

Asilo Infantile di Affori.

Scuola dell'Infanzia Paritaria.

Ente morale privato (DGR 3512 - 8.10.91)

LA GESTIONE DELLE REGOLE: L'IMPORTANZA DEI "NO" NELLO SVILUPPO

Incontro del 18 gennaio 2012

Dott.ssa Marina Piccolo

Ogni gruppo sociale è organizzato in base delle regole che definiscono i rapporti interpersonali, che vanno dalle regole di interazione, di comunicazione, agli usi e costumi, alle regole morali: la conoscenza e l'interiorizzazione di tali regole sociali è un aspetto fondamentale del processo di socializzazione del bambino.

Il bambino, infatti, impara molto precocemente che la realtà è governata da situazioni o aspetti molto regolari e regolati: la regolarità, l'abitudine, la routine danno al bambino un profondo senso di sicurezza e di protezione, in quanto gli permettono di sviluppare la sensazione di avere il controllo della realtà circostante.

Il contatto con le regole sociali avviene innanzitutto in famiglia, prima agenzia di socializzazione: i genitori dovrebbero diventare per il bambino dei riferimenti sicuri, da cui partire per esplorare l'ambiente circostante liberamente, senza paure.

La seconda agenzia di socializzazione è il mondo della scuola, la scuola dell'infanzia, o per alcuni addirittura il nido, che richiedono l'osservanza di determinate norme di comportamento.

La normativa familiare comunque precede e viene integrata da quella scolastica.

Ma cosa sono le regole!? Le regole possono avere diverse forme:

- ⤴ Regole per le routine
- ⤴ Regole di comportamento
- ⤴ Regole sociali
- ⤴ Regole familiari

... Perché dobbiamo insegnare le regole? Perché esse "regolano" il comportamento e la relazione con gli altri ... danno un ritmo ... e un LIMITE (funzione di protezione ed educazione)

Bimbi 0-2 anni

Il bimbo comincia a prendere coscienza di sé, degli altri, della realtà intorno a sé, proprio grazie agli adulti di riferimento che interpretano il suo comportamento, rispondono al suo pianto e danno un senso alle sue azioni attraverso le routine, attraverso un ritmo preciso.

Il bambino ha bisogno di abitudini rassicuranti ... (pappa, riposino, nanna, bagnetto, gioco), ha bisogno che non si risponda immediatamente al pianto: infatti, dobbiamo insegnare al bambino a tollerare lo stato di "disagio", in modo che anche lui impari a farlo!

Bimbi 2-5 anni

I bambini sono per natura impulsivi, esploratori, curiosi, attivi, ... Devono imparare i pericoli, i rischi, i comportamenti corretti nella società ... Il genitore deve essere un punto di riferimento, che sa distinguere il bene dal male, e lo insegna al bambino.

I bambini hanno un'idea del mondo come magico, dove tutto è possibile, dove realtà e fantasia coincidono ... devono imparare che invece nella realtà non è tutto possibile!

Il limite, il “no” infastidisce il bambino, che reagisce protestando!

La reazione del genitore è importante e trasmette sempre un messaggio. Ma attenzione! Il nostro stato d'animo va ad incidere sulle nostre percezioni e sulle nostre reazioni!

ESEMPIO - Un bimbo che tira fuori tutte le pentole, le mette per terra e inizia a battere su di esse, può essere visto dall'adulto:

- come un musicista in erba
- come uno scienziato che esplora le caratteristiche degli oggetti
- una piccola peste rumorosa, ma adorabile
- un bimbo disordinato che non sa usare i giochi e che ci fa sempre arrabbiare
- ...

dipende da noi, da come leggiamo la realtà ...

Le Regole sono necessarie per il benessere del bambino e l'adulto dovrebbe rispettare queste linee guida:

- ▲ dare poche regole, ma con fermezza
- ▲ non dare regole eccessivamente severe
- ▲ No all'umiliazione
- ▲ non dare regole di comodo (perché siamo stanchi, il bambino può fare tutto)
- ▲ Le eccezioni sono ammesse, si possono concordare
- ▲ ... È umano sbagliare, ma bisogna perdonarsi e proseguire

Per un genitore rimane comunque difficile porre delle regole, perché?

- bimbo che piange sembra sofferente (preoccupazione)
- sembra arrabbiato con noi (senso di colpa)
- emozioni contrastanti: piange, non tollero, è piccolo, mi fa arrabbiare, ..., sono stanco, vorrei dargli tutto, ...

È utile invece cercare di distinguere le nostre paure e le nostre percezioni, dai sentimenti o dal punto di vista del bambino!

Con i figli si ha sempre un po' paura a dare risposte dure ma a volte ci vuole fermezza e decisione per diventare delle figure di riferimento significative per il bambino, autorevoli e tutelanti

... importante è sviluppare nel bambino il senso della responsabilità e fornire regole educative e sociali.

Tre stili educativi possibili ...

Autoritarismo: “si fa così, perché lo dico io!”

L'educatore autoritario non si sofferma attorno alle necessità del bambino o ai suoi stati d'animo: comanda e si aspetta di essere obbedito.

Conseguenze:

- ▲ soffoca le aspirazioni e le iniziative del bambino, che quando sarà grande non saprà gestirsi in modo equilibrato e flessibile.
- ▲ Non insegna al bambino a gestirsi in modo autonomo; il bambino continuerà a seguire in modo rigido le regole e cercherà un altro adulto che lo guidi, oppure cercherà di trasgredire non appena possibile.

Permissivismo: Regole troppo elastiche o mancanti

Motivazioni

- un genitore ha subito una educazione troppo rigida, per cui promette a se stesso di non ripetere gli stessi errori ...
- un genitore ha paura di perdere l'amore del proprio figlio, che invece ... furbo, ricatta il genitore ("allora non mi vuoi bene!")
- il genitore vuole essere amico del proprio figlio, ma ... non è possibile a tre anni una gestione comune e condivisa delle regole.
- comodità: risulta molto più semplice e agevole permettere al bambino quello che vuole, comprargli il gioco desiderato o altro, piuttosto che gestire un conflitto
- delega di responsabilità: ci penserà la scuola materna o elementare a insegnargli le regole.

Conseguenze:

- ⤴ il bambino diventa ingestibile e autoritario con i genitori. Escalation di capricci
- ⤴ il bambino pensa di essere onnipotente e di poter fare quello che vuole sempre, ma ... verrà presto smentito dalla realtà!
- ⤴ Il bambino onnipotente non sa darsi né dirsi dei no, non sa autoregolarsi e questo lo porta a non rispettare le regole sociali, avrà quindi difficoltà ad instaurare delle relazioni positive con gli altri.
- ⤴ Non sopporta le frustrazioni che derivano dalla negazione o dalla negoziazione con gli altri e ciò comporta sofferenza e a volte l'esclusione dal gruppo dei compagni.
Non dimentichiamoci che i bambini sanno cogliere benissimo i punti deboli degli adulti e su questo puntano per provocare una reazione che torni a loro vantaggio. "se mi butto a terra e grido e piango sicuramente la mamma o il papà o ... mi concederanno tutto!". Quando il bambino non può ottenere quello che vuole, soffre, diventa ansioso fino agli estremi del disturbo di attenzione e iperattività.
- ⤴ Un'altra faccia della medaglia è un bambino senza regole che diventa completamente dipendente dagli altri, perché non sviluppa la sensazione di potersi gestire da solo.

L'ansia diminuisce solo quando il bimbo si rende conto che non può essere onnipotente e che ci sono degli adulti che controllano per lui la situazione e lo proteggono anche con dei no, anche con delle regole. Il bambino cerca un confronto e un controllo nell'adulto, uno stop. Ricerca delle persone che abbiano autorevolezza che lo facciano sentire al sicuro!

Autorevolezza: i no che aiutano a crescere

Un genitore autorevole è un genitore che si fa rispettare dal proprio bambino, che sa gestire delle regole fondamentali e sa permettere altro al proprio bambino. La parola autorità deriva dal latino "augere" che significa far crescere. Un genitore autorevole infatti:

- ⤴ agisce intenzionalmente, dando regole sensate e non a caso, tenendo in considerazione i bisogni del bambino, la sua età, la capacità di sopportare la frustrazione, la capacità di condivisione delle regole, ...
- ⤴ si pone in relazione asimmetrica: il genitore non è l'amico ma un punto di riferimento, una base solida e sicura che lo fa sentire protetto e libero e sicuro di poter esplorare il mondo.
- ⤴ si interroga rispetto ai messaggi retrostanti il comportamento del bambino.
- ⤴ Accetta il proprio figlio in modo incondizionato
- ⤴ Ascolta il proprio figlio con empatia, valorizzando le sue parole, i suoi comportamenti, i risultati che raggiunge.
- ⤴ Manifesta stima e fiducia verso il figlio
- ⤴ Sa essere assertivo, senza farsi mettere i piedi in testa, sa gestire le regole e le risposte del proprio bambino.

Gestione del conflitto

Quando si pongono delle regole o dei limiti all'esplorazione, alla curiosità, al gioco del bambino ... è chiaro che il bambino cercherà di rispondere, di resistere e di ribellarsi.

Il conflitto è naturale nelle relazioni e può originarsi a diversi livelli:

- ▲ di relazione,
- ▲ di valori,
- ▲ di interessi,
- ▲ di atteggiamenti,
- ▲ di modalità.

Di per sé il conflitto non è negativo, dipende dall'atteggiamento con cui lo si affronta.

Innanzitutto è utile indagare la motivazione di un certo comportamento del bambino, anche in caso di ribellione, in modo da valutare la possibilità di intervenire con un sì o con un no, che devono sempre essere chiari e motivati.

Il conflitto interiore che vive qualsiasi educatore permette di rispondere nel bene e nell'interesse superiore del bambino, diventando una mamma o un educatore "sufficientemente buona" e non perfetta!

Il bambino deve capire e imparare che non sempre i propri desideri possono essere esauditi e che non si può sempre fare come vuole lui. Deve imparare a tollerare le frustrazioni che nella vita certo non gli mancheranno. Inoltre, deve poter comprendere che è importante anche mettersi in discussione, che nella relazione interpersonale può esistere il conflitto e che la sua corretta gestione permette di conoscersi meglio, di negoziare e di migliorare la relazione.

Alcune strategie educative:

- ▲ **Essere coerenti:** mamma e papà devono essere coerenti, e mantenere la propria posizione nel tempo
- ▲ **Poche regole ma ferme:** dobbiamo fissare dei no di cui siamo convinti e che abbiano un senso
- ▲ **Rinforzo del comportamento:** premiare il bambino per i comportamenti positivi che mette in atto, oppure sanzionarlo quando commette azioni sbagliate.
- ▲ **Modellamento:** l'adulto funge da modello, il genitore è il modello più importante, positivo o negativo.

La Punizione

Le punizioni sono importanti quando si vuol far valere il proprio "no", ma non esiste una ricetta sempre valida e sicuramente non si ottiene nulla solo con la forza!

È molto importante invece il messaggio che si vuole comunicare con il nostro STOP!

I genitori sanno cosa è giusto nella propria famiglia!

Se capitasse di esagerare ... i genitori sono esseri umani, per cui è possibile sbagliare, e si può chiedere scusa, far capire che il nostro "no" ha una ragione, ma senza cedere e tornare sui propri passi.

A volte, invece, è necessario ricordarsi che un "no" sano e deciso a volte è meglio di tante spiegazioni; "no! perchè te lo dice la mamma!" ... Funziona!

Alcune strategie per insegnare le regole

In alcuni momenti può essere utile avere in mente degli strumenti da poter utilizzare per mantenere la disciplina, per far rispettare le regole che abbiamo deciso essere importanti ... ecco un esempio di tecniche per aiutare i bambini ad imparare modalità positive di esprimere i propri bisogni e regolare i propri comportamenti:

1. Fornire/essere un modello positivo

2. Dare un time-out (quanto tempo?)
3. Fornire rinforzi e privilegi (meglio se non materiali – variano con età)
4. Eliminare privilegi (24 ore sono sufficienti)
5. Fornire spiegazioni logiche e naturali sulle conseguenze delle azioni (facendo fare esperienza al bambino delle conseguenze dei suoi comportamenti da modificare e senza metterlo in pericolo!)
6. Ignorare il comportamento problema (quando smette, dare attenzione)
7. Assicurarsi che avvenga una restituzione se bambino fa quello che gli si richiede
8. Mantenere occasioni di incontro in famiglia
9. Grafici comportamentali (stelline premio; faccine via privilegio)
10. Usare le regole della nonna (es. prima di andare a giocare, fai i compiti, ...)
11. Aiutare il bambino a comprendere i sentimenti degli altri
12. Sostituire tempo negativo a tempo positivo di stare insieme (strutturare tempo libero, rispettare la stanchezza del bambino, ...)
13. Fornire alternative rispetto al comportamento problematico/distruittivo (dare possibilità di sfogare proprie emozioni con attività o parole o ...)
14. Fare un piano di cambiamento con il bambino
15. Fare un piano di cambiamento con il bambino e un professionista