



A vibrant cartoon illustration centered around a large, light-gray circular frame. Inside the frame, a family of six is depicted: a mother with blonde curly hair in a pink dress, a father with glasses and a beard in a yellow shirt and brown pants, and four children of various ages and outfits, all smiling. Surrounding this central scene are several smaller illustrations. Top-left: A boy in a red shirt and blue pants looks distressed, surrounded by blue, virus-like characters with red spikes and angry faces. Top-right: A scientist in a white lab coat with wild hair holds a flask with red liquid and a test tube with green liquid, while a superhero girl in a blue suit with a red cape and 'S' emblem stands nearby. Bottom-left: A girl in a pink dress sits at a wooden table with a boy in a red shirt, looking at a book; another superhero girl in a blue suit stands behind them. Bottom-right: A boy in a red shirt sits on a yellow oval rug, using a laptop that shows a cartoon face on its screen. To the right of the central frame, a superhero girl and a boy stand near a cluster of the blue virus-like characters. The entire scene is set on a white background with a small patch of green grass at the bottom.



ORDINE DEGLI PSICOLOGI
della Liguria

In questo particolare momento di emergenza sanitaria è importante che i bambini non siano lasciati soli con dubbi e paure.

Ogni adulto di riferimento potrà trovare la propria modalità di comunicazione e di ascolto in base all'età del bambino, per raccontare che cosa sta accadendo e per accogliere e contenere domande e preoccupazioni. Una comunicazione adeguata facilita la relazione genitore- bambino e aiuta a trovare soluzioni e a superare eventuali difficoltà.

Le favole, strumenti comunicativi preziosi perché utilizzano un linguaggio facilmente comprensibile per i bambini, possono essere un ottimo spunto da cui partire per condividere le emozioni e per facilitare la relazione. Attraverso la lettura si offre ai bambini la possibilità di entrare alla scoperta del loro mondo interiore, di dar voce alle loro emozioni, anche a quelle più difficili da esprimere, e si stimola la loro curiosità e capacità di ragionamento.

Per aiutare i genitori ad affrontare un momento così delicato, alcuni colleghi psicologi e psicoterapeuti hanno creato e reso disponibili brevi storie sul coronavirus da leggere ai più piccoli per accompagnarli nella comprensione di un tema così complesso.

L'Ordine degli Psicologi della Liguria, in collaborazione con la collega Elisabetta Graziano, propone ai genitori di leggere ai loro bimbi la storia di Arturo e il coronavirus.

L'Ordine degli Psicologi della Liguria

ARTURO E IL CORONA VIRUS



A cura di

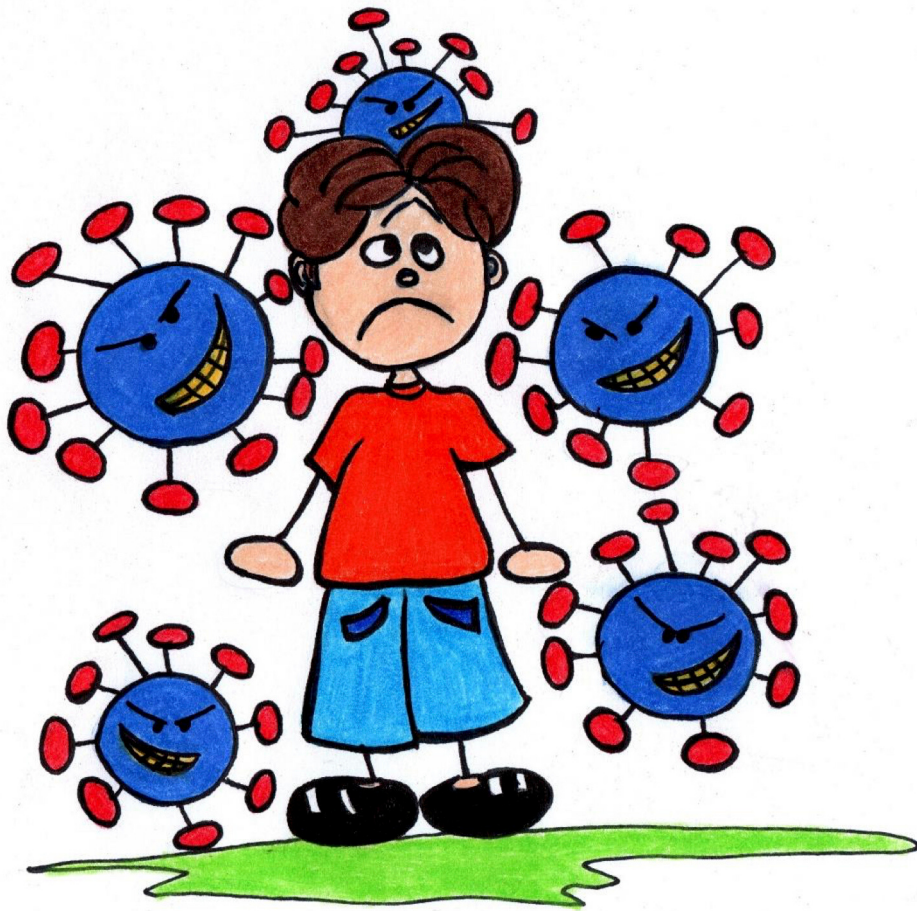
Elisabetta Graziano

Psicologa Psicoterapeuta

Gdl Psicologia Clinica Psicosomatica e Psicologia della Salute - Ordine
degli Psicologi della Liguria

Un giorno, nel paese dove vive Arturo, arriva il Corona Virus.

Le persone sono spaventate, dicono che sia un brutto virus che si attacca velocemente.



La mamma e il papà di Arturo mettono la mascherina per uscire di casa, le scuole vengono chiuse e non si possono più vedere gli amici.

Arturo è tanto spaventato.

Ma per fortuna in aiuto di Arturo arriva un supereroe:
Super Resilienza!

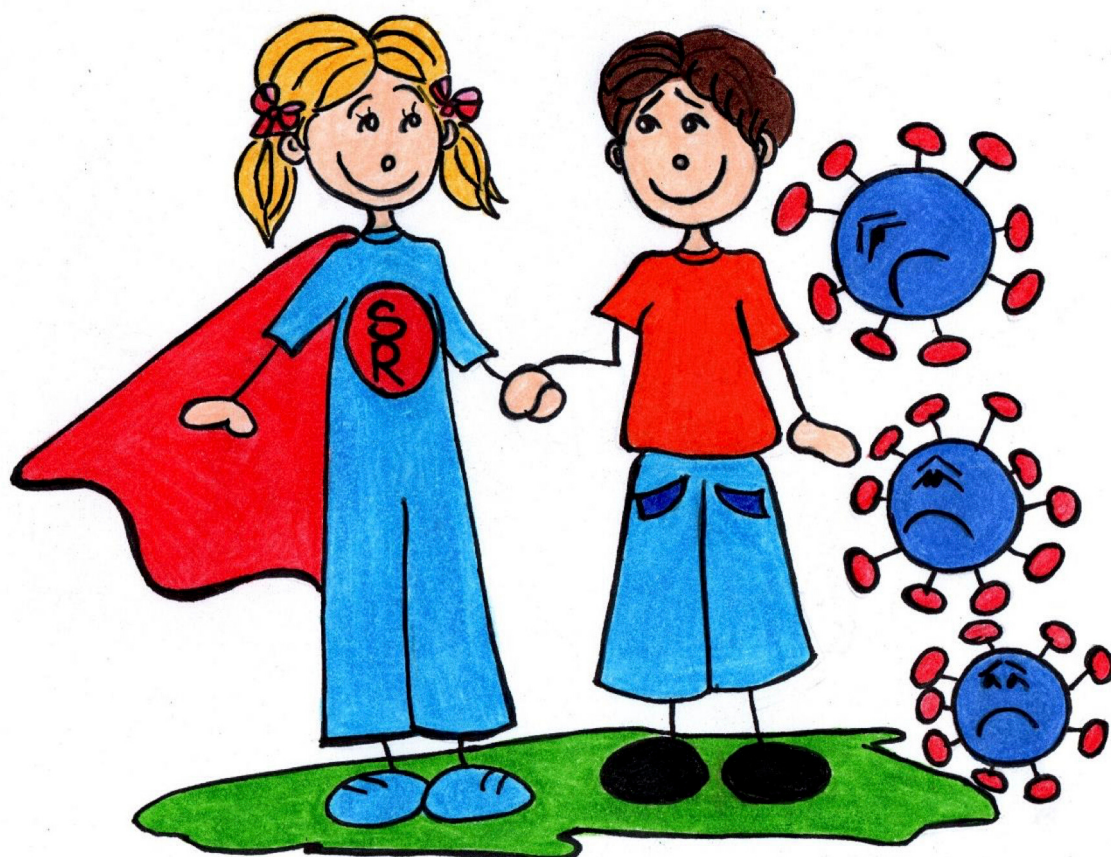


Super Resilienza dice ad Arturo di non preoccuparsi perché lei è lì per aiutarlo a superare questo momento difficile.

Super Resilienza tranquillizza Arturo e gli spiega che potrà avere tante emozioni diverse: la rabbia, la tristezza e anche la paura.

Super Resilienza spiega ad Arturo che le nostre emozioni servono tutte.

Sono tutte utili.

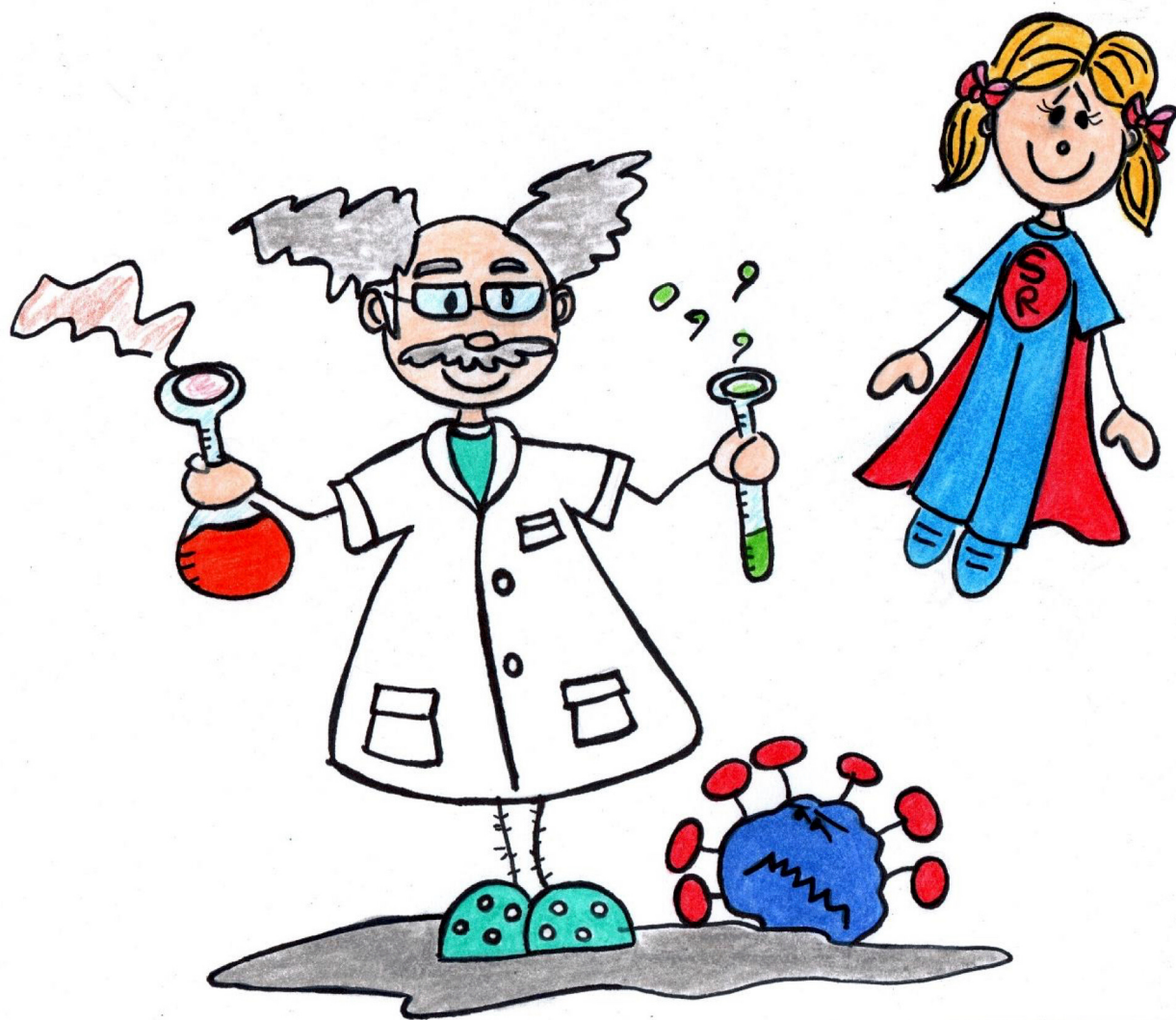


Arturo dice a Super Resilienza di avere Paura.

Allora Super Resilienza mostra ad Arturo che la paura serve a proteggersi.

Che ci aiuta a fare delle cose per non prendere il Corona Virus.

Per esempio, possiamo proteggerci stando a Casa,
aspettando che i medici trovino la cura!



Medici e scienziati stanno facendo un ottimo lavoro e
sono tutti molto impegnati.

Tante persone lavorano per noi.

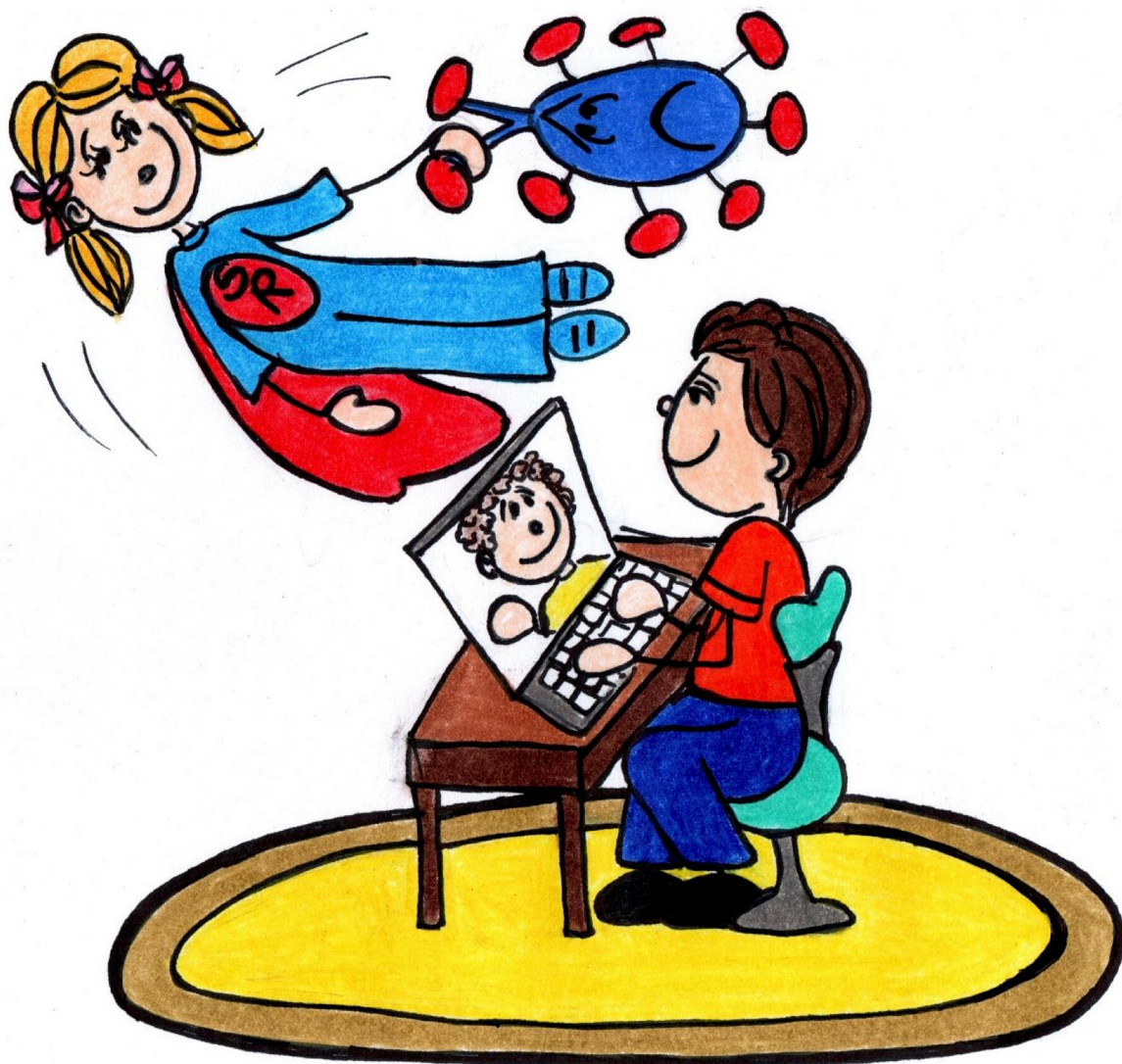
Super Resilienza dice ad Arturo che è importante farsi aiutare dalla mamma, dal papà, dagli adulti.



Può esprimere le sue emozioni a parole, oppure disegnando.

Esprimere i nostri sentimenti ci aiuta molto, ci fa stare molto meglio.

Si può approfittare della quarantena per fare cose che di solito non si fanno:

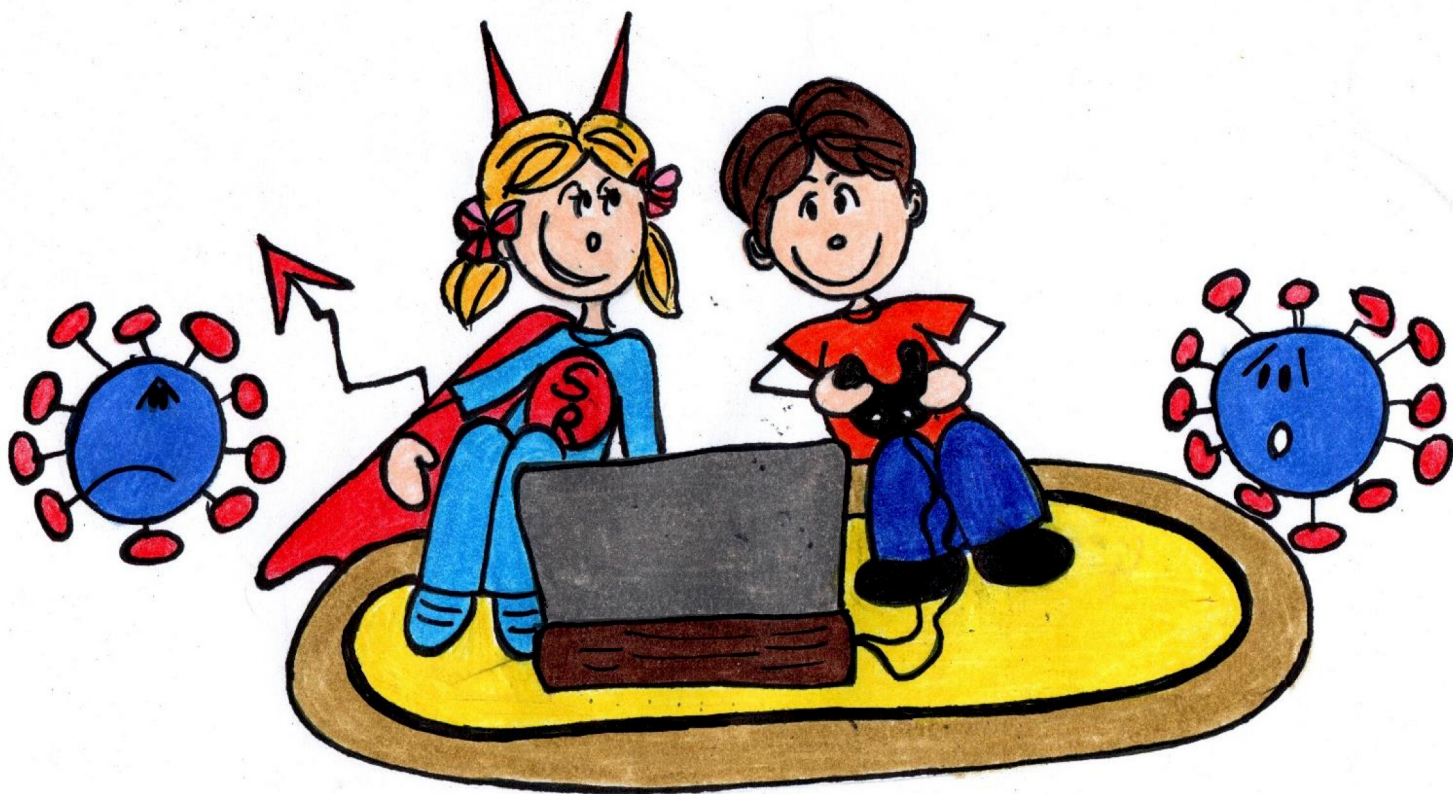


...una merenda in videochiamata

...un pic-nic in salotto

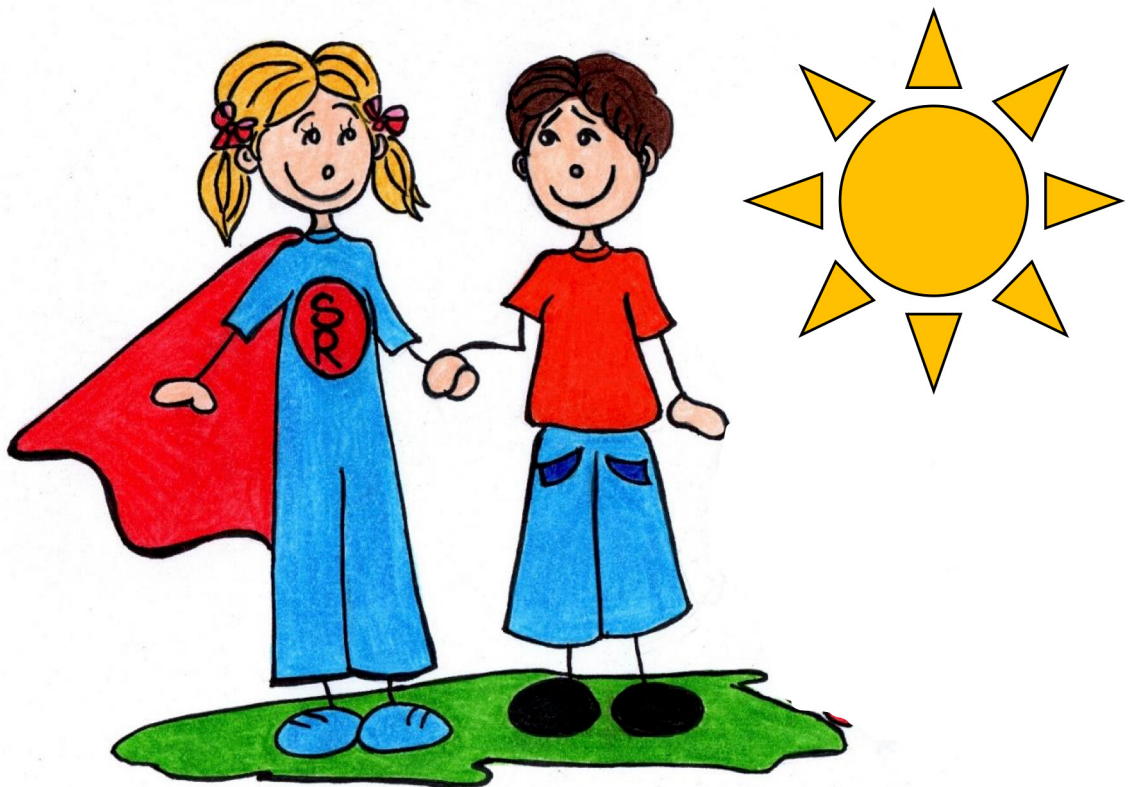
...o magari passare un po' di tempo in più con mamma e papà

Nelle situazioni difficili ci si può anche concedere qualcosa che di solito non si fa!



Per far aumentare un poco la felicità potremmo giocare un po' di più ad un gioco che di solito non possiamo fare spesso.

Super Resilienza spiega ad Arturo di pensare alla quarantena come ad un momento difficile ma che passerà!



Tutte le cose brutte passano prima o poi e se riusciamo a prendere le cose buone, questa esperienza ci servirà tantissimo.

Ci servirà a capire quanto è bello e importante avere i nostri amici, la famiglia e anche andare a scuola perché ci fa stare assieme ai nostri compagni.

Alla fine Super Resilienza chiede ad Arturo di chiudere gli occhi e di pensare ad una cosa che vorrebbe fare quando la quarantena sarà finita.



Arturo così sogna un prato verde e un bel sole, sogna la sua famiglia, i suoi fratelli e gli amici e di mangiare un bel gelato ... e sorride.

Allora Super Resilienza dice ad Arturo che ogni volta che si sentirà impaurito, potrà chiudere gli occhi e pensare a quel prato verde e alla parola **PASSERA'** !

ARTURO E LA MISSIONE PER SALVARE IL MONDO



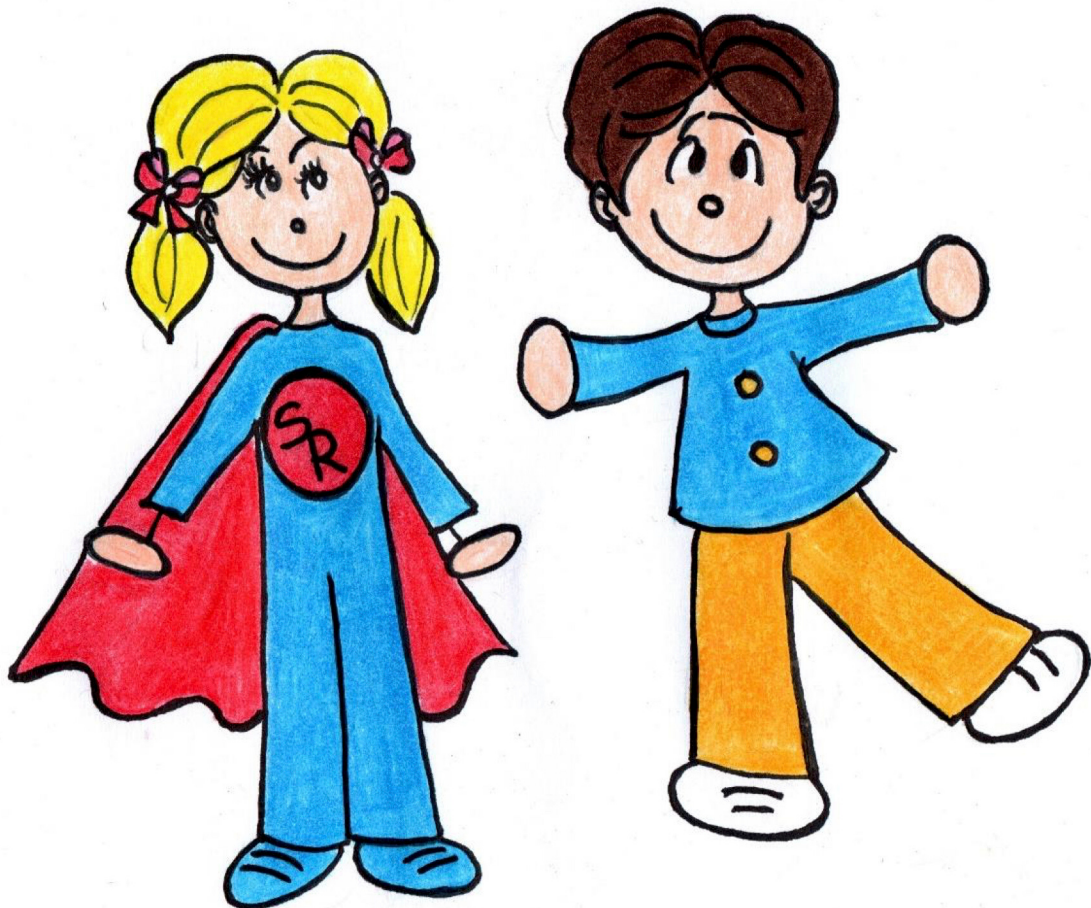
A cura di

Elisabetta Graziano

Psicologa Psicoterapeuta

Gdl Psicologia Clinica Psicosomatica e Psicologia della Salute - Ordine
degli Psicologi della Liguria

Viene finalmente il giorno in cui si può di nuovo uscire.
I contagi sono diminuiti.



Arturo è molto contento e vuole subito uscire di casa
e rivedere i suoi amici.....si prepara subito per
uscire...a quel punto

Super Resilienza riappare ad Arturo.

Super Resilienza dice: “Aspetta Arturo, prima di uscire
ti devo parlare”.

E' vero, ora si può uscire, ma il virus c'è ancora.

Non è ancora sconfitto!!!!!!.

Arturo ora tu hai una missione importantissima : salvare il mondo e sconfiggere coronavirus”.

Così Superesilenza nomina Arturo supereroe, gli regala un mantello e la divisa



Super Resilienza chiama in aiuto di Arturo due nuovi super eroi per creare una squadra imbattibile.



Super Schiuma e Super Mascherina aiuteranno Arturo a sconfiggere il Corona Virus, grazie ai loro super poteri.

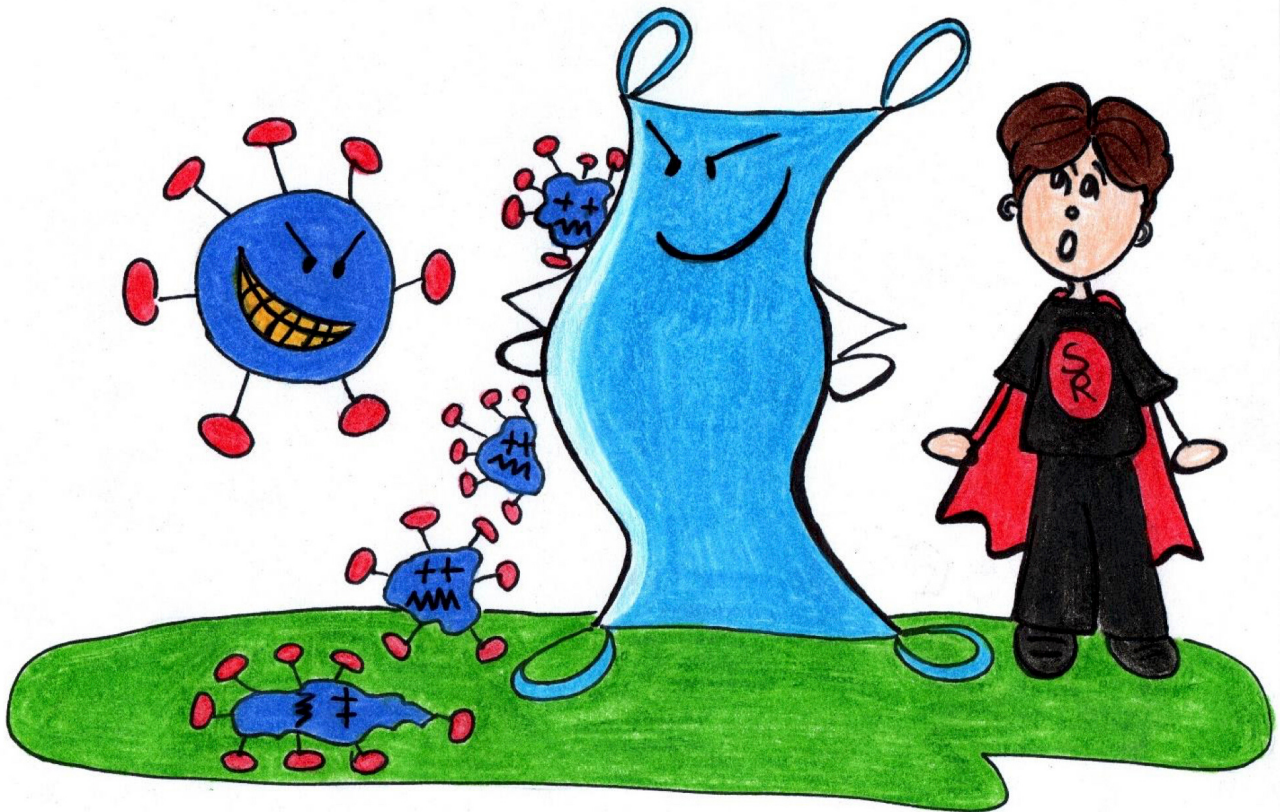
Super Schiuma annienta il virus



Come?

Dobbiamo sempre usare il sapone e lavarci bene le mani con attenzione e contando fino a 20.

Super Mascherina spaventa il virus



Tiene lontano il virus, che così non si può trasmettere da una persona all'altra e cade a terra morto.

Arturo è molto contento di uscire con i nuovi Super Eroi al suo fianco.



Però ad un tratto diventa un poco triste e chiede a Super Resilienza: “Ma io sono anche un bambino, ho voglia di giocare, cosa posso fare?”

Super Resilienza lo rassicura: “Ma certo Arturo, puoi fare alcune cose:

Puoi andare in bicicletta...

portare fuori il cane portando sempre con te la mascherina....

Puoi andare al parco....



Puoi Giocare a palla, andare con lo skate” e tutte le attività all’aria aperta, sempre con la mascherina!!!!

Puoi parlare e ritrovare i tuoi amici ma sempre mantenendo la distanza di sicurezza.



Questo è forse il compito più difficile, ma se manteniamo la distanza il virus non si attacca da una persona all'altra. Cade a terra e muore.

Arturo è convinto e dice a Super Resilienza:

“Il Virus sarà sconfitto .. definitivamente”



Torneremo tutti a stare vicini vicini

