



RUBRICA

“Quello che le dade sanno e consigliano”

REGOLE E LIBERTA'

Come argini di un fiume che scorre verso il mare

Educare alla libertà attraverso le regole non è solo possibile, ma anche necessario! Se attribuiamo alle regole il valore di argini rassicuranti, di limiti chiari e di confini condivisi, possiamo definire spazi di libertà all'interno dei quali i bambini ritrovano la strada che li conduce all'autonomia, all'indipendenza, alla formazione di un'identità forte, capace di sfidare la corrente delle emozioni, di quel fiume in piena capace di travolgere e confondere.

Perchè educare al rispetto delle regole

Regola deriva da “*règere*” ossia guidare, quindi la sua prima funzione è fornire una guida al comportamento del bambino, in un ambiente stabile e riconoscibile. I bambini hanno bisogno di prevedibilità in un contesto di crescita, sia fisico che educativo, capace di offrirgli quelle coordinate necessarie per orientarsi e muoversi in modo autonomo. La famiglia è l'ambiente che può, per primo, rispondere a questo bisogno, rappresentando il luogo nel quale si pongono le basi del rapporto con le regole. L'uso e la trasmissione delle regole consente ai bimbi di sviluppare un equilibrio affettivo e cognitivo: imparano a stare con gli altri e con se stessi, fortificano l'empatia, la spontaneità, l'autonomia, l'autostima e l'autoregolazione. Le regole costituiscono una sorta di “filtro” tra l'io e l'ambiente, per cui permettono di calibrare l'emotività e adattare il comportamento ad un contesto sociale.

Come educare al rispetto delle regole

Con l'autoritarismo? Gli ordini non sono prevedibili per cui creano dipendenza e allontanano dall'autonomia. “*Si fa così perchè lo dico io!!!*” è un'imposizione univoca che soffoca l'iniziativa e l'individualità del bambino, ponendolo in una posizione subalterna.

Con il permissivismo? Atteggiamento spesso imputabile alla difficoltà relazionale, all'incapacità di imporsi e sostenere con coerenza un principio educativo per paura di ferire, di sentirsi inadeguato nel ruolo genitoriale, così complesso e faticoso da sostenere quotidianamente. Abituati o rassegnati a chiedere il permesso ai figli, mostrandosi fragili e vulnerabili ai loro occhi, questi genitori consegnano ai loro bimbi responsabilità di scelte per le quali non sono ancora preparati. Si confondono, in questo modo, i ruoli e i bambini, sentendosi soli, smarriti, privati di una guida, assumono comportamenti “tirranici” e regressivi, esprimendo l'onnipotenza che, in verità, cela una preoccupante fragilità emotiva.

Le dade consigliano...

Nè con l'autoritarismo, nè con il permissivismo si educa al rispetto delle regole, ma con l'**autorevolezza**. L'adulto stabilisce con il bambino una relazione asimmetrica, riconoscendo il valore educativo del suo intervento, sistematica, cioè costante nel tempo ed empatica, di ascolto e sintonizzazione emotiva. Essere autorevole in modo amorevole: non vuol essere un gioco di parole, nè una provocazione, ma una sfida educativa da accettare se in gioco c'è il benessere fisico ed emotivo dei bambini. Alcuni suggerimenti sui quali soffermarsi a riflettere, prima di orientare il proprio agire educativo, sono le “**regole delle quattro C**”:

Convinzione: è importante che i genitori siano convinti dell'importanza che hanno le regole.

Coerenza: si educa attraverso l'esempio. I bambini, prima di ascoltare, osservano ed è dai nostri comportamenti che imparano.

Costanza: la regola deve restare inalterata nel tempo e nello spazio.

Coesione: è fondamentale che la coppia genitoriale condivida la prescrizione delle regole e i relativi comportamenti, per renderli efficaci e non invalidarli.

Ci possono essere diversità di approccio, perché il papà e la mamma sono figure diverse, ma è necessario che ci sia **univocità** del comportamento nei confronti del figlio. Questo importante aspetto riguarda anche le altre figure educative coinvolte nella cura del bambino, come nonni, baby-sitter, zii, (...) alle quali è richiesta una collaborazione nell'ottica di un'efficacia collettiva.

Le regole devono, inoltre, essere:

Chiare: esplicitate e formulate adeguatamente per evitare ambiguità.

Sostenibili: consone all'età del bambino e, quindi, alla sua capacità di osservarle.

Realistiche: funzionali alla crescita e centrate sui bisogni del bambino.

Quando educare al rispetto delle regole

Durante i rituali, ovvero nel corso di quei comportamenti simbolici codificati e, per questo, comprensibili ed anticipabili dai bambini che creano un senso d'identità all'interno del nucleo familiare. I rituali, come leggere una fiaba prima di andare a dormire o salutarsi nello stesso modo prima di uscire, sono momenti preziosi che definiscono il nostro modo di essere *famiglia* e quindi sono azioni che aiutano genitori e figli a costruire relazioni profonde. Adottare alcuni rituali che scandiscano la giornata e diano valore allo stare insieme può essere un buon modo per rinforzare e sostenere un sistema di regole, oltre che per ritrovarsi e consolidare i legami familiari. Non dimentichiamo che l'educazione al rispetto delle regole è utile ai bambini per ritrovare un ordine e una prevedibilità nel contesto di vita e quindi, principalmente, in quello familiare, ma non solo! La presenza di regole condivise è il prerequisito essenziale per fondare l'appartenenza al gruppo. Anche il gioco e la narrazione sono validi strumenti per educare alle regole: il primo prevedendo sequenzialità, tempi di attesa, turnazioni e il secondo supportando, rinforzando e mediando l'azione educativa.

I NO...sfide faticose ma evolutive

Attraverso i NO il bambino comprende e differenzia ciò che può fare da ciò che non può fare, imparando a coesistere con limiti che non deve valicare. Per questo motivo i NO devono essere chiari e precisi, soprattutto se riferiti a comportamenti inadeguati e a capricci. Se nessuno gli dice mai NO, il bambino non imparerà mai a dirsi di no da solo, ad autoregolarsi e ad affrontare positivamente la frustrazione.

Le dade consigliano...

Risulta utile, nel momento in cui il NO deve essere comunicato, avvicinarsi, stabilire un contatto visivo con il bambino, usare un tono di voce deciso di disapprovazione e rinforzato dalla mimica facciale, frasi semplici, chiare e non retoriche. Non occorre alzare il tono della voce, potrebbe distogliere l'attenzione del bambino che non riuscirebbe a concentrarsi sulle parole e quindi sul contenuto del messaggio. **È importante offrire una valida alternativa a quel comportamento sbagliato.** Potrebbe essere necessario fermarlo nell'azione e, se reagisce con aggressività, contenerlo fisicamente. Non è sbagliato dare punizioni, purchè siano proporzionate e brevi, se troppo severe possono non essere comprese e confondere, è inoltre necessario applicarle subito per rendere comprensibile al bambino il nesso causa-effetto. Il capriccio va ignorato perchè ha principalmente il fine di attirare l'attenzione, manipolare le nostre decisioni e riuscire nell'intento di ottenere ciò che vuole. È invece fondamentale il rinforzo positivo quando il rispetto delle regole viene attuato. La presenza di regole è essenziale per garantire al bambino il diritto alla disubbidienza. Sembra paradossale, ma l'assenza di un sistema di regole lo pone nella possibilità di compiere qualsiasi azione e, quindi, nell'impossibilità di infrangere limiti e divieti. Il bambino deve, invece, trasgredire...talvolta...al fine di riconoscere l'esistenza di un limite che è opportuno non oltrepassare in futuro.

REGOLE E LIBERTÀ

Resta seduto e non ti alzare
se con l'acqua del fiume non ti vuoi bagnare.
Se con il remo tutto il giorno hai vogato,
ora riponilo a prua ben ordinato
e, quando le stelle brillano in cielo,
di' buonanotte al mondo intero.
Sul fiume della vita non è facile navigare,
ci sono tante tempeste da affrontare,
ma se tu ascolti e rispetti con attenzione
potrai superare ogni situazione.
Le regole sono importanti
perchè argini assicuranti
dentro ai quali cresce la libertà
nel rispetto della tua individualità!



Il limite serve per definire e riconoscere uno spazio,
a volte è incomprensibile, ma è utile da scoprire
e necessario per crescere.