

COME AIUTARE I BAMBINI NEL PERIODO DI PANDEMIA



In questo periodo i bambini si trovano a veder cambiare il loro mondo: gli adulti possono sembrare più preoccupati e le loro routine e abitudini quotidiane possono essere modificate.

Pertanto, i bambini possono sentirsi preoccupati, spaventati, tesi, arrabbiati, possono ritirarsi in se stessi o possono riproporre comportamenti che avevano abbandonato durante la crescita.

I bambini hanno bisogno che gli dedichiamo più cure, più tempo, più attenzione durante questo periodo particolare. Ascoltateli maggiormente, comunicate con loro in modo tranquillo e confortevole, inculcate il loro una sensazione di sicurezza. Sfruttate questo tempo per ideare situazioni di gioco assieme ai bambini.



Cercate di continuare a seguire le vostre routine giornaliere: i pasti, il gioco, il bagnetto, la lettura delle storie. Non dimenticate che i bambini anche se sono in casa, hanno bisogno di riposare, pertanto se ne hanno bisogno fategli usufruire del riposo pomeridiano.

Educate i bambini riguardo alla situazione pandemica in cui ci troviamo, in modo consono, a seconda della loro età. Spiegategli cosa sta succedendo con un linguaggio semplice e insegnategli come prendersi cura di se stessi.



GENITORI, PRIMA PREOCCUPATEVI DI VOI STESSI E DEI VOSTRI SENTIMENTI, SOLO COSI' POTRETE PRENDERVI ACCURATAMENTE CURA ANCHE DEI VOSTRI BAMBINI!

ASSICURATEVI DI AVERE UN SOSTEGNO PER VOI STESSI.

L'Associazione psicologi dell'Istria ha aperto una linea di supporto psicologico aperta 24 ore allo
091 984 9184

DRUŠTVO PSIHOLOGA ISTRE

ASSOCIAZIONE PSICOLOGI DELL'ISTRIA