

1-3 anni

Il pieno
di attenzioni p. 17

Invogliare i bimbi
ad ascoltarci p. 23

Poche regole,
ma certe p. 29

Domande agli esperti
p. 34

1-3
anni

Il pieno di attenzioni

È così appassionante per un bimbo scoprire il mondo giocando con la porta d'ingresso o assaggiando le crocchette del gatto... Eppure è chiaro come ai genitori spetti il ruolo di vietare certe esperienze! Per permettere al vostro bambino di vivere le sue prime grandi avventure in tutta tranquillità e senza pericolo, è necessario che possa contare su di voi, i suoi “agenti di sicurezza”. Potrà allora affermare la propria indipendenza senza paura. Questo sostegno sarà anche un ottimo metodo per insegnargli a obbedire facilmente. Perché un bambino sarà sempre più incline a collaborare con i “grandi” che lo guidano rispetto a quelli che gli danno ordini!

Ce la farai!

● Incoraggiare invece di vietare

✳ **Emanuela, 3 anni**, è nel pieno della ricerca d'indipendenza. Rifiuta categoricamente che la aiutino a vestirsi, urla quando non riesce a mettersi le scarpe o quando qualcuno vuole chiuderle il cappotto... per non parlare dei pasti, dove vuole che il suo bicchiere sia riempito fino all'orlo e pretende di tenere le posate da sola. Mangiare accanto a lei non è piacevole, e i suoi genitori faticano a nascondere la loro irritazione!

● La mamma decide di prendere in mano la situazione affinché l'armonia familiare non sia turbata dai legittimi desideri di autonomia della bambina. Basta abiti difficili da infilare, che sostituisce con t-shirt, gonne, pantaloni con l'elastico e un cappotto con chiusure a velcro. Per i pasti, sceglie insieme a Emanuela stoviglie in plastica dei suoi personaggi preferiti. Di conseguenza, la piccola accetta l'imposizione della mamma: d'ora in avanti, il bicchiere sarà riempito solo per metà. Ed eccola ormai capace di vestirsi da sola e fiera dei complimenti della mamma, dato che la tavola non è più una piscina!

PROPONENDOLE TUTTO ciò che potrà aiutarla a "fare da sola", questa mamma dimostra alla sua bambina di saper trovare soluzioni per aiutarla a crescere bene. Le insegna anche a rispettare una regola semplicissima e le fa i complimenti, mostrandole tutti i vantaggi che si hanno seguendola. Un esempio perfetto di comunicazione riuscita.

Le parole che fanno bene

« Sei proprio bravo/a.

Non l'hai mai fatto così bene.

Mi hai aiutato un sacco!



Non si tocca!

● Gestire bene le tentazioni

✳ **Elia, 15 mesi**, sviluppa sempre più il suo talento di esploratore. Una delle sue passioni è premere i tasti del telecomando o gli interruttori. Anche i fili del computer e le prese di corrente fanno parte dei suoi "giochi espressivi" preferiti e lui non capisce perché questo indispettisca mamma e papà. Eccolo mentre tenta ancora una volta l'approccio con la stampante.

● «No, non voglio che tocchi il pulsante!» dice subito la mamma con fermezza. Si tratta di una semplice richiesta, una sola. Ma Elia fatica a resistere alla tentazione e la mamma va verso di lui per aiutarlo a capire. Toglie piano la manina dall'apparecchio "proibito" e propone al suo bambino una distrazione. Come ogni volta, Elia si lascia guidare, sorpreso dalla rapidità e dalla fermezza della reazione del genitore. Ha sempre diritto a un altro gioco. In questo caso, si tratta di esplorare delle buste che contengono pubblicità, cosa che lo entusiasma e gli fa dimenticare in fretta il "tesoro proibito".

QUESTA MAMMA HA MESSO IN ATTO L'UNICO METODO FERMO, gentile ed efficace che un bambino di 1-2 anni è in grado di accettare quando ha la tentazione di toccare oggetti proibiti: senza gridare, senza dare spiegazioni al bambino, che a quest'età non può capire il motivo di un divieto, gli si fa una richiesta una volta, poi si interviene subito per distrarlo dall'obiettivo. Seguendo questo procedimento, il bambino si abitua progressivamente a capire che l'obbedienza è fonte di soddisfazioni.

È importante dire chiaramente ai bambini cosa ci si aspetta da loro: «Non voglio che tocchi il computer» invece di «Stai facendo una stupidaggine».

6-10
anni

Regole per vivere bene in comunità

Per imparare bene, serve innanzitutto fare degli errori! Errori e gesti maleducati che voi correggerete, ma sempre con un certo distacco e prendendovi un po' di tempo per riflettere prima di reagire. Il vostro bambino ha copiato a scuola, insultato un amico, mancato di rispetto a un adulto? Sdrammatizzate e trasformate l'episodio in qualcosa di positivo! Quando accadono questi piccoli incidenti, dimostrategli che le regole non esistono solo per far arrabbiare i bambini! Per farglielo capire, riservategli un momento speciale, solo per lui, e dategli una prima "lezioncina di umanità" facendogli vedere che, per vivere in armonia con gli altri, bisogna saper essere tolleranti, rispettare il prossimo e porsi dei limiti.

Lo dico alla maestra!

● Denunciare o no il colpevole di una marachella?

★ **Claudio, 9 anni**, torna a casa furente per una punizione collettiva: dopo aver scoperto che i gessetti per la lavagna erano stati fatti in mille pezzi, la maestra ha chiesto a tutti gli alunni di scrivere cinque volte i verbi essere e avere al presente e al passato remoto. I bambini hanno due giorni per eseguire questo compito, a meno che il colpevole si faccia avanti. E Claudio, che si rifiuta di scrivere quelle righe, è pronto a denunciarlo.

● Il papà discute a lungo con lui. Per prima cosa gli dice che, per essere rispettati, bisogna rispettare gli altri. Deve obbedire alla maestra, che forse per risolvere il problema non ha trovato altra soluzione se non quella di punirli. Deve eseguire il compito anche per rispetto nei confronti dei compagni, altrimenti la punizione potrebbe essere raddoppiata per tutti. Infine, non spetta a lui denunciare il colpevole: solo il diretto interessato può farlo. Potrebbe invece parlare dell'utilità delle punizioni durante la prossima lezione di educazione civica, oppure nel prossimo consiglio di classe dei bambini, e chiedere alla maestra di infliggere castighi più giusti. Tutti i buoni consigli del papà vengono applicati alla lettera e, per prima cosa, i verbi saranno scritti alla perfezione.

*Frase da evitare quando un bambino subisce un'ingiustizia o un abuso di autorità:
«Sono stanca di tutte queste storie».
«Non è così grave».
«Sbrigatela da solo».*

TROVARE soluzioni adeguate insegna ai bambini ad agire bene, anche in caso di ingiustizie. Per questo motivo, bisogna prendersi il tempo di ascoltarli, lasciare che sfoghino la rabbia e far loro capire che si è consapevoli delle loro sofferenze e pronti ad aiutarli.

Rispondo solo ai miei genitori!

● Contestare l'autorità degli adulti

★ **Patrizia, 7 anni**, e **Luca, 10 anni**, vanno a casa di amici con la mamma, che si è appena separata dal loro papà. Mentre gli adulti chiacchierano, Patrizia e Luca si divertono a lanciare dalla finestra degli aeroplanini di carta insieme agli altri bambini. Un gioco che il padrone di casa non gradisce. Chiede allora ai bambini di accompagnarlo a raccogliere gli aeroplani sul marciapiede. Patrizia si rifiuta e attacca: «Tu non mi puoi comandare, non sei mio padre!»...

● La mamma interviene e spiega alla bambina che gli adulti sono sempre d'accordo quando i bambini fanno qualche marachella. La rassicura dicendole che nessuno può sostituire l'autorità del suo papà, ma che lei deve comportarsi come lui le ha insegnato, accettando educatamente l'intervento di un adulto. Per chiudere l'incidente, la mamma la accompagna fuori, dove raggiungono il gruppetto impegnato nella raccolta degli aeroplani. Il lavoro si trasforma presto in gioco, e tutti fanno a gara per recuperare più aeroplani possibile. I due vincitori a pari merito sono il signore brontolone e la piccola maleducata, che si congratulano a vicenda.

SPIEGARE AI BAMBINI il ruolo degli adulti dà loro fiducia e permette di accettare le richieste che ricevono. I genitori, insostituibili, e gli altri adulti incaricati della loro educazione, li aiutano a costruire la loro personalità e a prendere le decisioni importanti.

Le tappe per parlare di un problema con un bambino:
1. Ascoltare il suo sfogo senza commentare.
2. Esprimere brevemente il proprio pensiero.
3. Trovare insieme una soluzione accettabile.



la cassetta degli attrezzi

Idee e suggerimenti per i genitori, giochi per insegnare ai figli a obbedire e a dire ciò che si pensa senza offendere... Sbirciate nella cassetta degli attrezzi delle regole a misura di bambino!



Soccorso per i genitori in caso di tempesta!

Qualche indicazione per arricchire le vostre competenze in fatto di autorità.

- ▶ Anche se non siete d'accordo, non mettete mai in discussione l'intervento dell'altro genitore. Il bambino rischia di non sapere più cosa fare e, a quel punto, avrà delle buone ragioni per stare dalla parte del genitore che "lascia fare".
- ▶ Per mantenere una coerenza educativa in caso di separazione, stabilite con l'altro genitore una lista comune di comportamenti sgraditi che nessuno dei due accetterà.
- ▶ Imparate anche a liberarvi di un peso, distinguendo i comportamenti inaccettabili che meritano di essere puniti (per

esempio, quelli che riguardano la sicurezza fisica, affettiva e morale di vostro figlio) da quelli semplicemente irritanti sui quali si può lasciar correre.



Piccola gara di velocità per imparare a obbedire (4-7 anni)

Scopo del gioco: dimostrare ai bambini che sono in grado di fare le cose in fretta e bene. Se c'è solo un bambino dell'età adatta al gioco, adattate le regole cronometrandone le attività ogni giorno per vedere se migliora.

- ▶ **Sistemare la cameretta:** in cinque minuti, raccogliere alla massima velocità tutto ciò che non è in ordine, aiutandosi con un grande sacco. Vince chi ha il sacco più pesante.
- ▶ **Sistemare il salotto:** raccogliere più libri possibile; vince chi fa la pila più alta!
- ▶ **Mettersi il pigiama:** si dà un comando divertente, come per esempio mettersi il pigiama al contrario, le calze al posto dei guanti ecc. Il primo che si veste "come non si dovrebbe" vince la partita.
- ▶ **Vestirsi prima di andare a scuola:** nient'altro che una gara di velocità genitore-figlio!
- ▶ **Mettersi in fretta a tavola:** vince chi, dopo essersi seduto, è il primo a tenere la forchetta e il coltello incrociati sopra la testa.
- ▶ **Il vincitore ha diritto a un piccolo privilegio:** viene servito per primo a tavola, gli viene letta una storia in più la sera, sceglie il dessert ecc.

Indice

9 Introduzione

1-3 anni

- 17 Il pieno di attenzioni
- 23 Invogliare i bimbi ad ascoltarci
- 29 Poche regole, ma certe
- 34 Domande agli esperti**

3-6 anni

- 41 Insegnare a rispettare le regole
- 47 Lotte di potere
- 55 Il rapporto con gli altri
- 62 Domande agli esperti**

6-10 anni

- 69 Autodisciplina per il benessere di tutti
- 77 Regole per vivere bene in comunità
- 82 Domande agli esperti**

86 LA CASSETTA DEGLI ATTREZZI

Idee e suggerimenti per i genitori, giochi per insegnare ai figli a obbedire e a dire ciò che si pensa senza offendere... Sbirciate nella cassetta degli attrezzi delle regole a misura di bambino!