

# SCUOLA A DISTANZA

GUIDA PRATICA PER GENITORI

Con il patrocinio di



COMUNE DI  
SCANDICCI

[WWW.PROMOPSI.IT](http://WWW.PROMOPSI.IT)





SCUOLA

UFFICIO

FREE  
ZONE

UFFICIO

## 1) DEFINIAMO I CONFINI

In questo momento gli ambiti di vita di ciascun membro della famiglia (scuola, lavoro, tempo libero...) devono necessariamente convivere. Affinché la casa continui a rimanere "dolce" come in passato siamo chiamati a **ridisegnarne i confini**. Diamo **nuova vita agli spazi** che abitiamo, **pianifichiamo** al meglio il nostro tempo e impariamo a **rispettare lo spazio e il tempo** di ogni membro della nostra famiglia.

## 2) STOP & GO

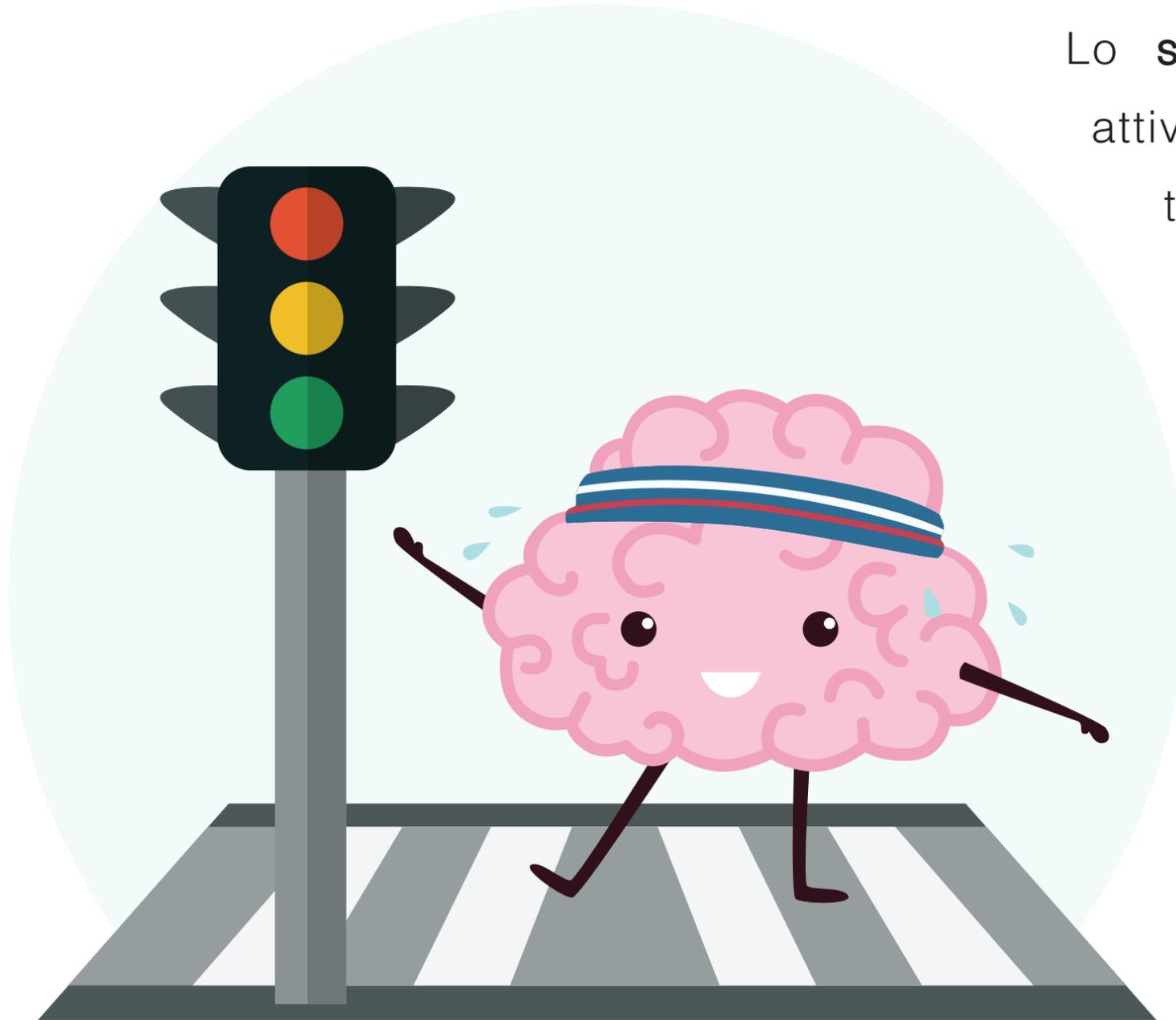
Lo **sforzo cognitivo** richiesto nello svolgimento delle attività scolastiche è molto diverso rispetto alla didattica tradizionale. Ad esempio, **è molto più facile distrarsi:**

intorno a noi ci sono molti più stimoli che richiamano la nostra attenzione e il processo di apprendimento-insegnamento risente della **mancanza di una relazione diretta** e di una **partecipazione** spontanea. È importante intervallare le attività scolastiche più faticose con momenti di **pause cognitive**: puoi suggerire a tuo figlio di riposarsi, sgranchirsi le gambe, parlare con qualcuno, mettere in ordine la libreria, bere un bicchiere d'acqua, prendere una boccata

d'aria alla finestra... Unica regola:

**DISTOGLIERE LO SGUARDO DAGLI SCHERMI!**

I dispositivi elettronici ci bombardano di informazioni e non ci permettono di ricaricare le batterie della nostra mente.





## 3) SM-ART

Gli studenti stanno apprendendo attraverso gli **strumenti digitali** e al tempo stesso stanno **imparando** ad usarli con **nuovo scopo**. Inoltre, ricostruire una **routine scolastica** e gestire l'**imprevedibilità** degli impegni rappresenta una **sfida quotidiana**. È il momento di **sperimentare**: fidiamoci delle loro capacità nel **trovare la strada giusta** sostenendoli nell'affrontare i vari cambiamenti con un **atteggiamento positivo** e orientato al **problem solving!**

Studiare e lavorare in modalità smart possono diventare un'arte se impariamo a conoscerne difficoltà e risorse utilizzando al meglio gli strumenti del mestiere.



## 4) QUESTIONE DI FEEDBACK

Sostenere l'**impegno** dei propri figli e lodare la capacità di **superare le difficoltà**, riconoscendo la complessità della situazione, rappresenta una preziosa occasione per farli sentire **compresi**.

I drastici cambiamenti vissuti nell'ultimo periodo richiedono, a ciascun genitore, di porsi ancor di più come **modello positivo**, mettendo in atto dei comportamenti che veicolino il messaggio che la scuola, così come la vita, sia innanzitutto una palestra per acquisire **nuove abilità**.

# PROMOPSI

RICERCA • FORMAZIONE • CLINICA

*psicologia per il benessere nello sviluppo e nell'educazione*



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
FIRENZE

**SPIN-OFF APPROVATO**

Con il patrocinio di



[WWW.PROMOPSI.IT](http://WWW.PROMOPSI.IT)