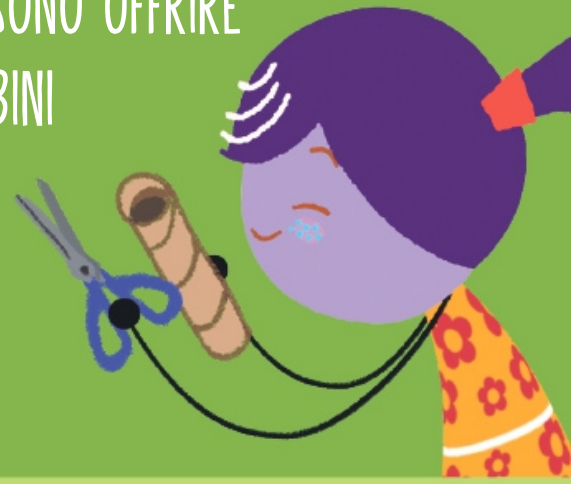




LA SCIENZA DEL TENERSI IMPEGNATI

LA NOIA CONTRIBUISCE A CREARE IRREQUIETEZZA NEL BAMBINO E AUMENTA I COMPORTAMENTI IRRUENTI. I BAMBINI SI AUTOGESTISCONO MEGLIO QUANDO SONO IMPEGNATI O QUANDO AIUTANO GLI ALTRI. I GENITORI POSSONO OFFRIRE DIVERSE OPZIONI DI ATTIVITÀ COME LA MUSICA, L'ARTE, LA LETTURA E INCORAGGIARE I BAMBINI A STARE CON I LORO COETANEI.



I BAMBINI CHE SI TENGONO IMPEGNATI SI ADATTANO MEGLIO E SONO PIÙ FELICI DEI BAMBINI ANNOIATI.

TENERSI IMPEGNATI DIMINUISCE I RISCHI DI COMPORTAMENTI IMPULSIVI COME L'INATTENZIONE, L'IPERATTIVITÀ, LA RIBELLIONE, LE AGGRESSIONI E L'USO DI SOSTANZE.

IL LEGAME CON LA CULTURA È LA CHIAVE PER LO SVILUPPO DEL CERVELLO DEL BAMBINO.

LE NEUROSCENZE MOSTRANO CHE LA MUSICA POTENZIA QUELLE AREE DEL CERVELLO RESPONSABILI DELL'ELABORAZIONE DEL SUONO, DELLO SVILUPPO DEL LINGUAGGIO E DELLA LETTURA NEI BAMBINI PICCOLI.

LA CAPACITÀ DI CREARE E DI MANTENERE ALMENO UN'AMICIZIA STRETTA È VITALE PER IL BENESSERE DEL BAMBINO. LE AMICIZIE FORTI RIDUCONO LO STRESS E MIGLIORANO IL SISTEMA IMMUNITARIO.

LA SEDENTARIETÀ È ASSOCIATA ALL'OBESITÀ INFANTILE ED È UN FATTORE DI RISCHIO PER LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI E IL DIABETE DI TIPO 2 NELL'ADULTO.

L'IMMAGINAZIONE GIOCA UN RUOLO IMPORTANTE NELLO SVILUPPO DELLE EMOZIONI E DELLA CREATIVITÀ DEL BAMBINO. PASSARE DEL TEMPO CON SE STESSO PERMETTE DI IMMAGINARE ALTRI MONDI ED ELABORARE EVENTI DELLA VITA, QUESTO AIUTERÀ LA SUA CAPACITÀ DI PRENDERE DECISIONI NEL FUTURO.

AVERE DELLE ABILITÀ SOCIALI FIN DALLA PRIMA INFANZIA COME COOPERARE, AIUTARE, CONDIVIDERE E CONSOLARE HA UN IMPATTO POSITIVO A SCUOLA E NELLE AMICIZIE DURANTE L'ADOLESCENZA.



LA SCIENZA DEL PREDERSI CURA

Listen First, un'iniziativa dell'UNODC per sostenere famiglie felici, sane e protettive.