

MAMMA, POSSO?

di LUCA VENTURA

«Questa parola non si dice!», «Finisci i compiti!», «Presta il tuo giocattolo!». Quante volte ve lo siete sentiti dire quand'eravate piccoli, e quante lo ripetete ai vostri figli? Sono solo alcuni dei «comandamenti» educativi ormai dati per scontati che, secondo Heather Shumaker, esperta americana di tecniche educative e autrice del bestseller *It's Ok to Go Up the Slide* (cioè: va bene arrampicarsi sullo scivolo), sono da ripensare.



CHE PAURA!
Gli Obama leggono lo «spaventoso» *Nel paese dei mostri selvaggi* di Maurice Sendak alla tradizionale caccia alle uova di Pasqua alla Casa Bianca.

Le regole da rottamare...

1

NON TOCCARE IL COLTELLO (E LA SEGA E IL MARTELLO)

Nessuno vuole che i propri figli si facciano male, ma proprio per questo è importante insegnare fin da presto il concetto di «affilato». Per iniziare, un genitore può farsi aiutare a tagliare una banana usando un coltello da burro, per poi passare gradualmente a quelli seghettati. Quando il bambino è il responsabile primario della propria sicurezza individuale, diventa più consapevole dei rischi e acquisisce preziose competenze.

2

NON PARLARE CON GLI SCONOSCIUTI

Il vecchio adagio non tiene conto delle tante sconcertanti statistiche secondo cui la quasi totalità degli abusi nei confronti dei minori viene perpetrata da amici e familiari. Il risultato è che il bambino resta paralizzato dalla paura quando incontra una persona nuova. Oltretutto, se si perde, deve poter chiedere aiuto, e può farlo soltanto rivolgendosi a uno sconosciuto.

3

NON DIRE PAROLACCE

È meglio lasciare che i bambini dicano tutto quello

che vogliono, ma in bagno. Quando sono liberi di sfogarsi, il brivido che deriva dall'uso di parole proibite si attenua. Invece, inoltre, il più delle volte esprime il desiderio di essere al pari degli adulti: fornire ai propri figli un luogo dove possano sentirsi «grandi» previene imbarazzi peggiori in pubblico. Del resto, si sa: la censura non funziona quasi mai.

4

FAI I COMPITI

Alle elementari, fare i compiti non serve a nulla. A dirlo, sono 180 studi secondo cui lo studio condotto a casa non si traduce in nessun beneficio accademico. Viceversa, porta a problemi di carattere emotivo, a un'attitudine negativa nei confronti della scuola e a conflitti familiari. Senza contare che toglie tempo ad altre attività necessarie allo sviluppo psico-fisico e trasforma il genitore in un poliziotto.

5

LEGGI LA FIABA «GIUSTA»

È naturale desiderare che i propri figli siano felici, ma non si può essere sempre felici. Leggere favole in cui viene espressa una vasta gamma di emozioni aiuta i bambini ad affrontare le difficoltà che inevitabilmente incontreranno nella vita. Quando censuriamo le parti «cattive» di una storia, o lupi,

mostri e fantasmi, neghiamo loro la possibilità di sperimentare in un contesto sicuro sentimenti come la paura, la tristezza e la gelosia.

6

ORA FAI GIOCARE ANCHE GLI ALTRI

Quella dell'adulto che dice al bambino di dare il suo giocattolo all'amichetto che lo reclama è una scena classica. È meglio, però, che i genitori evitino di fare gli arbitri. È solo aspettando che i più piccoli imparano a controllare gli impulsi e a posticiparne la gratificazione (e cioè a non diventare dei prepotenti). Il bimbo che cede spontaneamente il suo gioco quando ha finito, invece, scopre le virtù della generosità e dell'amicizia.

7

NON ARRAMPICARTI SULLO SCIVOLO

La gran parte dei genitori sgrida i figli quando vanno «contromano» sullo scivolo, in parte per prevenire litigi tra i bambini, in parte per evitare le occhiate degli altri adulti. Certo, bisogna intervenire quando il gioco si fa pericoloso, ma sperimentare situazioni conflittuali e soluzioni fa parte della crescita. Muoversi nel senso di marcia opposto, inoltre, permette di incontrare faccia a faccia nuovi potenziali amichetti.

...e quelle da salvaguardare

1

VAI A FARE LA NANNA

Da piccoli si ha bisogno di tanto riposo. Dormire aiuta nelle attività quotidiane e migliora la memoria, la concentrazione e la condotta a scuola. Gli studi dimostrano che il 30% dei bambini dorme meno di 7-8 ore per notte, laddove in età pre-scolare sono raccomandate dalle 10 alle 13 ore, mentre gli studenti che frequentano gli ultimi anni delle elementari ne necessitano tra le 9 e le 11.

2

VAI FUORI A GIOCARE

La vita moderna si svolge sempre di più all'interno di quattro mura. Giocare all'aperto aiuta lo sviluppo fisico e stimola la mente grazie all'improvvisazione di giochi. Le ricerche dimostrano che stare in mezzo alla natura ha effetti positivi a qualunque età, ma soprattutto per i bambini, che hanno bisogno di luoghi dove possano sfogare le loro energie e fare sentire a tutto volume le loro voci.

3

VIENI AD APPARECCHIARE

Far parte di una famiglia significa prendersene cura, e anche i più piccoli devono aiutare con le faccende di casa. Si può trattare di disporre la tavola, lavare i piatti, spazzare o riordinare la propria cameretta. Dando una mano, oltretutto, i bambini sviluppano un senso di appartenenza e del valore di sé, diventando allo stesso tempo coscienti degli altri anziché dare per scontato che tutto gli è dovuto.