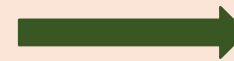




NON E' BELLO AVERE L'ANSIA

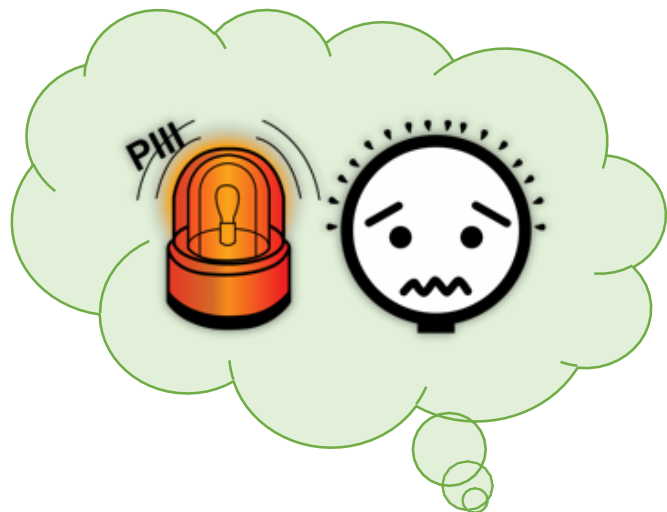


MA A VOLTE L'ANSIA CI AIUTA

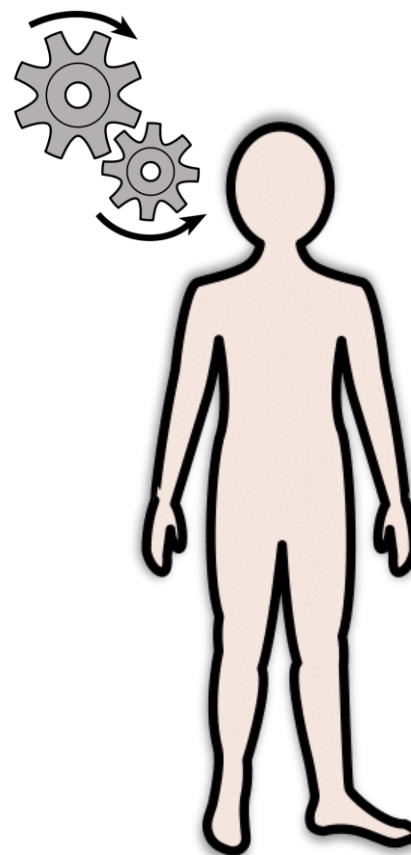
¡ IMPORTANTE !



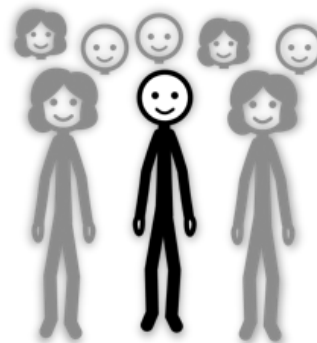
L'ANSIA È COME UN ALLARME CHE AVVERTE IL NOSTRO CORPO CHE CI SONO CAMBIAMENTI CHE NON CI PIACCONO



IL CERVELLO RICEVE L'ALLARME
CHE ABBIAMO ANSIA



IL NOSTRO CORPO REAGISCE



L'ANSIA

È MOLTO DIVERSA IN OGNI PERSONA

CI SONO PERSONE CHE



URLANO



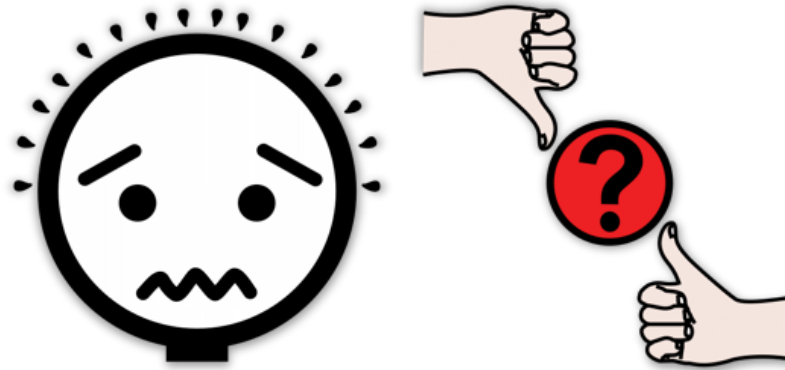
PIANGONO



MORDONO
QUALCOSA



TREMANO



L'ANSIA È BUONA O CATTIVA?



LA PARTE BUONA



CI AIUTA A SAPERE QUALI
COSE NON CI PIACCONO



CI AIUTA AD ESSERE VIGILI



CI AIUTA A REGOLARCI

LA PARTE CATTIVA



PASSIAMO UN BRUTTO MOMENTO

A VOLTE CI RENDE ANCHE TRISTI

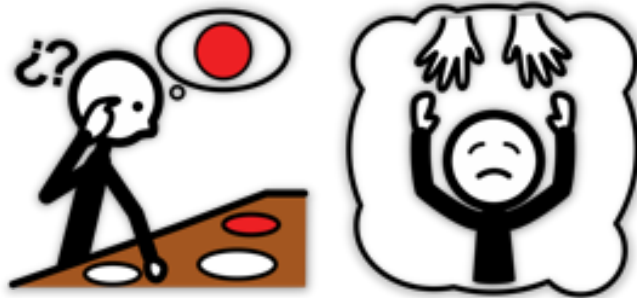


FACCIAMO COSE CHE
PREOCCUPANO GLI ALTRI



L'ANSIA HA UNA PARTE BUONA E UNA PARTE CATTIVA





**LE PERSONE DEVONO CERCARE STRATEGIE CHE CI AIUTINO IN MODO
CHE LA PARTE BUONA E LA PARTE CATTIVA SIANO UGUALI**



BUONA

CATTIVA



BUONA

CATTIVA

**SE LA PARTE CATTIVA
È PIÙ GRANDE DELLA
PARTE BUONA**



BUONA

CATTIVA

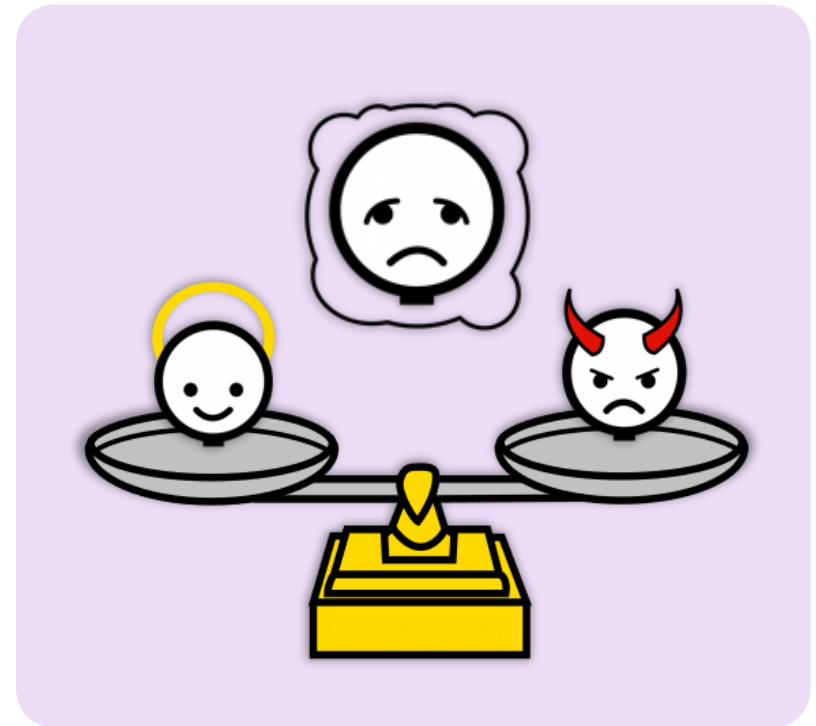
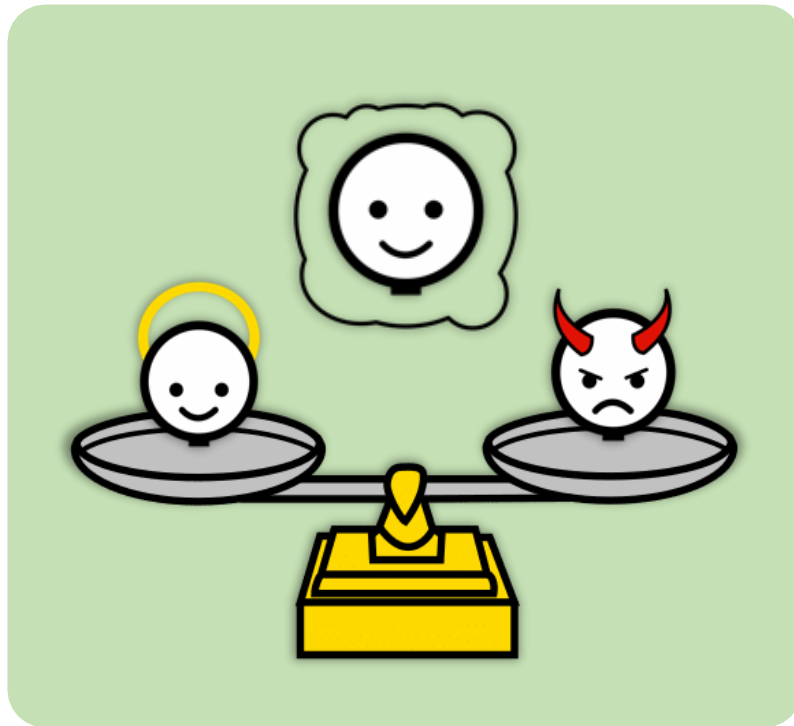
AVREMO PIÙ ANSIA

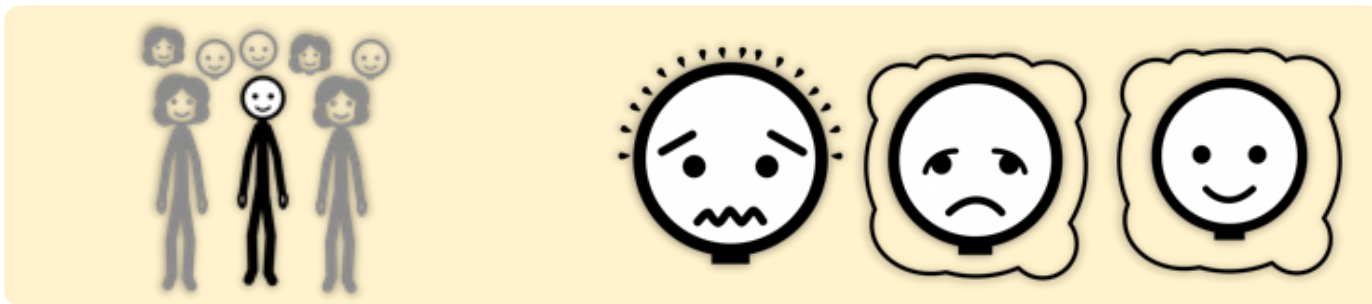


E CI SENTIREMO PEGGIO



TUTTE LE EMOZIONI HANNO IL LORO LATO BUONO E CATTIVO

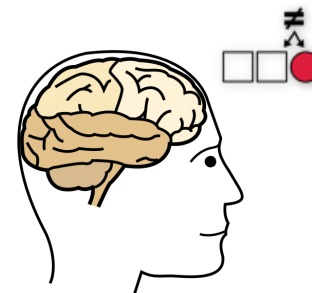
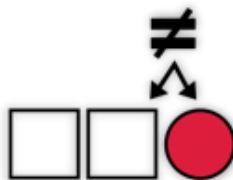




TUTTE LE PERSONE PROVANO ANSIA, TRISTEZZA O FELICITÀ...



ANCHE MAMMA E PAPÀ PROVANO TUTTE LE EMOZIONI



**OGNI PERSONA LE SENTE IN MODO DIVERSO PERCHÉ
IL LORO CERVELLO È DIVERSO**



COSA CI RENDE ANSIOSI?



ŠÒÁWÒÁE ÙÒ

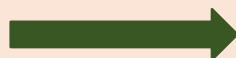




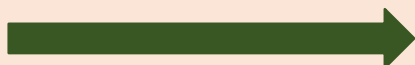
COSA FARE PER L'ANSIA?



NON AMA AVERE ANSIA



QUANDO HAI L'ANSIA CHIEDI AIUTO



CERCO STRATEGIE PER ESSERE CALMO

