

Allegato IV. Tabella "Le mie emozioni"

Le mie emozioni	Come le esprimo?	Come le reprimo?	Il risultato
RABBIA	Grido, cammino avanti e indietro, do calci agli oggetti, rompo oggetto...	Stringo i denti, i pugni, rimango in silenzio, cammino velocemente...	Non riesco a dormire, Non presto attenzione in classe, sono scortese, litigo, insulto...
GIOIA			
DISGUSTO			
TRISTEZZA			
VERGOGNA			
INDIFFERENZA			
ODIO			
PAURA			
INVIDIA			