Solo ora so quanto è dura stare in casa a non fare niente quando sai che
fuori
c'è una bella giornata per ballare sui prati Ho un sogno
Il sogno di ritornare a vivere come prima
Il sogno di ritornare a fare compere normalmente, di andare al parco con
gli amici, di uscire per qualunque motivo
Solo ora so che il sole porta la gioia nelle case anche se in casa c'è il gelo
Solo ora so che comprare un gelato vale tantissimo
Solo ora so di avere tanti sogni che potevo realizzare prima di questa
tragedia che non ci permette di uscire.

Alice, 14 anni, Rufina (FI)

IO HO UN SOGNO

Covid-19 parte la disperazione,
ho un sogno, poter sentire nuove parole. Esci a fare alla spesa con la mascherina ma non scordarti l'Amuchina.
Ora mi stai a un metro di distanza ma forse non è abbastanza.
Non possiamo stare in quattro in una stanza, figurati se possiamo andare in vacanza.
Io ho un sogno, sapere dove è che andate fortuna che hai le mani lavate.
Io ho un sogno, uscire fuori e liberare quei poveri dottori.
Io ho un sogno, che tutto questa finisca o che un vaccino agisca.
Ho un sogno, che tutto questa svanisca
E che qualcuno capisca che a casa non possiamo starci più.
Io ho un sogno, poter abbracciarti e riuscire a salvarti.
Perché non provarci?
Adesso ti fanno la multa, che vuoi farci. Io ho un sogno, smettere di annoiarmi
Però dobbiamo accontentarci. Forse smetterò di lamentarmi
E soprattutto di preoccuparmi.
Io ho un sogno, che tutto questa finisca o che un vaccino agisca.
Ho un sogno, che tutto questa svanisca
E che qualcuno capisca che a casa non possiamo starci più. Un domani lo racconterò ai miei figli
Per dargli dei consigli.
Il Coronavirus resterà nella mia mente E in quella della gente.

Michela, 14 anni, Rufina (FI)

Ricominciare

Ho un sogno, voglio uscire e mangiare con gli amici tutto il giorno
Guardare la "tele" tutte le sere,
virus non ci pensare non batti le serie, L'Amuchina è finita ma non la mia vita. Medici sempre con noi
Ho un sogno e non lo cancello
Insieme contro questo virus, vinceremo questa guerra senza Bang! Bang!
Vinceremo questa guerra senza Bang! Bang!
Vinceremo questa guerra senza Bang! Bang!
Vinceremo questa guerra senza Bang! Bang! Bang! Bang! Bang! Bang! Con

il corona virus, lo scuolabus non prendo

Laviamoci le mani, per avere un domani, Laviamoci le mani, per avere un domani.

(Riadattamento della canzone "Bang Bang" di Sfera Ebbasta dal minuto 1:32)

Vanesa, 14 anni, Rufina (FI)

Agli occhi degli adulti potrebbero sembrare semplici pensieri di chi non accetta la realtà, ma il sentire che hanno espresso questi ragazzi è indice di chi nel mondo non vuole essere un semplice esecutore, ma vuole un ruolo di creatore e trasformatore del mondo.

Poesia come modo di essere, come modo di porsi di fronte alla realtà cogliendo l'immediatezza di particolari, elaborando idee e rappresentando emozioni.

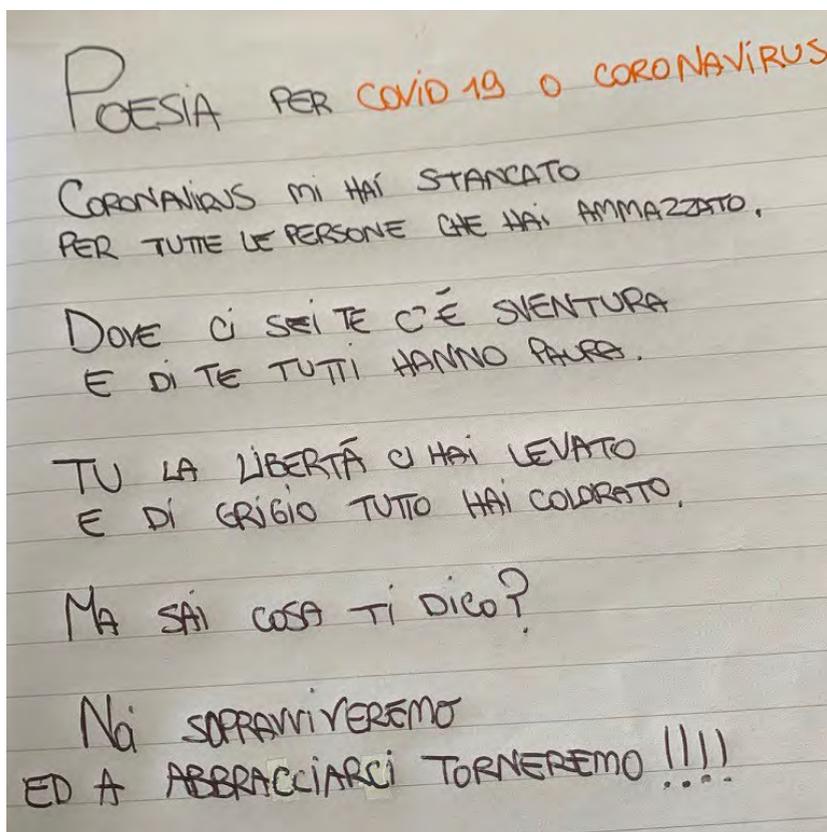


Fig. 134 Poesia

Similitudini

Maschio

VIRUS

Una grande bufera di vento
nella quale ti sei trovato dentro all'improvviso e contro la quale noi hai
armi per combattere.

Femmina

CORONAVIRUS

Stiamo in casa come in una prigione, Soli e affranti
Nella speranza di un giorno In libertà

Maschio

Si sta a casa
come i carcerati nelle celle

Femmina

TRISTEZZA

Si sta in casa come quando piove

Maschio

CASA

Si sta come le cozze nel mare
più profondo

Femmina

QUARANTENA

Si sta in casa come d'inverno mentre fuori piove.

Maschio

QUARANTENA

Si sta come d'inverno gli insetti

Femmina

Siamo rinchiusi in casa da mesi
Come i vestiti invernali Nei cassetti

Femmina

AMICI

Siamo distanti come la Terra e la luna, posso vedervi lontano da me
non posso raggiungervi

Maschio

SPERANZA

Rimanete nel vostro nido
come gli uccellini appena nati e abbiate speranza

Maschio

NON PIU' A CASA

Il prima rifugio diviene gabbia così là fuori
è il nostro posto

Maschio

CORONA

si sta come in prigione con le sbarre molto larghe

Femmina

FORTUNA

Siamo come coloro che non ci sono più,
solo con un po' più di fortuna

Maschio

CORONAVIRUS

Si sta in casa
come i libri quando arriva l'estate

Femmina

LA QUARANTENA

Tutti questi giorni sono uguali

*“Minutissimi elementi, frammenti, schegge, scaglie possono indurre
chiunque a un avvio di scrittura: pescando con la mano nell’armadio del
mondo.”*

Roberto Roversi

E quindi uscimmo a riveder le stelle

*“Puoi sentire le stelle
e l'infinità del cielo poiché la vita, nonostante tutto, è come un sogno.”*
Vincent Van Gogh



Fig. 135 Segno di primavera



Fi. 136 Veder le stelle

*“Le stelle sono buchi nel cielo da cui filtra
la luce dell’infinito.”*
Confucio

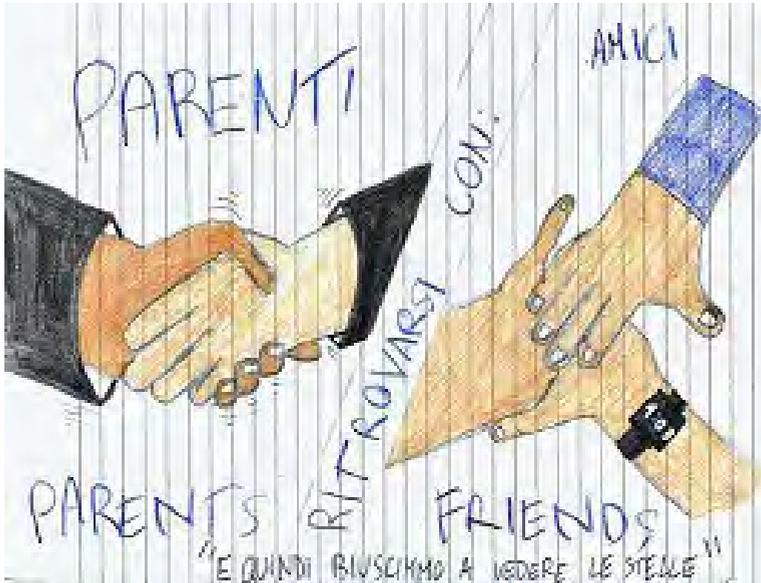


Fig. 137 Tutti insieme



Fig. 138 Luna e stelle



Fig. 139 Ritornare alla vita



Fig. 140 Prima e dopo



Fig. 141 La mongolfiera

*“E mi piace la notte ascoltare le stelle.
Sono come cinquecento milioni di sonagli.”*
A. De Saint-Exupéry

-TESTA GIULIA-

UNA VOLTA USCITA

Una volta uscita dalla quarantena usciva - prima di tutto, rivedere i miei amici. Sono felice di farlo che mi mancano tantissimi ma per farlo quando siamo insieme non riusciamo solo a quanto siamo fortunati, ormai per me non c'è un'altra persona non dico che non sbaglia ma almeno questa.

Quello che voglio dire è che quando siamo fuori, è come un'abitudine per me fare certe cose, e un'altra che se c'è bene, per me è già di da sapere e questo è importante.

Stavo da prima cosa che usavo, piace il tempo, per dire più legato ai momenti che passiamo insieme.

Ormai da da di tutti qualcosa che sta cambiando dentro questa guerra siamo noi, perché tutti sappiamo che per me è più difficile adattarsi all'idea di non poter più niente.

Ho un'idea di come per me sia, ma mamma e mio mamma.

Sono non come mezza gente, per come per me sono, non sono un'idea di come è il mio pensiero di la cosa, perché mia mamma è come una seconda mamma, per me è l'unico che viene a sapere tutto di me e non mi abbandona, perché sono un'altra gente.

Tra come un'altra cosa, una volta di un capo di mia mamma che per fare un certo lavoro di me, una volta di me.

Per come tutto il per me, mamma alla mamma e di un ma una volta ogni tanto.

Quello che non sia molto grande, perché anche mia mamma, gli importanti e che sono, non sono come la prima, ma non sono di il tempo, ma non sono per me.

Quindi gli altri sono da.

Quando sono in casa che sono fare un'idea di una volta, ma non sono tutti insieme.

È quindi siamo a rivedere le stelle.

Fig. 142 Una volta uscita



Fig. 143 E quindi uscimmo...



Fig. 144 *A riveder le stelle*

Filastrocca resiliente

*Non ti arrendere ce la puoi fare: ad ogni sconfitta
tu puoi imparare.*

*Sii coraggioso va' oltre il cancello: quel che è difficile
è ciò che è più bello.*

Alessia de Falco e Matteo Principale

Per concludere... piccole indicazioni

Nella vita possono presentarsi diversi eventi critici, il Covid 19 in tutto il mondo è stato ed è tutt'ora un evento che ci ha colto tutti di sorpresa e impreparati. Ciò ha comportato una serie di atteggiamenti iniziali, “per prove ed errori”.

La portata di questa situazione ha creato anche psicologicamente un grande impatto esistenziale. Tale impatto non ha interessato solo gli adulti, ma soprattutto i bambini e i ragazzi che ancor meno preparati hanno dovuto fronteggiare una situazione di portata mondiale. Nel nostro piccolo la comunità locale di Pelago e Rufina rappresentata dai bambini e dai ragazzi, come abbiamo visto ha messo in luce molti aspetti del fenomeno. Emozioni contrastanti, incertezze, paure, ma anche gioia e addirittura felicità. Coloro che hanno espresso tale sentimento avevano consapevolezza del problema, ma hanno focalizzato l'attenzione e in particolare i pensieri su ciò che li rendeva comunque contenti. A molti sembrerà strano, ma i bambini lo hanno evidenziato, qualcuno ha mostrato gioia nelle cose semplici della quotidianità, in quei momenti che tutti avevamo dato per scontati. Quasi come un'acquisizione ormai conclamata. Il messaggio importante che i bambini e i ragazzi invece hanno voluto mostrare è che possiamo avere pensieri positivi anche durante un'emergenza. Basta saper riconoscere gli aspetti della vita che ci fanno sorridere e ci creano benessere. Sono riusciti a trovare aspetti favorevoli anche nelle avversità.

Le reazioni e le emozioni durante l'emergenza sono state le più svariate. Alcuni si sono sentiti sopraffatti, spaventati e ansiosi, altri hanno avuto reazioni lievi.

Ogni persona ha risorse e capacità per affrontare le difficoltà della vita. Durante un evento traumatico le strategie di coping, la resilienza personale, diventano determinanti. Ciò vuol dire che la capacità di adattamento richiede flessibilità nel risolvere i problemi in modo efficace, attraverso meccanismi cognitivi e comportamentali.

Il bagaglio di esperienze dei bambini e dei giovani è notoriamente ridotto rispetto a quello dell'adulto, pertanto anche le strategie di fronteggiamento sono meno efficaci.

Noi adulti, quali genitori, insegnanti, educatori diamo un esempio quotidiano di come possiamo imparare ad affrontare i problemi e anche le avversità.

Il comportamento degli adulti funziona da modello, pertanto dovrebbero essere figure di supporto affettuoso.

A conclusione di questo lavoro, vorrei dare alcune indicazioni agli adulti in merito all'emergenza che ancora continuiamo a dover affrontare:

- Comunicare con i bambini in modo veritiero: usare parole semplici adeguate all'età, ma efficaci. Non possiamo promettere realtà fantasiose (che tutto finirà presto, che tutto tornerà come prima).

- Filtrare le notizie dei media: non sovraesporli alle informazioni che non sempre sono di facile comprensione, né oggettive.

- Accogliere gli stati emotivi dei bambini attraverso l'ascolto e la comprensione: ammettere che anche i grandi hanno paura e che le emozioni contrastanti in questo periodo sono normali.

- Creare il più possibile ambienti sereni e accoglienti.

- Dare fiducia ed esprimere positività: trovando insieme nuovi aspetti efficaci per affrontare la quotidianità.

- Dialogare senza fretta.

- Osservare eventuali cambiamenti di comportamento troppo repentini.

*“Non scoraggiate mai qualcuno che si sta impegnando per fare dei progressi.
Non importa quanto lentamente migliora.”*

Platone

Bibliografia

- Cannoni E. (2003), *Il disegno dei bambini*, Carocci, Roma.
- Crotti E. Magni A. (2010), *I simboli nei disegni dei bambini*, Red, Milano.
- Cunico M. (2004), *Educare alle emozioni*, Città Nuova, Assisi.
- Grenci R. (2007), *Cogli l'attimo*, La Meridiana, Bari. Noddings N. (2005), *Educazione e felicità*, Erickson, Trento.
- Pomati P., Varano M. (2004), *La grammatica delle emozioni*, Sonda, Alessandria.
- Snyder, C.R., Sympson, S.C., Ybasco, F.C., Borders, T.F., Babyak, M.A., & Higgins, R.L. (1996). Development and Validation of the State Hope Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (2), 321-335.
- Storri D. (2014), *Emozioni*, San Paolo, Milano.
- Vayer P., Camuffo M. (2002), *Io e gli altri*, Magi, Roma.
- Vayer P., Camuffo M. (2000), *La faccia nascosta della classe*, Magi, Roma.

Gabriella Picerno è psicologa, pedagoga, consulente in sessuologia, esperta in Psicologia del Disegno Infantile e dell'Apprendimento. È direttrice del Centro di Documentazione Educativa "Il Grillo Parlante" di Rufina (Firenze). Da anni è impegnata in progetti di formazione e interventi di educazione alla genitorialità, all'affettività e alla sessualità.

Si occupa di problematiche familiari quali la separazione e il divorzio. Svolge attività professionale su tematiche come la formazione dei docenti, il disagio scolastico, i disturbi dell'apprendimento e di relazione. Appassionata di pittura, fotografia e poesia. Sia i saggi che le poesie sono stati premiati in diversi concorsi letterari a carattere nazionale e internazionale. Le sue liriche d'amore sono state tradotte in inglese, francese, greco e spagnolo.

Autrice di numerose pubblicazioni: *Genitori separati. Bambini divisi* (con Evelina Fazzi 1996); *Le ferite dell'arcobaleno* (con E. Bartolozzi, 2001); *Le parole dell'educazione* (con Susanna Berretti, 2006); *Due genitori due case* (con E. Fazzi, 2013); *Dal dire al fare* (2013); *Il benessere emotivo negli adolescenti* (con L. Collacchioni, 2013); *Famiglie stra-ordinarie* (2016); *Io e le mie famiglie* (con E. Fazzi, 2016), *Un tocco di cielo* (2018); *Bambini online* (2019), *A touch of sky* (2019); *La Bambola di Giada* (con C. Desideri, 2020) *Due genitori, due case nuova edizione ampliata* (con E. Fazzi, 2021); *Lascia che sia* (2021); *Sussurri e maree*(2022); *Un toque de cielo* (2022); *Itinerari affettivi e di educazione sessuale, 7- 10 anni* (2022); *Io e le mie famiglie, nuova edizione ampliata*(2023).



Una selezione dei volumi della collana
delle *Edizioni dell'Assemblea* è scaricabile dal sito

www.consiglio.regione.toscana.it/edizioni

Ultimi volumi pubblicati:

Claudia Maria Bucelli, Lucia Fiaschi, Silvia Mantovani (a cura di)

Da monumento a Collodi a Parco di Pinocchio

Roberto Manera

La Madonna di Montenero, Patrona della Toscana.

Stemmi delle Province di Firenze e Prato

Silvano Gelli, Salvatore Gioitta

Il Barco di Bonistallo nella Reale Tenuta del Poggio a Caiano.

Natura, cacce, lavori e svaghi in cinque secoli di storia

Fabrizio Rosticci

Montecatini Val di Cecina.

Piccole cose di casa nostra... 2. Microstoria

Paola Benigni, Luca Berti, Anna Pincelli, Gian Paolo G. Scharf (a cura di)

La Badia di S. Gennaro a Capolona, una storia millenaria

Sandro Rogari (a cura di)

Il biennio nero in Toscana.

Crisi e dissoluzione del ceto politico liberale

Giulio Ciampoltrini, Roggero Manfredini

Castelfranco di Sotto nell'Ottocento.

Un fondo di archivio per gli anni di Antonio Puccinelli

