



COMUNE DI RUFINA



PROVINCIA DI FIRENZE

Susanna Berretti

Gabriella Picerno

Le parole dell'educazione

perchè l'educazione non sia solo di parole...

a cura del
Centro di Documentazione Educativa
"IL GRILLO PARLANTE"

L'idea di questa guida nasce dall'esperienza di corsi di sostegno alla genitorialità che da qualche anno stiamo promuovendo nel Comune di Rufina. Questi incontri di gruppo offrono un'occasione per accrescere in modo consapevole la propria competenza genitoriale attraverso l'ascolto, il confronto e il coinvolgimento personale, con l'intento di non offrire soluzioni e risposte preconfezionate, ma valorizzare le risorse e le potenzialità di ognuno.

Siamo consapevoli della straordinaria esperienza che vivono quelle persone che oggi sono chiamate ad essere genitori, "mestiere" tanto affascinante quanto difficile: ogni bambino è unico e diverso da tutti gli altri e ogni madre e ogni padre devono inventare, giorno per giorno, il proprio rapporto con lui, affrontando dubbi e problemi sempre nuovi. La struttura della famiglia si è modificata ed oggi l'educazione rappresenta un'autentica frontiera per la nostra comunità. Siamo coscienti del fatto che la Pubblica Amministrazione non è chiamata a svolgere un ruolo direttamente educativo, ma crediamo che si debba scommettere sull'educazione. Dobbiamo mettere in campo azioni per sostenere i genitori nel loro percorso. In questi anni stiamo strutturando servizi che vanno in questa direzione, dalle occasioni di aggregazione per ragazzi e giovani ai corsi sulla genitorialità passando per questo piccolo manuale, tentativo di offrire un'occasione di discussione nelle famiglie circa l'educare.

Vorremmo concludere ringraziando chi ha reso possibile, con un contributo, la realizzazione di questa pubblicazione: la Banca di Credito Cooperativo di Pontassieve e la Provincia di Firenze. Infine un grazie particolare alla Misericordia e alle autrici, Gabriella e Susanna, che di questa guida sono le autrici, che hanno dimostrato preziosa passione e professionalità.

Il Vice Sindaco
Stefano Passiatore

Il Sindaco
Stefano Gamberi

Quando otto anni fa la Confraternita della Misericordia di Rufina dette vita al Centro di Documentazione Educativa "Il Grillo Parlante", fece una scommessa con se stessa confidando di avere intuito l'importanza di offrire un nuovo servizio alla cittadinanza. L'accoglienza e il supporto educativo alla famiglia nel suo insieme, alla coppia, ai genitori, ai figli ed ai nonni è stata una scelta per poter rispondere concretamente alle emergenti problematiche sociali presenti sul territorio. La collaborazione tra la Misericordia e le Istituzioni che a vario titolo sono state interessate alla proposta ha permesso di elaborare progetti e percorsi formativi rispondenti alle richieste e ai bisogni che emergono. Operare per la prevenzione del disagio è apparsa e appare tuttora una sfida importante e necessaria per favorire il benessere personale e della collettività. Fin dall'inizio, grazie anche all'opera svolta dalle pedagogiste a cui è stata affidata la gestione, si è avuta una crescente frequentazione del Centro con una espansione del servizio sul territorio. La realizzazione di questo manuale in collaborazione con l'Amministrazione Comunale di Rufina, che ringraziamo, vuole essere un valido strumento di supporto all'attività didattica per la crescita della qualità dei nostri interventi rivolti alla comunità familiare. Cogliamo l'occasione, infine, per ringraziare le Dottoresse Susanna Berretti e Gabriella Picerno per la loro professionalità e competenza, unitamente alla loro condivisione dei valori propri della "Misericordia".

CONFRATERNITA DI
MISERICORDIA DI RUFINA

Il Governatore
Marcella Fontani

Realizzato con il contributo di:
Banca di Credito Cooperativo di Pontassieve
Provincia di Firenze

Immagine di copertina:
"Fiori" di Beatrice Massini

© 2006
Comune di Rufina
Via Piave 5 - Rufina
(Firenze)

Fotolito, impaginazione
e stampa:
Forme Grafiche
Rignano sull'Arno (Firenze)

Finito di stampare
nel mese di Maggio 2006



INDICE

Presentazione

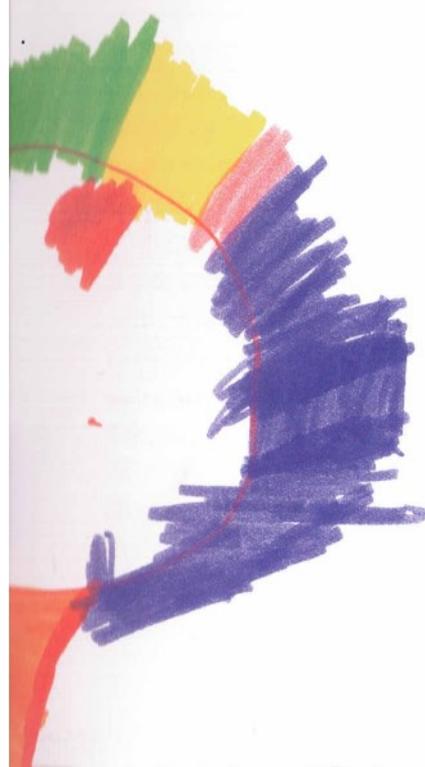
Introduzione

9 "Il pianto interrotto"

Le parole dell'educazione

- 15 Affetto
- 16 Bisogno
- 18 Conflitto
- 19 Dialogo
- 21 Emozione
- 22 Frustrazione
- 23 Gelosia
- 25 Oh Meraviglia!
- 26 Identità
- 27 Limite
- 28 Mangiare
- 30 No o Sì?
- 32 Ordine
- 34 Paura
- 36 Qualità
- 37 Rassicurazione
- 38 Scuola
- 39 Tenerezza
- 41 Urlo
- 43 Valore
- 45 Zoom

47 *Bibliografia*



Il pianto interrotto

C'era una volta, in un regno lontano chiamato Chicchessia, un Re ed una Regina che ebbero un bambino.

Il principino fu accolto con grande gioia da parte di tutti; la sua nascita fu festeggiata per giorni e notti, con canti e balli e ogni anno per il suo compleanno la Regina Celeste organizzava banchetti e tornei a cavallo, con giullari e ballerini. Il giorno del battesimo i numerosi invitati gareggiarono nel dono più bello e vistoso: sei coppie di cavalli bianchi, una tenuta per caccia in Pingù, oro e argento in abbondanza, pietre preziose e tanto altro ancora.

Tutti festeggiavano ma il piccolo sembrava non essere troppo attratto dai complimenti e dalle smancerie: chi lo baciava, chi lo stringeva, chi lo toccava, chi gli parlava... Così iniziò a piangere e sembrava non aver intenzione di smettere!

Il Re sembrò non curarsi troppo del figlio, intento com'era a discutere di affari con gli altri reali, la madre preoccupata cercò ogni spiegazione fino a pensare ad una grave malattia. La nutrice non lo calmò, la balia non lo calmò, la Regina troppo agitata, correva di qua e di là, interrogando i presenti sul rimedio da trovare.

Il principino continuava a piangere.

Sul calar della sera, dopo averle provate tutte, compreso il consulto dei miglior medici del regno, gli invitati salutarono; il Re cercò di consolare moglie e figlio, ma era troppo stanco e il pianto insistente lo disturbava così si ritirò nelle sue stanze. La Regina afflitta e disperata non si dava pace e anche lei piangeva.

Passarono di lì un gruppo di Fate: Norma, Tenerezza,



Sicurezza e Saggezza.

Sentirono piangere, si avvicinarono al palazzo e incuriosite entrarono.

La Regina non le riconobbe e invitò la servitù ad allontanarle... aveva altri pensieri!

La fata Saggezza con le sue parole calmò la Regina che riuscì a spiegare l'accaduto e chiese gentilmente la presenza del re, perché era giunto il momento di offrire i loro doni.

Il Re un po' seccato disse: *"Gentili signore, cerchiamo di far presto, siamo nel cuore della notte e io domani ho molti impegni!"*

"Mio caro - disse la Regina - non vorrai lasciarmi sola in questa situazione, Desiderio non intende calmarsi, cosa avrò fatto? Cosa gli è successo?"

Il Re rispose distrattamente: *"Il palazzo è pieno di servitù, puoi farti aiutare!"*

La fata Norma intervenne timidamente: *"I genitori siete voi..."*
- *"... occorre imparare a riconoscere chi ci vuole bene..."*
aggiunse la fata Sicurezza.

Mentre il Re e la Regina discutevano, la fata Tenerezza si avvicinò al principino e con un sorriso, una carezza gli donò. Con grande stupore dei genitori, il bambino cessò di piangere.

- *"Ohi boh! È stata una magia!"* - disse il re.

- *"Sire, non è magia! Il bambino aveva fame di..."*

- *"Ma Desiderio ha mangiato tanto e spesso!"* - ribattè la regina.

- ***Mia cara, i bisogni delle persone sono tanti e ognuno deve cercare di conoscere i propri e quelli degli altri!"*** - aggiunse la fata Norma.

- ***"In questo giorno di festa noi vogliamo offrirvi dei doni: sono speciali perché se li saprete usare con perseveranza"***

riusciranno a moltiplicarsi e diventeranno ancora doni da offrire a Desiderio e a tutti i figli che avrete." - disse Saggezza.

- *"Io vi dono il Libro delle Regole, sappiate farne buon uso: decidetele insieme, non siate troppo duri ma nemmeno troppo permissivi; usate l'intelligenza del cuore."*- disse Norma

- *"Io vi regalo la Fiducia affinché vi dia la forza e la sicurezza che permetterà a Desiderio di crescere e conoscere il mondo."* - continuò Sicurezza

- *"Non dimenticate di comunicare il vostro affetto con dolcezza e premura, perciò vi dono le carezze"*- concluse Tenerezza.

Il Re e la Regina, vicini al principe, ormai tranquillo e beatamente addormentato, si guardarono negli occhi e...

Con questi doni come crederà il principino?

Crea il tuo finale:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Agile guida per educare

Affetto

"Aristotele sostiene che gli usignoli ammaestrano i loro piccoli, dedicano ad essi tempo e cure; dal che si deduce che quelli da noi allevati in gabbia, che non hanno avuto modo di andare alla scuola dei loro genitori, perdono molto della grazia del loro canto."

Montaigne

Generare un figlio è qualcosa di molto più complesso del compiere un'operazione naturale, del dare un senso alla nostra vita o di realizzare un sogno di continuità.

L'attesa è il momento in cui ogni padre e ogni madre costruisce la propria idea di figlio: lo pensa, lo immagina e appena nasce... si cerca di scoprirne le somiglianze!

L'amore è la spinta per ogni atto educativo ma questo non basta se non vi è la ricerca delle differenze.

Accettare significa riconoscere a ciascuno il diritto di essere diverso, portatore di originalità e ogni genitore deve impegnarsi ad accompagnare il figlio nella ricerca della propria identità e nella realizzazione della personalità. Ogni genitore messo di fronte al compito di far diventare il proprio figlio un adulto maturo e responsabile deve **costruire un progetto** in cui le risposte a " Che cosa fare?" e "Come fare?" seguano un **metodo flessibile, gioioso e anche determinato.** **Voler bene, provare affetto non significa lasciar fare, ma guidare e sostenere.**



Affetto

"Aristotele sostiene che gli usignoli ammaestrano i loro piccoli, dedicano ad essi tempo e cure; dal che si deduce che quelli da noi allevati in gabbia, che non hanno avuto modo di andare alla scuola dei loro genitori, perdono molto della grazia del loro canto."

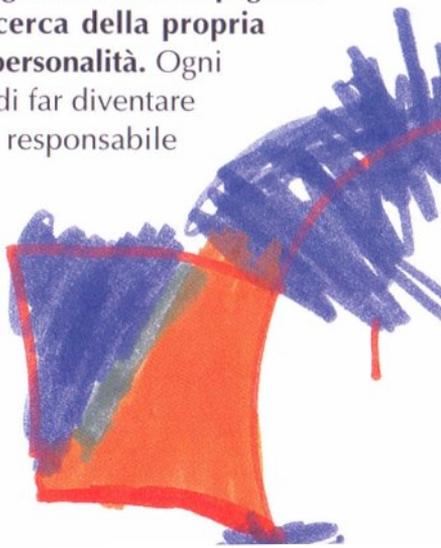
Montaigne

Generare un figlio è qualcosa di molto più complesso del compiere un'operazione naturale, del dare un senso alla nostra vita o di realizzare un sogno di continuità.

L'attesa è il momento in cui ogni padre e ogni madre costruisce la propria idea di figlio: lo pensa, lo immagina e appena nasce... si cerca di scoprirne le somiglianze!

L'amore è la spinta per ogni atto educativo ma questo non basta se non vi è la ricerca delle differenze.

Accettare significa riconoscere a ciascuno il diritto di essere diverso, portatore di originalità e ogni genitore deve impegnarsi ad accompagnare il figlio nella ricerca della propria identità e nella realizzazione della personalità. Ogni genitore messo di fronte al compito di far diventare il proprio figlio un adulto maturo e responsabile deve **costruire un progetto** in cui le risposte a " Che cosa fare?" e "Come fare?" seguano un **metodo flessibile, gioioso e anche determinato.** **Voler bene, provare affetto non significa lasciar fare, ma guidare e sostenere.**



solitudine, la riflessione... Le proteste del bambino, generalmente inducono il genitore verso tre direzioni:

- ✦ **La preoccupazione** perchè la quantità di attenzioni sia sufficiente;
- ✦ **Il tormento** dei sensi di colpa che fa riaffiorare la quantità di tempo trascorso con loro;
- ✦ **La reazione** alla frustrazione del figlio in modo inadeguato ed esagerato.



Conflitto

Il termine conflitto indica combattimento, opposizione, urto, lotta di competenze per l'attribuzione di poteri e nella logica comune questo implica l'individuazione di un vincitore e un vinto.

E' così anche nella tua famiglia?

Molto spesso il conflitto è sinonimo di **sconfitta** e ogni persona che si sente tale prova **angoscia, tensioni** e vive con disagio le proprie relazioni .

I conflitti non possono essere eliminati ma possono essere occasioni di confronto, scambio e dialogo nella misura in cui si desidera risolverli:

- ❖ **Vostro figlio non è un nemico ma portatore di idee;**
- ❖ **Si discute meglio in un clima tranquillo che permette il confronto;**
- ❖ **Dare un tempo all'ascolto, un tempo alla discussione e all'ipotesi di soluzioni;**
- ❖ **La questione non coincide con la persona, separare aiuta a capire;**
- ❖ **Negoziare non vuol dire perdere, ma attivare un processo di collaborazione;**
- ❖ **La questione è chiusa se accresce la stima reciproca.**

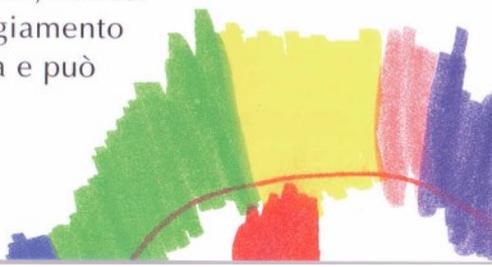
Ogni genitore deve insegnare con il proprio comportamento che non vi è conflitto risolto senza chiarimento e questo va fatto subito, con sincerità e disponibilità.

Dialogo

Comunicare con i figli è un'esperienza quotidiana ritenuta dai genitori spontanea e naturale. Se però nascono difficoltà sorge l'esigenza di rivedere e ripensare il proprio modo di dialogare. Comunicare non vuol dire conoscere le tecniche e applicarle in modo meccanico; l'essenza del vero dialogo sta nel trovare una disposizione psicologica profonda di chi vuol comprendere ciò che il figlio prova, sente e pensa in quel momento.

Alcune modalità molto diffuse di comunicazione non facilitano la comprensione e la disponibilità:

- * **Esortare e fare le prediche:** (dovresti..., non dovresti..., ponendo l'attenzione soltanto sul senso del dovere);
- * **Dare soluzioni:** (se fossi in te..., cerca di...) in tal modo si suggerisce una possibile soluzione al problema del figlio che spesso genera resistenza e rifiuto;
- * **Valutare:** se è legato prevalentemente all'esprimere giudizi il genitore appare al figlio come un "giudice" autoritario, incapace di comprensione;
- * **Indagare:** quando poniamo domande continue e le giustifichiamo dicendo che dobbiamo saperne di più;
- * **Criticare:** (sei sempre il solito..., non sai difenderti...) questo atteggiamento suscita un bisogno di difesa e può trasformarsi in litigio.



Tre perle per dialogare:

- Comprendere i sentimenti per sintonizzarsi con il figlio;
- Pensare soluzioni per incoraggiare il bambino a trovare le soluzioni discutendone apertamente e rendendolo protagonista;
- Confronto aperto legato all'ascolto empatico.



Emozione

Test



- 1 - Riconosci tra i disegni la "faccia" di tuo figlio? SI NO
- 2 - Sei attento alle espressioni del viso e alla posizione del corpo degli altri? SI NO
- 3 - Chiedi spesso a tuo figlio: Come ti senti? Cosa provi? SI NO
- 4 - Riesci ad accettare i cambiamenti di umore e di comportamento? SI NO
- 5 - Riesci a comunicare emozioni e sentimenti? SI NO

Educare attraverso un approccio emotivamente intelligente significa usare le proprie emozioni e quelle dei figli non come un limite ma come una ricchezza: i comportamenti e le azioni di ciascun membro della famiglia creano equilibrio e rapporti positivi se riusciamo a decodificare le sensazioni degli altri e a dividerle insieme.

Ogni comportamento ha in sé un ragionamento ed una emozione ed è in questo meccanismo di causa-effetto che il genitore empatizzando con il figlio deve promuovere occasioni di riflessione e nuove modalità di espressione.

Non reprimiamo la rabbia, la paura, la tristezza... anzi diamo un nome a queste emozioni e lasciamo che trovino un posto nella nostra interiorità perché fanno parte della natura umana e servono a crescere se riescono a svilupparsi e a collocarsi in equilibrio con la dimensione corporea e cognitiva.

Soluzione al test

SI: Sei attento alla globalità della persona umana e riconosci che ogni suo aspetto è in continua interazione. *le risposte*
NO: Non esiste solo il cervello! Ciascuna persona possiede delle competenze emotive che interagiscono e confermano il nostro comportamento, anche se non sempre ce ne accorgiamo. *le risposte*
Attenzione: le emozioni sono un patrimonio che non deve estinguersi! Esercitati ad ascoltare il tuo cuore.

Frustrazione

La frustrazione è un “mancato desiderio” che partecipa alla formazione della personalità del bambino.

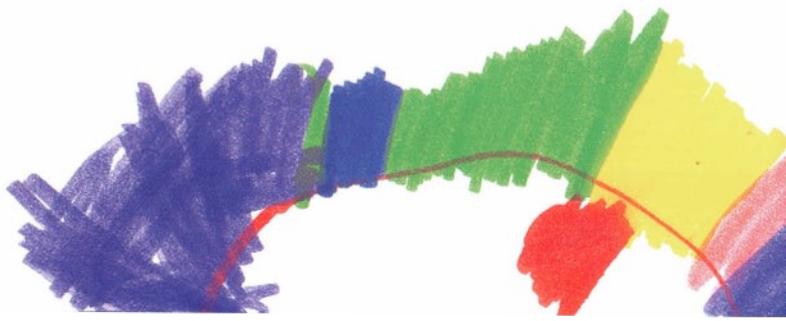
In età prescolare egli non distingue tra realtà e finzione, ma è caratteristico in lui il pensiero onnipotente che lo porta a credere di poter controllare, ma anche realizzare ogni suo desiderio. Tale pensiero rimane vivo a lungo e viene abbandonato gradatamente per lasciare il posto al senso di realtà solo nell’età scolare, quando le frustrazioni possono venire dalla scuola, dagli amici e da altre situazioni.

In genere la reazione del bambino alla frustrazione (come nell’adulto) è l’aggressività.

Le strategie giuste:

- ◇ **Aiutarlo** a esprimere ciò che prova;
- ◇ **Partecipare** alle sue emozioni accogliendo i suoi momenti di rabbia o tristezza facendone un uso costruttivo;
- ◇ **Trovare** con lui le soluzioni per elaborare la frustrazione sofferta.

Per affrontare in modo positivo le frustrazioni, il bambino deve aver fatto l’esperienza di essere amato, capito, aiutato e tramite la famiglia deve aver conosciuto un ambiente che anche se pone dei limiti lo accoglie e gli fa spazio.



Gelosia



Una mamma racconta:

"I miei ragazzi non riescono ad andare d'accordo più di dieci minuti: prima iniziano ad offendersi e spintonarsi poi pizzicotti, calci e giù botte! Cerco di calmarli ma poi perdo il controllo e non di rado ci scappa qualche sculacciata!..."

La gelosia non è una malattia ma un sentimento ed è inevitabile che si manifesti all'interno di una relazione che implica affetto come ad esempio nella coppia e nella famiglia.

Quasi tutti i figli desiderano essere il preferito dei genitori e quando si è più di uno la competizione nasce dal volere amore e attenzione più degli altri. Può accadere che anche i figli unici siano gelosi, in questo caso dei genitori stessi e della relazione che c'è tra loro.

L'arrivo di un fratello è la motivazione più ricorrente alla gelosia: il bambino ha paura di essere sostituito e sente di perdere l'amore dei genitori... solo dopo potrà scoprire che l'amore che riceverà sarà qualitativamente più intenso!

Come si manifesta la gelosia?

Un bambino geloso prova paura e insicurezza e pertanto non può essere considerato cattivo e capriccioso ma in un momento difficile della propria vita.

Agli occhi degli adulti le sue manifestazioni sono spesso immotivate e imprevedibili:

- > atteggiamenti di ostilità > prendere in giro > mordere
- > tirare i capelli > dimostrare invidia e odio > isolarsi
- > piangere spesso > avere un calo di concentrazione
- > dipendenza dall'adulto > imitazione.

Se la gelosia non si affronta in maniera corretta può incidere in modo considerevole sulla personalità del bambino fino a creare condizioni di disagio.

SUGGERIMENTI

- ✿ La gelosia ha bisogno di essere "liberata", non può essere compressa o repressa;
- ✿ Il bambino ha bisogno di essere considerato dal genitore, deve sentire la sua protezione e il calore dei suoi abbracci;
- ✿ Lasciate che i vostri figli si accapiglino e sbrighino da soli i loro conflitti, intervenite solo quando la situazione si fa realmente pericolosa;
- ✿ Non lodate troppo un figlio rispetto all'altro, non è utile fare confronti;
- ✿ Cercate di concedere le stesse attenzioni e gli stessi privilegi;
- ✿ Create relazioni individualizzate che sappiano rispondere alle esigenze di ciascuno;
- ✿ Evitare di etichettare con "il più grande" e "il piccolo";
- ✿ Valorizzate le qualità positive perché la lode e la considerazione aumentano la fiducia in sé;
- ✿ Privilegiare la conversazione e il dialogo.

*... perché mi lasci solo
sai che da soli non si può
senza qualcuno
nessuno può diventare un uomo.*

Oh, Meraviglia

La semplicità delle filastrocche, la magia delle fiabe e la possibilità che un desiderio si realizzi sono gli elementi attraverso i quali il bambino guarda il mondo che lo circonda. La realtà non è certo semplice, nemmeno per i più piccoli, ma sono dotati della capacità di meravigliarsi e di stupirsi di fronte agli eventi, grazie alla loro spontaneità e libertà interiore, che li fa stare con gli occhi aperti, ad osservare la realtà.

Perché crescendo si perde tutto ciò? Essere adulti vuol dire essere seri?

I genitori devono impegnarsi a stare accanto ai figli differenziandosi da loro, ma provando a pensare con gli occhi di un bambino.

La spontaneità (che non equivale ad improvvisazione!) permette al genitore di mostrarsi nella propria umanità, oltre che nella responsabilità del suo ruolo.

*... e mi vergogno un po'
perché non so più fare **oh!***

"I bambini fanno Oh!"
- Povia -

Identità

E' una dimensione complessa e variegata della personalità.

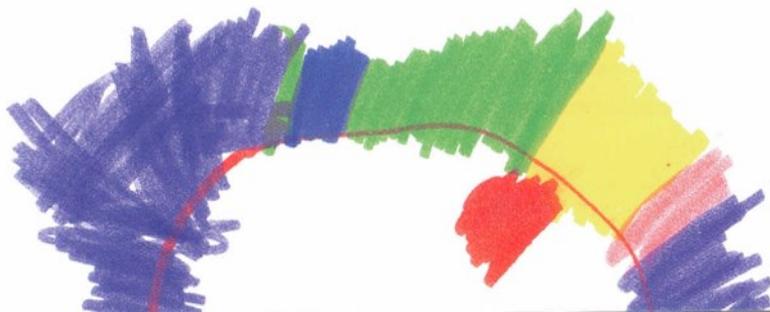
Il bambino matura la sua identità nell'ambito delle relazioni familiari e spesso parla di sé riferendosi alla propria famiglia.

Sia nel bene che nel male **i genitori hanno un ruolo fondamentale nella costruzione del sé.** Prima della nascita il bambino esiste nella fantasia dei genitori e progettano il suo futuro.

Fin dalla nascita gli riconoscono attitudini, lo approvano, lo disapprovano, consigliano, guidano e quindi contribuiscono alla formazione della sua identità. Inizialmente il bambino non ha coscienza della propria identità se non attraverso il proprio corpo manipolando gli oggetti, vocalizzando ed esprimendo la sensazione di fame e di sete.

L'identità è una conquista che si sviluppa in tutto il percorso di crescita.

Per acquisire una dimensione positiva è necessario che il bambino viva in un clima di accoglienza dove i messaggi verbali e non verbali siano coerenti e diano la sensazione di essere un individuo unico e differente dagli altri.



Limite

Molti genitori concordano sull'importanza di essere d'accordo sull'educazione dei figli, anche se ciascuno ha il diritto ad essere **originale** e **personale** nell'impostare il proprio rapporto.

La sintonia e la coerenza educativa permettono ai genitori di operare con maggior efficacia e di vivere il proprio ruolo genitoriale con serenità, avvertendo il rispetto del partner e non il giudizio o la rivalità.

“Io e mio marito vogliamo molto bene ai nostri figli, ma spesso quando parliamo di loro finiamo per litigare e non riusciamo più a capirci”
(Anna, 34 anni)

Anche gli adulti hanno i loro **limiti** che molto spesso emergono nella relazione familiare e nella **difficoltà a dialogare**: urlano e sono nervosi con i figli, usano “un peso e due misure”, richiedono impegno e perfezione maggiori alle reali possibilità, sono alternativamente autoritari o troppo permissivi, non sono capaci di rimproverare e si arrendono facilmente.

Come aiutare il partner (e come farsi aiutare) a riconoscere gli errori educativi? Come superare i propri limiti attraverso un processo di autoeducazione?

- ✦ Facilitare il dialogo;
- ✦ Esprimere critiche propositive e non “gratuite”;
- ✦ Accettare il carattere dell'altro senza volerlo cambiare, anzi valorizzarne le risorse;
- ✦ Non sostituirsi ma lasciare spazi di libera espressione.

Mangiare



*“Un boccone per la mamma,
uno per il papà,
uno per la zia di Santhià,
uno per lo zio che sta in Francia
... così fu che al bambino venne mal di pancia.”*

Gianni Rodari

L'alimentazione è un terreno delicato che può diventare un confronto difficile tra genitori e figli.

Intorno alla tavola ognuno contribuisce al buon clima familiare. L'amore e la passione con cui prepariamo i cibi e li presentiamo sono altri elementi decisivi che caratterizzano il piacere di ritrovarsi in armonia, anche se a volte questo momento può diventare una "lotta all'ultimo cucchiaino".

Il cibo è legato alla sopravvivenza fisica ma è pieno di significati affettivi. Quando il genitore dà la pappa al bambino, insieme al cibo passano una serie di sentimenti, emozioni, sensazioni. Il comportamento alimentare varia molto nel tempo nei grandi e nei piccini e il bambino, per istinto ricerca il cibo seguendo i suoi bisogni ed è quindi competente nei gusti e nella regolazione dell'appetito. Questa inclinazione in genere gli consente di non morire di fame o di non diventare soprappeso (se non intervengono altri fattori aggiuntivi).

Alcuni riflessioni:

- * **Coinvolgere** i bambini nella preparazione dei cibi;
- * **Non insistere** a finire tutto perché il bambino si autoregola;

- * **Non ironizzare** se il bambino mangia troppo, ma cercare di capire perché lo fa: se è frutto di una cattiva educazione alimentare o se vi è un bisogno affettivo-emotivo da soddisfare;
- * **Proporre** cibi diversi cucinati anche in modo differente;
- * **Accettare** il rifiuto verso alcune pietanze, questo può variare nel tempo e quei cibi non graditi possono diventare improvvisamente appetitosi e viceversa;
- * **Attendere** in quanto non tutti i bambini vivono il cibo con grande passione, ma questo atteggiamento nella crescita può cambiare.



M No o sì?

Quesito molto ricorrente:
“E’ meglio dire di no oppure dire
sì?” ovvero
mio figlio? Forse è meglio
accontentarlo!?!”

I bambini fin da piccoli basano gran parte del loro rapporto con l’altro sulla richiesta: è un bisogno per affermarsi e per misurare il livello di risposta degli adulti.

Ma il genitore per comunicare al proprio figlio che gli vuole bene deve sempre assecondarlo?

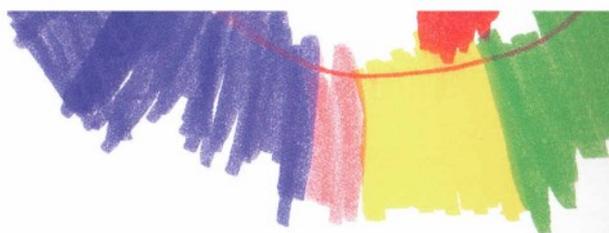
E’ percezione diffusa che il No indica rifiuto, il Sì accoglienza e consenso. In realtà ad ogni richiesta occorre porre attenzione, saper valutare i reali bisogni del figlio e dare risposte motivate e convincenti.

Dire di no è più difficile ma aiuta a crescere!

Cedere, mollare ai primi capricci, accontentare sempre i propri figli dà un’immagine di genitore debole e incapace a “tener duro” sulle proprie posizioni. Ciò farà sì che i bambini, consapevoli della propria forza e delle debolezze degli adulti, si pongano in un atteggiamento di sfida, convinti che “chi la dura la vince”.

Magari ottenuto ciò che desiderano, l’oggetto non è più piacevole e viene velocemente abbandonato.

Dire no e sì in maniera attenta, ponderata, sostenendo la propria scelta con argomentazioni vere e sincere, produrrà nel rapporto genitore-figlio un maggior dialogo e comprensione reciproca.



Il NO non è una punizione ma una scelta consapevole dell'adulto.

Come porsi di fronte ad un rifiuto?

Con un atteggiamento autorevole:

- ◆ Porsi come riferimento adulto maturo;
- ◆ Usare la disciplina;
- ◆ Utilizzare una comunicazione circolare;
- ◆ Testimoniare con l'esempio;
- ◆ Stimolare alla riflessione;
- ◆ Sentirsi partecipi ad un processo di crescita.

Il genitore autoritario dice:

"Basta, decido io! Non voglio sentire discussioni!"

Il genitore permissivo dice:

"Non fare così... Cerchiamo di capirci, affrontiamo la cosa come due amici! Vedremo..."

Il genitore autorevole dice:

"Capisco le tue richieste, non sono molto favorevole ma cerca di spiegarmi meglio... Ci sono altre soluzioni?"

Che tipo di genitore senti di essere?

Ordine



"Mettila a posto la tua camera!"

Quante volte la camera del bambino sembra un campo di battaglia: giochi dappertutto, residui di cibo, indumenti sparsi qua e là. Non sempre è facile convincerlo a mettere ordine, senza ricorrere a restrizioni che a volte rendono l'atmosfera pesante.

Nell'equilibrio e nella crescita del bambino il mettere ordine è fondamentale perché lo prepara alla vita sociale, aiuta la strutturazione interna, canalizza le emozioni, permette di sviluppare il concetto di tempo e spazio.

Raramente nel bambino piccolo il mettere ordine è una iniziativa personale, in genere è il genitore che lo invita a farlo, ma se non gli viene spiegato il motivo non capisce lo scopo e soprattutto i vantaggi. Molto frequentemente lo considera noioso e un'interferenza verso il gioco che sta facendo. L'abilità dell'ordinare è una competenza che si acquisisce osservando gli altri e imitandone il comportamento.

E' comunque consigliabile rendere partecipe il bambino nel riordinare:

- ★ Per evitare rapporti di forza tra genitore e bambino;
- ★ Per proporgli una modalità che nel tempo personalizzerà;
- ★ Per incentivare nel bambino il senso di responsabilità.

Chiedere ad un bambino di mettere ordine, vuol dire anche aiutarlo a comprendere che lo spazio è condiviso e funzionale alle esigenze di tutti.

Come aiutare il bambino?

L'attività del gioco contribuisce notevolmente a favorire lo sviluppo di un "ordine interno" (giochi di regole, labirinti, puzzle, giochi di società, giochi collettivi).

All'adulto è richiesta una certa flessibilità che varia a seconda dell'età del figlio: occorre non dare troppa importanza a dettagli inutili, ma a giocare e parlare con lui, a non dedicare il tempo libero solo a riordinare.



Pauro

"Mamma non fare così! Mi fai paura!"

Lucia, 7 anni

La paura è un'emozione primaria e ciò significa che è propria di ogni uomo e si manifesta con dei segnali linguistici condivisi.

La paura è quindi una competenza emotiva che permette una risposta in situazioni sconosciute o di pericolo; è una reazione difensiva che aiuta a crescere.

È importante non alimentare le paure o insistere eccessivamente perché le si vincano come ad esempio la paura dell'acqua o del buio. Ugualmente non è utile fare delle paure un metodo educativo: "Se non smetti verrà il mostro a prenderti!" oppure "Ora ti chiudo in camera e al buio!", peggio ancora: "Non ti comporti bene! Io e la mamma ti lasceremo da solo!".

Perché la paura non diventi paralizzante e limiti le reazioni che ne permettono il superamento, è opportuno che la persona conquisti progressivamente alcune abilità e certezze:

- **Riconoscere le proprie paure;**
- **Sentire la fiducia degli altri;**
- **Padroneggiare le reazioni fisiche e psicologiche;**
- **Ragionare;**
- **Essere coraggioso.**

Il processo non è sempre lineare e semplice, pertanto i genitori sono chiamati ad assumere una metodologia educativa in cui:

- * Non eccedere con atteggiamenti di eccessiva preoccupazione ed ansia;
- * Sforzarsi di capire ed ascoltare;
- * Mai prendere in giro e scherzare su ciò che fa paura;
- * Promuovere esperienze di scoperta e conoscenza;
- * Giocare e inventare storie che permettano la rielaborazione delle situazioni difficili;
- * Non lasciarsi impressionare: alcune volte la paura non è reale ma un alibi per ottenere considerazione e clemenza;
- * Dire tranquillamente: "Anch'io ho paura!".



Qualità

dell'educare

E' un aspetto essenziale che presuppone:

- ✱ Una buona comunicazione emotiva tra genitori e figli;
- ✱ Una quantità di tempo da poter dedicare al bambino;
- ✱ La consapevolezza del ruolo genitoriale;
- ✱ Una attenzione verso i propri bisogni e quelli dei figli.

La qualità ci evoca quindi diverse condizioni affinché si realizzi. Tali situazioni sono legate a loro volta al **concetto di crescita che implica impegno, ma anche cambiamento, differenziazione e sviluppo progressivo per diventare adulti.**

I genitori non possono ignorare che le trasformazioni psichiche e fisiche dei figli investono anche loro perché **continuamente devono cambiare gli stili di intervento adattandoli ai mutamenti dei figli.**

Se i bambini sono orientati positivamente dall'adulto, crescendo troveranno le risorse e le energie interne per affrontare le difficoltà.

Rassicurare

E' un concetto chiave dell'educazione, perché al suo interno contiene altri significati fondamentali, quali:

- ✦ Stimare e accettare i figli così come sono;
- ✦ Rilevare i comportamenti positivi;
- ✦ Dare e mostrare fiducia;
- ✦ Riconoscere lo sforzo per migliorarsi evidenziando le potenzialità;
- ✦ Apprezzare il loro contributo.

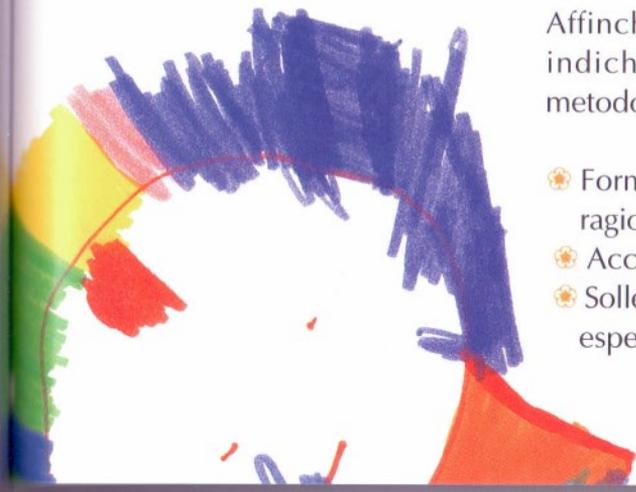
In ogni persona c'è uno spazio per migliorare ma bisogna avere un'opinione positiva di sé e soprattutto sapere di poter contare su qualcuno che ci ama e ci stima.

Un genitore che ama il proprio figlio trova il modo di rassicurarlo evidenziando che ha fiducia in lui e che ce la potrà fare.

L'obiettivo della rassicurazione è quello di aiutare a crescere il figlio nella convinzione che egli sia un valore.

Affinché questo si verifichi indichiamo alcuni aspetti metodologici su cui riflettere:

- ✦ Formulare aspettative ragionevoli adeguate all'età;
- ✦ Accettare gli insuccessi;
- ✦ Sollecitare il bambino a fare esperienze gratificanti.



La scuola come tutto il mondo dell'educazione sta vivendo una profonda crisi, intendendo questa come occasione per riflettere e valutare. In questo contesto dove sembra essere sempre più debole il senso di appartenenza prevale una mentalità individualistica e a risentirne sono le istituzioni educative.

E' importante che scuola e famiglia, responsabili del proprio ruolo e della propria specificità, collaborino per il raggiungimento di un obiettivo condiviso e globale: lo sviluppo umano in ogni sua forma.

I nuclei dell'educazione sono così enunciabili:

- **Imparare a conoscere;**
- **Imparare a fare;**
- **Imparare a vivere insieme;**
- **Imparare ad essere.**

La comunità educante e l'adulto educatore deve realizzare la propria vocazione privilegiando alcune attenzioni:

- * Riconoscere le diversità;
- * Incoraggiare e non svalutare;
- * Accettare la fatica più del risultato;
- * Essere autorevoli per promuovere sicurezza;
- * Coerenza tra il dire e il fare;
- * Sorridere, essere positivi invece di lamentarsi sempre;
- * Lodare con giustizia senza fare confronti e paragoni;
- * Non pretendere più di quanto uno può dare;
- * Favorire la collaborazione e non la competizione;
- * Interrogarsi sul perché di certi comportamenti.

T

Tenerezza

*“Senza il contatto fisico,
nessun neonato potrebbe sopravvivere.”*

Silvia Vegetti Finzi

Stare fisicamente vicino al bambino per coccolarlo e prendersene cura è un gesto di affetto e di tenerezza che gli trasmette amore, contatto e calore.

Attraverso il contatto di pelle si rafforza l'attaccamento del bambino verso la madre, tale scambio fisico mette in atto sensazioni, emozioni, sentimenti.

Il neonato ha una sensibilità cutanea molto forte e può sentirsi a disagio da contatti discontinui, frettolosi, distratti, così come può essere infastidito da contatti troppo prolungati.

Il rapporto corporeo, diventa meno “indispensabile” durante la crescita: in questa fase la madre dovrebbe “lasciarlo andare” quando questi chiede autonomia dai suoi abbracci.

Il linguaggio della tenerezza è un aspetto che riguarda anche i papà che possono stabilire con i propri figli un contatto fisico che è spesso legato al gioco, ma che può esprimersi anche con coccole e vezzeggiamenti.

Queste forme di comunicazione fisica sono anche importanti per lo sviluppo sessuale e affettivo, in quanto rassicurano il bambino e lo preparano ad un maggior controllo delle emozioni.

Intorno ai 4-5 anni si denotano differenze tra maschi e femmine, nel manifestare e ricevere tenerezza; queste caratteristiche si accentuano in modo



più marcato a 8-9 anni. Durante l'adolescenza si verifica un distacco fisico dai genitori in quanto nasce il bisogno di differenziarsi da essi e il desiderio di ricercare e scoprire un nuovo contatto corporeo con i coetanei.

Il linguaggio corporeo è aperto ad una gamma infinita di manifestazioni che porta ad una intimità fisica essenziale per infondere sicurezza nel bambino e lo prepara nella crescita a saper comprendere i propri bisogni emotivi in relazione a se stesso e agli altri.





Urlo

*“Tra urlare e sbraitare
preferisco comunicare.”*

Quando siamo arrabbiati con nostro figlio è facile cadere nella trappola dell'urlo perché pensiamo che questo ci aiuti meglio a ristabilire i ruoli. Se a volte succede di urlare, non facciamone un dramma, ma se questo diventa un modo privilegiato di comunicare con il bambino, allora occorre riflettere.

Molti adulti, pur sentendo la necessità di chiarezza e fermezza aspettano a lungo prima di porre dei limiti. Questo atteggiamento può portare ad un esaurimento della pazienza che si trasforma in urli e azioni punitive. Tali prove di forza tra genitori e figli sono la conseguenza di uno stile educativo incoerente.

Il genitore urla quando “non sa più cosa fare” e viene vissuto dal bambino come un'azione di forza tanto da impaurirlo specie se piccolo.

Invece di urlare conviene porre attenzione insieme al figlio sulla relazione tra il comportamento e i suoi effetti.

Ogni effetto ha delle conseguenze educative:

- * **Le regole devono essere chiare e precise** prima che si superino i limiti. Se non rispetta gli accordi sa già cosa potrà accadere;
- * **Ogni richiamo si basa sul rispetto reciproco** trovando soluzioni attraverso la comprensione;

- * Le decisioni maturate vengono spiegate e messe in atto;
- * Esprimersi in tono pacato per trasmettere sicurezza e tranquillità interiore.



Valore



Costruire valori rimane uno dei compiti più difficili dell'educazione, anzi spesso è uno degli aspetti più dimenticati o comunque dato per scontato.

In realtà occorre essere consapevoli che la famiglia è il nucleo primario in cui si trasmettono i valori etico – sociali che poi vengono vissuti e perseguiti individualmente. È molto importante essere genitori consapevoli del fatto che ciascuno compie delle scelte in base ai propri ideali e scala di valori.

I valori sono necessari per crescere e hanno un ruolo nello sviluppo della personalità e dell'identità: ogni persona fin da piccola entra in contatto con diversi sistemi (scuola, famiglia, gruppo) e deve imparare a conoscerli e ad essere critico per poter scegliere in modo incondizionato.

Il figlio deve essere abituato a pensare e ad affrontare in modo costruttivo le situazioni più complesse.

Man mano che il ragazzo cresce diventa sempre maggiore la necessità di esprimere i propri valori e non sempre coincidono con quelli auspicati dai genitori.

Delusione oppure opportunità educativa?

Se ciascun genitore ripensa alla propria storia personale si accorge che nel corso della vita ci sono stati dei **cambiamenti** e anche ai figli occorre dare questa possibilità come fine dell'agire.

Perciò occorre evitare atteggiamenti sostitutivi, moralistici e condizionanti; è necessario utilizzare il metodo dell'esempio in cui l'adulto riesce a motivare le proprie scelte senza imporle.

Insegna a:

- * scegliere
- * valutare
- * agire

attraverso i seguenti atteggiamenti:

- ▲ **Comunica le tue idee con sincerità;**
- ▲ **Non esigere il consenso;**
- ▲ **Permetti agli altri di esprimere il proprio punto di vista;**
- ▲ **Sii disposto ad ascoltare;**
- ▲ **Parla con un linguaggio adatto all'età di tuo figlio.**





Zoom

Mettiamo a fuoco le potenzialità
del rapporto genitori- figli

Nel percorso educativo esistono difficoltà ma anche potenzialità, che diventano risorse per attivare processi di cambiamento e di crescita per l'intera famiglia.

Riflettiamoci insieme:

- ✓ **Ruoli:** Chi è il genitore? Chi è il figlio? La confusione tra i ruoli genera famiglie confuse e incerte in cui il rischio è quello di avere figli che si impongono e genitori che si adeguano.
- ✓ **Condividere la quotidianità educativa:** per non sentirsi soli è necessario creare occasioni di confronto per raccontare e riflettere su ciò che avviene nella relazione familiare.
- ✓ **Coerenza:** dare messaggi semplici e chiari nei quali emergano le diversità dei ruoli genitoriali; evitare contrapposizioni in presenza dei figli che generano conflitti e confusione.
- ✓ **Tempo per sé e per gli altri:** organizzare all'interno della giornata spazi necessari per rigenerare le proprie energie al fine di favorire un clima più disteso e comunicativo.

- ✓ **Accettare l'errore:** pensare ai propri figli come persone che per crescere hanno bisogno di sperimentare e sbagliare.
- ✓ **Dare fiducia:** per crescere sicuro un bambino ha bisogno di sentire accanto a sé adulti che lo stimano e accettano le sue caratteristiche. Pertanto non è positivo sostituirsi e svolgere per lui quanto gli compete, ma aiutarlo incoraggiandolo.
- ✓ **Ascoltare:** è qualcosa di più che sentire! Per capire i figli è necessario conoscere i loro linguaggi e non fermarsi ad una interpretazione superficiale, ma cogliere i desideri e le reali necessità.
- ✓ **Evitare di colpevolizzarsi:** ogni genitore sbaglia (almeno qualche volta!) ma ciò non significa che si è incapaci, anzi fare un po' di autocritica aiuta a migliorare.



Bibliografia

- Wyckoff J. – B.C. Unell, DISCIPLINA CON AFFETTO, Demetra, 2000
Andreoli V., DALLA PARTE DEI BAMBINI, Bur, 2000
Rigon E., IL DISORDINE, Ancora, 2002
Juil J., RAGAZZI, A TAVOLA!, Feltrinelli, 2005
Juil J., IL BAMBINO E' COMPETENTE, Feltrinelli, 2001
Preuschoff G., LE PAURE DEI BAMBINI, Red, 1998
Rogge J., QUANDO DIRE NO, Il Saggiatore, 2001
Marcoli A., IL BAMBINO NASCOSTO, Mondatori, 1993
Vegetti Finzi S., I BAMBINI SONO CAMBIATI, Mondatori, 1998
Oliverio Ferraris A., CRESCERE, Cortina, 1992
Goleman D., INTELLIGENZA EMOTIVA, Rizzoli, 1996
Ukmar G., SE MI VUOI BENE DIMMI DI NO, Franco Angeli, 1997
IRSEF, SFIDA PER UN PROGETTO EDUCATIVO, edb, 2001

Questi libri e molti altri ancora
sono direttamente consultabili presso il

Centro di Documentazione Educativa

"IL GRILLO PARLANTE"

P.za Umberto I°, 41 Rufina



Susanna Berretti

Pedagogista, insegnante di Lettere presso la scuola secondaria di primo grado.

È direttore scientifico del C.D.E. "Il Grillo Parlante" di Rufina. Si occupa di Pedagogia Familiare, organizza e conduce Itinerari Formativi per Genitori.

Svolge attività di consulenza educativa per docenti, educatori e famiglie; nella scuola tiene corsi di educazione alla relazione e all'affettività.

Si occupa di problematiche scolastiche e dell'apprendimento.



Gabriella Picerno

Pedagogista, consulente in sessuologia, specialista in Psicologia del disegno infantile.

È direttore scientifico del C.D.E. "Il Grillo Parlante" di Rufina. È autrice di articoli divulgativi su problematiche pedagogiche della famiglia, dell'infanzia e dell'adolescenza.

Da anni è impegnata in progetti e interventi di Educazione Sessuale in diverse realtà della Toscana.

Si occupa di problemi scolastici, di apprendimento e di relazione.

Tra le sue pubblicazioni:

"Genitori separati, bambini divisi" - Ed. Del Cerro - 1996

"Le ferite dell'arcobaleno" - Provincia di Firenze (cura di) - 2001.



Il Grillo Parlante risponde ai bisogni di informazione e qualificazione di tutti coloro che sono impegnati in ambito educativo.

Il Centro è rivolto ai genitori, agli insegnanti, ai professionisti, ai volontari che quotidianamente si occupano di minori, siano essi bambini che adolescenti. Svolge attività di studio e documentazione insieme a proposte di prevenzione al disagio, consulenza educativa e familiare.

È un servizio gratuito della Confraternita di Misericordia di Rufina, con apertura settimanale (mercoledì 17,30-19,00) - Piazza Umberto I, 41 - Rufina.