

Roberta Verità

Con la testa fra le favole

Favole e attività per pensare
serenamente



Illustrazioni di
Uliva Foà

Erickson
SOFTWARE

Guida

Editing e progettazione

Francesca Cretti

Sviluppo software

Walter Eccher

Uliva Foà

Coordinamento tecnico

Matteo Adami

Grafica, illustrazioni e animazioni

Uliva Foà

Elaborazione grafica

Riccardo Beatrici

Tania Osele

Testing

Federica Lunardi

Anthony K. Frizzera

Marzia Gaita

Audio

Jinglebell Communication

Musiche

Simone Bordin

Immagine di copertina

Riccardo Beatrici

Fotocomposizione e packaging

Tania Osele

© 2009 Edizioni Centro Studi Erickson

Via del Pioppeto 24 – 38121 Trento

tel. 0461 950690 – fax 0461 950698

www.erickson.it – info@erickson.it

Tutti i diritti riservati. Vietata la riproduzione con qualsiasi mezzo effettuata, se non previa autorizzazione dell'Editore.

Roberta Verità

Con la testa fra le favole

Favole e attività per pensare serenamente

Erickson
SOFTWARE

ROBERTA VERITÀ

Psicologa e psicoterapeuta didatta SITCC (Società Italiana di Terapia Cognitivo-Comportamentale), Associate Fellow Institute for REBT, New York. Abilitata EMDR, Italia - Stati Uniti. Master in psicoterapia breve strategica Arezzo - Palo Alto, Stati Uniti. Svolge attività di psicoterapia con bambini, adolescenti e adulti, e attività didattica. Ha pubblicato i libri di grande successo *Con la testa fra le favole* (Erickson, 2000; tradotto anche in spagnolo *Cuentos para ayudar a tus hijos*, 2008) e *Pensieri favolosi* (Erickson, 2006).

INDICE

Installazione e avvio del CD-ROM	p. 6
Introduzione	
<i>a cura dell'autrice</i>	p. 7
Guida alla navigazione	p. 12
Login	p. 12
Menu	p. 12
Tasti di scelta rapida	p. 14
Le 10 favole	p. 15
Attività	p. 16

Installazione e avvio del CD-ROM

Per usare il CD-ROM su computer Windows, assicurarsi che la propria macchina soddisfi i requisiti di sistema riportati in copertina.

Avvio automatico

1. Inserite il CD-ROM nell'apposito lettore.
2. Non premete nessun tasto. Il programma partirà automaticamente (il tempo medio è di 25 secondi).

Avvio manuale

1. Inserite il CD-ROM nell'apposito lettore.
2. Cliccate su Start/Avvio.
3. Cliccate su Esegui.
4. Digitate D:\AVVIOCD.EXE (dove D indica la lettera dell'unità CD-ROM) e premete «Ok». In alternativa, premete il pulsante «Sfoggia», scegliete l'unità CD-ROM nel campo «Cerca in» e fate doppio clic sul file «Setup».
5. Passate alle voci «Installazione del programma».

Installazione del programma

Con i sistemi operativi Windows XP o Windows Vista è possibile installare l'applicazione in due modalità:

1. L'applicazione può essere installata e utilizzata da tutti gli utenti che accedono al computer. Per poter fare questo tipo di installazione, l'utente deve avere i diritti di amministratore.
2. L'applicazione può essere installata e utilizzata da un solo utente.

L'installazione del programma può essere di due tipi:

- installazione automatica, ovvero il programma si autoinstalla;
- installazione personalizzata, in cui l'utente può scegliere la cartella in cui installare il programma.

Con Windows Vista all'inserimento del CD-ROM potrebbe comparire una finestra denominata «Controllo dell'account utente» che chiede conferma prima di installare il programma. Selezionare l'opzione «Consenti». A questo punto partirà l'installazione Erickson. Se non disponete di un account utente con privilegi di amministratore prima di proseguire verrà chiesto di inserire la password di amministratore. Se non disponete di questa password non sarà possibile proseguire con l'installazione.

Leggimi

Per ulteriori informazioni, consultare il file «Leggimi» presente nella finestra di avvio o visualizzarlo, cliccando su «Risorse del computer», cliccare l'icona CD-ROM, dal menu «File», selezionare la voce «Esplora», fare doppio clic sul file «Leggimi».

Introduzione

a cura dell'autrice

Questo CD-ROM, come il libro *Con la testa fra le favole* (Erickson) da cui è tratto, si pone l'obiettivo di lavorare sui pensieri «neri» che ci fanno stare male per trasformarli in pensieri colorati che ci fanno stare meglio.

Tutti sappiamo che non si impara a scrivere, a suonare la chitarra, a usare le posate solo leggendo un manuale. Bisogna allenarsi: ripetere, ripetere e ripetere ancora, per acquisire nuove abitudini. La stessa cosa vale per i pensieri, non basta trovare modi diversi di vedere le cose, bisogna fare pratica costante, allenarsi: ripetere, ripetere e ripetere ancora, per acquisire nuove abitudini cognitive che aiutino a stare meglio.

Così il cartone animato con il suo gioco di colori e movimento ripropone da un'altra prospettiva lo stesso materiale, diventando un altro potente stimolo per allenarsi, ripassare e consolidare nuove abitudini.

Vedendo sullo schermo i personaggi conosciuti con le favole, il lettore grande o piccolo che sia può identificarsi maggiormente con l'orsetto, la foca, la volpe e tutti gli altri personaggi del libro. Le nuvolette e le faccette nere impallidiscono, le nuvolette e le faccette colorate vivono e crescono, prolungate nella vita reale, in movimento come il cartoon.

Letture da solo, lettura con l'adulto, compilazione di schede, disegni e ora anche cartoni animati per aiutare il lettore nel suo percorso di crescita psicologica. Perché possa, nel passaggio da pensieri disfunzionali e «neri» a pensieri funzionali e colorati, creare anno per anno, pagina per pagina o cartone per cartone, la sua capacità di autogestire con il metodo il suo benessere.

Il CD-ROM riproduce in cartone animato le favole del libro *Con la testa fra le favole* (Erickson). Dieci favole monotematiche che affrontano una serie di argomenti importanti per la crescita di ogni bambino: dal superare la paura del rifiuto e della derisione, al riuscire a socializzare con gli altri, ad affrontare impegni e responsabilità, soprattutto in campo scolastico e così via. Il lavoro nasce da un'esperienza psicoterapeutica cognitivista di molti anni con i bambini, durante la quale l'invenzione di storie si è rivelata particolarmente efficace, basandosi sul presupposto che il nostro modo di pensare ha una primaria influenza sul nostro modo di sentire e di comportarci. Cambiare pensiero, vedere le cose diversamente si rivela utile infatti per evitare o mitigare o cambiare emozioni negative come rabbia, colpa, ansia, depressione, vergogna e altro. E con questo obiettivo

— il cambiamento di pensieri, emozioni e comportamenti — è nato il lavoro sulle favole. Favole per divertire, ma anche per prevenire, educare e curare. Storie di orsetti, scimmiette, castorini e altri animali, che permettono al bambino di identificarsi con un personaggio di fantasia, e quindi di conoscere, capire e scoprire dei modi alternativi di vedere le cose e risolvere i problemi. I protagonisti di queste favole hanno inizialmente un pensiero, un problema, un comportamento negativi o un'emozione disturbata. Durante lo svolgimento della storia vengono aiutati a cambiare idea e a mettere in atto emozioni e comportamenti alternativi, in vista di nuove soluzioni. Attraverso le favole quindi si impara a pensare, ad agire diversamente e a stare meglio a livello emotivo.

Nella favola 1 («L'orsetto Au») un orsetto prova su di sé e riesce a superare la paura del giudizio e della derisione degli altri.

Nella favola 2 («La pinguina Federica») una pinguina prende atto che certe cose si possono cambiare ed è utile impegnarsi per farlo, mentre altre sono immutabili e conviene accettarle così come sono.

Nella favola 3 («Lo scoiattolo Daniele») uno scoiattolino vince la paura del rifiuto da parte degli altri e impara, anche da un punto di vista comportamentale, a farsi dei nuovi amici. È una storia particolarmente utile per i bambini con difficoltà di socializzazione.

Nella favola 4 («La volpe Giulia») una volpe smette di autosvalutarsi per acquisire un nuovo rapporto con se stessa, comprendendo che un comportamento sbagliato o un errore non producono per forza una persona tutta sbagliata.

Nella favola 5 («L'ippopotamina Giorgia») un'ippopotamina impara ad avere un corretto rapporto con il proprio corpo e con il cibo per non incorrere in problemi di salute. Questa storia può essere molto utile per insegnare ai bambini la prevenzione dei disturbi alimentari.

Nella favola 6 («Il riccio Andrea») un riccio si confronta con la paura e impara a non vergognarsi di averla, a gestirla e a superarla.

Nella favola 7 («Il castoro Emanuele») un castorino modifica la sua tendenza a rimandare gli impegni e a evitare la fatica, con particolare riferimento all'ambiente scolastico.

Nella favola 8 («Teo, il cucciolo di leone-tigre») un cucciolo di leone-tigre riesce ad affrontare l'angoscia della separazione (del divorzio) dei suoi genitori e del possibile abbandono che teme.

Nella favola 9 («La scimmietta Francesca») una scimmietta smette di esigere di essere la più amata da tutti e accetta una concezione più realistica degli affetti, limitando le pretese e le conseguenti delusioni.

Nell'ultima favola («I topolini e i giocattoli») alcuni giocattoli e topolini insegnano che bisogna evitare il perfezionismo nei suoi eccessi.

Le favole possono quindi essere utili per chiunque, grande o piccolo, racconti o legga una storia: i messaggi positivi infatti, semplici ed efficaci, hanno grande effetto anche sugli adulti.

Questo CD-ROM può essere un valido strumento per i genitori, che possono aiutare il proprio figlio (o figli) in alcuni problemi legati alla crescita; per lo psicoterapeuta, che può trasmettere all'interno della situazione clinica un messaggio mirato alle problematiche trattate; per l'insegnante che, proponendo le favole alla classe, può invitare alla riflessione e alla discussione di gruppo nelle modalità didattiche preferite.

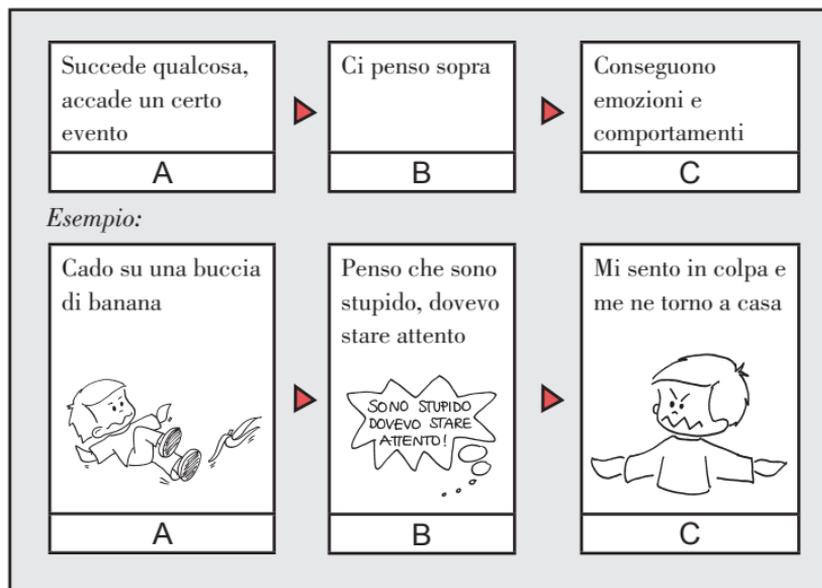
Indicazioni per l'adulto

Agli adulti che utilizzeranno questo programma con un bambino sarà utile tenere presente lo schema che sta alla base del meccanismo di ciascuna delle favole raccontate, in cui si possono distinguere tre momenti:

A = la situazione, l'evento che inizia la sequenza;

B = i pensieri, le idee, i processi cognitivi dell'individuo;

C = le conseguenze in termini di emozioni, comportamenti e reazioni fisiologiche.



Prendiamo ad esempio la favola 1, «L'orsetto Au», e analizziamola secondo questo schema:

A = i compagni di classe hanno detto ad Au che è uno stupido (evento che inizia la sequenza);

B = Au pensa di essere, come dicono, «stupido» e che glielo diranno di nuovo (pensiero sull'evento);

C = pensando questo, Au è in ansia (conseguenza emotiva): sbaglia alla lavagna (conseguenza comportamentale), gli tremano le mani e gli batte forte il cuore (conseguenza fisiologica).

Le convinzioni (B) possono essere razionali e irrazionali. Le convinzioni irrazionali sono illogiche, non realistiche, conducono a emozioni e a comportamenti inadeguati, e non aiutano ad affrontare la realtà. Le convinzioni razionali sono invece realistiche, conducono a emozioni e comportamenti adeguati, e permettono di affrontare la realtà nel modo giusto. Dobbiamo quindi insegnare al bambino a ragionare sui pensieri irrazionali perché si domandi, con il nostro aiuto:

- È vero quello che penso, ci sono le prove? (esempio di Au: se i miei compagni mi dicono stupido, significa che lo sono? se mi dicono che sono una gallina, faccio l'uovo?)
- Quello che penso mi aiuta ad avere emozioni che mi facciano stare bene o il meglio possibile? (se continuo a pensare che sono stupido, come sto?)
- Quello che penso mi aiuta a realizzare quello che vorrei? (riesco a rispondere all'insegnante e a scrivere alla lavagna?)

In sintesi:

Pensieri irrazionali	Esempi di discussione	Pensieri razionali
Non sopporto, non tollero, è insopportabile	È stato forse esagerato l'aspetto sgradevole di una situazione o di una persona?	Magari è difficile, ma posso farcela a tollerare e sopportare
Ne ho bisogno assoluto, non posso vivere senza	E se ce la facessi? E se ci fossero altre possibilità? Come potrei riuscire a farcela ugualmente?	Può essere difficile, ma posso farne a meno, posso vivere senza

<p>Io, gli altri, le cose devono assolutamente andare in un certo modo</p> <p>È terribile, orrendo, catastrofico</p> <p>Io sono tutto stupido, tu sei tutto stupido, le cose sono tutte sbagliate</p>	<p>Dove sta scritto che un mio desiderio deve diventare una esigenza assoluta? Chi lo dice?</p> <p>Non la starò prendendo in modo eccessivamente negativo?</p> <p>Se ho sbagliato una cosa, significa che sono tutto sbagliato? Se hai fatto una cosa stupida, significa che sei tutto stupido?</p>	<p>Preferirei, desidererei, sarebbe preferibile che io, gli altri, le cose andassero in un certo modo, ma non posso pretenderlo</p> <p>Forse è solo spiacevole o fastidioso</p> <p>Ho fatto una cosa stupida, non sono tutto stupido. Hai fatto una cosa sbagliata, non sei tutto sbagliato</p>
---	---	---

In questo lavoro viene quindi presentato il metodo REBT (Rational Emotive Behaviour Therapy), un metodo di auto-aiuto per stare meglio, che permette di imparare, concretamente e con semplicità, a trasformare i propri pensieri negativi in positivi. Tale metodo, che è lo strumento con il quale si opera un cambiamento cognitivo-comportamentale, viene questa volta descritto in ogni suo passaggio per poter essere facilmente utilizzato da tutti. Esempi di questa applicazione passo per passo si troveranno nelle favole, nei cartoon, nei disegni delle faccette e delle nuvolette che accompagnano ogni momento del percorso.

Guida alla navigazione

Login

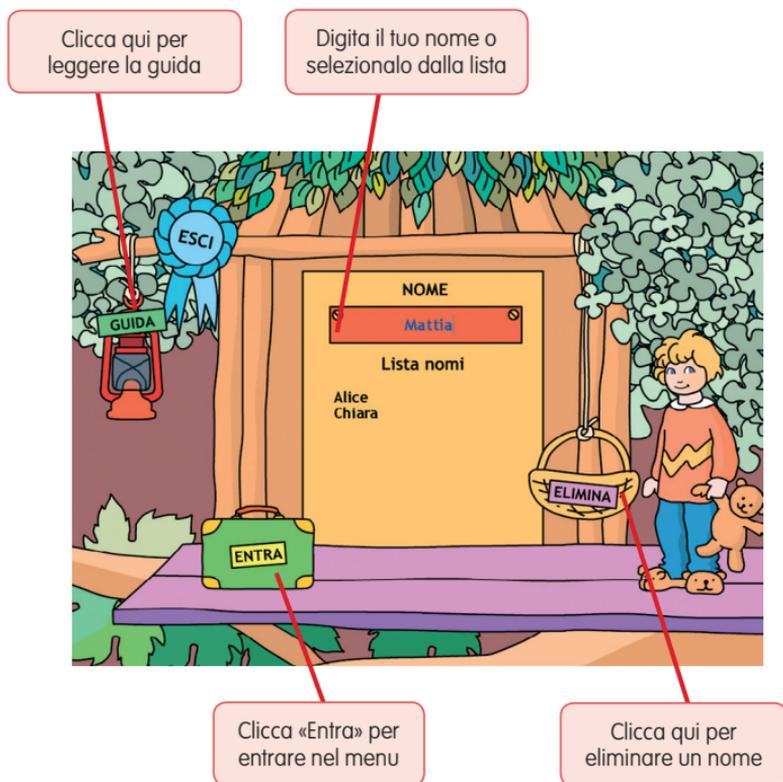
Per accedere al programma è necessario scrivere il proprio nome nel riquadro rosso o selezionarlo dalla lista dei nomi. Per scorrerla si possono usare le due frecce. Quindi si deve cliccare il pulsante «Entra» per entrare nel menu e iniziare le attività.

Per eliminare un nome dalla lista, basta selezionarlo e poi cliccare sul cestino «Elimina». Per visualizzare la guida in formato PDF, si deve cliccare sulla lanterna con la scritta «Guida».

Menu

Dopo aver inserito il nome nel login e cliccato «Entra», si accede al menu principale, dove sono presenti gli elementi di accesso alle favole

Login: registrazione di un nuovo utente



e alle attività ad esse collegate, descritti da Pensierino, il simpatico personaggio guida:

a) 10 favole

Cliccando su ciascuno dei 10 riquadri con il personaggio della favola, si accede alla favola animata di cui quel personaggio è il protagonista principale.

b) 10 sezioni di attività

Al clic su ciascuno dei cartellini gialli sottostanti, si accede alle attività relative al tema trattato nella favola. Si consiglia pertanto di svolgere le attività dopo aver visto, e magari discusso, la favola. Gli esercizi sono liberamente selezionabili.

c) Ultimo svolto

Al clic sulla banana si può riprendere l'attività dall'ultimo esercizio svolto nella sessione di lavoro precedente.

d) Spiega pulsanti

Al clic sulla pesca si visualizzano le funzioni dei pulsanti usati nel programma.

e) Maiuscolo/minuscolo

Al clic sul rispettivo pulsante (pomodoro), i testi degli esercizi appariranno in maiuscolo o minuscolo. Di default sono presentati in minuscolo.

f) Attestato

L'attestato viene sbloccato al superamento del 100% degli esercizi. L'attestato è personalizzato per ogni utente e può essere stampato.

g) Opzioni

Al clic sulla nota si apre un riquadro in cui è possibile impostare le seguenti opzioni:

- regolare il volume audio del personaggio
- regolare il volume audio dei suoni
- disabilitare l'audio delle istruzioni generiche
- disabilitare l'audio degli esercizi
- disabilitare l'audio dei feedback
- attivare l'attestato
- disattivare la risposta automatica dopo 5 tentativi

h) Il pulsante «X»

Al clic sul pulsante «X» in alto a destra si ritorna alla videata del login.

Menu: scelta delle attività

Opzioni

Le attività

Le 10 favole

L'orsetto AU
Io e gli altri

La pinguina Federica
Come dico io!

Lo scoiattolo Daniele
W i nuovi amici!

La volpe Giulia
Non sono tutta sbagliata!

L'ippopotamina Giorgia
Io e il cibo

Il riccio Andrea
Che paura!

Il castoro Emanuele
Che fatica!

Teo, il cucciolo di leone-tigre
E se si separano?

La scimmietta Francesca
La più amata

I topolini e i giocattoli
Un po' di disordine

SPEGAPULSANTI

Ultimo svolto

Attestato

Maiuscolo/minuscolo

Tasti di scelta rapida



Il programma consente agli utenti di utilizzare una combinazione di tasti in alternativa al clic del mouse sui pulsanti presenti nelle videate.

FUNZIONI DEL PROGRAMMA/PULSANTI	COMBINAZIONE DI TASTI
<i>Generali</i>	
Audio istruzioni	Ctrl + Barra spaziatrice
Esci/Chiudi	Ctrl + x
Stampa	F10
Guida/informazioni utili	F1
<i>Login</i>	
Entra	Invio
Esci dal software si/no	s/n
Seleziona utente	Frecce alto/basso
Elimina utente	Ctrl + e

FUNZIONI DEL PROGRAMMA/PULSANTI	COMBINAZIONE DI TASTI
<i>Menu</i>	
Testo maiuscolo/minuscolo	Ctrl + m
Ultimo svolto	Ctrl + u
Attestato	Ctrl + a
Opzioni	Ctrl + o
<i>Esercizi</i>	
Ho finito	Ctrl + invio
Scorri videata	Ctrl + Freccie avanti/indietro
Annulla	Ctrl + a

Le 10 favole

Al clic su ogni icona si avvia la favola animata, raccontata da una voce narrante e interpretata da vari personaggi animali (per l'approfondimento delle favole si rimanda all'introduzione della guida).

All'interno delle favole è possibile tornare alla scena precedente o passare alla successiva cliccando le frecce in alto, fermare e riavviare la scena cliccando il pulsante con il segno «uguale» e uscire cliccando il pulsante con la «x».

Tutte le favole sono liberamente selezionabili.

1. L'orsetto Au
2. La pinguina Federica

Scena della favola 2



3. Lo scoiattolo Daniele
4. La volpe Giulia
5. L'ippopotamina Giorgia
6. Il riccio Andrea
7. Il castoro Emanuele
8. Teo, il cucciolo di leone-tigre
9. La scimmietta Francesca
10. I topolini e i giocattoli

Scena finale della favola 8



Attività

Al clic sui cartellini gialli nel menu, si accede alla lista degli esercizi relativi alla favola corrispondente.

In ogni esercizio sono presenti le frecce per scorrere le videate, il pulsante «Ho finito» per verificare le risposte date, il pulsante «Annulla» per annullare le risposte date e la stampante per stampare la videata. Allo svolgimento di tutti gli esercizi si può stampare l'attestato nel menu, personalizzato con il proprio nome.

1. Io e gli altri (Favola 1 - L'orsetto Au)

1.1. La favola

Questa tipologia di esercizio viene proposta all'inizio di tutte le sezioni. Presenta tre domande con 3 opzioni di risposta ciascuna, riferite

rispettivamente al problema in questione (nuvolette con contorno nero), al personaggio «aiutante» (nuvolette con contorno colorato) e al pensiero positivo finale (nuvolette con contorno rosa). L'esercizio serve a verificare la reale comprensione della favola e del suo messaggio positivo finale.

1.2. *Scrivi nel fumetto*

Anche questa tipologia di esercizio è presente in ogni sezione. Il bambino deve scrivere nel fumetto qual è lo stato d'animo iniziale del protagonista di fronte al problema e dopo, quando è riuscito a superarlo. Si consiglia di far stampare le videate e di commentare insieme quanto è stato scritto.

Scrivi nel fumetto



1.3. *Che faccia!*

Il bambino deve collegare le faccine con le espressioni degli stati d'animo corrispondenti.

1.4. *Se ti dicono...*

Questo esercizio serve a consolidare nel bambino la convinzione di essere sempre e solo se stesso, nonostante quello che possono dire gli altri.

1.5. *Dove hai più paura?*

Il bambino analizza gli ambienti che gli incutono più paura e li mette in scala, secondo un ordine personale.

1.6. I miei punti di forza!

Si devono scrivere tre aggettivi positivi del proprio carattere, aiutando così il bambino ad avere una maggiore autostima.

2. Come dico io! (Favola 2 - La pinguina Federica)

2.3. Cose possibili e impossibili

Qui il bambino riflette sulle cose possibili e impossibili da modificare.

Cose possibili e impossibili

	Possibile	Impossibile
Avere il sole di notte e la luna di giorno	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Impegnarsi di più a scuola	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Un pesce che cammina	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Un uomo con due nasi	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Guardare meno la televisione	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Una signora con tre piedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2.4. Se potessi cambiare...

Il bambino deve scrivere le cose che vorrebbe cambiare di se stesso, riflettendo se sono veramente importanti.

2.5. Se volessi cambiare...

Qui invece descrive cosa potrebbe cambiare di se stesso con un po' di impegno personale.

2.6. Se le cose sono impossibili, cosa fai?

Si tratta di scegliere l'atteggiamento migliore da assumere di fronte ai fatti imm modificabili.

3. Wi nuovi amici (Favola 3 - Lo scoiattolo Daniele)

3.3. A ciascuno il suo!

Si deve collegare ogni animale con la sua particolare abilità.

3.4. Quali sono le qualità?

Si devono cliccare le qualità di un buon amico, riflettendo in tal modo sul valore dell'amicizia.

3.5. Le frasi più adatte

Tra alcune frasi proposte, si devono scegliere quelle più adatte per presentarsi a un gruppo di nuovi amici.

3.6. Presentazioni

Il bambino esprime liberamente come si presenterebbe per fare amicizia con persone che non conosce.

4. Non sono tutta sbagliata! (Favola 4 - Lo volpe Giulia)

4.3. Le cose buone da fare

Si devono cliccare le azioni/regole di buon comportamento sociale.

4.4. Come rimediare?

Si collegano alcune situazioni negative con il possibile modo per superarle.

4.5. L'importante è...

Il bambino dovrebbe aver imparato qual è l'atteggiamento corretto di fronte agli errori commessi.

4.6. Io sono speciale perché...

Si scrive liberamente a proposito di se stessi.

Come rimediare?

The screenshot shows a matching game interface with a pink background. At the top, the title "Non sono tutta sbagliata! Come rimediare?" is displayed in a red box. Below the title, there are two columns of yellow boxes, each containing a text prompt. The left column contains: "Brontolare quando i genitori chiedono un aiuto", "Non imprestare mai niente", "Litigare spesso con tutti", "Lasciare i giochi in disordine", "Voler vincere sempre", and "Prendere brutti voti a scuola". The right column contains: "Diventare più generosi", "Aiutare i genitori", "Saper perdere", "Sforzarsi di andare d'accordo", "Riordinare", and "Studiare di più". Green lines connect the boxes: "Litigare spesso con tutti" to "Saper perdere", "Lasciare i giochi in disordine" to "Riordinare", and "Voler vincere sempre" to "Sforzarsi di andare d'accordo". At the bottom of the interface, there is a cartoon boy's head on the left, a printer icon labeled "Stampa", a colorful wheel icon labeled "Annulla", a hand icon labeled "Ho finito!", and a calendar icon showing "1/1" with left and right arrows.

5. Io e il cibo (Favola 5 - L'ippopotamina Giorgia)

5.3. E tu come ti vedi?

Il bambino descrive il proprio fisico e cosa vorrebbe cambiare.

5.4. Com'è il tuo amico?

Si devono mettere in ordine di importanza le qualità di un buon amico/a e riflettere sull'importanza dell'aspetto fisico in un rapporto di amicizia.

5.5. Per stare bene...

Questo esercizio invita alla riflessione sui comportamenti corretti dal punto di vista alimentare e fisico. Si devono trascinare in un bidone tutte le abitudini sbagliate.

Per stare bene...



6. Che paura! (Favola 6 - Il riccio Andrea)

6.3. Quali paure?

Si collegano gli elementi naturali ai danni che possono provocare.

6.4. Le tue paure

Qui il bambino scrive e disegna le principali paure personali. Può salvare l'immagine cliccando sul pulsante «Stampa».

6.5. Chi ti aiuta?

Si devono cliccare le persone con cui ci sente sempre sicuri.

7. *Che fatica!* (Favola 7 - Il castoro Emanuele)

7.3. *Le tue fatiche*

Secondo la propria opinione si devono mettere in ordine di importanza una serie di attività dalla più faticosa alla meno faticosa.

7.4. *Perché sono importanti?*

Si deve ragionare sull'importanza di alcune attività ritenute generalmente «faticose», collegandole al loro effetto positivo.

7.5. *Un tuo consiglio!*

Il bambino inventa un proprio motto per affrontare più facilmente le fatiche. Si consiglia di far stampare la videata e di far ricordare il motto nei momenti di difficoltà.

Un tuo consiglio!



8. *Insieme per forza?* (Favola 8 - Teo, il cucciolo di leone-tigre)

8.3. *La tua famiglia*

Si descrivono le caratteristiche dei membri della propria famiglia.

8.4. *Un regalo di compleanno*

Esercizio grafico in cui si disegna a piacere un regalo per un genitore. Si può salvare l'immagine cliccando sul pulsante «Stampa».

8.5. *Scrivi una cartolina!*

Immaginando di essere lontani, si scrive il testo di una cartolina. Poi si può stamparla e regalarla al destinatario.

Scrivi una cartolina!



9. *La più amata (Favola 9 - La scimmietta Francesca)*

9.3. *Le qualità positive*

Si riflette sulle qualità di una persona che è amata per la sua compagnia.

9.4. *Da solo o in compagnia?*

Si colorano di rosso le cose che si amano fare da soli e di azzurro quelle che si amano fare in compagnia.

9.5. *Le persone del cuore*

Il bambino scrive liberamente all'interno di un cuore i nomi delle persone che ama di più.

10. *Un po' di disordine (Favola 10 - I topolini e i giocattoli)*

10.3. *I tuoi giocattoli preferiti*

Si scelgono e si descrivono i giocattoli preferiti.

10.4. Riordina la stanza!

Si trascinano all'interno delle sagome sparse nella stanza i giocattoli messi in disordine.

I tuoi giocattoli preferiti



Materiali stampabili

All'interno del CD-ROM è presente la cartella «Materiali stampabili» che contiene le immagini jpg relative a 20 videate in bianco e nero delle favole, da stampare e far colorare al bambino.



Copia l'immagine che trovi all'interno del CD-ROM e impostala come sfondo del tuo computer!



© 2009 Edizioni Centro Studi Erickson. Tutti i diritti riservati.
Via del Pioppeto 24 – 38121 TRENTO
tel. 0461 950690 – fax 0461 950698
www.erickson.it – info@erickson.it