



**unIMC**  
UNIVERSITÀ DI MACERATA

# Tutti un po' malfatti: valorizzare la bellezza nelle imperfezioni

Laboratorio in co-teaching a cura dei  
professori M. Muzi e F. Felici

SETTIMANA  
DELL'  
INCLUSIONE



23 - 28  
MARZO 2026  
MACERATA

# Contenuti del laboratorio!

01

Lettura dell'albo

03

Esercizio guidato

02

Dibattito e  
interpretazioni

04

Manipoliamo le  
emozioni e  
riflessioni

# Letture dell'albo illustrato "I cinque malfatti"

L'avventura  
di cinque tipi  
"strani"...



# Riflettiamo...



**Non esiste un soggetto  
“giusto”, “perfetto”.  
Esistono soggetti in  
trasformazione!**

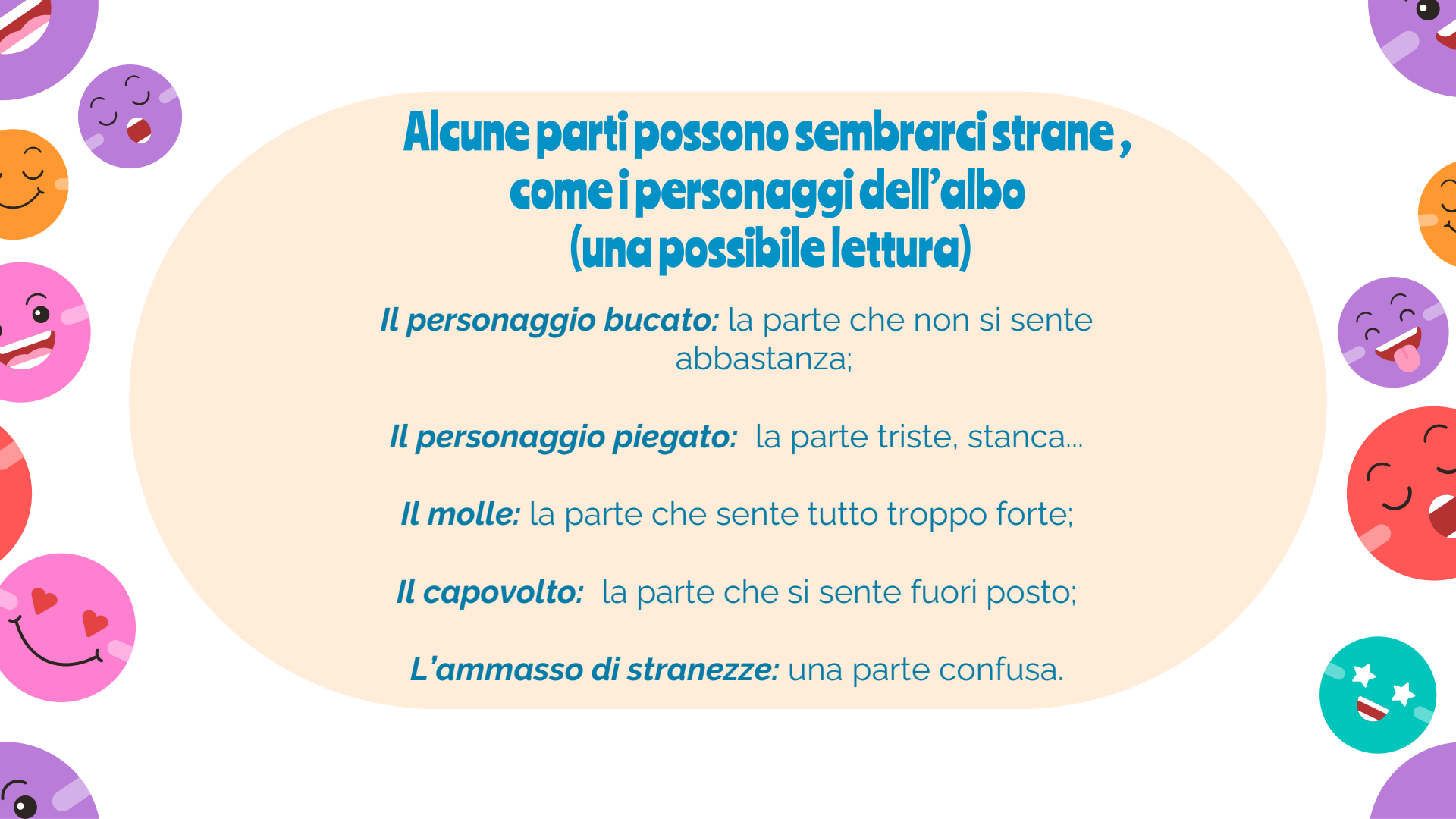


# Siamo fatti di parti che ci proteggono

Secondo il **modello dei sistemi familiari interni** (Schwartz, 2021),  
siamo fatti di parti:

1. GLI ESILIATI, i bambini interiori;
2. I GESTORI, i protettori;
3. I POMPIERI, spengono il dolore.

La teoria evidenzia che dentro di noi esiste anche il **Sé**:  
una parte centrata,  
capace di ascoltare e abbracciare le parti.

A decorative border of colorful smiley faces surrounds the central text. The faces are in various colors (purple, orange, pink, red, teal) and show different expressions like smiling, laughing, and being surprised.

## Alcune parti possono sembrarci strane, come i personaggi dell'albo (una possibile lettura)

**Il personaggio bucato:** la parte che non si sente abbastanza;

**Il personaggio piegato:** la parte triste, stanca...

**Il molle:** la parte che sente tutto troppo forte;

**Il capovolto:** la parte che si sente fuori posto;

**L'ammasso di stranezze:** una parte confusa.




## **Il Perfetto?**

Un manager perfezionista e critico.

## **Il Sé?**


È capace di riconoscere il valore di ogni parte,  
anche delle più fragili.



*Quando le parti  
collaborano e  
cooperano nasce  
qualcosa di  
meraviglioso.*



**Pensa a un momento in cui  
ti sei sentito  
fuori posto, vulnerabile o  
ferito...**



# Quali pensieri avevi?

Scrivili senza censura,  
senza giudizio.




# Che emozione sentivi in quel momento?

Rappresentala con un segno, un  
colore o una forma.



# Dove sentivi l'emozione nel corpo?

Disegna una sagoma corporea e  
colora la zona interessata.

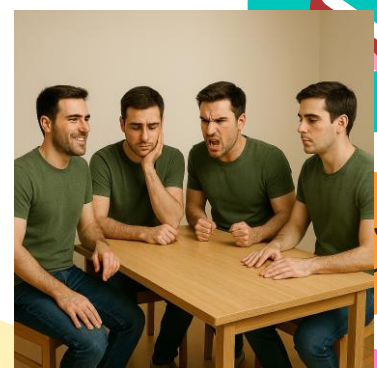


**Scrivi una parola che  
rappresenta quella  
situazione!**

Esplicita il titolo della storia.

# Immaginati in una stanza

Entrano varie parti di te: la parte spaventata, quella triste, quella arrabbiata...



Quante parti di te sono entrate in gioco in quella situazione?



# Modelliamo le emozioni con... l'argilla!



# Manipoliamo le emozioni (1)



Prendete l'argilla tra le mani e iniziate a sentirla: la sua consistenza, la sua temperatura... Prendetevi qualche momento per esplorarla, senza fretta.

Ora pensate al momento in cui vi siete sentiti fuori posto. In quel momento possono essere emerse diverse parti di voi: forse una parte spaventata, arrabbiata, triste o delusa.

## Manipoliamo le emozioni (2)

Provate ora a trasformare queste emozioni in una forma di argilla.

Non pensate alla bellezza o alla perfezione: non deve essere realistica, né "giusta".

Lasciate che siano le mani a guidarvi. Seguite i movimenti, premete, tirate, schiacciate l'argilla e osservate cosa succede.

L'obiettivo non è creare un oggetto perfetto, ma dare forma alle emozioni e vedere come, mentre lavorate, possono trasformarsi.



**Momento  
di condivisione  
e riflessione...**





**Ora provate a rispondere alle domande  
riportate  
nel Google moduli: esprimete ciò che sentite e  
provate in questo momento.**



LINK:

<https://forms.gle/oqXuiarAmzg91tsx5>



# GRAZIE PER L'ATTENZIONE E LA PARTECIPAZIONE!

**Morena Muzi**  
morena.muzi@unimc.it

**Fabio Felici**  
f.felici3@unimc.it