

Un galateo per i piccoli

dott.ssa Rossana Candia

Su dai fai il bravo... saluta... di grazie... stai composto!

I genitori da sempre pretendono che il proprio figlio sia un bravo bambino e si comporti bene quando a casa arrivano degli ospiti o quando si va al ristorante o semplicemente mentre si fa la spesa al supermercato. E hanno ragione. Perché insegnare le buone maniere ai bambini, sapere come comportarsi quando si è fuori casa e con gli altri, è estremamente utile perché li aiuta ad integrarsi nella comunità, a sentirsi sicuri e accettati. Perché comportarsi bene aiuta a far sì che l'altro sia più disponibile nei nostri confronti ad ascoltarci e a comprenderci. Ricordiamoci che la gente ci sorride quando sorridiamo!

Si tratta di apprendere, e cioè fare proprie, alcune regole di comportamento da adottare sia nella routine quotidiana sia in collettività. Regole che tutelano e valorizzano l'incontro con l'altro (vedi il saluto) e la convivenza con altre persone, in qualsiasi luogo (al ristorante, in spiaggia in posta etc...), secondo il principio del rispetto (non arrecare danno o disturbo) e della gentilezza verso il prossimo.

Tutti conosciamo bene quei bambini che sembrano dei piccoli giamburrasca che scorrazzano chiassosi e incuranti del prossimo per i corridoi del supermercato o al ristorante o il primo giorno di scuola materna come se fossero soli in un'isola deserta. Tutti li guardano con occhi attoniti, uno sguardo giudicante che in brevissimo tempo diventa uno sguardo di rifiuto e distanziamento. Ed è così che comincia il vissuto di isolamento e di solitudine di questi bambini irrequieti che non conoscono i principi di base della vita in comunità.

(Questo argomento potrebbe a qualcuno risuonare come un lezioso, inutile, antiquato bonton: la gente oggi va di fretta, è distratta, presa solo dalle proprie incombenze e spesso non c'è tempo per accorgersi dell'altro, nemmeno mentre si paga alla cassa perché si ha l'orecchio incollato al cellulare). Eppure la cura della relazione, il rispetto dell'altro, attraverso le "buone maniere" possono accrescere notevolmente il nostro benessere personale.)

Diventare grande, simpatico e di compagnia, comporta limitazioni alla propria libertà. «Per favore addomesticami» chiese la volpe al Piccolo Principe, diversamente impossibilitata a giocare con lui. Perché addomesticare, aggiunse, significa «creare dei legami» e scoprire, con questo, il prezzo della felicità.

Ma come e quando si può cominciare ad insegnare la buona educazione ai i bambini?

VALE IL NOSTRO ESEMPIO

I bambini ci guardano! Già dopo pochi giorni dalla nascita, i bambini iniziano ad apprendere attraverso l'osservazione e l'ascolto di ciò che noi facciamo.

Il nostro comportamento resta sempre la principale fonte di riferimento a cui i bambini possano rifarsi per costruire la loro personale "etica di comportamento". Più delle parole, più dei rimproveri quello che conta è il nostro esempio: se noi siamo educati anche loro ci seguiranno.

MA IL RISPETTO DEGLI ALTRI NASCE DAL RISPETTO DI SE'

Primo step fondamentale per il genitore è essere gentili con il bambino. I bambini imparano dai nostri gesti : '*grazie*' e '*prego*' sono parole che la mamma può dire al suo bambino porgendogli i primi giocchini nella culla, il tono pacato della voce della mamma accompagnerà il piccolo come una **guida** costante man mano che imparerà a parlare.

Allora è importante rassicurarlo e trasmettergli tutto l'affetto che si prova nei suoi confronti. Essere gentili con il proprio bambino è importante anche per farlo crescere più sereno e pieno di fiducia nei vostri confronti. **Fare esperienza di un buon affetto, di una amorevole attenzione aiuta a sviluppare una particolare sensibilità che consente al bambino a sua volta di divenire premuroso, attento e gentile con gli altri.**

Curiosità

L'altruismo, i comportamenti pro sociali, la sensibilità verso il sentire dell'altro, si sviluppano a 18 mesi quando con l'avvento della rappresentazione simbolica i bambini diventano in grado di mettersi intrapsichicamente nello stato mentale dell'altro.

INSEGNATE LE BUONE MANIERE IN BASE ALLA CAPACITA' DI COMPrensIONE E LO STADIO DI SVILUPPO DEL BAMBINO.

Bisogna essere realistici. Conosciamo bene i bambini: ai bambini non piace stare seduti in silenzio, sono per natura impazienti, mettono le mani nel piatto mentre mangiano perchè così assaporano meglio il mondo, fanno capricci al supermercato perché si annoiano... E' sconsigliabile perciò forzare un bambino di meno di 3 anni a stare seduto a tavola per ore, e sicuramente non si può pretendere che lo faccia in silenzio, senza lamentarsi o disturbare gli adulti. O pretendere che saluti quando non ha ancora sviluppato il linguaggio o vada incontro ad un estraneo senza provare timore o soggezione ("su saluta dagli un bacino..." "non essere maleducato!")

LA SCOPERTA DELL'ALTRO: COME SVILUPPARE L'EMPATIA

Le buone maniere rivelano anche la sensibilità per i bisogni e i sentimenti degli altri.

Tutto viene da lontano, o meglio dalle prime esperienze

Il bambino per natura è megalomane! Deve compiere un grande sforzo per accorgersi dell'esistenza dell'altro e poi del suo mondo interno. Quando è piccolo fino ai 12/15 mesi il bambino sperimenta una sorta di indifferenziazione con l'altro, si sente fuso e confuso con la propria mamma, si vive come una sorta di prolungamento. È proprio l'esperienza motoria che consente di fare una delle prima esperienza tangibile del mondo esterno: il bambino deve imparare a controllare il proprio corpo regolandolo in funzione dell'ambiente circostante, per evitare urti, sbandamenti e così via dicendo... perchè all'inizio prevale una sorta di egocentrismo (io io!! solo su un isola deserta) e un senso di istintiva prepotenza. Sappiamo tutti come i bambini hanno un impulso innato ad interrompere sempre l'adulto che sta parlando. Sono di natura impazienti. È il senso del limite (sperimentato sotto varie forme, i no che aiutano a crescere) che aiuta a stabilire spazi e confini tra se e l'ambiente e stemperare il suo l'egocentrismo.

Per sviluppare la consapevolezza dell'esistenza degli altri e dei loro sentimenti è importante insegnare a portare attenzione alle esigenze e sensibilità altrui . Come si è detto più sopra il bambino impara ad accorgersi dell'altro ed averne rispetto se ha sperimentato prima su di sé questa forma di attenzione da parte dei suoi genitori. Poi crescendo può essere aiutato a considerare la vita degli altri e i loro

sentimenti promuovendo in lui semplici riflessioni: *Aspetta il tuo turno... ora non interrompere chi sta parlando, vedi che la mamma sta parlando con papa di una cosa importante.. tra poco tocca te... oppure come pensi che si senta il tuo amichetto se gli dici le parolacce o gli porti via il suo gioco preferito... ti piacerebbe che tuo fratello si comportasse allo stesso modo con te?"*

Le prime esperienze di socializzazione come il nido e la scuola materna aiutano poi moltissimo il bambino all'educazione delle buone maniere e al rispetto delle regole.

Gli educatori osservano come in brevissimo tempo i bambini imparano a stare seduti a tavola senza alzarsi o ad adottare comportamenti prosociali spontanei (il bambino che soccorre ad esempio con aria preoccupata un bambino che piange, anche all'età di 2 anni succede !)

Una curiosità.

LE BUONE MANIERE/LA SENSIBILITA' VERSO GLI ALTRI SONO DOTI INNATE?

Dagli studi condotti sui neuroni specchio sembra emergere che uno dei meccanismi cruciali attraverso cui l'uomo sia in grado di comprendere le emozioni altrui è quello di "simularle, dividerle a livello neurale". Lo studio dei neuroni a specchio appare così decisivo per l'insorgere di quel terreno d'esperienza comune che è all'origine della nostra capacità di agire come soggetti non soltanto individuali ma anche e soprattutto sociali.

IL GALATEO DEI BAMBINI PICCOLI COMPRENDE ALL'INIZIO SOLO POCHE REGOLE

Salutare

Insegniamo ai bimbi a salutare sempre le persone che incontriamo quando si presentano e quando vanno via, in modo da farli sentire benvenuti. Alcuni bambini sono più timidi di altri, ma non obbligateli a farlo se non se la sentono, lo faranno quando saranno pronti. Come sempre voi fategli vedere come si fa e spiegate loro che è bello quando qualcuno ti saluta e ti accoglie con il sorriso..

Chiedere per favore e ringraziare. Grazie e prego

Ecco un'altra buona maniera da insegnare fin dall'inizio: dire "grazie", "prego" e "di niente" se si viene ringraziati. E' un segno di rispetto e di apprezzamento. Come in tutte le altre regole, dobbiamo essere noi genitori per primi a dare l'esempio! Chiedere per favore è un po' come bussare alla porta dell'altro.

Aspettare il proprio turno/Esercitare la pazienza

Non interrompere gli altri quando stanno parlando, perché nessuno può essere ascoltato se ci sono troppe voci in una volta sola. Diciamo al bambino di aspettare finché qualcuno non ha finito di parlare, poi rivolgiamo a lui la parola e ascoltiamo attentamente finché non ha finito, in modo da rafforzare la sua determinazione nel rispettare i turni. Mentre il bambino aspetta pazientemente, possiamo tenergli la mano o appoggiare una mano sulla sua spalla o guardarlo negli occhi per fargli sapere che siamo consapevoli della sua presenza.

Esercitare la pazienza e imparare a rispettare i turni, è fondamentale quando si è al parco, alle giostre, o alla cassa del supermercato. Aspettare è noioso ma se tutti rispettano la fila il nostro turno arriverà prima.

Altre regole di bon ton:

- Stare composti: non invadere lo spazio altrui, con gomiti, gambe e braccia (quando si è in treno, sul bus...)
- quando si tossisce o starnutisce mettersi una mano alla bocca
- Non si alza la voce
- Non si alzano le mani
- Non si corre né si schiamazza nei luoghi pubblici, in treno, al supermercato etc...
- Non si getta la carta della caramella o della merendina per terra

A casa

- Essere gentili con il fratellino, imprestare un gioco..
- Riordinare i giochi e la propria cameretta

A tavola

- Lavarsi le mani prima di mangiare
- Stare seduto mentre si mangia, mangiare con la bocca chiusa, il cibo non fuori dal piatto
- Stare composto, non mettere i piedi con le scarpe sulla sedia, sul divano
- Avere cura delle cose oggetti, animali e piante
- Avere cura di sé: essere in ordine, igiene personale, vestiti puliti

TUTTO NASCE

- **DALL'ESEMPIO DEI GENITORI**: se il genitore è abituato ad urlare mentre parla non si può pretendere che il proprio bambino sia un piccolo lord quando è con gli altri)
- e dalla sua **DISPONIBILITA', COSTANZA E TENACIA NELL'AIUTARE IL BAMBINO A COMPORTARSI BENE, ANCHE CON QUALCHE TRUCCO**

Se vi aspetta un pranzo o una cena formale, se possibile fate fare un pisolino al bambino così che arrivi riposato al momento del pasto. Dategli da mangiare all'ora a cui è abituato e poi dategli qualcosa di gustoso che possa mangiare da solo quando è a tavola. E non dimenticate di mettere in borsa qualche giochino per intrattenerlo.

Tutto deve essere misurato all'età del bambino

No ai manierismi e alle affettazioni: accettiamo la spontaneità del bambino, non forziamo i bambini timidi

dott. ssa Rossana Candia

Bau...sette! Gioco e Creatività
www.bausette.it