

Vita sociale pari a zero? Qualcosa si può fare!

Da quando è iniziata questa Pandemia, si è parlato tanto di come organizzare la propria casa visto che si trascorre più tempo tra le mura domestiche, così come si è puntato molto all'organizzazione di una postazione di lavoro che potesse essere perfetta per lo smart working.

Ma la vita sociale? Per il benessere psicologico è indispensabile! Le possibilità di incontrarsi di persona sono molto limitate ma non disperiamoci, con un po' di organizzazione si può fare molto per mantenere vivi i rapporti: Avevi l'abitudine di bere un caffè al bar per scambiare due chiacchiere con le persone a te più care? Programma nell'agenda dei momenti dedicati alle telefonate: l'amicizia non ha bisogno di grandi gesti ma di piccoli momenti di condivisione sincera!

Nei fine settimana eri abituato a bere l'aperitivo? Organizzati con un paio di amici, una ciotola di salatini ed una bibita e scambia qualche battuta in videochiamata!

E per i più piccoli? Se hai dei bambini in casa, organizzati con la famiglia di qualche amico per trascorrere del tempo giocando in videochiamata: il gioco dei mimi, nomi cose e città, test e quiz, scatena la tua fantasia!

Sono piccoli passi che ti faranno sentire immediatamente più leggero, spensierato e felice.

Valuta insieme a loro quando è il momento di rivedere l'area giochi per far spazio a nuovi libri e giocattoli.

Se li rendi partecipi nella disposizione delle loro cose, li aiuti a diventare autonomi nella riorganizzazione dei loro spazi.



Chiara Pignolo

www.facebook.com/ProfessionalOrganizerPignoloChiara

www.casadolcecasa-fvg.weebly.com