



FONDAZIONE  
PATRIZIO PAOLETTI  
PER LO SVILUPPO E LA COMUNICAZIONE

Notfall Coronavirus/Covid-19

# 10 Schritte

um mit Ihrem Kind darüber zu sprechen



**Ein herzliches Dankeschön an die Unterstützer der Stiftung Patrizio Paoletti.**

Ihr Beitrag ermöglicht es uns, für Kinder und Erwachsene die beste Wachstums und Entwicklungs Unterstützung sicherzustellen, um jeden Tag leidenschaftlich zu leben!

In Zusammenarbeit mit



**PROTEZIONE CIVILE**  
Presidenza del Consiglio dei Ministri  
Dipartimento della Protezione Civile

Mit der Schirmherrschaft von



Es ist möglich, absichtlich einen Zustand der Sicherheit und Kapazität hervorzurufen, auch wenn die äußeren Bedingungen schwierig und kritisch sind. Dieses kurze Vademecum wurde erstellt um Eltern bei der Bewältigung der Notlage, in der wir uns befinden, zu helfen und sie in eine Bildungschance zu wandeln. Schwierige Momente wie diese geben uns die Möglichkeit, sich unserer positiven Ressourcen und des Wertes der Erziehungsbeziehung mehr bewusst zu werden, um uns auf den von uns gewünschten Gesundheitszustand auszurichten. «*Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen physischen, psychischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit*» Weltgesundheitsorganisation.

**Neurowissenschaften und Pädagogik.** Seit zwanzig Jahren betreibt die Stiftung Patrizio Paoletti interdisziplinäre Forschung: neurowissenschaftlich, pädagogisch, psychologisch und sozial, und erarbeiten Werkzeuge für die volle Entwicklung des Bewusstseins der Menschen, egal in welchem Kontext, oder Situation, sie leben.

## Die 10 Schritte

- 1 Leben Sie leidenschaftlich: Jedes Unheil ist eine Chance**
- 2 Sie sind wichtig: Seien Sie ein Beispiel**
- 3 Wählen Sie was gut tut: Anreize und Umgebungen konditionieren**
- 4 Die Routine: Ihr großer Freund**
- 5 Bevor Sie sprechen, hören Sie zu: Harmonie schaffen**
- 6 Wählen Sie die richtigen Worte: Geschichten haben Macht**
- 7 Man lernt ... indem man zusammen Spaß hat**
- 8 Das gefährlichste Virus überwinden: Unwissenheit**
- 9 Sich anstrengen Dinge richtig zu sagen**
- 10 Tragen Sie bei: Dieses Vademecum verbreiten**

# Die 10 Schritte

**Bevor Sie beginnen, denken Sie bitte daran, die Richtlinien des Gesundheitsministeriums:**

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

## 1 **Leben Sie leidenschaftlich: Jedes Unheil ist eine Chance**

Bringen Sie ihren Kindern bei schwierige Augenblicke wie eine Chance zu leben, um Ihre Ressourcen zu entdecken. Bleiben Sie in Ihrer Nähe und leiten Sie sie zu der Entdeckung, dass man immer und von jeder Situation lernen kann. In Zeiten von Verwirrung und Ungewissheit treffen wir auf unsere Ängste und auch die Möglichkeit den Weg zu finden um sie zu überwinden. Die Komplexität lässt uns unsere Stärke und unsere Macht entdecken.



## 2 **Sie sind wichtig: Seien Sie ein Beispiel**

Vor jeder Erklärung...ahmt ihr Kind Ihr Verhalten nach, weil Sie die wichtigste Person für ihn/sie sind. Wenn Sie besorgt und ängstlich sind wird ihr Zustand sicherlich seine/ihre Gefühle konditionieren. **Um Ruhe und Klarheit in Stressmomenten zu finden**, widmen Sie sich einige Minuten von Stille, auch nur eine Minute am Tag wird ihnen helfen sich zu entspannen.



### 3 Wählen was gut tut: Anreize und Umgebungen konditionieren

Die Umgebungen und die Situationen in denen wir uns bewegen konditionieren unser Denken und unsere Aufmerksamkeit. Dies ist vorallem für die Kleinsten der Fall! **Vermeiden Sie die Überstimulierung ihrer Kinder mit Medien die Bilder und Schilderungen der Ereignisse voller Sorge und Spannung darstellen. Wählen Sie für sie so weit wie möglich stabile und sichere Umgebungen.**



### 4 Die Routine: Ihr großer Freund

Der Tagesablauf ist ein großer Freund in Zeiten der Unsicherheit, denn **einfache und normale Aktivitäten die den Tag markieren, erstellen die Wahrnehmung einer Umgebung als sicher und stabil.** Obwohl die von den kompetenten Behörden entwickelten Vorschriften für Präventiv- und Sicherheitszwecke, die vorübergehende Unterbrechung der Aktivitäten voraussetzt, versuchen Sie, einen einfachen und normalen Rhythmus für Ihre Familie zu finden die von Essenszeiten, Momente des Spiels und Momente des gemeinsamen Studiums bestimmt sind.

### 5 Bevor Sie sprechen, hören Sie zu: Harmonie schaffen

Kommen Sie mit ihrem Kind in Einklang, hören Sie auf seine Bedürfnisse: **Beobachten Sie seine Verhaltensweisen, hören Sie auf seine Gefühle, nehmen Sie Bezug auf das, was er sagt und tut. Keine Urteile fällen.** Üben Sie eine liebevolle Aufmerksamkeit aus: **So fühlt er/sie sich akzeptiert und ist deshalb bereit Ihnen zuzuhören und sich von Ihnen leiten zu lassen.**



## 6 Wählen Sie die richtigen Worte: Geschichten haben Macht

Finden Sie eine Zeit und einen Ort, wo Sie sich mit ihren Kind aufhalten können ohne Angst zu haben gestört zu werden. **Teilen Sie Fakten statt Meinungen: Nutzen Sie die Informationen aus offiziellen Quellen des Öffentlichen Gesundheitswesens, wie z.B. das Gesundheitsministerium und das Höhere Institut für Gesundheit. Verwenden Sie eine Sprache die altersgerecht ist, zusammen mit Ruhe und Klarheit.**



## 7 Man lernt... indem man zusammen Spaß hat.

Schaffen Sie besondere Momente: Stimmen Sie mit Ihrem Kind einen speziellen Aktionsplan überein (von den zuständigen Behörden diktiert) an dem Sie sich zusammen genau halten. Schliessen Sie sich mit anderen Eltern ihre Gemeinde zusammen, um sicherzugehen, dass die Anforderungen erfüllt und verstanden werden.

## 8 Das gefährlichste Virus überwinden: Unwissenheit

Die aktuelle Notlage ist eine wertvolle Gelegenheit, um mit Ihrem Kind darüber zu sprechen, dass Menschen die an dem Coronavirus erkrankt sind (und das gilt für **alle Menschen ohne Unterschied der Rasse, Herkunft, oder physische Merkmale...**!) als Lebewesen **unseren Respekt verdienen. Jedes diskriminierende Verhalten**, dass Ihnen auffällt, **muss mit Wissen und Information korrigiert werden.**





## 9 Sich anstrengen Dinge richtig zu sagen

Wann immer sich die Gelegenheit bietet, das Problem des Coronavirus Notfalls anzusprechen, schließen Sie mit **klaren, allgemeinen, positiven Aussagen über die Zukunft**. Das Ziel ist in ihrem Kind Stabilität und Sicherheit zu schaffen, Grundvoraussetzungen um jedem Hindernis zu begegnen.



## 10 Beitragen: Verbreiten Sie dieses Vademecum

Verbreiten Sie dieses Vademecum und beteiligen Sie sich an der Verbesserung der Bedingungen dieser Zeit. Vervielfachen Sie Hoffnung und Planungskapazität: Lassen Sie in sich und anderen die Fähigkeit wachsen zu bewerten, zuhören, handeln, und von allem und jedem zu lernen!



Dieses Vademecum wird von *Neurowissenschaftlern, Psychologen und erfahrenen Trainern von dem interdisziplinären Team der Patrizio Paoletti Stiftung* erstellt, als Teil von **“Sich eine Zukunft vorstellen: Methoden und Techniken um Hoffnung und Planungsfähigkeit zu fördern.”** Dies ist das nationale Projekt der Stiftung die seit 2017 der von Notlagen betroffenen Bevölkerung, sowie dem Erdbeben in Mittelitalien oder der Einsturz der Morandi Brücke, aber auch Gemeinschaften die sich in soziale Notlagen befinden (Armut, kulturelle Integration, wirtschaftliche Unsicherheit), kostenlose Unterstützung im ganzem Land bietet.

### Projekt Verantwortliche:

Tania Di Giuseppe, Psychologin

Für Informationen: [t.digiuseppe@fondazionepatriziopaoletti.org](mailto:t.digiuseppe@fondazionepatriziopaoletti.org)

### Literaturverzeichnis

- Di Giuseppe, T., Serantoni, G. (2019) *The creation of inner scenarios: silence, security and exploration of the unknown and its effect on the quality of the relations in the educational interventions.* In preatti del convegno, International conference on Neurophysiology of Silence (ICONS), Assisi, Italy, July 26-28 and in Frontiers Event Abstracts.
- Gottman, J. (2015) *Intelligenza emotiva per un figlio. Una guida per genitori*, Bur Biblioteca Rizzoli.
- Iacolino, C. (a cura di-2016) *Dall'emergenza alla normalità. strategie e modelli di intervento nella psicologia dell'emergenza*, Franco Angeli editore
- Korb, A. (2015) *The upward Spiral:using neuroscience to reverse the course of depression, on small Change at a Time.* New Harbinger public.Inc.
- Paoletti, P. et al.(2019) *Promoting Human resilience through the pedagogy for the third millennium*, The 5th International Conference on Mental Health and Human Resilience, March 07-08, 2019, Barcelona, Spain.
- Paoletti, P. (2007) *Quando imparare è facile*, La Pedagogia di Infi nito edizioni, Roma
- Paoletti, P. (2008) *Crescere nell'eccellenza*, Armando editore, Roma
- Paoletti, P., Di Giuseppe, T., Tal Dotan Ben Soussan, Serantoni, G. (2019) *OMM (One Minute Meditation) path for increasing resilience and well-being*, The 5th International Conference on Mental Health and Human Resilience, March 07-08, Barcelona, Spain.

### Webography

- <http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus>
- <https://www.epicentro.iss.it/coronavirus/>
- <http://www.psy.it/wp-content/uploads/2020/02/vademecum-cnop.pdf>
- [https://www.fondazionepatriziopaoletti.org/news/1018/terremoto\\_10\\_cose\\_da\\_fare\\_per\\_gestire\\_il\\_disagio\\_dei\\_bambini.html](https://www.fondazionepatriziopaoletti.org/news/1018/terremoto_10_cose_da_fare_per_gestire_il_disagio_dei_bambini.html)
- <https://www.iss.it/?p=5108>
- <https://www.who.int/about/who-we-are/constitution>



FONDAZIONE  
PATRIZIO PAOLETTI  
PER LO SVILUPPO E LA COMUNICAZIONE

# Bewusstsein ist der Schlüssel der Veränderung

## Wer wir sind

Fondazione Patrizio Paoletti ist eine gemeinnützige Forschungsorganisation, die im Jahr 2000 in Assisi gestartet wurde von Patrizio Paoletti und einer Gruppe von Forschern, Pädagogen, Psychologen, Soziologen, Ärzte und Unternehmer. Wir arbeiten dank der Unterstützung von über 100.000

Menschen, um ein Ziel zu erreichen: den besten Teil von jeder Person zu fördern.

## Was wir tun

Wir forschen international nach innovativer, zugänglicher und nützlicher Bildung. Wir untersuchen die Funktionsweise des Menschen mit einer interdisziplinären Forschung: neurowissenschaftlich, psychologisch, pädagogisch und sozial. Wir wenden die Ergebnisse sofort auf dem Feld pädagogisch und didaktisch an, um die besten Talente bei Kindern und Erwachsenen zu fördern.

### Fondazione Patrizio Paoletti

Via Nazionale 230 - 00184 Roma  
Tel. +39 06 8082599 - Fax +39 06 92912688  
fondazione@fondazionepatriziopaoletti.org

[fondazionepatriziopaoletti.org](http://fondazionepatriziopaoletti.org)



In Zusammenarbeit mit



**PROTEZIONE CIVILE**  
Presidenza del Consiglio dei Ministri  
Dipartimento della Protezione Civile

Mit der Schirmherrschaft von



ASSOCIAZIONE ITALIANA GENITORI