



CARI GENITORI,

LA **RABBIA** È L'EMOZIONE CHE PIÙ DIFFICILMENTE SI RIESCE A GESTIRE ED ELABORARE, SOPRATTUTTO DAI BAMBINI.

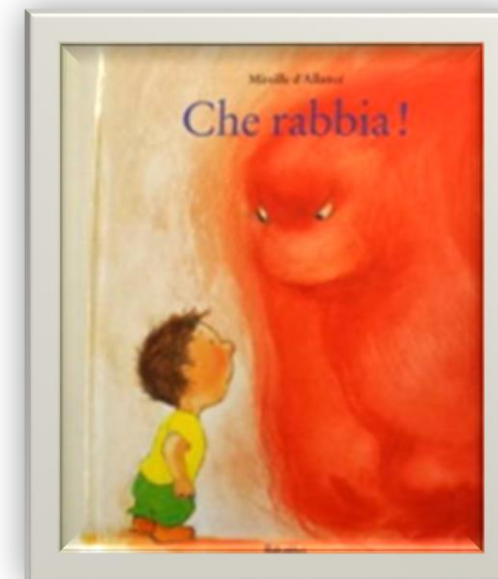
ESSA DERIVA DALLA LORO INCAPACITÀ DI ESPRIMERE LE EMOZIONI, I DESIDERI E I BISOGNI IN MODO COMPIUTO.

È UN SENTIMENTO DI INADEGUATEZZA DI FRONTE ALLE RICHIESTE CHE ARRIVANO DAL MONDO ESTERNO.

LA DIFFICOLTÀ AD ACCETTARE IL PROPRIO LIMITE E A RISPETTARE LE REGOLE.

COME INSEGNARE AI BAMBINI A GESTIRE LA RABBIA

- AIUTARE I BAMBINI A RICONOSCERE LA RABBIA È IL PRIMO PASSO CHE DOBBIAMO FARE. SUCCESSIVAMENTE, QUESTA EMOZIONE VA ISOLATA ED ELIMINATA IN MANIERA CONSAPEVOLE DAL BAMBINO, CHE SPESSO NON SA SPIEGARE A PAROLE QUELLO CHE PROVA.
- PER FARSI ASCOLTARE, PUÒ ESSERE UTILE ANCHE L'UTILIZZO DEL BARATTOLO DELLA CALMA, GRAZIE AL QUALE I BAMBINI, INCURIOSITI, SI PREDISPONGONO ALL'ASCOLTO DI CIÒ CHE ABBIAMO DA DIRE.
- COMINCIAMO CON LA LETTURA DEL LIBRO "CHE RABBIA!" DI MIREILLE D'ALLANCE, DI CUI TROVATE IL LINK SUL SITO DELL'ISTITUTO CHE UTILIZZA PROPRIO IL SISTEMA DELLA SCATOLA PER SCONFIGGERE LA RABBIA CHE ASSALE IL PROTAGONISTA DELLA STORIA.



A COSA SERVE LA SCATOLA DELLA RABBIA

- LA SCATOLA DELLA RABBIA PUÒ ESSERE CONSIDERATA UN RITUALE, UN LUOGO DI CRESCITA E DI SCOPERTA ATTRAVERSO IL GIOCO. PUÒ AIUTARE A LIBERARE E CANALIZZARE LE ENERGIE, FAVORENDO UNA RIELABORAZIONE INTERIORE DEGLI EVENTI. IL BAMBINO INFATTI PRIMA INDIVIDUA L'EMOZIONE, POI IMPARA AD ISOLARLA E A METTERLA VIA.
- OGNI VOLTA CHE PROVA RABBIA, DOVRETE INVITARE IL PICCOLO A METTERE NELLA SCATOLA UN DISEGNO O QUALCOSA, UN OGGETTO, CHE POSSA RICORDARGLI L'EMOZIONE CHE STA VIVENDO IN QUEL MOMENTO.
- IN UN SECONDO TEMPO, QUANDO SI SARÀ CALMATO, SI DOVRANNO PRENDERE GLI OGGETTI O I DISEGNI PER FAR RICORDARE E RACCONTARE AL BAMBINO COME SI SIA SENTITO NELLE DIVERSE SITUAZIONI. IN QUESTO MODO EGLI RIESCE A MATERIALIZZARE LA RABBIA E A GESTIRLA MEGLIO, PERCHÉ DIVENTA QUALCOSA DI CONCRETO.



COME REALIZZARE LA SCATOLA DELLA RABBIA

- PRENDETE UNA SCATOLA, CHIEDETE AL BAMBINO DI DECORARLA SECONDO IL PROPRIO GUSTO, CON COLORI, DISEGNI O ADESIVI. UNA VOLTA REALIZZATA, DOVRÀ ESSERE POSIZIONATA IN UN POSTO BEN VISIBILE DELLA CASA. FATE SCEGLIERE AL BIMBO IL POSTO IN CUI CONSERVARLA, COSÌ POTRÀ PRENDERLA DA SOLO.
- NON APPENA IL BAMBINO SI ARRABBIA, IL GENITORE PUÒ CHIEDERGLI DI INDIRIZZARE LA RABBIA VERSO LA SCATOLA, NEL MODO IN CUI PREFERISCE.
- A QUESTO PUNTO, SI CHIEDE AL BAMBINO DI CHIUDERE LA SCATOLA, RIPORLA AL SUO POSTO E NON PENSARCI PIÙ. PROPRIO COME FA ROBERTO.
- UNA VOLTA CHE LA RABBIA SARÀ PASSATA E IL BAMBINO SARÀ TORNATO SERENO, SI POTRÀ COMUNICARE CON LUI AIUTANDOLO A CAPIRE IL MOTIVO CHE LO HA PORTATO AD ARRABBIARSI.

