

The image features six cartoon boys arranged in two rows of three. Each boy is wearing a red sweater with a white collar. The top row shows three different expressions: the first boy is angry with furrowed brows and clenched fists; the second is sad with a downturned mouth; the third is crying with large tears and a pained expression. The bottom row shows three more expressions: the first is surprised with wide eyes and an open mouth; the second is happy with a wide smile and closed eyes; the third is worried with a sweat drop on his forehead and a frown. The background is filled with colorful paint splashes in shades of purple, blue, green, yellow, orange, and red. In the bottom right corner, there is a circular logo with a handprint and the text 'il mondo di Anya'.

Una piccola guida per iniziare a riflettere sulle proprie emozioni e sul modo di affrontarle.

Troverete degli spunti a lato che abbiamo pensato mettendoci nei panni dei bambini. Come affronterebbero loro la rabbia, quali possono essere le loro paure e le loro idee per affrontarle, cosa li rende felici e cosa vorrebbero quando sono tristi. Sono ipotesi pensate sulla base di racconti, vissuti ed esperienze fatte con i bambini, ma chiaramente ognuno dovrà cercare le proprie risposte e soprattutto trarre da queste le importanti riflessioni conclusive per conoscere meglio il proprio bambino e consentirgli di conoscersi lui stesso.



Quando sono arrabbiato mi viene da

urlare

piangere

rompere cose

picchiare

stare da solo

nascondermi

Quando sono triste vorrei

che qualcuno mi
tenesse la mano

un abbraccio

piangere da
solo

guardare
la tv

mangiare

parlare con
qualcuno

giocare

Mi vergogno se

tratto male il
mio amico

non ascolto la
mamma/papà

picchio

dico una bugia

mi sgridano
davanti agli altri

Sono felice quando

posso giocare
senza essere
interrotto

qualcuno mi dice
che mi vuole
bene

mamma e
papà giocano
con me

mi dicono che
sono bravo

posso
mangiare
i dolci

posso
guardare
la tv

....e in mille altri momenti. Racconta i tuoi!

Le mie paure e il mio coraggio

buio

mostri

la rabbia
degli altri

sbagliare

la mia rabbia

perdere

castigo

piangere

fare il
bravo

tenere un
peluche con me

tenere una
luce accesa

riprovare

tenere un cuscino a
portata di mano

costruire un acchiappamostri



**La mia faccia
arrabbiata**

**La mia faccia
vergognosa**

**La mia faccia
triste**

**La mia
faccia
impaurita**

**La mia faccia
felice**

**La mia
faccia
coraggiosa**

Per non perdere le riflessioni...

Caro genitore,

*ecco uno spazio in cui poter scrivere le tue riflessioni in merito alle
risposte del tuo bambino/della tua bambina, affinché tu possa fermarle
e condividerle.*
