



Genitori sotto stress

Parlare di argomenti difficili

È molto importante essere aperti e sinceri con i propri figli, specialmente quando si affrontano argomenti difficili. Vediamo come rispondere alle loro domande e supportare la loro comprensione del mondo che li circonda.

Sii aperto e ascolta

Consenti a tuo figlio di parlare liberamente. Poni loro domande aperte e scopri quanto sanno già.

Sii sincero

Rispondi sempre alle loro domande sinceramente. Pensa a quanto tuo figlio può capire e al modo migliore per spiegargli qualcosa a seconda della sua età.

Sii di supporto

Tuo figlio potrebbe sentirsi spaventato o confuso. Dagli spazio per condividere come si sente e fagli sapere che sei lì per lui.

Se non lo sai, dillo

Se non conosci la risposta alla domanda di tuo figlio, va bene dire frasi come:

- "Pensiamo xxx, ma non siamo sicuri"
- "Non lo sappiamo, ma ci stiamo lavorando"
- "Speriamo di scoprirlo presto"

Usa questa come un'opportunità per conoscere di più

insieme, potreste scoprire entrambi nuove informazioni!

Cerca fonti di informazione affidabili

Tieni presente che ciò che leggi su Internet non è sempre corretto. Visita siti affidabili per assicurarti che le informazioni che condividi con i tuoi figli siano aggiornate e accurate.

Insegna la comprensione

Discutere un argomento difficile offre l'opportunità di incoraggiare l'empatia e la comprensione nei tuoi figli. Puoi farlo chiedendo come l'argomento potrebbe far sentire le persone e vedendo quali idee propongono per sostenere gli altri.

Concludi con una nota positiva

Avendo parlato di un argomento difficile con tuo figlio, controlla che stia bene. Ricordagli che ci tieni e fagli sapere che può parlarti di qualsiasi cosa in qualsiasi momento.

CONSIGLI IN DIVERSE LINGUE

RICERCA

Per maggiori consigli utili e risorse sulla genitorialità, clicca i link sotto riportati:

[Organizzazione Mondiale della Sanità](#) [UNICEF](#)

