

Consigli generali per le famiglie nell' emergenza COVID-19 – Marzo 2020



In questo particolare momento che tutti noi siamo chiamati a vivere con grande responsabilità, vogliamo sostenere voi e i vostri bambini dandovi dei piccoli consigli educativi e di gioco che possano allietare le vostre giornate:

- mantenere le routine quotidiane ed i ritmi abituali regolari (si auspica per quanto possibile di mantenere le solite routine legate all'orario della sveglia, dei pasti, del coricarsi, etc)
- costruire un calendario della settimana attraverso le immagini per dare una maggiore prevedibilità e pianificare le routine e i giochi (per quantificare il tempo potrebbero essere utili timer e clessidre)
- tenere a mente che tutto ciò che è prevedibile è più facile da accettare
- cercare, per quanto sia possibile, di concentrarsi sul "qui ed ora" quindi sul momento presente
- coinvolgere i bambini per quanto possibile nelle attività che siete soliti svolgere a casa (apparecchiare, dividere il bucato per colore, appendere il bucato, impastare la pasta della pizza)

- favorire un contatto virtuale con le persone legate a voi e al bambino a livello affettivo
- cercare di spiegare al bambino, per quanto possibile, cosa sta succedendo in questo particolare momento
- stabilire poche regole da mantenere durante la giornata (con supporti visivi);
- intervallare momenti di attività strutturata con l'adulto e momenti di gioco libero scelto dal bambino
- costruire giochi con materiale economico e facilmente reperibile in ambiente domestico
- limitare il tempo davanti alla televisione, Tablet e Smartphone (per i bambini di età inferiore ai 5 anni, sarebbe consigliato non più di 1 ora al giorno)
- controllare l'accesso ai dispositivi elettronici
- cogliere e scrivere un momento positivo durante la settimana da poter conservare per poterlo ricordare in momenti successivi (Ad esempio potete utilizzare un vasetto vuoto della marmellata che potete etichettare come "vasetto del GRAZIE" dove poter raccogliere su dei bigliettini il momento più significativo della settimana)
- é possibile documentare i momenti passati insieme attraverso foto o video da poter visionare insieme ai vostri bambini che potete inviarci via e-mail



Con la speranza che tutto andrà bene, vi siamo vicine anche se siamo lontani

Proposte di gioco, divise per aree di sviluppo, per i bambini che abbiamo in carico in terapia

Neuropsicomotoria

Area motorio prassica

- strisciare
- saltare
- rotolare
- giocare con la palla
- infilare perle o pasta
- seguire una pista con il trenino
- sperimentare vari materiali e consistenze
- utilizzare colori a dita
- disegnare nel sale o nella sabbia
- modellare la plastilina
- fare incastri o puzzle
- attaccare e staccare
- arrotolare il gomitolo
- fare semplici costruzioni con i lego
- chiudere e aprire contenitori
- avvitare
- giocare con le mollette da bucato
- tagliare la frutta o cose morbide con un coltello senza lama
- ascoltare la musica (muoversi/ballare e fermarsi allo stop della musica)
- cantare o ascoltare canzoncine associate a gesti motori



Area comunicativo-linguistica



Da favorire gli aspetti socio-comunicativi durante tutte le attività di gioco.

Di seguito alcuni esempi:

- verbalizzare suoni (brum-brum, ciuf-ciuf, toc-toc, bum)
- verbalizzare parole o approssimazioni di parole aderenti al contesto ludico
- dare comandi semplici al bambino ("dammi", "siediti", "aspetta", "vieni qui", "basta", "no", ...)
- sfogliare semplici libretti (fare domande come ad es. "Chi?", "Che cosa?", "Dove?", ...)
- fare giochi con le espressioni facciali
- incentivare la comprensione verbale attraverso la consegna di oggetti di uso quotidiano (spugna, cucchiaio, bicchiere, matita)
- incentivare giochi di riconoscimento di parti del corpo

Area socio-relazionale



- annotare giochi/attività o oggetti che possono essere preferiti dal bambino da poterli ripresentare in momenti di relax e che faranno aumentare l'attenzione del vostro bambino verso di voi
- utilizzare routine socio-sensoriali (cucù, solletico, vola-vola, canzoncine, batti le manine) per aumentare sorrisi e risate nel vostro bambino
- fare piccole pause e attendere il segnale (gesto, contatto oculare, vocalizzazione) che vi invita a continuare o a terminare l'attività
- favorire il contatto oculare faccia a faccia mettendovi a livello del bambino
- enfatizzare le vostre reazioni, espressioni facciali e gesti
- imitare il vostro bambino nei gesti e produzioni verbali adeguate (la-la-la, versi di animali, suoni)
- commentare le azioni o attività del bambino con un linguaggio semplice
- incentivare il gesto dell'indicare: potete posizionare su una mensola visibile ma non accessibile al bambino un oggetto motivante e aiutarlo ad impostare il gesto del pointing
- rispondere immediatamente alle richieste verbali e gestuali del bambino per favorire gli aspetti comunicativi
- favorire l'indicazione per esplicitare la scelta tra due oggetti, due cibi o due bevande
- incentivare il gesto del "dammi" (mano aperta del bambino per ottenere qualcosa)
- focalizzare l'attenzione su piccole abilità e rinforzare immediatamente i successi
- cogliere gli interessi del bambino e focalizzarsi su di essi

Area del gioco



- fare giochi corporei
- fare giochi di percezione sensoriale (accarezzare il vostro bambino con materiali di vario tipo, morbido, duro, ruvido, liscio)
- proporre giochi strutturati (associare i colori, associare le immagini, categorizzare oggetti, puzzle)
- proporre giochi di alternanza del turno;
- proporre giochi causa-effetto (es: giochi musicali)
- incentivare giochi rappresentativi con oggetti su sé stesso o sulla bambola (pettine, cucchiaio, bicchiere, spazzolino, telefono)
- favorire giochi simbolici (utilizzare un oggetto che rappresenta qualcos'altro ad esempio con il cubo faccio il cane)
- favorire i giochi di ruolo (impersonificare diversi personaggi ad esempio: poliziotto, pompiere, principessa)
- favorire mediante il gioco l'espressione di emozioni e vissuti
- supportare il bambino nella costruzione e pianificazione di sequenze di gioco
- diversificare i temi e i materiali di gioco
- giochi da tavolo con regole (memory, giochi con il dado, gioco con carte, lottino)

Area delle Autonomie



- cercare per quanto possibile, di mantenere gli apprendimenti che il bambino ha fatto anche in questo periodo (vestirsi, svestirsi, lavarsi i denti, lavarsi le mani) cercando di dargli il tempo per provare e sperimentarsi da solo
- utilizzare delle immagini in sequenza dei vari step delle varie attività da svolgere
- mantenere la routine delle autonomie

Area delle Emozioni

emotions



- accettare e verbalizzare tutte le emozioni del vostro bambino
- comprendere insieme come gestirle al meglio
- leggere dei libretti relativi all'emozione provata (se li avete in casa o cercare materiale in Internet)
- leggere brevi storie a sfondo emotivo e accompagnare il bambino alla comprensione dell'emozione protagonista e alla causa che determina quell'emozione
- verbalizzare anche le vostre emozioni per rendere il bambino maggiormente consapevole
- non preoccupatevi se il bambino sperimenta la noia, spesso questa porta alla creatività

Potete come genitori, selezionare tra le attività descritte quelle che ritenete maggiormente utili e significative per il bambino autonomamente adattandole al piano terapeutico Neuropsicomotorio di cui siete in possesso oppure chiedendo consiglio alla terapeuta di riferimento.

Per un eventuale supporto psicologico potete contattare la psicologa/lo psicologo di riferimento del bambino.

Le terapeute della Neuro e Psicomotricità dell'età evolutiva del Servizio di Neurologia e Riabilitazione dell'Età Evolutiva rimangono a disposizione delle famiglie incarico per eventuale sostegno o per altre domande.



Elaborato da:
Dott.ssa Aio Monica
Dott.ssa Solimine Giuseppina

LETTERATURA CONSIGLIATA:

- Sally J. Rogers Geraldine Dawson Laurie A. Vismara – Un intervento precoce per il tuo bambino con autismo, Ed. Hogrefe
- Articolo "Scuola e Famiglie in tempi di Coronavirus" dott.ssa Mammarella, Ordine degli Psicologi del Veneto
- C. Xaiz e E. Micheli - Gioco e Interazione sociale nell'autismo, Ed. Erickson
- R. Militerni – Lo sviluppo Neuropsichico Ed. Ildeson Gnocchi
- E. Berti, F. Comunello – Corpo e mente in Psicomotricità, Ed. Erikson
- C. Ambrosini, S. Pellegatta – Il gioco nello sviluppo e nella Terapia Psicomotoria Ed. Erikson
- P. Howlin, S. Baron- Cohen e Julie Hadwin – Teoria della mente e autismo Ed. Erikson

SITOGRAFIA:

www.anupitnpee.it

www.metacom-symbole.de