The Tavistock and Portman NHS
NHS Foundation Trust

GUARDAMI GIOCARE!



Manuale per Genitori

Tavistock Clinic Foundation
Understanding the Life of the Mind

AIPPI

Anna Freud
National Centre for Children and Families

Ringraziamenti

Grazie alle molte famiglie, famiglie affidatarie e ai loro bambini, assistenti sociali, professionisti e operatori sanitari e manager che hanno dato supporto ed idee al progetto Guardami Giocare! e il loro feedback sul manuale.

Questa versione del manuale è stata prodotta in collaborazione con Andrea Katz (Course lead, ITSIEY) basata su Watch Me Play! Manual, Parts 1 and 2 (Wakelyn, J. (2019)

La versione del manuale in italiano è stata tradotta e curata dall'Associazione Italiana di Psicoterapia Psicoanalitica dell'Infanzia, dell'Adolescenza e della Famiglia, AIPPI, Milano.

WATCH ME PLAY! è finanziato dalla Tavistock Clinic Foundation.

Tavistock Clinic Foundation
Understanding the Life of the Mind

AIPPI

Anna Freud
National Centre for
Children and Families

Disegni di copertina di Rashawn Fergus, di 5 anni.

www.tavistockandportman.nhs.uk/watch-me-play

https://milano.aippiweb.it/centro-clinico/guardami-giocare-watch-me-play

www.annafreud.org/training/itsiey/news

Per citare la versione originale di questo manuale: Wakelyn, J. & Katz, A. (2020) *Watch Me Play Manual for Parents, Version 2*; Tavistock and Portman NHS Foundation Trust, Gateway number: PUB20_64

Questo manuale può essere memorizzato, riprodotto e condiviso da genitori e professionisti.

Per discutere l'adattamento di questo manuale per il vostro servizio, si prega di contattare: jwakelyn@tavi-port.nhs.uk

© Tavistock and Portman NHS Foundation Trust Produced: June 2020, Gateway number: PUB20_64

Contenuti

Che cos'è Guardami Giocare!.....3

Come attuare Guardami Giocare!.....4

1 Preparazione 7

2 Gioco guidato dal bebè e dal bambino.....9

3 Guardare il tuo bambino giocare 13

4 Parlare con il bambino del suo gioco…….....15

5 Parlare con un altro adulto del gioco del bambino.....17

Guardami Giovare! Set di giochi e materiali 19

Guardami Giovare! Diario 20

Perché giocare è importante.....23

Le tue note…...…….24

Che cos'è Guardami Giocare!

Guardami Giocare! è un modo semplice per te, come genitore o come caregiver, per aiutare il tuo bebè o il tuo bambino. Essere in sintonia, rilassati e giocosi insieme aiuta i neonati e i bambini a crescere sani e sicuri. Fa bene anche ai genitori e a chi si prende cura dei bambini: giocare insieme significa crescere insieme!

Guardami Giocare! può aiutare l'assertività e la comunicazione del vostro bambino. Man mano che le sue capacità di gioco si sviluppano, potrete conoscere meglio il vostro bambino. Potete imparare meglio gli interessi e le esperienze di vostro figlio ed anche eventualmente le preoccupazioni che potrebbe avere.

In caso di stress o preoccupazioni in famiglia, alcuni neonati e bambini piccoli possono avere bisogno di un aiuto supplementare per potersi esprimere. Il vostro bambino o la vostra bambina beneficeranno probabilmente di momenti costanti e regolari di gioco sotto la vostra totale attenzione. Avere fiducia nel fatto che gli adulti accettino i loro sentimenti e siano interessati ai loro pensieri aiuta i bambini di tutte le età a sentirsi tranquilli e sicuri.

Fare Guardami Giocare! ogni giorno per 10-20 minuti è utile per alcuni bambini; per altri può essere sufficiente ogni due giorni o due volte a settimana. Alcuni bambini trovano difficile essere concentrati su un'attività. Il vostro bambino può essere più capace ed in grado di giocare nel momento in cui si trova in uno spazio tranquillo con la vostra completa attenzione. I giocattoli semplici permettono al bambino di usare la sua immaginazione o di raccontare storie.

Un genitore commenta:
"Mio figlio è più calmo e mi sento più sicuro".

Come attuare Guardami Giocare! Visualizzazione rapida

1 Preparazione

Trovate un momento in cui potete dare al vostro bebè o al vostro bambino la vostra completa attenzione per un massimo di 20 minuti in uno spazio tranquillo, con alcuni giocattoli e materiali adatti alla sua età. In alcune famiglie il tempo può essere pianificato in anticipo, per altre invece è più facile prendersi un po' di tempo, quando possibile, durante il giorno. Anche cinque o dieci minuti sono preziosi.

2 Gioco guidato dal bebè e dal bambino

Il vostro bambino prenderà l'iniziativa, mentre voi lo lasciate giocare liberamente, scegliendo ciò che vuole fare. Con il vostro bebè, ad esempio, potete fare da specchio alle sue espressioni facciali o ai suoi movimenti, oppure potete fare l'eco ai suoni da lui vocalizzati, oppure introdurre una nuova variante di tale vocalizzazione. Osservate il vostro bebè per vedere come reagisce.

3 Guardare il vostro bambino giocare

Durante il tempo di Guardami Giocare!, date al vostro bebè o al vostro bambino la vostra piena attenzione.

4 Parlare con il bambino del suo gioco

Parlate con il vostro bambino con parole semplici di quello che vedete che lui fa. Anche un bebè, sentendo i suoi genitori parlare di quello che sta facendo, può sentirsi rassicurato per il fatto che siete con lui e che condividete i suoi interessi.

5 Parlare con un altro adulto del gioco del bambino

Parlare con un altro adulto può aiutarvi ad apprezzare di più il tempo in cui giocate con il vostro bambino. Può trattarsi di un membro della famiglia, di un educatore, di un assistente sociale o di un altro professionista coinvolto nella cura del bambino. Potete parlare di quello che avete visto fare al vostro bebè o al vostro bambino: a volte la stessa cosa più e più volte, a volte qualcosa di nuovo. È utile anche parlare di come ci si sente a stare con il proprio bambino mentre gioca. Se guardare il vostro bambino giocare vi sembra difficile, come può accadere, parlare con un altro adulto interessato può essere particolarmente importante.

Per ulteriori informazioni su ciascuno di questi punti, consultate le sezioni seguenti.

Punti chiave

- Il gioco guidato dal bebè o dal bambino promuove lo sviluppo e l'apprendimento
- Mostrare che sei interessato aiuta il tuo bebè o il tuo bambino a concentrarsi
- Osservare attentamente ti aiuta a tenere in mente cosa dice e fa il tuo bambino
- Gli adulti, che pensano insieme a ciò che potrebbe essere nella mente di un bambino, lo aiutano a sentirsi capito

Domande frequenti

Posso fare Guardami Giocare! con mio nipote, al nido o alla scuola materna o come baby sitter?

Sì! Ogni adulto che sta regolarmente con il bambino può aiutarlo a crescere utilizzando con lui Guardami Giocare!

Quanti anni deve avere mio figlio per fare Guardarmi Giocare! con me?

Guardami Giocare! può essere utilizzato dalle prime settimane di vita del bambino fino all'età di cinque, o sei, o sette anni a seconda del tipo di gioco che preferisce.

Copiare un adulto, muovendo le sopracciglia o la lingua, è un gioco che può piacere anche ai bebè molto piccoli. Quando il tuo bebè distoglie lo sguardo o la sua faccia diviene inespressiva, potrebbe aver bisogno di una pausa prima di essere pronto per il successivo scambio interattivo.

Giocare con parole in rima e cantare canzoni favorisce l'inizio dell'apprendimento del linguaggio.

Giocare con bambole e piccoli animali consente ai bambini di esprimere sentimenti e sperimentare nuove idee. I giochi di ruolo sviluppano l'immaginazione, le competenze linguistiche e aiutano quelle sociali come ad esempio il rispetto dei turni.

I bambini di qualsiasi età possono anche guardare un libro con te, mentre tu segui l'interesse ed il ritmo del tuo bambino nel guardare il libro.

Se il tuo bambino è più grande, può anche scegliere di disegnare, dipingere, creare cose con te durante il suo tempo di Guardami Giocare!

E' possibile utilizzare Guardami Giocare! con i miei due figli insieme?

Molti bambini hanno difficoltà a condividere l'attenzione! L'attenzione individuale aiuta il bambino a concentrarsi e a comunicare. Per le famiglie con due o più figli, è meglio trovare anche solo un breve momento individuale per ciascun bambino, anche se è meno di 20 minuti, mentre gli altri bambini stanno facendo qualcos'altro. Avere tutta la tua attenzione, anche per questo breve periodo, può aiutare ciascun bambino a calmarsi in altre occasioni. I fratelli o le sorelle sono più in grado di tollerare questo "momento speciale", quando sanno che sarà presto il loro turno.

1 Preparazione

Stabilisci un orario regolare in cui puoi dare al tuo bambino la tua completa attenzione per un massimo di 20 minuti. Trova un posto a casa dove poter spegnere televisori, computer e telefoni.

Metti via i giocattoli elettronici e a batteria durante il tempo di Guardami Giocare! Prepara una piccola selezione di giocattoli semplici e adatti all'età, libri e materiale da disegno.

Siediti sul pavimento, o vicino al pavimento, e comunica al tuo bambino per quanto tempo lo guarderai giocare. Questo rassicura il tuo bambino che non te ne andrai.

Prefissati come obiettivo una fine graduale per il tempo di Guardami Giocare!: dai al bambino il tempo di prepararsi. Mostra al tuo bebè o al tuo bambino come tieni i vostri giocattoli, in un cestino o in una scatola speciale, pronti per il prossimo Guardami Giocare! Aiuta il tuo bambino più grande a finire di giocare dicendogli quando farete di nuovo Guardami Giocare!

- Cantate una canzone insieme per aiutare il bambino a passare ad una nuova attività.
- Parla di cosa farai dopo, mentre riponi i giocattoli.
- Metti i disegni e i dipinti di tuo figlio in una cartella o in un cassetto speciale.



Domande frequenti

Vedo il mio bambino giocare sempre, perché dovrei fare con lui Guardami Giocare?

Guardare il gioco di tuo figlio e giocare con lui è utile per il bambino, ma utilizzare Guardami Giocare! è qualcosa in più e di diverso che fai con lui per un periodo limitato di 20 minuti. Mentre guardi tuo figlio giocare, stai anche:

- ✓ **parlando** con il tuo bambino di ciò che sceglie di fare
- ✓ **non stai dicendo** al bambino come giocare o cosa fare
- ✓ **aspettando** di essere invitata a partecipare al suo gioco
- ✓ **stai osservando e notando** come ti senti a stare con il tuo bambino mentre state giocando.

2 Gioco guidato dal bambino

Uno degli obiettivo di Guardami Giocare! è quello di far giocare liberamente il tuo bambino, lasciandogli fare le proprie scelte, mentre gli parli di ciò che stai osservando mentre gioca. Lascia al tuo bambino le decisioni e le scelte durante Guardami Giocare!

Cerca di non intrometterti, a meno che il tuo bambino non te lo chieda! Se tuo figlio ti chiede di partecipare, prova a seguire le sue iniziative piuttosto che proporre le tue idee.

Con un bebè si tratta di **notare** e **seguire** i suoi segnali. Trascorri un po' di tempo in attesa di vedere dove vanno gli occhi del tuo bebè. Questo può darti un'idea di ciò con cui il tuo bebè è interessato a giocare. Potrebbe guardarti per invitarti a partecipare.

Puoi imitare le sue espressioni o i suoni e aggiungerne tu alcuni, come se steste parlando. Osserva il tuo bebè attentamente per vedere come reagisce. Un bebè potrebbe distogliere lo sguardo o iniziare a piangere se ha bisogno di una pausa dal gioco o se è stanco o affamato.

I commenti di un genitore:

"*Sto imparando a capire quando il mio bebè è pronto a giocare e quando ha bisogno di una pausa o di una coccola*"

"Il mio bambino è più concentrato e gioca più a lungo quando lo guardo giocare"

Aiuta il tuo bambino a concentrarsi mettendo a disposizione un piccolo numero di giocattoli e materiali da disegno, scelti a seconda della sua età e dei suoi interessi. Per bambini più grandi puoi anche mettere a disposizione materiale per disegnare o per modellare, tipo didò o plastilina.

Lascia che il tuo bambino decida e scelga con che cosa giocare. Consenti a tuo figlio di esplorare qualsiasi e tutti i giochi che hai preparato, lascia che li usi in qualsiasi modo gli piaccia, purché li usi in modo sicuro e nessuno si possa far male. Se il bambino lancia giocattoli, rimuovili con calma e sostituiscili con giocattoli morbidi.

- ✓ Presta la massima attenzione a tutto ciò che il tuo bambino sceglie di fare. Anche nascondere i giocattoli o metterli in posti particolari può essere per il tuo bambino un modo di giocare!
- ✓ Mostra il tuo interesse sorridendo e parlando con il tuo bambino di ciò che sta facendo.
- ✓ Aspetta a mettere in ordine i giochi fino al termine del tempo di Guardami Giocare!

Cosa non fare durante Guardami Giocare!

- ✘ Cerca di non mettere fretta al tuo bambino: lasciagli tutto il tempo di guardarvi o di guardarsi intorno. Lascia che si prenda una pausa ogni tanto.
- ✘ Cerca di non insegnare al tuo bambino (Questo è rosso, questo è blu)
- ✘ Cerca di non correggere il tuo bambino (Non è così che si costruisce una casa)
- ✘ Cerca di non dirigere il tuo bambino (Fallo in questo modo)
- ✘ Cerca di non riordinare durante il tempo di Guardami Giocare!

Domande frequenti

Perché il gioco guidato dai bambini è importante per lo sviluppo?

Il gioco guidato dai bambini aiuta i genitori a sintonizzarsi con loro ad ogni stadio del suo sviluppo. Aiutando il vostro bambino a giocare liberamente, date spazio alla sua immaginazione e alle sue capacità per imparare a crescere.

Fin dalla nascita il vostro bebè può iniziare ad avere con voi delle "conversazioni" giocose che vi aiutano a conoscervi e a divertirvi insieme. Quando rispondi alle sue espressioni facciali o fai l'eco ai suoi suoni, il tuo bebè sa che lo guardi e che sei interessato a lui.

I bambini devono sviluppare molte capacità per essere pronti per la scuola. Aspettare il proprio turno, prevedere cosa avverrà dopo, fare qualcosa insieme sono aspetti importanti per l'apprendimento e le relazioni future. Il gioco esplorativo, fare caos e provare diversi modi di usare i giocattoli e i materiali aiutano il bambino a sviluppare fiducia e coordinazione.

I giochi in cui il tuo bambino racconta una storia promuovono la creatività, il linguaggio e la risoluzione dei problemi. Anche i bambini molto piccoli gestiscono i sentimenti difficili attraverso questo tipo di gioco. Ad esempio, un bambino che ha perso da poco un animale domestico potrebbe "perdere" ripetutamente le cose nel gioco, o farle "sparire". Se c'è stata una malattia in famiglia, un bambino potrebbe giocare a un gioco in cui i medici fanno stare meglio qualcuno.

A volte i bambini hanno bisogno di ripetere queste storie più e più volte. Dare tutta la tua attenzione aiuterà il vostro bambino. Non c'è bisogno di parlare di eventi reali. Basta descrivere ciò che accade nel gioco - per esempio: "Il cane sta giocando ora". Non è più malato" - può aiutare il bambino a sentirsi capito.

Il commento di un genitore:

“*Il non intervenire può portare il bambino a raccontarti una storia durante il suo gioco*”

Se lascio il mio bambino scegliere cosa fare, farà la stessa cosa per ore. Non è meglio indirizzarlo verso qualcosa di nuovo per favorire il suo sviluppo?

Il gioco dei bambini spesso assume sempre la stessa forma più e più volte, a volte con una leggera variazione, a volte si ripete esattamente nello stesso modo. La ripetizione può essere una parte importante dell'apprendimento di un bambino piccolo su ciò che può fare e su come funzionano le cose.

Durante Guardami Giocare! è bene per il tuo bambino vedere che sei interessata e che puoi osservare o coinvolgerti, con qualsiasi cosa gli interessi, piuttosto che indirizzarlo verso qualcosa di nuovo. Risposte consistenti e piene di affetto da parte degli adulti aiutano a sentirsi sicuri e protetti. Nel tempo potresti iniziare a vedere alcune piccole modifiche che aumenteranno la tua comprensione degli interessi del tuo bambino.

Il mio bambino non gioca davvero, lancia solo i giocattoli. Non devo insegnargli a comportarsi diversamente?

Uno degli obiettivi di Guardami Giocare! è aiutare il tuo bambino a giocare. Il tuo bambino potrebbe aver bisogno di un po' di tempo per ambientarsi nella routine di Guardami Giocare! Alcuni bambini mostrano cambiamenti positivi nel loro gioco e nel loro comportamento una volta abituati ad avere la piena attenzione di chi si prende cura di loro per un tempo regolare.

Per cominciare, prova ad offrire a tuo figlio un tempo più breve per Guardami Giocare! e vedere se noti dei cambiamenti, anche piccoli, nel tempo. Sostituisci i giocattoli che potrebbero ferire qualcuno con giocattoli più morbidi. Assicurati di dare al tuo bambino molta preparazione per la fine del tempo di Guardami Giocare!

Il gioco della mia bambina può essere molto turbolento, a volte un po' aggressivo. Ogni tanto lancia le sue bambole sul pavimento e si scatena su di esse. Dovrei fermarla?

Anche i bebè possono sentirsi arrabbiati e tirare i giocattoli! Finché nessuno si fa male, la cosa migliore è provare ad accettare ciò che la tua bambina fa mentre sta giocando, mostrando interesse e descrivendo semplicemente cosa succede nel suo gioco. Potrebbe ripetere questo gioco molte volte e potresti dover aspettare molto tempo prima che qualcosa di diverso inizi a succedere nella suo gioco.

Può essere difficile guardare un gioco molto ripetitivo o aggressivo. Se hai delle preoccupazioni, o il gioco della tua bambino diviene difficile da poter osservare e non ci sono cambiamenti, sarebbe particolarmente utile parlare del gioco della tua bambina con un altro adulto che la conosce - un membro della famiglia o un professionista.

3 Guardare il tuo bambino giocare

I bambini piccoli hanno bisogno di attenzione per essere aiutati a crescere e a svilupparsi proprio come le piante hanno bisogno del sole.



Ricevere la tua piena attenzione, anche per un breve periodo, aiuta il tuo bambino a sentirsi a proprio agio e ad essere più in grado di organizzarsi e giocare anche quando non ci sei. Questo può aiutarlo ad aumentare la sua capacità di attenzione.

Anche se il tempo di Guardami Giocare! è breve, è importante avere tutti gli schermi e i telefoni spenti. E' davvero di aiuto spegnere tutti gli strumenti elettronici. Una pausa dagli schermi e dalla televisione può aiutare i bambini a concentrarsi sul loro gioco e a interagire con voi. In un ambiente tranquillo il bambino può esprimere le proprie idee attraverso il gioco.

Un ambiente tranquillo aiuta anche te a notare e a ricordare cosa succede durante il gioco del tuo bambino. Presta attenzione anche a te stessa: nota come ti senti quando il bambino gioca (calma, felice, arrabbiata, ansiosa, curiosa…). Questo può aiutarti a capire qualcosa su quello che il tuo bambino sta esprimendo attraverso il gioco.

Commenti di un caregiver:

'*È meglio uno spazio tranquillo con la TV spenta: apprezzi di più il tempo ed entrambi siete più concentrati e più coinvolti*.'

Domande frequenti

Il mio bebè non mi lascia metterlo giù - vuole la mia attenzione sempre! Mia figlia fa fatica a separarsi fisicamente da me - Facendo Guardami Giocare! non potrebbe solo peggiorare?

La tua bambina potrebbe continuare a far fatica a separarsi fisicamente da te per un po', ma dopo che si è instaurata una routine regolare di Guardami Giocare! molti bambini diventano più capaci di giocare da soli. L'attenzione focalizzata di un adulto aiuta i bambini a giocare più a lungo e a trovare nuovi modi di giocare. Può essere di grande aiuto per il vostro bambino spiegargli chiaramente per quanto tempo avete intenzione di fare Guardami Giocare!, aiutandolo a prepararsi per la fine e dicendogli quando farete di nuovo Guardami Giocare!

Se il vostro bambino continua ad avere queste difficoltà, o non sembra in grado di giocare, potreste trovare utile discuterne con il vostro pediatra, con un educatore del nido o della scuola materna.

Il mio bambino gioca felicemente da solo. Ci sono conseguenze se rispondo ad un messaggio o una e-mail sul mio telefono durante Guardami Giocare?

Sì, ci sono conseguenze. Guardami Giocare! si fa per un tempo limitato - suggeriamo fino a 20 minuti. Avere la tua piena attenzione per quel lasso di tempo può essere altamente rassicurante per il tuo bambino e lo può aiutare ad essere più concentrato. Non rispondendo al telefono o all'email durante questo tempo, stai anche dimostrando qualcosa di importante al tuo bambino, che puoi aspettare!

A me e al mio bambino piace guardare insieme i cartoni animati. Possiamo fare Guardami Giocare! con la TV accesa?

Guardare insieme i programmi TV preferiti può essere un bel momento di condivisione per voi, ma la televisione di sottofondo crea molte distrazioni per i bambini. È importante per lo sviluppo di tutti i bambini avere parecchio tempo con la televisione spenta.

4 Parlare con il tuo bambino del suo gioco

Quando parli con il tuo bambino del suo gioco, lo stai aiutando a dare un senso al mondo. Stai dimostrando che le sue idee sono importanti e interessanti. Stai anche dando al tuo bambino un aiuto in più nello sviluppo delle sue competenze linguistiche. Lascia dei silenzi per dare al tuo bambino il tempo di pensare!

Modi utili per stare con il vostro bebè mentre gioca:

- ✓ **Espressioni facciali**: rispondendo ai sorrisi del vostro bebè sorridendo o mostrando piacere o sorpresa.
- ✓ **Fare conversazioni**: rispondendo alle vocalizzazioni del vostro bebè con vocalizzazioni simili, o parlando: "Mi stai dicendo così tanto!”
- ✓ **Mostrare interesse**: guardando ciò che il vostro bebè guarda e parlandone: "Stai guardando i colori brillanti".
- ✓ **Descrivere o commentare ciò che fa il vostro bebè**: "Ti sei capovolto!"; "Stai tenendo il sonaglio".
- ✓ **Parlare di ciò che il bebè potrebbe provare**: "Ti stai divertendo"; "Adesso sembri un po' stanco".
- ✓ **Chiedersi**: "Stai cercando di raggiungere il mio dito?"; "Stai guardando fuori?”

Modi utili per parlare con il tuo bambino del suo gioco:

- ✓ **Mostrare interesse**: “Oh! Hai scelto quello giallo ora! ”
- ✓ **Commentare**: “Tutti gli animali piccoli sono sdraiati e ora la tigre si sta avvicinando..”
- ✓ **Descrivere**: “Ora ti stai guardando in giro e stai pensando a cosa fare dopo....”
- ✓ **Apprezzare**: “Bel tentativo! È stato difficile costruirlo, ma hai continuato a provare!”

Domande frequenti

Mi sento un pò ridicola quando parlo con il mio bambino di quello che sta facendo nel suo gioco. Non sembra naturale. Se guardassi ma restassi in silenzio?

Questo aspetto di Guardami Giocare! può sembrare un po' strano all'inizio. Ma sentirvi parlare di quello che sta facendo è molto utile per lo sviluppo di un senso di sicurezza interna del vostro bambino e per lo sviluppo del suo linguaggio. Molti caregivers scoprono di potersi abituare piuttosto velocemente e che il loro bebè o bambino risponde a questo tipo di comunicazione producendo più vocalizzazioni o parole.

Non sentirti obbligato a dover parlare in continuazione! Lascia degli spazi di silenzio, così che tu ed il tuo bambino possiate abituarvi a stare insieme in modo tranquillo, mentre lui sta giocando.

5 Parlare con un altro adulto del gioco del bambino

Ci sono due modalità di parlare di Guardami Giocare!:

- ✓ Parlare con tuo figlio del suo gioco
- ✓ Parlare con un altro adulto - un familiare, un amico o un professionista – interessato a cosa vedi quando guardi il tuo bambino giocare, e a cosa provi quando stai giocando con lui.

Parlare con un altro adulto interessato è particolarmente importante se ti risulta difficile guardare il tuo bambino giocare. A volte il gioco dei bambini è divertente e interessante da guardare, ma può anche essere ripetitivo, e potrebbe risultare difficile da osservare. Parlare del tuo bambino con un altro adulto può aiutarti a notare e a goderti di più altri aspetti di lui.

Per alcuni bambini essere in grado di giocare liberamente può agevolare l'espressione dei propri sentimenti. Se c'è qualcosa che sembra aggressivo o confuso nel gioco del tuo bambino, prova a concentrarti sul notare cosa succede nel gioco. Osserva se cambia nel tempo. Se sei preoccupato, potrebbe essere utile riflettere del suo gioco con un familiare o con un professionista che è coinvolto con il tuo bambino.

Domande frequenti

Con chi potrei parlare in caso di dubbi sul gioco del mio bambino?

Se sei preoccupato per il gioco di tuo figlio o per il suo sviluppo, parla con un membro della famiglia, un pediatra o un professionista che conosca il tuo bambino, come il pediatra, un'educatrice del nido o della scuola materna, un' assistente sociale, o un logopedista.

Parlare con un altro adulto interessato di ciò che può albergare nella mente del vostro bambino può aiutarvi a mantenere la calma e a riflettere su di lui. Questo aiuterà il vostro bambino a sentirsi contenuto e a confidare nel fatto che possa mostrarvi qualsiasi sentimento lui prova. Quello che avete notato sul gioco del vostro bambino aiuterà anche i professionisti a darvi consigli sui passi successivi, in caso siate preoccupati. Questa discussione può anche essere d'aiuto per indicare un eventuale sostegno supplementare di cui il vostro bambino potrebbe beneficiare.

Quale risultato vedrò se farò Guardami Giocare! regolarmente - e quanto tempo ci vorrà per vedere dei cambiamenti?

Molti genitori e operatori ci dicono che notano alcuni cambiamenti dopo 2-3 settimane di Guardami Giocare!

Con un bebè un tempo speciale in cui concentrarsi sul suo gioco e sul piacere di stare insieme può aiutarvi a sentirvi più connessi a lui. Guardami Giocare! può aiutare genitori e bambini a conoscersi meglio e a creare un legame.

Guardami Giocare! è un processo a due vie: Potrebbero esserci miglioramenti nella concentrazione, nel comportamento e nel linguaggio del tuo bambino - e potresti scoprire che ti piace stare con lui anche in un altro modo. Il tuo bambino potrebbe essere più calmo e col tempo potrebbe diventare più in grado di condividere il proprio gioco e di giocare da solo. Tu potresti sentirti più sicuro nel saper cogliere i segnali di tuo figlio. Potreste sentire che entrambi vi state abituando a condividere un momento tranquillo durante il giorno.

Per alcuni bambini potrebbe essere necessario più tempo per cogliere eventuali cambiamenti, oppure potresti non vedere alcun cambiamento. In questo caso potrebbe essere particolarmente utile parlare con un familiare o un professionista delle tue osservazioni sul gioco del tuo bambino.

Guardami Giocare! Set di giochi e materiali

Le prime esperienze di meraviglia e di piacere di un bebè sono spesso quelle di vedere il volto dei genitori, di allungarsi per toccarlo e di scambiarsi sguardi e vocalizzazioni. I giocattoli arrivano un po' più tardi. Il bebè può divertirsi a guardare i libri illustrati, a scoprire giocattoli che producono fruscii, suoni di sonagli o che squittiscono, a giocare con palline che rotolano, tazze che si impilano o giocattoli di forma diversa che possono essere inseriti negli appositi buchi di una scatola o di una tavola.

I bambini beneficiano di un po' di tempo durante il giorno senza attività su dispositivi a batteria o elettronici. Giocattoli semplici che agevolano i bambini ad esprimersi, a fare scelte e a usare la loro immaginazione permettono un gioco più creativo rispetto ai dispositivi a batteria o elettronici. I giocattoli con suoni elettronici, voci registrate o luci lampeggianti possono essere eccessivamente stimolanti per alcuni bambini e neonati.

Giocattoli e materiali per Guardami Giocare!

- Scatole, contenitori, cucchiai di legno
- Bambole, orsacchiotti, peluche
- Casa delle bambole e mobili, piccole bambole di legno
- Animali giocattolo della fattoria e selvaggi
- Trenini, piccoli veicoli di plastica
- Una coperta e un cuscino
- Plastilina o didò
- Telefono giocattolo e set da tè
- Carta neutra e colorata, pastelli, pennarelli e tempera

GUARDAMI GIOCARE! Diario

Data: .....

Questa settimana ho notato che il mio bebè o bambino si è interessato a:

Questa è una cosa che fa spesso:

Questa è una cosa che ha iniziato a fare:

Sembra che gli piaccia molto:

Quando facciamo Guardami Giocare! Mi piace:

- *Cercare di trattenermi e lasciare che lui prenda l'iniziativa*
- *Vedere cosa il mio bambino sceglie di fare*
- *Dargli la mia completa attenzione per 10-20 minuti*
- *Qualcos'altro*: ....

Facendo Guardami Giocare! - Ciò che trovo difficile è:

- *Cercare di trattenermi e lasciare che lui prenda l'iniziativa*
- *Vedere cosa il mio bambino sceglie di fare*
- *Dargli la mia completa attenzione per 10-20 minuti*
- *Qualcos'altro*: ....

PeRchè Giocare Conta

Chiunque può divertirsi giocando: neonati, bambini in crescita e adulti.

Divertirsi insieme è importante. Ma giocare non è solo divertente. Quando un bambino guarda il viso di un adulto o ascolta la sua voce, sta iniziando ad imparare.

Quando giochiamo impariamo a:

Esplorare

Mettere a fuoco

Concentrarci

Fare attenzione

Imitare qualcuno

Provare qualcosa di nuovo

Fare la stessa cosa centinaia di volte

Scoprire i propri sentimenti

Conoscere un'altra persona

Scoprire cosa possiamo fare

Alternarsi

Far finta

Aspettare

Immaginare

...Essere in sintonia, rilassati e giocosi insieme aiuta i bambini a crescere sani e sicuri. È un bene anche per genitori e le figure di riferimento: giocare insieme significa crescere insieme!

Età diverse - diversi tipi di gioco

Copiare un adulto muovendo le sopracciglia o la lingua è un gioco con cui possono divertirsi anche i bebè.

Giochi in cui ci si fa il solletico possono essere eccitanti per neonati che stanno crescendo; nota quando il tuo bambino distoglie lo sguardo o smette di ridere - potrebbe aver bisogno di una pausa prima di essere pronto per il prossimo scambio interattivo.

Il gioco del "*Cucù*" e "*Nascondino*" sono giochi che aiutano i bambini a gestire i sentimenti riguardo alle persone che vanno e vengono.

I bebè adorano svuotare borse e cassetti - trasformalo in un gioco "dentro"e "fuori" con cui divertirvi insieme.

Puoi incoraggiare il tuo bambino a essere curioso e a conoscere il mondo in modo sicuro, introducendo pochi giocattoli alla volta e notando le sue scoperte.

Avere un posto dedicato per giocare in modo disordinato o caotico con didò, sabbia, tempera o colla aiuta i bambini a sentirsi contenuti nel provare cose nuove.

L'ora del bagno è un grande momento per l'esplorazione e per i primi esperimenti.

Giocare con parole in rima e cantare canzoni aiuta i bambini con il loro linguaggio e con l'apprendimento.

Giocare con bambole e piccoli animali è un modo per i bambini di testare le loro idee e parlare di sentimenti.

7 Migliori Consigli per GUARDAMI GIOCARE!

1. Guarda il tuo bambino giocare: otterrai nuove idee da lui

2. Dedica un "tempo di gioco speciale" regolare con tuo figlio - lascia che il bambino conduca e attendi di essere invitato a partecipare

3. Prova semplici giocattoli che permettono al tuo bambino di usare la propria immaginazione

4. Fornisci uno spazio tranquillo per giocare senza TV o computer o smartphone

5. Aiuta il tuo bambino a passare ad una nuova attività, cantando una canzone insieme

6. Conserva i disegni e i dipinti del tuo bambino in un posto speciale o in una cartelletta

7. Se giocare insieme è difficile, parla con un altro adulto in famiglia, o con il tuo pediatra

LE TUE NOTE

Per saperne di più su Guardami Giocare!, sulle ricerche sullo sviluppo dei bambini e sugli esempi di casi, vedere: Guardami Giocare! Manuale per Genitori e Professionisti - Parte 2: Ulteriori informazioni.

https://milano.aippiweb.it/centro-clinico/guardami-giocare-watch-me-play



GUARDAMI GIOCARE!

Manuale per Genitori

Guardami Giocare! è un modo semplice per i genitori, o caregivers, per aiutare il proprio bebè o bambino.
Essere in sintonia, rilassati e giocosi insieme aiuta i neonati e i bambini a crescere sani e sicuri. Fa bene anche ai genitori e a chi si prende cura di loro: giocare insieme significa crescere insieme!

Quello che dicono i genitori e chi si prende cura di loro:

"Mio figlio è più calmo e mi sento più sicuro di me"

“Non ci sono molte istruzioni, ma c'è molto da guadagnare"

"Dà una consapevolezza del punto di vista del bambino"

"Posso andare a casa e farlo oggi stesso"

© Tavistock and Portman NHS Foundation Trust
Produced: May 2020, Gateway number: PUB20_64