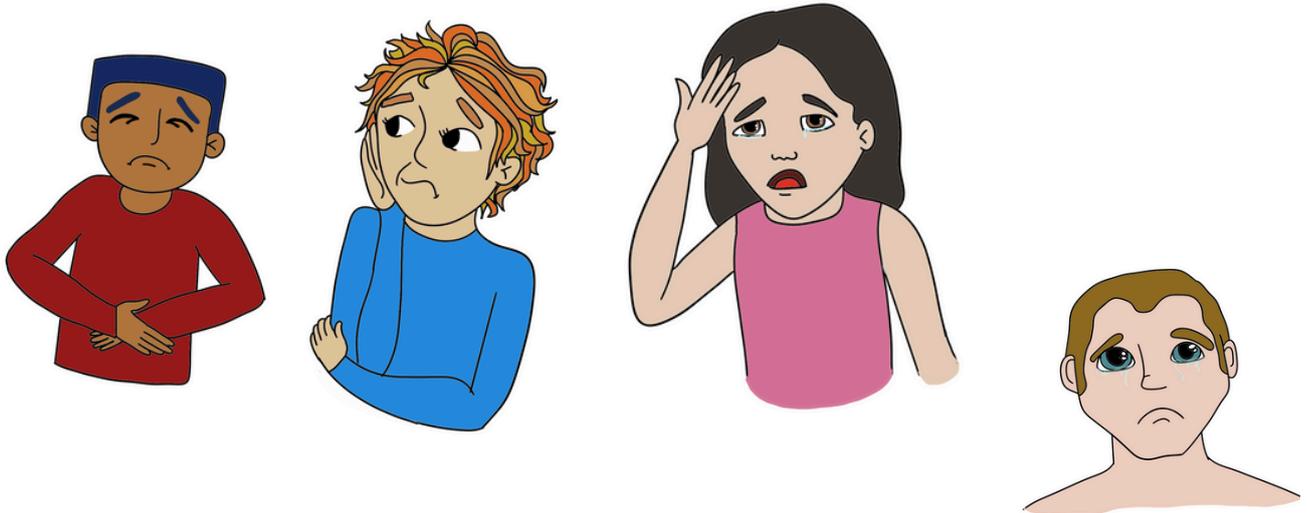




Mi fa male qui!

Storia sociale creata con il contributo della Dott.ssa Maria Calderoni



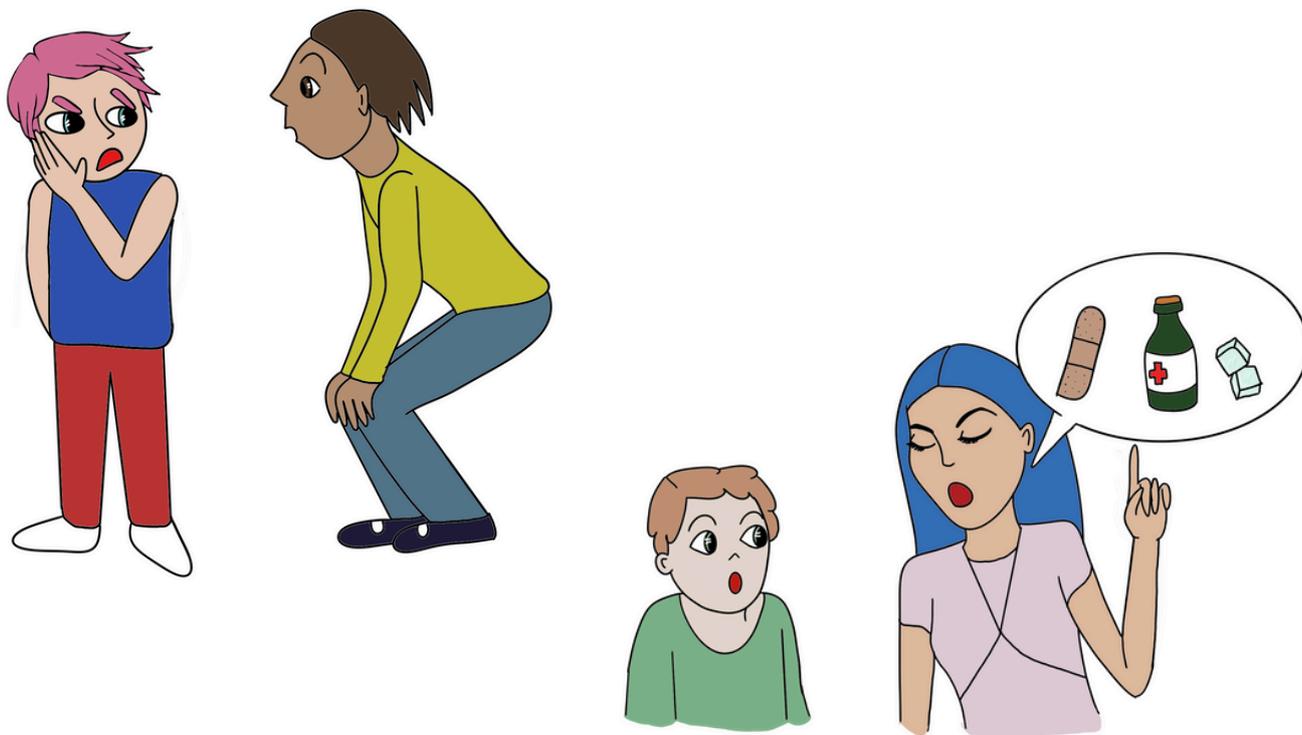
A TUTTI, SIA AI BAMBINI CHE AGLI ADULTI,
CAPITA A VOLTE DI SENTIRE DOLORE.
IL DOLORE PUÒ ARRIVARE
ALL'IMPROVISO: PUÒ ESSERE ALLA
PANCIA, ALLA TESTA, A UN DENTE O A UN
GINOCCHIO.



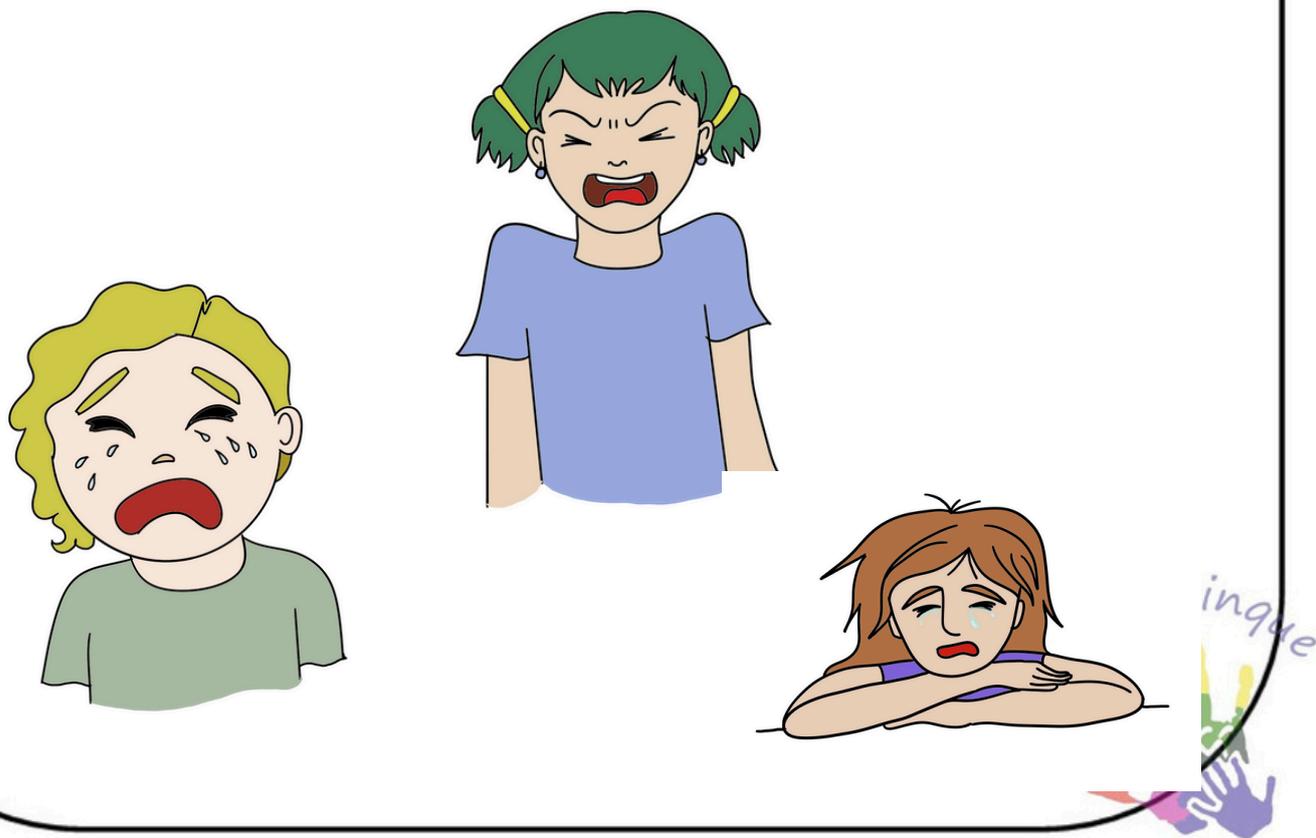
IL DOLORE È UNA SENSAZIONE NORMALE
CHE IL CORPO USA PER CHIEDERE AIUTO.



È UNA BUONA IDEA CHIEDERE AIUTO AGLI ADULTI QUANDO SENTO DOLORE. GLI ADULTI POTREBBERO SAPERE COME FARMI SENTIRE MEGLIO.



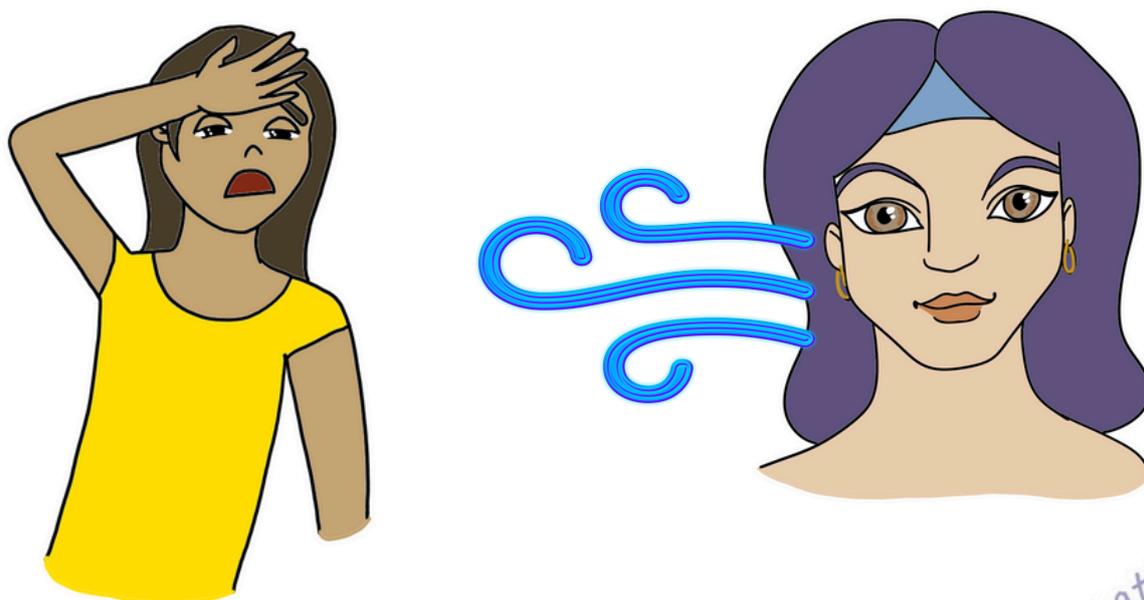
QUANDO IO SENTO DOLORE, POSSO AVERE VOGLIA DI PIANGERE O DI URLARE. PIANGERE E URLARE SONO MODI NATURALI PER MOSTRARE CHE STO MALE.



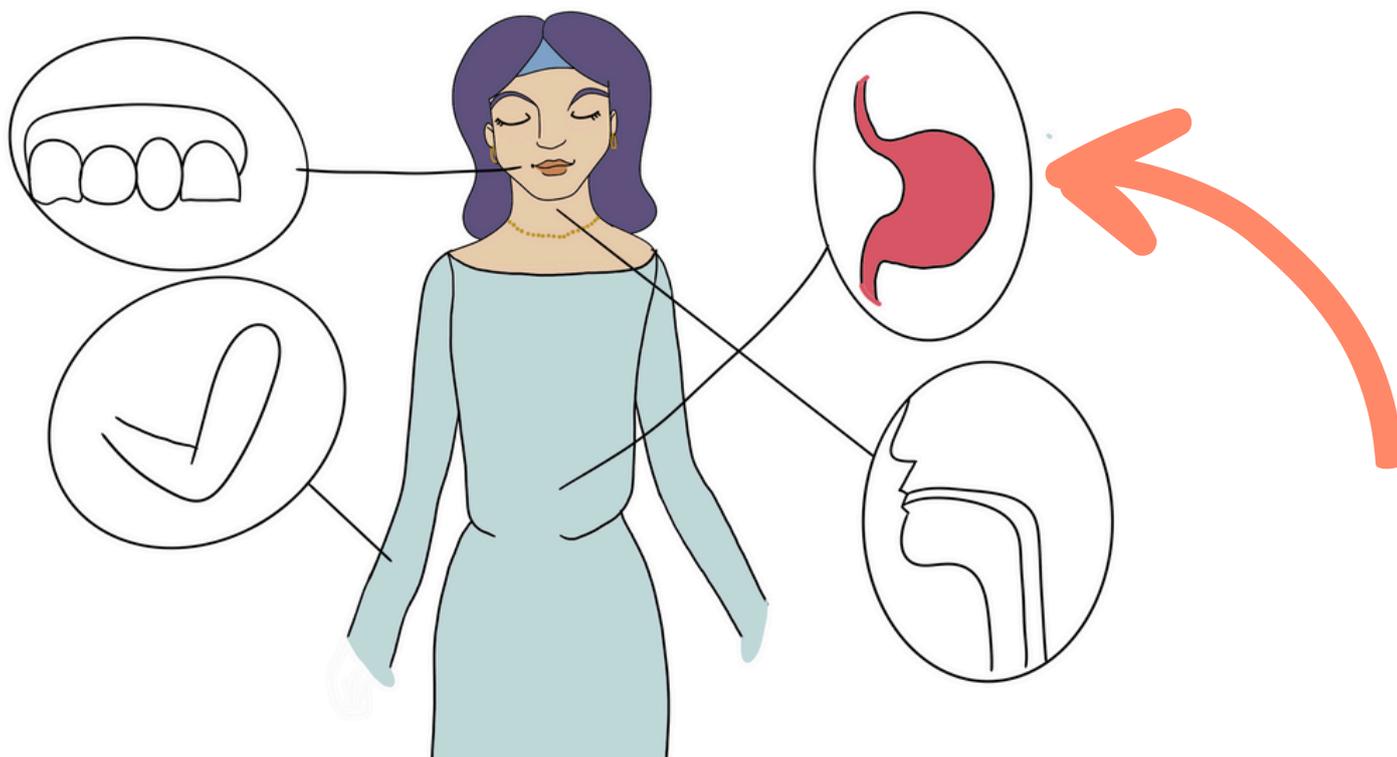
PERÒ SE URLO, PIANGO FORTE O MI AGITO MOLTO, PUÒ ESSERE PIÙ DIFFICILE PER GLI ADULTI CAPIRE COME AIUTARMI.



QUANDO SENTO DOLORE, POSSO FARE UN RESPIRO PROFONDO E PROVARE A CAPIRE DA QUALE PUNTO DEL CORPO VIENE IL DOLORE. NON SEMPRE È FACILE: A VOLTE SEMBRA CHE IL DOLORE SIA DAPPERTUTTO.

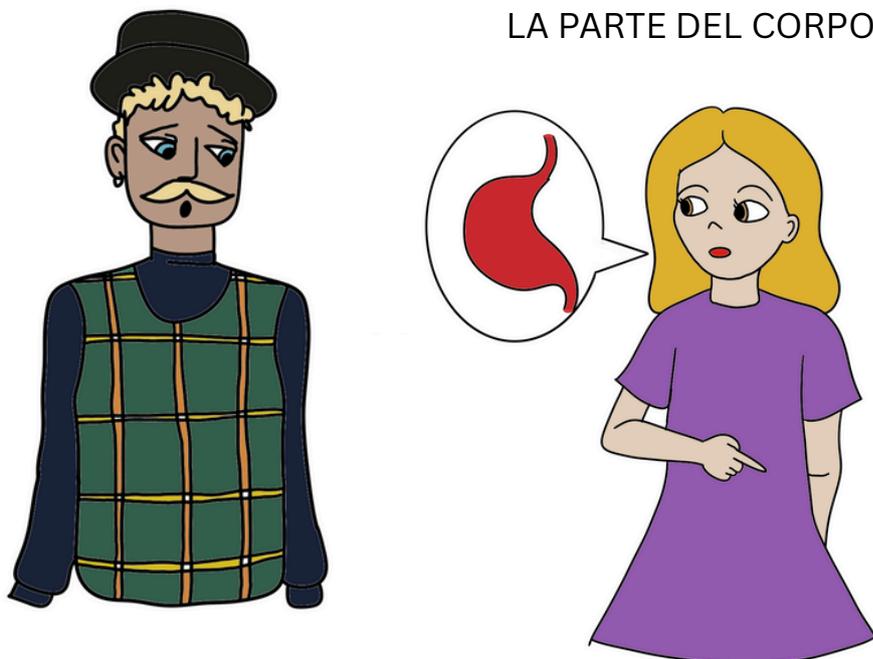


POSSO CHIUDERE GLI OCCHI E RESTARE IN SILENZIO QUALCHE SECONDO PER CONCENTRARMICI MEGLIO SUL MIO CORPO.

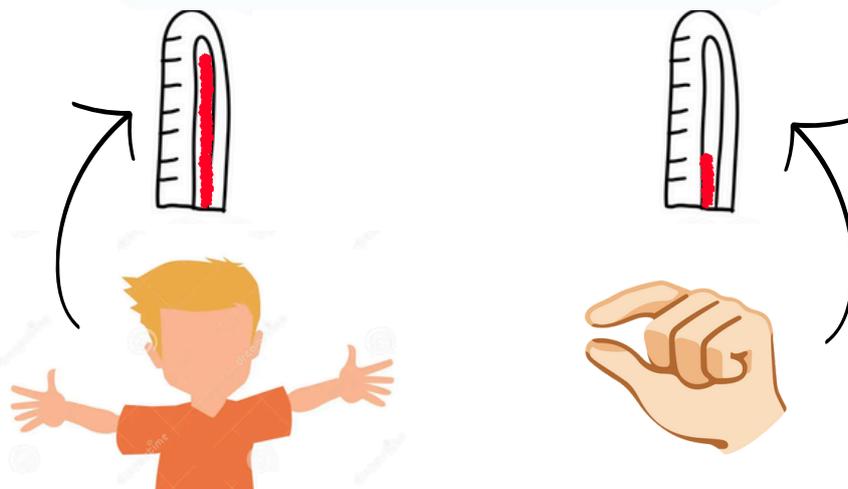


SE RIESCO A CAPIRE DA DOVE VIENE IL DOLORE, POSSO PROVARE A DIRLO AGLI ADULTI.

POSSO DIRE: “MI FA MALE QUI” E INDICARE LA PARTE DEL CORPO CHE FA MALE.



POSSO DIRE: "MI FA MALE MOLTO" OPPURE "MI FA MALE UN PO"



GLI ADULTI POSSONO AIUTARMI MEGLIO QUANDO SANNO DOVE E QUANTO MI FA MALE.

IL DOLORE PUÒ FARE PAURA, MA QUANDO LO COMUNICO, NON SONO PIÙ SOLO: QUALCUNO MI ASCOLTA E MI AIUTA.

QUANDO SENTO DOLORE, POSSO PIANGERE, RESPIRARE E PARLARE.

IN QUESTO MODO, PIANO PIANO, POSSO SENTIRMI PIÙ CALMO E RICEVERE L'AIUTO DI CUI HO BISOGNO.



GUIDA ALL'UTILIZZO DELLA STORIA SOCIALE PER GENITORI

QUESTA STORIA SOCIALE È STATA REALIZZATA SIA IN VERSIONE CARTACEA CHE IN VERSIONE VIDEO
CERCA LA NELLA PAGINA FACEBOOK O SUL SITO DI BATTICINQUE!

<https://www.facebook.com/associazionebatticinque>

<https://www.associazionebatticinque.com/>

Perché usare una storia sociale?

Una storia sociale è una "storia" che racconta attraverso il testo e le illustrazioni una situazione sociale e spiega, in modo semplice e chiaro, come potersi comportare e soprattutto **perché** farlo, considerando il punto di vista di diverse persone, i motivi delle loro azioni.

Può essere anche un'occasione per parlare insieme di un certo comportamento, associarlo a qualcosa di molto piacevole e, se è possibile, anche per "esercitarsi" a metterlo in pratica. Questo rende più probabile la comprensione della situazione, quindi la riduzione dell'ansia, la collaborazione e l'apprendimento del comportamento descritto.

Come usare la storia sociale "Mi fa male qui"?

1. Leggete o guardate il video insieme al bambino più volte, osservando e indicando insieme le immagini. Durante la lettura evitate di interrompervi con commenti, per non creare confusione. Può essere utile scegliere un momento della giornata comodo e creare una piccola routine. È molto importante leggere la storia quando il bambino è tranquillo e non prova dolore.
2. Concludete questo momento gratificando il bambino per aver ascoltato la storia e condividete subito dopo un'attività che a lui piace.
3. Ditegli che anche voi a volte sentite dolore. Per esempio: "A volte mi fa male la testa. Quando mi succede, faccio un bel respiro e provo a riposare un po'". Anche nella vostra quotidianità, abituatelo a sentirvi verbalizzare le varie sensazioni di dolore che provate.
4. Spiegategli che piangere è normale, è un modo naturale per mostrare che si sta male. Fategli sentire, però, che i forti singhiozzi e le urla, impediscono agli altri di capire cosa stiamo dicendo. In momenti in cui non prova dolore, potete fare un piccolo gioco: fingere di piangere tanto e poi provare a fare un respiro profondo per parlare. Così il bambino impara che piangere va bene e che respirare profondamente lo aiuta a calmarsi e a dire dove sente dolore.

Questa storia sociale serve per aiutare il bambino a riconoscere e comunicare il dolore, imparando che può sempre chiedere aiuto e che non è mai solo quando sta male.

