



FONDAZIONE
PATRIZIO PAOLETTI
PER LO SVILUPPO E LA COMUNICAZIONE

Emergenza Covid-19: 10 passi per parlarne con tuo figlio

Fondazione Patrizio Paoletti diffonde un vademecum gratuito per aiutare gli adulti ad essere efficaci e guardare al futuro anche quando tutto è incerto

Chiusi in casa senza scuola, giochi con gli amici e vita all'aria aperta, sono i bambini e gli adolescenti, come e prima degli adulti, ad aver bisogno di ritrovare equilibrio e serenità in questo momento senza precedenti. Tutti dobbiamo restare a casa con responsabilità, seguire le indicazioni delle istituzioni per il nostro benessere e quello degli altri. Ma dobbiamo anche **prenderci cura della mente e delle emozioni**: è fondamentale per noi stessi e per aiutare i più piccoli ad affrontare stress, paura e senso di incertezza che l'emergenza sta generando.

A donare un strumento utile e pratico in questo senso ci hanno pensato gli psicologi, i pedagogisti e i neuroscienziati della **Fondazione Patrizio Paoletti** che hanno pubblicato un **vademecum e una serie di video-lezioni con 10 chiavi che aiutano i genitori** a gestire l'emergenza nel modo giusto con i bambini, mantenendosi lucidi e forti. E' un'iniziativa realizzata in collaborazione con il **Dipartimento della Protezione Civile** della Presidenza del Consiglio dei Ministri e Patrocinata dall'**Associazione Italiana Genitori A. Ge. APS**. Il vademecum ha inoltre ricevuto l'apprezzamento della **Ministra per le Pari Opportunità e la Famiglia, Elena Bonetti**, che ha ringraziato Fondazione Patrizio Paoletti *"per quanto sta facendo in questo momento in cui il Paese ha bisogno di sentirsi unito e supportato"*.

Il vademecum, disponibile in 5 lingue, è rivolto principalmente a genitori e educatori, ma è valido per tutti. Per tenerci stimolati e allenarci costantemente a mantenere l'equilibrio, ecco in sintesi i "10 passi" studiati dall'equipe della Fondazione Patrizio Paoletti, ente di ricerca no profit in campo neuroscientifico e psico-pedagogico:

- **Il primo passo** ci invita a cambiare il nostro modo di pensare l'emergenza, cogliendo l'opportunità educativa che essa può offrire. Spiega come noi adulti possiamo guidare i più piccoli alla scoperta delle loro migliori risorse. I momenti di crisi infatti, sono l'occasione per incontrare le proprie paure e ansie e imparare a gestirle: una capacità che sarà utile per tutta la vita. .
- **Il secondo passo** ci richiama ad essere esempio come adulti, ricordandoci che le nostre azioni influenzano moltissimo i nostri figli, più di ciò che crediamo.
- **Il terzo, quarto e quinto passo** ci spiegano come creare le migliori condizioni per entrare in una giusta relazione con i nostri figli, agendo sia su noi stessi (come mantenere una mente calma e lucida per essere più sensibili e attenti), sia su ciò che facciamo con loro (come impostare una routine rassicurante e semplice).
- **Nel sesto e settimo passo** gli esperti della Fondazione ci danno suggerimenti pratici per aiutare i più piccoli ad assorbire e collocare l'emergenza sanitaria in una narrazione che per loro sia di senso. Il linguaggio, ad esempio, è uno degli elementi chiave con cui tutti costruiamo i nostri modelli mentali del mondo: quello che scegliamo di usare influenza enormemente il nostro modo di rispondere alla difficoltà.
- **L'ottavo passo** ci ricorda di stare attenti al virus più pericoloso: la discriminazione che nasce dall'ignoranza.
- **Il nono e decimo passo**, infine, ci offrono indicazioni pratiche su come essere co-creatori del futuro che desideriamo: i nostri comportamenti, come singoli e come insieme, possono contribuire al contenimento e al superamento dell'emergenza.

Per leggere il vademecum e vedere gratuitamente le video-lezioni tenute da Patrizio Paoletti, il presidente della Fondazione, basta andare sul sito fondazionepatriziopaoletti.org/prefigurareilfuturo.



FONDAZIONE
PATRIZIO PAOLETTI
PER LO SVILUPPO E LA COMUNICAZIONE

L'iniziativa è realizzata nell'ambito del progetto **“Prefigurare il futuro, metodi e tecniche per potenziare speranza e progettualità”**. È il progetto nazionale con cui dal 2017 l'Ente offre sostegno gratuito alle popolazioni colpite da emergenze, come il sisma in Italia centrale o il crollo del Ponte Morandi, e alle comunità chiamate ad affrontare emergenze sociali (povertà, integrazione culturale, incertezza economica) in tutto il nostro Paese.

I pedagogisti, gli psicologi, i neuroscienziati e i formatori della Fondazione Patrizio Paoletti con questo strumento vogliono sottolineare come sia possibile, anche in momenti di crisi e di difficoltà, creare le condizioni per **rendere la relazione educativa ancora più significativa**. Infatti gli strumenti che il genitore saprà dare al proprio figlio per affrontare le difficoltà sono quelli che imparerà ad utilizzare sempre nella vita, ogniqualvolta si troverà ad incontrare aspetti complessi da gestire.

*“Da vent'anni la Fondazione svolge una ricerca interdisciplinare elaborando strumenti per il pieno sviluppo della consapevolezza delle persone, in qualunque contesto o situazione esse vivano. - afferma **Patrizio Paoletti**, presidente della Fondazione - *Questi studi ci insegnano che è possibile produrre intenzionalmente uno stato di sicurezza e capacità, anche quando le condizioni esterne sono difficili e critiche”*.*

Referente del progetto per Fondazione Paoletti

Tania Di Giuseppe

Cell. 339 4831012

t.digiuseppe@fondazionepatriziopaoletti.org

Fondazione Patrizio Paoletti è un Ente di Ricerca no profit accreditato e qualificato per la formazione del personale della scuola italiana. È nato nel 2000 per volontà di Patrizio Paoletti e di un gruppo di ricercatori, pedagogisti, psicologi, sociologi, medici e imprenditori. Oggi più di 100.000 persone hanno abbracciato il suo progetto: fare ricerca per promuovere la consapevolezza, il benessere e la pace attraverso l'educazione, il più potente mezzo di cambiamento. La sua Mission è la ricerca in campo neuroscientifico, psico-pedagogico, formativo e sociale. Studia come l'uomo cresce, impara, si emoziona, migliora per promuovere la consapevolezza attraverso l'educazione, intesa anzitutto come auto-educazione.

Connettere i più aggiornati saperi offerti dalla ricerca sul cervello (indagine sull'uomo “da dentro”) e psico-pedagogica (indagine sull'uomo “da fuori”) significa offrire all'educazione e alla didattica saperi e strumenti pratici, immediati, innovativi ed efficaci, che aiutino le persone ad imparare a saper fare, a saper vivere per “essere” in un mondo che cambia costantemente.

Tramite i suoi progetti educativi, opera affinché ogni adulto diventi più consapevole delle sue risorse, del suo ruolo e della sua responsabilità verso gli altri. Allo stesso modo si impegna perché ogni bambino, in ogni parte del mondo, trovi le giuste condizioni per esprimere pienamente il suo potenziale.

Dal 2016 è attiva con interventi a supporto della popolazione vittima del terremoto in Centro Italia. Nel 2017, fino a luglio del 2018, realizza il progetto formativo itinerante *Prefigurare il futuro: metodi e tecniche per potenziare Speranza e progettualità* a favore dei territori feriti dal sisma in centro Italia. A partire da novembre 2018 è attiva la nuova edizione di *Prefigurare il Futuro* pensata per rispondere all'emergenza non solo nell'ambito delle avversità ma nell'ambito dell'emergenza educativa in Italia.

“Prefigurare il futuro, metodi e tecniche per potenziare speranza e progettualità” è un progetto formativo itinerante ideato da Patrizio Paoletti e realizzato dagli esperti della Fondazione. È nato nel 2017 per sostenere i territori feriti dal sisma in centro Italia. A partire da novembre 2018 è attiva la nuova edizione di *Prefigurare il Futuro* pensata per rispondere all'emergenza non solo nell'ambito delle avversità, ma nell'ambito dell'emergenza educativa in Italia. Il progetto vanta nei suoi tre anni di vita la collaborazione con tante istituzioni, università e associazioni in tutta l'Italia, tra cui la Cattedra Unesco dell'Università della Basilicata, l'Università degli Studi di Bari Aldo Moro, Acli Genova, la Bottega del Terzo Settore, Fondazione Armonie d'Arte, Associazione Montessori Ma-Mò Cosenza. Hanno inoltre concesso il loro Patrocinio vari enti, tra cui Università Politecnica delle Marche, Unindustria Roma-Frosinone-Latina-Rieti-Viterbo, Coni Marche e Coni Umbria, Regione Umbria, Regione Marche, Comune di Siracusa, Comune di Ascoli Piceno, Comune di Acquasanta Terme, Città di San Benedetto del Tronto, Città di Venosa, Fondazione Matera Basilicata 2019, Stati Generali dell'Innovazione. Nell'ultima edizione il progetto ha visto nel complesso l'adesione di oltre 2.000 persone in 10 tappe formative in tutto il Paese.