

**Le parole sono finestre  
(oppure muri)  
di Ruth Bebermeyer**

Mi sento così condannata dalle tue parole,  
mi sento giudicata e allontanata,  
prima ancora di aver capito bene.  
Era questo che intendevi dire?

Prima che io mi alzi in mia difesa,  
prima che parli con dolore o paura,  
prima che costruisca un muro di parole,  
dimmi, ho davvero compreso bene?

Le parole sono finestre, oppure muri,  
ci imprigionano o ci danno la libertà.  
Quando parlo e quando ascolto,  
possa la luce dell'amore splendere  
attraverso me.

Ci sono cose che ho bisogno di dire,  
cose che per me significano tanto,  
se le mie parole non servono a chiarirle,  
mi aiuterai a liberarmi?

Se sembra che io ti abbia sminuito.  
Se ti è parso che non mi importasse,  
prova ad ascoltare oltre le mie parole  
i sentimenti che condividiamo.



**Le parole sono finestre  
(oppure muri)  
di Ruth Bebermeyer**

Mi sento così condannata dalle tue parole,  
mi sento giudicata e allontanata,  
prima ancora di aver capito bene.  
Era questo che intendevi dire?

Prima che io mi alzi in mia difesa,  
prima che parli con dolore o paura,  
prima che costruisca un muro di parole,  
dimmi, ho davvero compreso bene?

Le parole sono finestre, oppure muri,  
ci imprigionano o ci danno la libertà.  
Quando parlo e quando ascolto,  
possa la luce dell'amore splendere  
attraverso me.

Ci sono cose che ho bisogno di dire,  
cose che per me significano tanto,  
se le mie parole non servono a chiarirle,  
mi aiuterai a liberarmi?

Se sembra che io ti abbia sminuito.  
Se ti è parso che non mi importasse,  
prova ad ascoltare oltre le mie parole  
i sentimenti che condividiamo.



**Le parole sono finestre  
(oppure muri)  
di Ruth Bebermeyer**

Mi sento così condannata dalle tue parole,  
mi sento giudicata e allontanata,  
prima ancora di aver capito bene.  
Era questo che intendevi dire?

Prima che io mi alzi in mia difesa,  
prima che parli con dolore o paura,  
prima che costruisca un muro di parole,  
dimmi, ho davvero compreso bene?

Le parole sono finestre, oppure muri,  
ci imprigionano o ci danno la libertà.  
Quando parlo e quando ascolto,  
possa la luce dell'amore splendere  
attraverso me.

Ci sono cose che ho bisogno di dire,  
cose che per me significano tanto,  
se le mie parole non servono a chiarirle,  
mi aiuterai a liberarmi?

Se sembra che io ti abbia sminuito.  
Se ti è parso che non mi importasse,  
prova ad ascoltare oltre le mie parole  
i sentimenti che condividiamo.



**Le parole sono finestre  
(oppure muri)  
di Ruth Bebermeyer**

Mi sento così condannata dalle tue parole,  
mi sento giudicata e allontanata,  
prima ancora di aver capito bene.  
Era questo che intendevi dire?

Prima che io mi alzi in mia difesa,  
prima che parli con dolore o paura,  
prima che costruisca un muro di parole,  
dimmi, ho davvero compreso bene?

Le parole sono finestre, oppure muri,  
ci imprigionano o ci danno la libertà.  
Quando parlo e quando ascolto,  
possa la luce dell'amore splendere  
attraverso me.

Ci sono cose che ho bisogno di dire,  
cose che per me significano tanto,  
se le mie parole non servono a chiarirle,  
mi aiuterai a liberarmi?

Se sembra che io ti abbia sminuito.  
Se ti è parso che non mi importasse,  
prova ad ascoltare oltre le mie parole  
i sentimenti che condividiamo.



# Educhiamoci a educare 2011/2012

PRO - MEMORIA

per \_\_\_\_\_  
cl. \_\_\_\_\_ scuola \_\_\_\_\_

Percorso per genitori ed insegnanti dei bambini di **3<sup>A</sup> e 4<sup>A</sup> primaria**  
con la dott.ssa ed. prof. **Katia Guerriero.**

## Riconoscere e gestire le emozioni

Impariamo a riconoscere i virus mentali e modificare i nostri pensieri per star meglio con noi stessi, con gli altri e prevenire lo stress..

Gli incontri si terranno  
giovedì **1 dicembre**,  
martedì **6 - 13 - dicembre 2011**  
in orario **20.30-22.30**, presso la  
Scuola Primaria di **Vezzano**

Referente  
per informazioni e comunicazioni:  
Rosetta Margoni 0461 – 864339  
educhiamociaeducare@gmail.com.



# Educhiamoci a educare 2011/2012

PRO - MEMORIA

per \_\_\_\_\_  
cl. \_\_\_\_\_ scuola \_\_\_\_\_

Percorso per genitori ed insegnanti dei bambini di **3<sup>A</sup> e 4<sup>A</sup> primaria**  
con la dott.ssa ed. prof. **Katia Guerriero.**

## Riconoscere e gestire le emozioni

Impariamo a riconoscere i virus mentali e modificare i nostri pensieri per star meglio con noi stessi, con gli altri e prevenire lo stress..

Gli incontri si terranno  
giovedì **1 dicembre**,  
martedì **6 - 13 - dicembre 2011**  
in orario **20.30-22.30**, presso la  
Scuola Primaria di **Vezzano**

Referente  
per informazioni e comunicazioni:  
Rosetta Margoni 0461 – 864339  
educhiamociaeducare@gmail.com.



# Educhiamoci a educare 2011/2012

PRO - MEMORIA

per \_\_\_\_\_  
cl. \_\_\_\_\_ scuola \_\_\_\_\_

Percorso per genitori ed insegnanti dei bambini di **3<sup>A</sup> e 4<sup>A</sup> primaria**  
con la dott.ssa ed. prof. **Katia Guerriero.**

## Riconoscere e gestire le emozioni

Impariamo a riconoscere i virus mentali e modificare i nostri pensieri per star meglio con noi stessi, con gli altri e prevenire lo stress..

Gli incontri si terranno  
giovedì **1 dicembre**,  
martedì **6 - 13 - dicembre 2011**  
in orario **20.30-22.30**, presso la  
Scuola Primaria di **Vezzano**

Referente  
per informazioni e comunicazioni:  
Rosetta Margoni 0461 – 864339  
educhiamociaeducare@gmail.com.



# Educhiamoci a educare 2011/2012

PRO - MEMORIA

per \_\_\_\_\_  
cl. \_\_\_\_\_ scuola \_\_\_\_\_

Percorso per genitori ed insegnanti dei bambini di **3<sup>A</sup> e 4<sup>A</sup> primaria**  
con la dott.ssa ed. prof. **Katia Guerriero.**

## Riconoscere e gestire le emozioni

Impariamo a riconoscere i virus mentali e modificare i nostri pensieri per star meglio con noi stessi, con gli altri e prevenire lo stress..

Gli incontri si terranno  
giovedì **1 dicembre**,  
martedì **6 - 13 - dicembre 2011**  
in orario **20.30-22.30**, presso la  
Scuola Primaria di **Vezzano**

Referente  
per informazioni e comunicazioni:  
Rosetta Margoni 0461 – 864339  
educhiamociaeducare@gmail.com.

