

CONSIGLI PRATICI PER CAREGIVERS DI BAMBINI (Genitori, Insegnanti, Educatori, ecc.)

SCEGLIERE LE INFORMAZIONI

I bambini necessitano di **INFORMAZIONI CHIARE E VERE**, filtrate in base all'età, in modo che possano essere comprese.



È importante non esporre i bambini a immagini e notizie non adatte al loro livello di comprensione!!!

Scegliere 1/2 momenti della giornata da dedicare alla **visione di notiziari**, o altri canali di informazione, **INSIEME** al bambino così da spiegare quanto sta accadendo e renderlo comprensibile.

I bambini devono essere rassicurati ma allo stesso tempo deve essere fornito loro un focus realistico. Inoltre devono essere messi in risalto gli aspetti positivi: spiegare che ci sono molte persone che si stanno occupando dell'emergenza.

DARE SICUREZZA AI BAMBINI

È fondamentale permettere ai bambini di continuare a fare le “cose da bambini”: **giocare, parlare di cose divertenti, fare i compiti e imparare cose nuove.** **Mantere il più possibile la loro routine quotidiana!**

Farli stare con mamma e papà, o altre persone di fiducia, senza che vedano solo volti spaventati e allarmati. Ricordiamoci che i bambini sono piccoli ma osservano e comprendono!!!

Un bambino per sentirsi al sicuro necessita di stare con un adulto in grado di trasmettergli affetto, padronanza della situazione e soprattutto padronanza di se stesso.

I bambini, anche molto piccoli, sono capaci di cogliere incongruenze nel comportamento degli adulti con cui si relazionano.

Ad esempio: se dico “Non c'è da avere paura” ma poi faccio scorte alimentari per un esercito, posso generare confusione nel bambino che può chiedersi se fa credere a quanto gli è stato detto e se può fidarsi dell'adulto.

Per poter dare sicurezza bisogna prima trasmettere fiducia!

Nel caso in cui ci si rende conto di non riuscire a calmare noi stessi, ci si può rivolgere ad un familiare, a un amico, alla comunità ed eventualmente consultate gli specialisti.

