



# ALLiES eGuide

## Quarto periodo – Buona norma

<b>Positività</b>	
<b>Limiti nella comunicazione</b>	Limiti interni
<b>Auto-controllo</b>	lo posso scegliere...  ... come mi sento
<b>Fattori di supporto</b>	Come stai? Superpositività Yoga
<b>Riflessioni</b>	Come cambia il mondo pensando positivo?
<b>Conversazioni</b>	È possibile metterlo in pratica cambiando il proprio umore o i propri sentimenti.
<b>Storie da raccontare</b>	La storia della persona che non pensava succedesse niente di bello e che non aveva mai provato cose positive, a prescindere di quanto gli altri considerassero buone tali cose.
<b>Progetti</b>	Pratica nel trasformare frasi negative in frasi positive.  Pratica nel raccontare storie in modo positivo.  Festival dei 100 Giorni per celebrare i 100 giorni di scuola dall'inizio della scuola lo scorso autunno – Ogni bambino scrive 10 parole positive con i genitori a casa – I bambini ritagliano 100 faccine sorridenti e creano un poster con parole e facce.  La stagione "porri" inizia a gennaio ed è una tradizione di provare realmente una mente positiva, assaporando il tradizionale cibo islandese dal sapore particolare.