



## LE REGOLE

### Amiche o nemiche dell'educazione dei bambini?

In questo articolo parleremo del tema delle Regole: sono amiche o nemiche dell'educazione dei bambini?

Addentriamoci nella lettura e cerchiamo di rispondere al quesito iniziale.

Tutti abbiamo bisogno di regole per muoverci nel mondo. Pensate a cosa succederebbe se non ci fossero le regole del codice stradale, sarebbe il caos! La stessa metafora può essere utilizzata quando parliamo di regole nel contesto educativo. I bambini, nascono in un ambiente sociale e pertanto devono imparare a muoversi nelle strade di questo mondo relazionale.



***Le regole, per i bambini sono come i segnali stradali, se ne comprendono l'importanza eviteranno gravi incidenti e potranno muoversi con sicurezza nella complessa rete relazionale nella quale sono immersi fin da piccoli.***

In generale bambini hanno bisogno di regole **chiare, precise** e soprattutto **adeguate** alla loro età. Ogni regola deve avere senso in base all'età del bimbo e occorre prestare attenzione al numero di quelle stabilite. Per un piccolo di tre anni, ad esempio, le regole possono essere cinque-sei al massimo, quelle minime, che riguardano la sua vita quotidiana... Certo, non 20!. Le regole, inoltre, devono essere stabilite e **condivise** prima dai genitori, dalle insegnanti e dal team educativo e dalla baby sitter in accordo con i genitori. Quando si mangia, a che ora e come... Un altro esempio ancora. Quando usciamo per strada la regola concordata è dare sempre la mano a un adulto. E' importante spiegare al bambino il senso di quella regola: *“Lo facciamo perché vogliamo che tu stia bene e perché le macchine vanno veloci, c'è il rischio che ci investano e bisogna stare attenti”*. Si può spiegare al bambino che il marciapiede è sopraelevato dalla strada proprio per proteggerci e quando scendiamo dobbiamo prestare molta attenzione.

***È importante far capire al bambino che su certe cose lui non è in grado di decidere da solo.***

Un aspetto da non sottovalutare mai è l'età del bambino: il tipo e il numero di richieste da parte dell'adulto cambiano nel corso della crescita. Dobbiamo chiederci, se una determinata regola è adeguata per l'età del bambino se lui riesce a fare quello che gli richiediamo. Pretendere che un bimbo di tre-quattro anni, per esempio, metta in ordine da solo tutta la sua stanza è un po' eccessivo.

La sua giornata ruota intorno al gioco, qualsiasi altro elemento per lui è fonte di disturbo, per



questo non ha senso ripetere 500 volte di lavarsi le mani. **È opportuno trovare una strategia**, per esempio, raccontargli una storiella a tema.

**Inoltre, come adulti è importante essere dei modelli: non chiediamo al bambino cose che noi non facciamo.** I bambini prendono sul serio chi è coerente e in questo sono davvero bravi nel capire se li stiamo ingannando. In altre parole, quale che sia la richiesta educativa, non è mai opportuno cambiarla sul momento per evitare capricci e rimostranze. Dieci minuti di tv al giorno? Bene, 'qualunque' cosa accada, niente tentennamenti di fronte a uno scoppio d'ira (o di pianto) pur di farlo stare zitto. Non si mangiano caramelle e dolciumi industriali a tutte le ore? Il bimbo strilla che è troppo presto per la nanna?. Mantenere una certa **coerenza, stabilità** e un **buon livello di calma** davanti alle ribellioni dei bambini alle regole significa essere educatori credibili. Questo non significa essere rigidi e inflessibili, ma è importante stabilire dei limiti chiari, ragionevoli e farli rispettare senza cedere alle pressioni (a volte estenuanti!) del bambino.

**E' importante ricordare che i bambini non capiscono le richieste vaghe e generiche.**

Forse sembrerà scontato, ma non lo è affatto: le regole devono essere molto chiare, mai troppo vaghe e generiche. Occorre esplicitare bene la richiesta normativa, bisogna essere molto pratici quando si chiede qualcosa al bambino. Il classico *"Fai il bravo!"* non ha senso, non dà indicazioni e genera solo confusione, *"Boh, cosa dovrei fare?"* - penserà lui ogni volta e questo vale per i più piccoli e anche per i bambini in età scolare. *"Niente parolacce"*, *"Stai attento alla spiegazione dell'insegnante a scuola"*, *"Si va a letto alle 9.00 di sera"* (magari dopo la fine del suo cartone animato preferito); sono invece messaggi chiari e precisi che non lasciano spazio a dubbi e fraintendimenti.

Un altro aspetto utile quando si parla di regole è darle con una valenza positiva, ovvero *"Metti in ordine i giochi"* al posto di *"Non mettere in disordine"*.

Fin qui sembra tutto semplice, ma a **volte i bambini sanno mettere a dura prova la pazienza dei genitori.** Il bambino può non accettare di rispettare le regole e mettersi ad urlare, anche fortissimo. Il bambino urla? Tu abbassa la voce. ***"Ma perché il bambino non mi ascolta e vuole fare (quasi sempre) quello che vuole!"***. Un ritornello e una domanda che, probabilmente, molti genitori si sono posti. I bambini, soprattutto quelli in età prescolare, sono egocentrici, protestano di fronte a un divieto, il 'no' viene vissuto in modo violento, come un fulmine a ciel sereno. Il genitore, talvolta, si spaventa davanti all'urlo del bimbo (a qualsiasi età) e si mette sullo stesso piano, urlando più del figlio. In questo modo, la mamma, il papà, la maestra, la baby sitter diventa la "strega o lo stregone cattiva/o", si innesca un meccanismo in cui si continua ad alzare la posta in gioco.

Abbassare, invece, il tono di voce spiazza il bambino e, spesso, anche gli adulti; suggerisce uno strumento per comunicare diverso dall'urlo.

Il bambino è arrabbiato perché si è sentito "obbligato" dall'adulto a fare una cosa che non aveva voglia di fare? Potrebbe essere utile digli: *"ti capisco, anche la mamma, il papà a volte si arrabbiano, capisco quello che provi"*. Come educatori, se manteniamo la calma, trasmettiamo l'idea che la rabbia si può gestire in tanti modi rispetto a strilli e pianti.



***È importante dirgli che ha ragione a essere arrabbiato, riconoscendo, quindi, cosa prova, ma proprio non si può fare altrimenti.***

Mostriamo di capire che è arrabbiato perché vorrebbe giocare ancora fino alle 23, ma non è possibile, deve andare a letto. La rabbia esplosiva intimorisce il bimbo stesso, lui ha bisogno di sapere che l'adulto capisce quello che sente e gli dà una risposta utile: *“Guarda, capisco che sei molto arrabbiato”*. Un'affermazione del genere permette al bambino di abbassare la tensione e dare un nome a quello che sta vivendo in quel momento dal punto di vista emotivo.

Facciamo un altro esempio: se la mamma è molto seccata per la scenata che suo figlio ha scatenato al supermercato è importante che lo comunichi al bambino. Con un bimbo funziona di più ammettere: *“Sono arrabbiata ora perché questa cosa non si fa!”*. Non ha invece senso dire al bambino: *“Sei stato cattivo!”*, *“da te non me lo aspettavo proprio, sei un bambino capriccioso, non posso mai portarti da nessuna parte!”* Dire che siamo arrabbiati ora per il comportamento inadeguato del bambino lascia aperta la possibilità di riparare, di chiedere scusa. Le altre affermazioni citate, invece, sono una sentenza senza appello. Non è neanche corretto sgridare il bambino e consolarlo subito dopo: il messaggio è troppo contraddittorio e confondente, lasciate sempre aperta la possibilità di un chiarimento. Una volta arrivati a casa dal supermercato dove c'è stato il capriccio del bambino, ad esempio, ritagliatevi un momento con lui per parlare di ciò che è successo e permettete al bambino di *“riparare”* all'accaduto.

***Un altro aspetto da importante da considerare: ai bambini non fanno bene paragoni e ricatti***  
Minacce, più o meno sottili, paragoni con tutti i compagni / fratelli più bravi e ricatti morali (o peggio ancora punizioni corporali) non funzionano. Perché l'accettazione di una regola, basata solo sulla paura (o l'umiliazione), non è uno stimolo per la crescita.

***Quando il bambino rispetta la regola ditegli: “Bravo!”*** E' indispensabile mettere in risalto l'impegno e la buona volontà ogni volta che il bimbo 'prova' (o riesce del tutto) a seguire una regola.

Quando un bambino rispetta una regola, occorre sottolinearlo, questo atteggiamento agisce come rinforzo e trasmette al bambino un messaggio chiaro e positivo rispetto a quello che ha fatto. Così avrà voglia di ripeterlo in modo spontaneo, con il tempo e la pazienza avrà imparato a interiorizzare quella regola. In questo modo, lui sente che ha reso felice il genitore e innesca un meccanismo per cui avrà voglia di replicare quel comportamento. Non dimentichiamo che i bambini amano moltissimo i loro genitori e desiderano renderli felici. Per questi motivi è importante dare loro conferme d'amore. L'adulto può contribuire enormemente con il suo atteggiamento al benessere emotivo del bambino e alla relazione. A volte, nel rapporto con il bambino, ci si dimentica di ribadire i propri sentimenti.

***La conferma affettiva è vitale per crescere, tutti noi abbiamo bisogno di essere amati.***

Dire al bambino che è proprio lui il nostro bambino e siamo felici di averlo avuto è essenziale per la sua crescita. Oltre alla conferma affettiva, l'adulto deve prestare ascolto al bimbo, dedicare a lui il



suo tempo e tanta pazienza. I bambini hanno bisogno di tempo condiviso e di un adulto di riferimento disponibile ad accoglierli.

E' una sfida e una fatica quotidiana, ma certamente arricchente!