

## ***Definizioni, considerazioni di studenti dopo la partecipazione al percorso sul Perdono nell'anno scolastico 2018/19***

### ***Classe III<sup>a</sup> A -Scuola media -Giaveno***

- Per me il Perdono significa lasciar andare, liberarsi dalla tristezza e dal dolore ricevuto. Grazie a questo corso ho imparato molte cose, mi ha aperto la mente finalmente sono pronta a perdonare e a 'ripulire' il mio dolore. Grazie.
- Il Perdono è una cosa bellissima. Perdonando senti la pace in te stesso e tranquillità.

Sono molto contenta di aver fatto questo percorso. By.

- Io il Perdono lo vedo come una cosa giusta e finora ho dovuto perdonare tantissime persone, ma ora mi trovo in una situazione particolare, cioè non so se perdonare una certa persona.

È una cosa molto difficile.

- Io il Perdono lo vedo come un dono non per gli altri ma per me, per vivere meglio e non vivere con rabbia.
- Il Perdono è la gioia di sentirsi bene con se stessi e con gli altri. Ma c'è da fare uno sforzo per raggiungere questo obiettivo.
- Il Perdono è fare pace con se stesso e le altre persone; è avere pace nel cuore.
- Il Perdono è un modo per togliere la rabbia che c'è dentro. Cosa che prima io pensavo nel modo opposto, ovvero per far stare meglio l'altra persona.
- Perdonare è difficile, tant'è che mio padre non riesce a perdonare la vita. Ma con la giusta tranquillità si può fare.
- Ho imparato che bisogna perdonare sempre perché fa stare meglio con se stessi. E ho imparato cose nuove. Non è stato un progetto noioso.
- La vendetta non ti fa sentire meglio, ma il Perdono sì.
- Ho capito che il Perdono non serve soltanto per la persona con cui hai litigato, ma serve anche per te stesso.
- Ho capito che perdonare fa bene a tutti, anche se alcuni non lo accettano. Lo faccio per sentirmi meglio io stessa.
- Il Perdono per me è una cosa in cui tu prendi pace in te stessa e provi a perdonare qualcuno. È stato molto utile.
- Il Perdono non è per la persona che ti fa male, ma per te,0 per riuscire a vivere la tua vita senza rabbia, avere dei sogni, sicurezza in se stessi e non paura di parlare con le persone.

### ***Classe III<sup>a</sup> C- Scuola media Giaveno.***

- Il Perdono è una cosa molto bella.
- Ho capito che devo perdonare di più.
- Secondo me, devi perdonare perché se no fai del male te stesso e non a quello che ti ha ferito.
- Per me il Perdono è cambiare.
- Il Perdono è un cambiamento che ci permette di vivere al meglio.
- È una cosa giusta che aiuta le persone a farle uscire da una situazione di difficoltà. Ho capito anche io cos'è e come fare a metterlo in pratica. Il Perdono è una bella cosa.

- Trovare la pace interiore anche -e soprattutto- con se stessi.
- Il Perdono, secondo me, è l'unico modo per stare in pace con se stessi.
- Ho imparato che perdonare non vuol dire soltanto chiedere scusa, ma imparare a vedere la vita in modo diverso, ovvero chiedere scusa col cuore e non con la testa.
- Il Perdono ti fa stare meglio.
- Perdonare una persona, secondo me, vuol dire perdonarla per ciò che ha fatto nei miei confronti e, magari, ritornarci amica; però, anche se la perdono, non posso dimenticare ciò che ha fatto.
- Il perdono è una cosa utile che ci fa stare bene.
- Nonostante il dolore che qualcuno ci ha provocato, dobbiamo perdonarlo, perché essere arrabbiati non cambierà
- la situazione, ma la peggiorerà.
- Perdonare, secondo me, significa prima di tutto mettere da parte l'orgoglio, l'odio, la rabbia. Per perdonare bisogna aprire il cuore agli altri.

### *Classe III<sup>a</sup> E- Scuola media Giaveno*

- Il Perdono è una cosa importante per chi riesce a perdonare. Io riesco ogni tanto, ma quando perdono, lo faccio bene.
- Mi è sembrato un tema importante e sono riuscito a cogliere il concetto di Perdono. Ne avevo già sentito parlare ma in altri modi.
- Il Perdono non è una cosa, ma un sentimento che non è sempre facile da comprendere, ma, quando finalmente ci riesci, ti senti bene.
- Per me il Perdono è stato un argomento interessante perché ho imparato a perdonare seriamente una persona.
- Nessuno è il suo errore.
- È stato molto interessante.
- Anche dopo questo incontro immagino (in una situazione simile a quelle raccontate) che avrei perdonato me stesso, ma non la persona che mi ha fatto il torto.
- Mi è sembrato un tema interessante, perché è un argomento che mi tocca particolarmente in questo periodo. Il progetto mi è sembrato utile perché ora so da dove partire per riuscire a perdonare.
- Secondo me, è stato un bel percorso perché ho capito che, nonostante le difficoltà che ci possono essere con alcune persone, bisogna sempre riuscire a perdonare, perché è questa la cosa più importante per essere in pace con se stessi.
- Non cerchi soluzione quando ami il problema.
- *“Come posso essere quella spugna che ripulisce la sporcizia?”* Questa frase per me è molto bella, significativa e profonda.
- Bisogna sempre perdonare, anche se non vogliamo, basta sforzarsi. Bisogna saper mettere da parte l'orgoglio e perdonare,
- Anche se l'aggressore gli ha rovinato la vita, lui l'ha perdonato riflettendo.
- È difficile e ci vuole anche coraggio. Pensavo spesso che perdonare facesse male a se stessi, perché porsi dentro questo gesto fosse brutto. Ma non avevo mai pensato che il Perdono potesse diventare arricchente per se stessi.
- Il Perdono è un mezzo efficace per chiedere scusa, ma è anche utile per sentirti meglio e aiutare sia te stesso che il prossimo.
- La lezione sul Perdono mi ha lasciato tanto dentro di me, perché ti fa riflettere, capire, pensare e dire, quando sei arrabbiato.
- Anche se una persona non può muoversi, può gestirsi autonomamente: riesce a

perdonare, anche se non può muoversi, perché ha le stesse capacità di una persona che può correre e fare tutto ciò che vuole.

### *Classe III<sup>a</sup> B- Scuola Media - Giaveno*

- Questi incontri mi hanno aiutato a riflettere molto. In realtà ero abbastanza d'accordo su tutto quello che veniva detto.
- Ho tratto maggiore consapevolezza di me e come affrontare determinate situazioni attuali o future.
- Da queste lezioni ho capito che il Perdono è più importante per me stessa che per gli altri: devo prendermi più cura di me per guarire meglio.
- Questi incontri mi hanno fatto capire che il Perdono è molto importante perché ci permette di andare avanti stando bene con noi stessi e con gli altri.
- Questi tre incontri mi hanno fatto comprendere il vero senso del Perdono, quello vero e sincero, che entra in gioco quando si ama veramente la persona che sta dall'altra parte. Penso che ognuno di noi sia in grado di perdonare e mettere da parte il rancore.
- Questi incontri mi hanno fatto capire quanto il Perdono sia importante per essere in pace con se stessi.

Portare rancore non conduce a nulla; quindi, il mio obiettivo è quello di riuscire ad andare avanti e riuscirò a perdonare fino in fondo.

- Grazie a questi incontri ho capito che il Perdono non lo si deve concedere per fare un favore agli altri, ma per farlo a se stessi.

E prima di giudicare qualcuno bisogna provare a conoscere e comprendere la persona, il contesto in cui vive, la sua storia.

- Ho imparato che a volte è meglio comprendere le ragioni e conoscere la vita di una persona per capire il motivo delle azioni che compie o ha potuto compiere.

### *Classe III<sup>a</sup> D – Scuola Media- Giaveno*

- La storia delle 3 pentole con la carota, l'uovo e il cioccolato mi è piaciuta e mi ha fatto riflettere. Ma anche l'idea che il Perdono è personale e non è uguale alla riappacificazione con l'altra persona. Infine bella anche la storia di *Cappuccetto Rosso* modificata.
- È stato utile, secondo me, fare questi tre incontri sul perdono perché ho capito ed imparato tante cose. Purtroppo, però, il mio cuore non ha ancora la maturità di perdonare e, se perdona, comunque non dimentica.
- Sono rimasta colpita dal concetto di scrivere una delusione sulla sabbia o sulla pietra, perché non l'avevo mai analizzata con questa metafora e, quindi, mi ha fatto riflettere.
- Il Perdono è per se stessi.
- Il Perdono non è sicuramente un percorso semplice, a differenza di quanto si pensi; è un cammino che richiede tempo, maturità e voglia di rendere le cose migliori. A volte si perdona l'atto e non la persona, a volte la persona e non l'atto. Ma prima bisogna perdonare e accettare se stessi.
- Perdonare non vuol dire essere deboli, ma essere forti. Spero in futuro di riuscire a perdonare anche coloro che mi provocheranno forti dolori: se ci riuscirò, in primis sarà per me, per poter vivere in pace.
- Dopo questi incontri ho capito il significato di perdonare e quando è giusto scrivere una cosa sulla sabbia oppure su una pietra. La cosa fondamentale è perdonare, senza portare rancore per mantenere un rapporto con una persona.
- Penso di aver capito l'importanza della comprensione e del perdono. A volte, per poter

- affrontare situazioni difficili, è meglio perdonare.
- È stata una bella esperienza che mi ha aiutato a capire che il perdono è importante, anche se a volte è difficile perdonare.
- Non portare rancore.
- L'importanza di perdonare soprattutto se stessi. La differenza tra perdono e riconciliazione.

### *Classe III<sup>a</sup> E - Liceo "Regina Margherita" - Torino*

- E' stato molto interessante e ho imparato ed approfondito molti argomenti.
- È stato interessante, istruttivo e anche molto educativo, e si sono trattati argomenti molto importanti.
- La ringrazio perché ho capito che il Perdono non va rivolto agli altri ma a noi stessi, per poter vivere più sereni.
- È stata una bella esperienza molto istruttiva su tutti i punti di vista affrontati in classe.
- Questi incontri mi sono piaciuti perché mi hanno fatto riflettere su questioni importanti (come il Perdono) che magari sottovalutavo. Gli argomenti scelti mi sono piaciuti; in realtà non credevo di trattare questo genere di questioni in ambito criminologico (?). Mi piacerebbe continuare l'esperienza anche negli anni successivi.
- Penso che questi incontri siano stati molto utili, perché abbiamo trattato temi molto importanti su cui non ci soffermiamo quasi mai. La cosa più interessante per me è stato il "Perdono" e le sue modalità di applicazione.

L'anno prossimo mi piacerebbe rifare questi incontri soffermandoci di più sul rapporto tra chi ha perdonato e chi è stato perdonato.

- A mio parere questi 3 incontri sono stati molto interessanti e mi hanno fatto comprendere molte cose.

Magari sarebbe necessario un maggiore coinvolgimento degli studenti per aumentare il livello di attenzione.

- Gli incontri sono stati utili per qualsiasi persona presente in questa classe poiché gli argomenti sono stati trattati in maniera ampia.
- Gli argomenti mi sono piaciuti, ma avrei preferito se fossero stati più coinvolgenti.
- Queste ore mi hanno aiutata a ragionare su me stessa, su come reagisco in certe situazioni, al mio rapporto con gli altri.

Sono rimasta affascinata da alcune storie raccontate in classe e ho molto gradito il confronto avvenuto in classe con i compagni. Preferirei, una prossima volta più dibattito in classe.

- Mi sono piaciuti questi incontri. Ho scoperto cose che non conoscevo, utili nella vita quotidiana e molto interessanti. Durante il corso di questo progetto si è mantenuta una certa attenzione che ha reso il tutto più comprensibile.
- Buon giorno. Secondo me, questi incontri sono stati molto interessanti, anche se a volte diventavano 'pesanti'. Mi è servito molto approfondire questi argomenti, perché posso trarre da tutto ciò diversi spunti per i temi di *scienze umane*. Ma, in generale, per sostenere nella vita questi temi e per aiutare gli altri a comprenderli meglio. Quindi la ringrazio.
- Ho riflettuto su alcuni argomenti a cui solitamente non penso. È stata un'esperienza interessante. Forse, a volte gli argomenti erano un po' ripetitivi; sarebbe bello se l'anno prossimo approfondissimo altri argomenti.
- Durante queste tre lezioni ho avuto l'occasione di approfondire meglio molti concetti che possono aiutare nella vita di tutti i giorni.

Il mio "consiglio" da alunna è quello di svolgere le lezioni in maniera meno discorsiva e

unilaterale rendendole più vive, interattive anche attraverso l'uso di video e di immagini.

- Sono stati incontri interessanti, che mi hanno fatto riflettere molto, soprattutto la storia che abbiamo letto oggi, “*L'offesa*”, che mi ha un po' commossa.

È ciò che mi aspettavo, anche se mi piacerebbe fare più attività che coinvolgano tutta la classe in modo tale da essere tutti più partecipi.

- Alcuni argomenti fanno emergere dei ricordi, che volevo tenere nascosti, perché ero riuscita a superarli. Tutto ciò mi ha fatto male. Non volevo più ricordare chi mi ha ferito e, invece, ho dovuto farlo.
- Sono stati incontri interessanti che mi hanno fatto riflettere, ma forse un po' statici. Avrei voluto approfondire la criminologia in generale perché era quello che mi aspettavo. Abbiamo avuto l'occasione di esprimere la nostra opinione.
- Io penso che questi incontri siano stati utili. Ci hanno permesso di riflettere su temi a cui normalmente guardiamo con superficialità e magari anche con errati pregiudizi. Qui, invece, siamo riusciti a guardare i vari temi da una prospettiva diversa, più profonda.
- Questi incontri sono stati molto utili, perché abbiamo affrontato tematiche che a scuola non affrontiamo praticamente mai, di conseguenza mi piacerebbe fare altri incontri nel prossimo anno.
- Attività interessante, ma mi sarebbe piaciuto di più approfondire le risposte alle seguenti domande: *chi è un criminologo? Cosa fa? Cosa implica il suo lavoro?* Avrei voluto concentrarmi di più su questa materia.
- Questi incontri mi hanno aperto gli occhi circa il modo in cui dovrei affrontare la rabbia e le offese. Per me è stato molto utile, poiché fin da piccolo ho sempre avuto problemi nell'affrontare la rabbia e le offese, e ciò spesso è sfociato in rancore. Ora, invece, ho capito come affrontare le situazioni.

*Classe III<sup>a</sup> D - Liceo Regina Margherita (Durante l'ultimo incontro metà classe in gita),*

- Nonostante la ritenessi noiosa in un primo momento, ora che è finita, la ritengo molto istruttiva.
- Vi voglio chiedere scusa se le prime lezioni mi sono addormentato, però avevo dormito due ore la sera prima. Ho trovato molto interessante soprattutto l'ultima, perché c'è stata più interazione.
- Questo corso l'ho trovato più interessante nell'ultimo incontro. Secondo me si dovrebbe di più usare internet, come nell'ultimo incontro. Parere personale: secondo me in una scuola superiore si dovrebbe impiegare più tempo in corsi come *educazione sessuale*, che sarebbe più utile ad un pubblico di adolescenti.
- L'ho trovato poco utile: il Perdono non serve a far star meglio la vittima.
- Penso sia utile per chi come me ha subito tanto odio riuscire a perdonare, riuscire a comprendere che, forse, la tua faccia dice molte più cose di quante tu possa immaginare e che, forse, dimenticare il dolore e il passato sia un bene per andare avanti con la tua vita.
- È stato interessante come lavoro perché abbiamo toccato varie tematiche che possono sembrare diverse ma in realtà sono collegate tra loro. È un'attività particolare e sarebbe bello, secondo me, portarlo in altre scuole.
- Questo progetto è stato molto interessante, ovviamente ciò che ci è stato spiegato richiede del tempo per essere applicato (intendo *perdonare le persone*). Molto interessante: non credevo potesse essere così. Abbiamo anche trattato argomenti di

- attualità, quindi è stato un momento di riflessione su ciò che accade intorno a noi.
- Perdonare è importante non solo per se stessi, ma anche per le persone che ci circondano. Sicuramente rifletterò molto di più prima di parlare/fare qualcosa quando sono arrabbiata, in modo tale da non pentirmene.
  - Interessante da certi punti di vista. Consiglio di portare ai ragazzi (come avete fatto oggi) più storie di attualità e magari meno storie scritte.

### *Classe III<sup>a</sup> B – Liceo Regina Margherita -Torino*

- Io credo che il vero nodo per smettere di provare astio e odio sia la soddisfazione personale di vedere che il responsabile del dolore provato venga punito. Non credo sia possibile conciliarsi con lui se il dolore arriva a livelli davvero estremi, ma penso che la catarsi possa avvenire sapendo di non essere l'unico a soffrire.
- È stato utile, profondo, complesso. A tratti è stato pesante per il contenuto che aveva la conversazione. Mi sta aiutando a perdonare me stessa e a non vivere con rabbia, rimpianti, rancore.
- Questi tre incontri sono stati interessanti perché non è facile affrontare la tematica del Perdono e come non avere rancore e come ripulire il dolore. Personalmente mi sono piaciuti i testi che abbiamo letto e commentato.
- A me questi incontri non sono piaciuti molto poiché le mie idee sono totalmente contrarie alle vostre. Inoltre, il modo di trattare gli argomenti, a mio parere, era troppo logorroico e di conseguenza gli incontri sono stati molto pesanti. Consiglio in futuro di trattare meno del “PERDONO”, poiché credo che questo argomento sia stato trattato in modo eccessivo. Non credo che gli argomenti siano pertinenti al bullismo.
- Il perdono è importante, ma il rancore lo è di più. Consiglierei di cercare di incoraggiare gli studenti ad un discorso variegato, invece di concentrarsi per 6 ore su un unico argomento. Sono tutte cose che già so: l'odio aiuta e molto spesso il perdono è impossibile.
- Ho trovato interessante il percorso, in particolare perché ne ho ricavato informazioni utili su come gestire meglio le proprie emozioni e relazionarsi in maniera più sana ed equilibrata con gli altri. È importante lasciar andare. Interessante anche ascoltare punti di vista differenti.
- Non sono propriamente d'accordo sulla nuova concezione del Perdono, poiché io non devo donare a me stessa la felicità per ricominciare, perché, secondo me, in molti casi, è più utile voltare pagina: non dico che sia giusto, ma quando ci si trova faccia a faccia con le persone, il giusto e lo sbagliato diventano superflui. Credo che si debba allora chiamare accettazione e superamento. Perché mai dovrei donare a me qualcosa e ammettere che mi manca quel qualcosa? Io mi accetto perché non mi manca nulla, accetto gli altri; supero i miei difetti. Non devo donarmi la serenità perché, secondo la mia opinione, una persona la possiede già e allora si parla, dopo un torto o conflitto, di riscoprire se stessi e volersi così come si è, migliorando.
- Gli argomenti di base mi sono piaciuti, ho trovato però poco legame con il tema del bullismo. Da una parte il “*non trattare i soliti argomenti*” è stato positivo, ma dall'altra ci siamo allontanati un po' troppo dal motivo della discussione. Mi è piaciuta la parte sulla discussione personale, mentre ho notato che non sempre le domande ricevevano una precisa risposta. Credo, perciò, che la cosa migliore sia trattare il più possibile di argomenti “*meno comodi*” e, in modo anonimo, più quelli personali. Grazie però per le discussioni.
- Sinceramente ho trovato questo percorso molto interessante. Mi sono piaciuti i vari

- collegamenti con le altre materie, quali filosofia, sociologia e scienze umane. Ovviamente attraverso il percorso interessante le mie idee sul perdono si sono evolute, ma non del tutto cambiate. Mi ha divertito che il 'signore' che stava sempre al pc era molto timido, ma c'era sempre il criminologo pronto ad aiutarlo. Una bella squadra!
- Il percorso effettuato mi è piaciuto e interessato molto, ma non riesco ancora a capire come si fa a perdonare gli altri, ma soprattutto se stessi, dopo un tragico evento. Inoltre, grazie alle cose dette durante questo percorso sono riuscito a chiudere amicizie che, ormai, non erano da definirsi tali da molto tempo. Sono riuscita anche a *tirare fuori* cose che in altre situazioni o contesti non sarei riuscito.
  - Ho capito che è importante perdonare se stessi, perché se no una persona può arrivare al limite, a non farcela più; quindi, questo è un passo molto importante, anche se molto difficile.
  - Ho capito che per vivere meglio è conveniente perdonare se stessi, anche per non vivere con rancore.
  - Sono felice di questo percorso. Mi sono piaciuti tutti gli argomenti che abbiamo trattato, perché trovo bello il fatto di pensare ad azioni che si possono compiere tutti i giorni, e ragionarci che è un bene. Sono d'accordo su quello che abbiamo trattato e quello che tutti hanno detto; ho potuto rendermi conto di diversi punti di vista. Grazie.
  - Gli incontri sono stati interessanti, anche se forse troppo diluiti nel tempo, togliendo così ore scolastiche altrettanto importanti. Alla fine non si parlava neanche più di bullismo, ma di altre cose che non c'entravano nulla.
  - Ci ha fatto capire che, nonostante tutto quello che ci fanno, bisogna quasi sempre perdonare, anche se a volte non vogliamo. Parlando degli incontri, sono stati molto interessanti, anche se ci hanno tolto parecchie ore di lezione.

### *Classe III<sup>a</sup> C – Liceo Regina Margherita - Torino*

- Non avevo mai pensato al perdono come a un “*dono verso se stessi*”, e sono molto d'accordo. Ho trovato interessanti i racconti inerenti ai viaggi di soccorso nei Paesi in guerra. Mi sarebbe piaciuto dedicare più tempo al tema della Riconciliazione, ma sono consapevole della possibilità di affrontarlo in futuro.
- Il tema trattato è stato interessante, principalmente perché non mi ero mai soffermata a pensarci. Mi aspettavo un percorso diverso da quello che è stato fatto; alcuni collegamenti li ho trovati poco inerenti. La parte che ho preferito è quella riguardante la situazione nei Paesi di guerra e l'aiuto che si porta.
- La vittima non è un fesso.
- Trovo l'argomento molto interessante; forse la maniera in cui è stato trattato, è stata superficiale. Trovo comunque utile l'apprendimento di questo argomento. Volevo sentire di più il punto di vista di Alessandro.
- Grazie a questi incontri ho potuto riformulare il mio concetto di perdono, quindi sotto questo punto di vista, questi incontri sono stati utili per me. E credo di aver percepito il senso di questo messaggio.
- Il bullismo è un argomento molto difficile da affrontare. Secondo me, questi incontri sono stati molto superflui. Il perdono di se stessi per la vittima è un percorso psicologico che può non finire mai. Secondo me, bisogna approfondire perché chi l'ha subito, magari non riesce a metterlo in mostra, ma lui sarebbe la persona che può capirlo meglio. Una frase sbagliata è bullismo, minimo, ma che può recare molto dolore. Il messaggio del progetto non mi è arrivato...
- Percorso a tratti interessante, a tratti noioso. Avrei preferito un'interazione più diretta

- tra le due parti. Non mi è piaciuto come è stato trattato l'argomento. L'ho trovato un'esperienza incompleta.
- Tutto quello che abbiamo trattato lo ritengo totalmente inutile, perché è un argomento estremamente soggettivo. È una attività che ritengo più opportuna per le scuole medie. Sinceramente avrei preferito approfondire gli argomenti trattati (troppo poco) con Alessandro. Consiglio di essere più aperti al dialogo e non solo pretendere risposte a domande rigide.
  - L'argomento è stato interessante, ma non mi è piaciuto come è stato spiegato e non sono d'accordo con quello che ha detto.
  - Troppo ripetitivo ma interessante. Mi sono piaciuti gli approfondimenti e il parlare non solo di offese 'piccole' ma anche di grandi sistemi. Bisognerebbe approfondire meglio come una persona deve prendersi cura di sé.
  - Attività molto interessante e immerso in un contesto attuale. Poche possibilità di dialogo e commento di riflessioni contrastanti. Il percorso mi ha dato molti punti di riflessione sulle osservazioni fatte.
  - Ho imparato cose nuove, molto interessanti e diversi punti di vista.
  - Attività molto interessante. Ho imparato cose che prima non avevo percepito.
  - È stato interessante partecipare a questi incontri, però, secondo me, sono stati affrontati nel modo sbagliato. È stato difficile rivolgere la propria attenzione costantemente. Antonio molte volte non rispondeva alle domande in modo giusto; tendeva a cambiare discorso.
  - Molto interessante vedere il bullismo da questo punto di vista. Servirebbero più attività pratiche.

### *Classe III<sup>a</sup> A- Liceo Regina Margherita- Torino*

- Il percorso che abbiamo svolto all'inizio mi sembrava noioso, ma poi si è rivelato interessante. Integreerei in futuro l'ascolto o la testimonianza che riveli l'opinione di un offensore.
- Penso che sia servito a noi ragazzi trattare argomenti che solitamente non vengono trattati e sensibilizzare così noi in quanto adolescenti per poterlo insegnare anche ai nostri familiari. Penso, però, che argomenti come le disabilità, andrebbero trattati in maniera più approfondita, magari portando più esempi. Grazie.
- Io con la diversità vivo tutti i giorni. Mio fratello adottato e gay, autistico e zingaro: per me sono tutte caratteristiche normali che invece alcune persone credono ancora anormali. Mio padre è *sufi*, una categoria dei mussulmani, migrati dalla Tunisia, nato in una famiglia italiana. L'umanità è orribile, nessuno apprezza le piccole cose, nemmeno io che lo dico. Ormai è troppo tardi per migliorare. La rabbia sarà l'unico modo per difenderci.
- Aiuta ad avere una visione diversa, più 'razionale' nelle scelte che potremmo fare in futuro.
- Io penso che questo corso mi servirà in futuro: gli argomenti trattati avevano un peso importante. Tutto questo mi ha insegnato che talvolta ciò che ci accade cambia il nostro modo di essere; d'altronde vivere è qualcosa di complicato, ma non bisogna permettere ai sentimenti più forti, quali la rabbia e il dolore di sopraffarci; anzi, bisogna vivere il presente senza ancorarsi al passato e rendere migliore il futuro.
- Il percorso è stato molto arricchente. È stato molto importante per la nostra vita fare il percorso sul Perdono, perché perdonare è un bene prezioso che possiamo fare a noi

stessi.

- Ho capito il vero significato di perdono.
- Interessante, informativo: 10+. Molto bravi e chiari nei concetti e nelle spiegazioni.
- In questi 3 incontri ho potuto ascoltare diverse opinioni o affermazioni, alcune anche diverse dalle mie. Penso che per far capire meglio il concetto di Perdono, si debba chiamare in modo diverso.
- Il percorso è stato utile e chiaro. Penso che si sono affrontati con professionalità temi importanti, i quali non vengono quasi mai affrontati o, quando avviene, in modo poco accurato.

Ho apprezzato molto il fatto che si sia creato un clima quasi confidenziale in modo da essere riusciti ad esprimere la propria opinione liberamente.

Non mi sento di fare alcuna critica, però, forse, sarebbe stato anche utile cercare di analizzare alcuni casi specifici di questo tipo, e, forse, meglio al di fuori dell'incontro.

Ottimo lavoro.

- Interessante. Utile.
- Questi incontri sono stati molto utili e interessanti. Hanno fatto molto pensare.
- Non ho parole.
- Formativo. Mi ha fatto riflettere su alcune questioni. A volte, però, l'ho trovato un po' noioso. Aggiungerei più fatti di cronaca realmente accaduti, foto, video,...
- Secondo me, il percorso svolto è stato molto utile, in quanto mi ha insegnato in che modo la rabbia limita le potenzialità umane e come gestire meglio alcune emozioni.

La parte del perdono, poi, è stata molto utile ed interessante.

- Ottima esperienza che mi ha fatto riflettere e crescere tanto in poco tempo. Secondo me, sarebbe meglio che questo percorso durasse più di 3 lezioni.

Mi sono arricchita parecchio e sono felice che i nostri insegnanti ci abbiano dato questa possibilità.

- Questo percorso l'ho trovato interessante quando abbiamo analizzato, parlato di problematiche attuali.

Mentre l'ho ritenuto noioso nei momenti più teorici.

- Interessante. Informativo.
- Queste tre lezioni sono state molto interessanti e mi hanno fatta riflettere molto. Penso sia facile perdonare, ripulire il dolore che una persona ti ha causato, soprattutto se sei una persona sensibile e non sicura di te, ma è sicuramente il modo migliore per stare bene con te stesso e con le persone che ti stanno attorno. Bisogna vedersi bene e pensare a quanto valiamo e, perciò, non abbassarci a star male per persone che non meritano.