

RIPENSARE GLI SPAZI

RIPENSARE I TEMPI

con i bambini



Dare una struttura allo **spazio**

- ✿ Differenziare lo spazio aiuta lo scorrere fluido del tempo

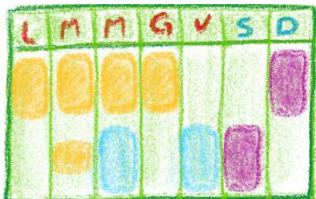
Spazi diversi possono essere legati a

- ✦ momenti più attivanti
- ✦ momenti più rilassanti
- ✦ momenti in cui si sta insieme
- ✦ momenti in cui ci si organizza in autonomia

- ✿ Cambiare lo spazio può essere d'aiuto a cambiare lo stato d'animo

- ✿ Dedicare spazi diversi ad attività diverse

- ✦ Attività disegno/compiti/ecc. → es. tavolino/scrivania
O comunque un posto in cui le cose del bambino non debbano essere messe e tolte spesso nella giornata
- ✦ Relax/coccole/libri → sotto una tenda o casetta fatta di teli o cuscini
- ✦ Gioco → spazio in cui potersi muovere più liberamente (nei limiti del possibile)



Dare una struttura al **tempo**

- ✿ Dare un **ritmo** alla giornata...

- ✿ Avere una struttura simile che si ripete ogni giorno
 - ✦ Es. sveglia-lavarsi-colazione-attività-gioco-pranzo-nanna/riposo-merenda-lavoro/attività/gioco-cena-coccole/relax-nanna
- ✿ Con passaggi da un momento all'altro scanditi da
 - ✦ cambio fisico di spazio
 - ✦ rituali ("prepariamo la tavola", "mettiamo il pigiama e scegliamo il libro", ...)
 - ✦ canzoncine o filastrocche con i più piccoli

- ✿ ... e alla **settimana**

- ✿ Differenziare alcuni giorni con attività o momenti particolari
 - ✦ Es. cucinare un piatto con una ricetta di famiglia la domenica

Dare struttura stimola nel bambino la fantasia e aiuta a vivere in spazi anche molto piccoli e giornate molto simili

Si possono coinvolgere i bambini nei lavori di casa, "io ti aiuto a fare le cose di scuola, tu mi aiuti a fare le cose di casa"

Quanto qui indicato sono suggerimenti da cui prendere spunto,
ogni situazione è diversa!

Auguriamo ad ogni famiglia (che sia composta da uno, due o più persone) di trovare il ritmo migliore in questa nuova quotidianità.

Per genitori o nonni che desiderassero un confronto, potete contattare

ANNALISA GARIS
Psicologa

SARA BONZANINI

T. della Neuropsicomotricità dell'E.E.

I contatti sono disponibili a questo link www.studioelianto.com/contatti.html