

TERMOMETRO delle EMOZIONI



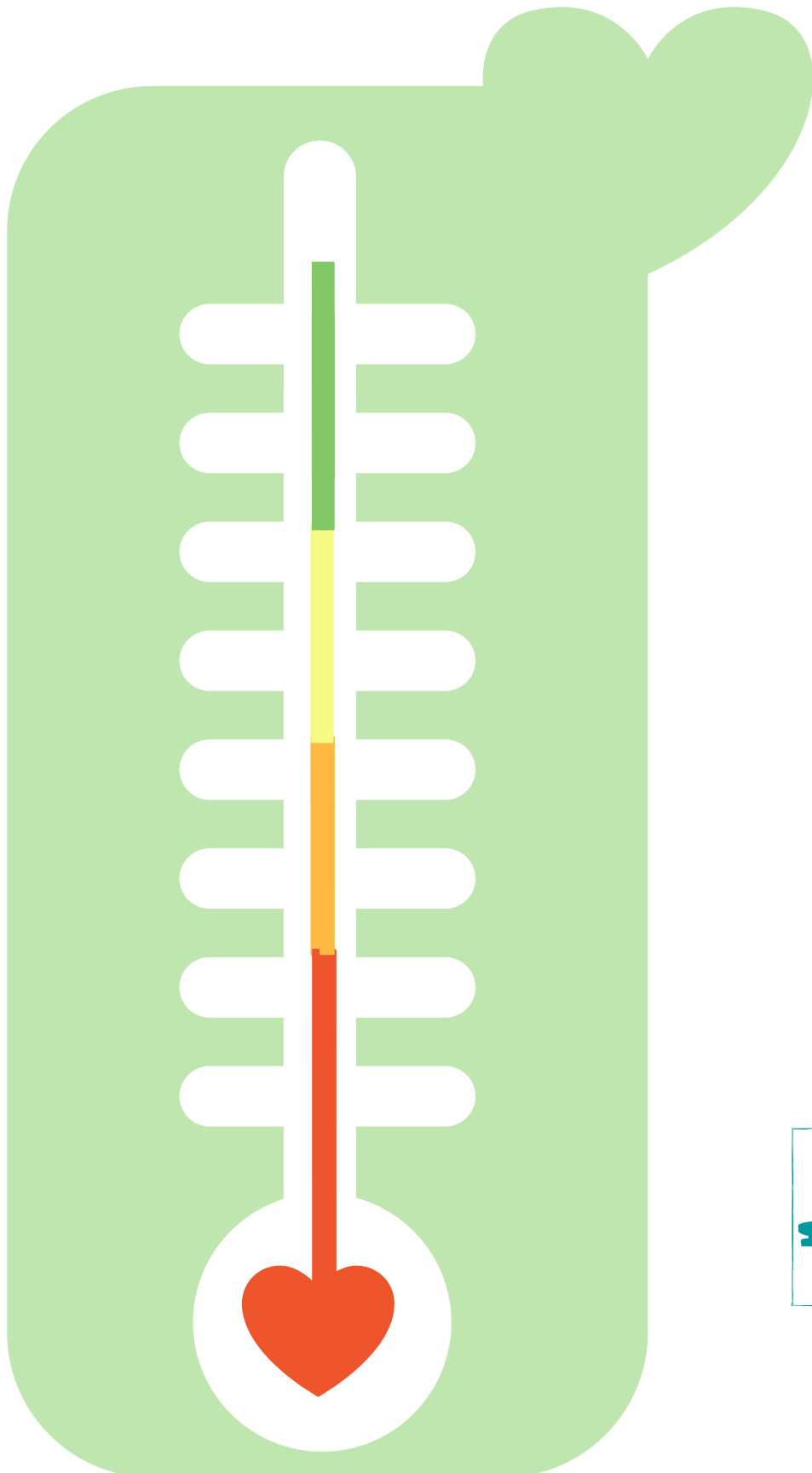
Prendendo spunto dalla **Terapia Comportamentale Razionale-Emotiva** e dalla sua estensione in ambito educativo denominata **Educazione Razionale Emotiva**, questa attività si propone di aiutare i bambini a riflettere sul fatto che le emozioni possono variare di **intensità**. A volte infatti possiamo provare un'emozione in modo molto **lieve**, in altri momenti invece l'emozione si manifesta ad un livello così **intenso** da non riuscire a controllarla.

Anzi, può capitare che sia lei a **controllare** noi (pensiamo alla rabbia!).

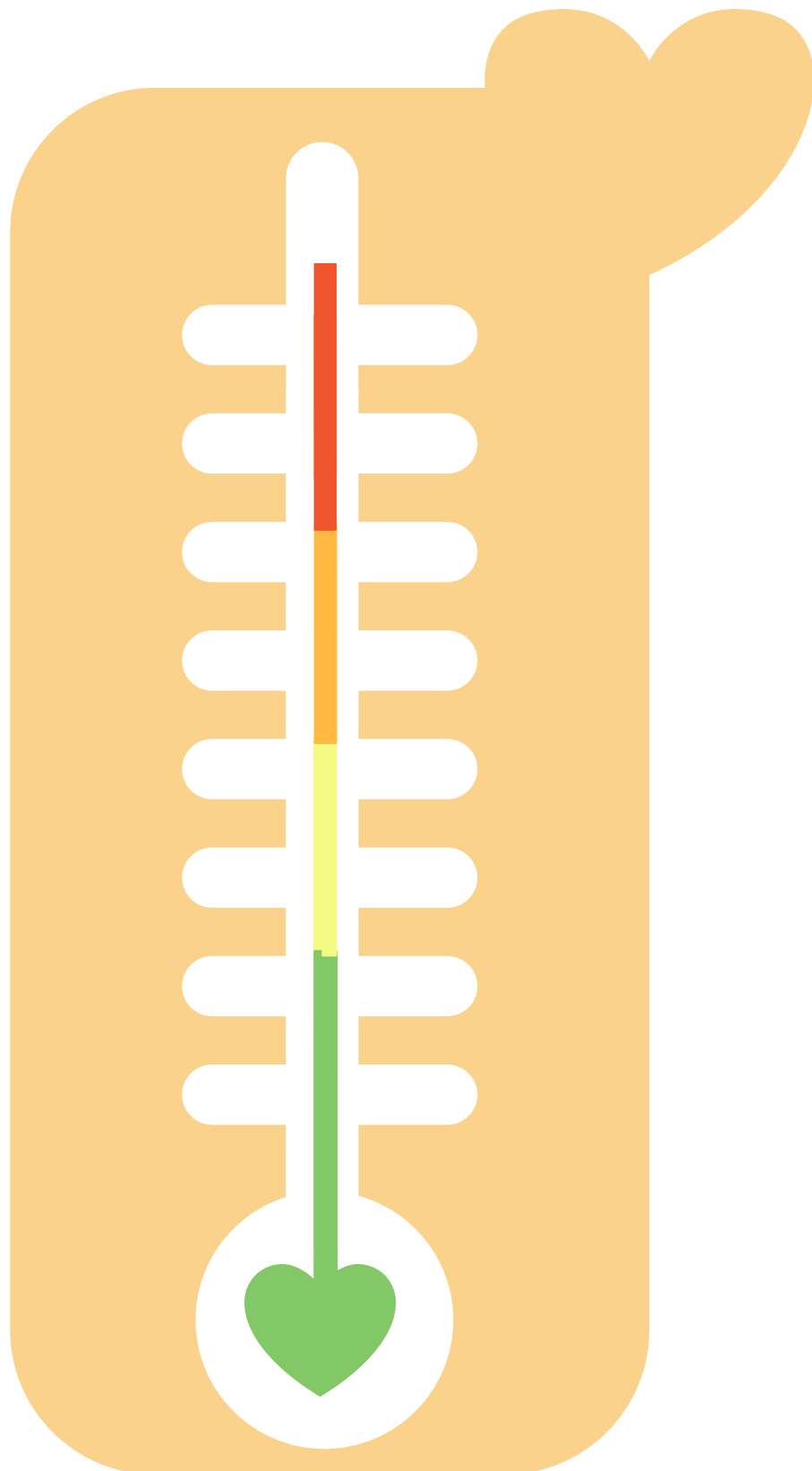
Questa è la mia versione del "**Termometro delle Emozioni**" che, attraverso la guida dell'adulto (terapista, insegnante, educatore..), può aiutare i bambini a riflettere sulle emozioni (piacevoli e spiacevoli) che provano in un certo momento e a riconoscerne l'intensità.

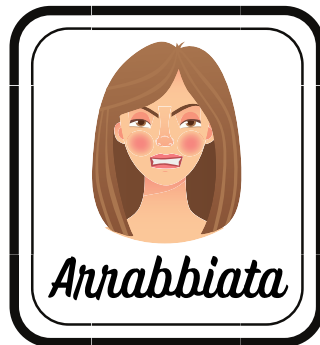
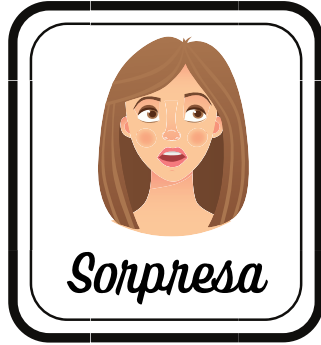
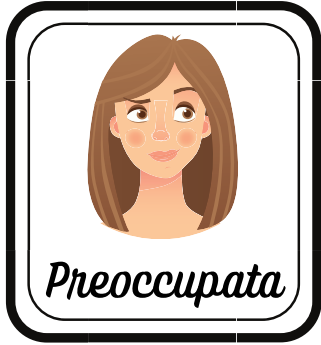
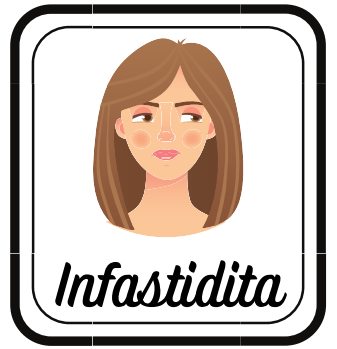
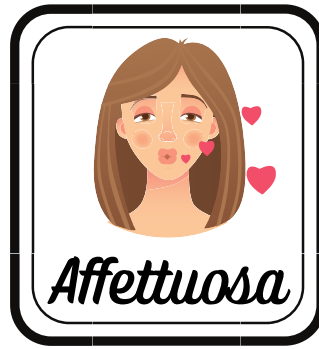
Consiglio di plastificare tutto il materiale ed utilizzare del velcro adesivo per attaccare e staccare le varie tessere.

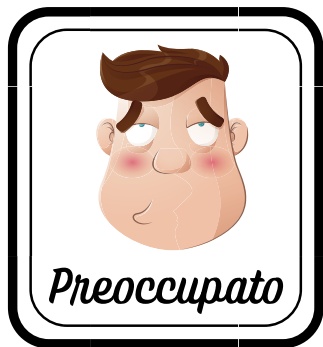
Il mio
TERMOMETRO *delle*
EMOZIONI PIACEVOLI



Il mio
TERMOMETRO *delle*
EMOZIONI SPIACEVOLI









SE TROVI UTILI I MIEI MATERIALI
SEGUIMI SU
FACEBOOK ED INSTAGRAM!



@psicologiadsapisa



@psicologiadsa_lauratropeano

www.psicologiadsapisa.it