



Milano,
19 maggio 2020 - L'Ordine degli Psicologi della Lombardia (OPL) ha pubblicato un vademecum per aiutare i genitori a vivere bene la fase 2 dell'emergenza Covid-19, con raccomandazioni e suggerimenti per chi ha figli da 0 a 10 anni.

Cinque
sono le parole chiave da ricordare:

1. SINTONIA
con i bisogni emotivi dei figli.
2. SPIEGAZIONE
delle norme e dei divieti adatta alle diverse età.
3. COINVOLGIMENTO
nell'utilizzo dei dispositivi di protezione individuale.

4. RASSICURAZIONE

di ansie e paure.

5. NARRAZIONE

chiara e costante di ciò che avviene intorno a loro.

“La seconda fase dell’emergenza apre a nuovi scenari che sottendono paure e timori tipici di un nuovo processo di adattamento. Seppur faticoso, l’isolamento e le restrizioni che lo determinavano sono diventati negli ultimi due mesi il contenitore delle angosce legate al virus e delle spinte verso il mondo esterno, faticosamente silenziabili. Ora che ci troviamo a fare i conti con un contenitore non più così definito, è necessario ripensare i nostri comportamenti e le nostre abitudini, sentire e riconoscere i vissuti e le emozioni che questi ulteriori cambiamenti generano. Ancor più come genitori si è chiamati a compiere questo processo per favorirne la comprensione e l’espressione nei più piccoli”, ha spiegato Gabriella Scaduto, esperta di diritti dell’Infanzia e dell’Adolescenza dell’Ordine degli Psicologi della Lombardia.

“Questo vademecum, frutto della collaborazione di OPL con il Comune di Milano, è un segnale forte dell’importante contributo che il lavoro psicologico può portare in questo complicato momento storico”, conclude Scaduto.

Ecco il vademecum:

[Genitori-nella-Fase-2_vademecum-OPL-Comune-di-Milano_19-05-2020](#)

Prosegue inoltre la campagna #LoPsicologoTiAiuta di OPL, con il filo diretto tel. 02 82396234, attivo tutti i giorni dalle 9.00 alle 18.00, che offre gratuitamente ascolto e supporto psicologico.