

Login
FacebookTwitter

FASE 2

Genitori: come spiegare ai bambini la Fase 2

Di Sara Sirtori

SCRIVI ALLA REDAZIONE



20 maggio 2020

Ecco un vademecum, frutto della collaborazione dell'Ordine degli Psicologi della Lombardia con il Comune di Milano, per aiutare i genitori a essere vicini ai propri figli e a far comprendere loro come affrontare la Fase 2.



Figli e genitori: come gestire la Fase 2

Ora che siamo entrati nella **fase 2**, sono tante le **paure e i timori legati a un nuovo processo di adattamento**.

Gabriella Scaduto, esperta di diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza dell'Ordine degli Psicologi della Lombardia, ci spiega come affrontare questo complicato modello storico.

L'isolamento e le restrizioni a cui siamo stati sottoposti negli ultimi due mesi, sono stati **causa di angosce** legate al virus e sono nate nuove paure verso il mondo esterno; perciò, è necessario ripensare ai nostri comportamenti e rivedere le nostre abitudini.

PUBBLICITÀ

**ALPINERX
ALIVE**
REACH YOUR SUMMIT

Ultimi giorni!
Alpina Watches - Sponsored [Compra Ora](#)

**ALPINERX
ALIVE**
REACH YOUR SUMMIT

**Campagna di Crowdfunding
AlpinerX Alive**
Alpina Watches - Sponsored [C](#)

Il reflusso | gravidanza e rimedi

Articolo sponsoc

SERVIZI

Nomi per bambini

Calcolo ovulazione

Calcolo settimane gravidanza

Calcolo lunghezza feto

Calcolo DPP - Data presunta parto

Calcolo percentili

Calcolo BMI - Indice di massa corporea

Calcola quanto sarà alto da adulto

Calcola altezza in base ai genitori

Lavoretti con la carta per i bambini

Strumenti musicali da riciclo: 10 + 1 esempi da imitare a casa

Come genitori è nostro compito **spiegare quanto sta accadendo ai più piccoli**. Per questo motivo, è stato redatto un **vademecum** da parte di **OPL** in collaborazione con il **Comune di Milano**, per aiutare i genitori ad affrontare questa nuova fase dell'emergenza, mettendo al centro **le emozioni e preoccupazioni dei propri figli**.

1. Sintonizzati su ciò che sentono
2. Fornisci spiegazioni chiare e adatte all'età
3. Coinvolgili nell'utilizzo dei dispositivi di protezione individuale
4. Rassicurali
5. Aiutali a gestire il loro tempo...anche all'aperto

LEGGI ANCHE: **Coronavirus, "fase 2". Genitori a lavoro, scuole e asili chiusi fino a settembre**

1 Sintonizzati su ciò che sentono

La nuova fase dell'emergenza può far nascere **sentimenti contrastanti nei bambini**: alcuni, con l'allentarsi delle restrizioni, possono **temere per la propria salute** o per quella dei genitori che tornano a lavorare; possono mostrare difficoltà a separarsi oppure mettere in atto comportamenti regressivi o particolarmente reattivi. Altri, invece, possono **vivere con grande frustrazione i limiti del nuovo decreto** che ancora non permettono di assaporare appieno la normalità. In questi casi, **è importante porsi in ascolto** di quanto ci stanno comunicando attraverso i loro comportamenti.

2. Fornisci spiegazioni chiare e adatte all'età

I bambini possono avere difficoltà a comprendere le ragioni per cui ancora non è possibile **abbracciare i familiari, giocare con i loro amichetti, utilizzare le aree attrezzate dei parchi pubblici**. È importante **spiegar loro le ragioni di tali limitazioni** e comprendere la fatica ad accettarle.

LEGGI ANCHE: **Coronavirus, cosa possono fare i genitori per non allarmare i più piccoli**

3. Coinvolgili nell'utilizzo dei dispositivi di protezione individuale

L'utilizzo della mascherina rimane obbligatorio anche all'aperto in Lombardia, salvo per i bambini al di sotto dei 6 anni. Adattarsi a questo mezzo di protezione può non essere semplice per i bambini, sia per una questione di praticità, sia perché implica un cambiamento più profondo legato all'immagine di sé. **Coinvolgerli nella scelta di mascherine personalizzate** può favorire il processo di accettazione del dispositivo e gradualmente integrarlo nel proprio schema corporeo.

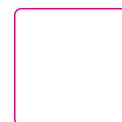
4. Rassicurali

La seconda fase dell'emergenza e l'attenzione al possibile ritorno di un contagio, può generare **ansie e paure** che potrebbero favorire comportamenti di "evitamento" e di **distanziamento indiscriminato verso il mondo esterno**. Ancora una volta occorre sintonizzarci sui loro vissuti e far appello alle **pratiche**

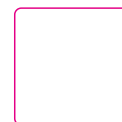


1000 attività da fare in casa con i bambini

NOVITÀ



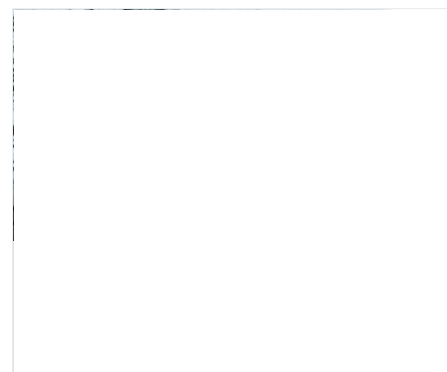
Partono i SUMMER CAMP di nostrofiglio.it



Attività e giochi bambini, tante idee e spunti originali



Filastrocca: "praticare lo sport"



igieniche che, oltre a proteggerci, forniscono la possibilità di avere una certa quota di controllo sulla propria salute e su quella degli altri. I genitori diventano **importanti modelli di apprendimento** per i bambini.

5. Aiutali a gestire il loro tempo... anche all'aperto

E' importante continuare a **scandire i tempi della giornata** cercando di mantenere un **ritmo regolare** dei momenti di pasto, studio e gioco. Nel caso in cui i genitori, nella ripresa lavorativa, si avvalgano di familiari o babysitter, è bene condividere con loro la programmazione della giornata favorendo una continuità dei ritmi acquisiti. **Le attività vanno programmate** facendo riferimento a tempi di attenzione e concentrazione sostenibili dal bambino e nei compiti scolastici è bene prevedere dei momenti di pausa. Nella routine quotidiana è importante inserire attività all'aperto (passeggiate/bicicletta), ammesse ai minori accompagnati da un genitore, nel rispetto delle regole del distanziamento sociale.

Fonti per questo articolo:

OPL e Comune di Milano

LEGGI ANCHE: [Coronavirus: il decalogo per le famiglie dei pediatri italiani](#)

Università e

Ann. 5 Facolt

Studio, Tutori

Università eCampus

Apri

TI POTREBBE INTERESSARE

- 1** [Bambini e Covid19: inizia la fase 2. In diretta con le esperte](#)
- 2** [Fase 2: come e quando usare le mascherine nei bambini](#)
- 3** [Coronavirus, "fase 2". Genitori a lavoro, scuole e asili chiusi fino a settembre](#)

[Famiglia](#), [Coronavirus](#), [Genitori](#), [Figli](#)



I papà passano troppo tempo in bagno?



Intestino: dimentica i probiotici e piuttosto fai questo.

Nutrivia



Filastrocche e giochi per bimbi intelligenti