

LE DINAMICHE FAMILIARI NEI TEMPI DELL'EMERGENZA : PROBLEMI APERTI E OPPORTUNITA'

Dott.ssa Alessia Barbieri

[☎328-4864030](tel:328-4864030)

[✉alessiabarbieri50@gmail.com](mailto:alessiabarbieri50@gmail.com)



Istituto Comprensivo Pianello V.T.



INSIEME
per
la **SCUOLA**

Comitato Genitori I.C. Pianello V.T.

LE DOMANDE DELL'EMERGENZA

- Come parlare ai bambini del coronavirus?
- Perché non posso andare a scuola?
- Perché non posso andare al parco giochi?
- Perché non posso andare a trovare i nonni?
- Perché bisogna lavarsi spesso le mani?
- Posso giocare con il mio animale domestico?
- Perché tante persone stanno male e alcune muoiono?

VIDEO

- Il Coronavirus spiegato ai bambini” adatto ai piccoli in età prescolare: <https://www.youtube.com/watch?v=-KI8B03Wrc>
- “Coronavirus: un fumetto e 7 regole per spiegarlo ai bambini” creato dalla Federazione Italiana Medici Pediatri: <https://www.youtube.com/watch?v=OVkrU7g6b-4>
- “Perché ci ammaliamo?”: i Me CONTRO Te sono una coppia di youtuber molto popolari tra i bambini delle elementari <https://www.youtube.com/watch?v=wSijNle-Yf4>
- “Il Coronavirus spiegato ai bambini dai bambini”: un breve video adatto ai bambini dai 4 ai 7 anni: <https://www.youtube.com/watch?v=tffyyQGdZFg>

Principali reazioni dei bambini di 4 e 5 anni in questo periodo

ETA'	REAZIONE DEL BAMBINO	COSA PUO' FARE IL GENITORE
4/5 ANNI	<ul style="list-style-type: none">• Paura di restare soli• Incubi• Difficoltà nel parlare di quello che stanno provando• Scatti di rabbia• Cambiamenti nell'appetito• Perdita del controllo della vescica• Costipazione• Pipì a letto• Piagnucolii• Maggiore richiesta di attenzione e vicinanza fisica	<ul style="list-style-type: none">• Pazienza• Tollerare i momenti di sfogo emotivo• Fornire rassicurazioni sia fisiche (abbracci e carezze) che verbali• Incoraggiare l'espressione dei loro stati d'animo attraverso il gioco o il racconto di storie• Pianificazione di attività che favoriscono la calma prima di andare a letto come per esempio un piccolo massaggio• Mantenimento delle normali routine familiari• Evitare l'esposizione ai media

Principali reazioni dei bambini in età scolare in questo periodo

<p>6/10 ANNI</p>	<ul style="list-style-type: none">• Irritabilità• Lamentele• Comportamento aggressivo• Incubi• Maggiore richiesta di attenzione e vicinanza fisica• Disturbi del sonno• Cambiamenti nell'appetito• Sintomi fisici (mal di testa/stomaco)• Evitamento dei coetanei• Perdita di interesse• Competitività per l'attenzione da parte dei genitori• Dimenticanza dei nuovi concetti appresi a scuola	<ul style="list-style-type: none">• Pazienza• Tollerare i momenti di sfogo emotivo• Fornire rassicurazioni sia fisiche (abbracci e carezze) che verbali• Momenti di gioco insieme• Mantenere il contatto con compagni di scuola (telefono, internet)• Esercizio fisico regolare come lo stretching• Impegno in attività educative (giochi, libri di scuola)• Impostare limitazioni leggere ma ferme• Incoraggiare le domande riguardo a cosa sta accadendo nella famiglia e nella comunità• Coinvolgerli nel creare una routine per mantenere la quotidianità familiare stabile e prevedibile• Limitazione dell'esposizione ai media• parlare di quello che si è fatto/sentito durante la didattica online• Chiarire le disinformazioni sia sul virus che qualunque stigma o discriminazione (per esempio verso la popolazione cinese)
------------------	--	--

Una nuova routine e scansione del tempo

Una nuova routine dà sicurezza:

- Tempo per la didattica
- Tempo per il gioco
- Tempo per le attività condivise
- Tempo per la tecnologia
- Orari pasti, merenda e addormentamento
- Orologio, timer, cartellone, diario della quarantena



Le 4 B per una buona routine

- Busy : occupato
- Brain: cervello
- Body: corpo
- Buddies: amici



Attività piacevoli da condividere

- Cucinare
- Lettura condivisa, disegno condiviso
- Film, cartoni animati
- Giochi con tutta la famiglia
- Attività fisica
- Riscoprire passioni e abilità
- Mindfulness-meditazione : *“Calmo e attento come una ranaocchia” – “Il fiore dentro”*

Importanza del setting

- Luogo specifico per la didattica a distanza
- Per i compiti e le attività grafiche
- Allestire lo spazio con il materiale scolastico e i dispositivi elettronici a disposizione



Semplificazione degli obiettivi

- È importante proporre sessioni di lavoro adeguate alle capacità di attenzione del bambino con l'alternarsi di brevi pause
- Semplificazione dei compiti



Tecnologia: una buona alleata

- Didattica a distanza
- Socialità virtuale con parenti, amici e insegnanti →
è preferibile la supervisione di un adulto
- Social network, visione di film, video e musica
- Videogiochi
- Webcam di zoo e parchi naturali, musei virtuali



Tecnologia... attenzione



- **BAMBINI CON MENO DI 2 ANNI:** si sconsiglia l'uso di dispositivi elettronici.
- **BAMBINI IN ETA' PRESCOLARE:** si consiglia l'utilizzo dei dispositivi elettronici 1 ora al giorno.
- **BAMBINI IN ETA' SCOLARE**

L'utilizzo dei dispositivi elettronici non deve sostituire o alterare attività fondamentali quali il sonno, i pasti, l'attività fisica regolare.

Qualsiasi sia l'età del bambino si consiglia di evitare l'utilizzo dei dispositivi elettronici almeno 30 minuti prima della fase di addormentamento né usarli in caso di risveglio notturno.