

per fissare dei limiti, oltre a quelle ovvie della salvaguardia dell'incolumità fisica, che comportano per esempio il divieto di giocare con oggetti pericolosi come le prese dell'elettricità, il fuoco, i coltelli.

Le cose si complicano quando bisogna decidere se un figlio può tornare da scuola da solo, se può andare ai giardinetti con la bicicletta o a dormire dalla nonna.

Cercare di far risparmiare al figlio le difficoltà, lo priva degli strumenti per far fronte alle sofferenze che incontrerà nella vita.

8. I limiti aiutano i figli a crescere forti. Se i genitori soddisfano ogni capriccio dei figli, questi crescono deboli e sempre più incapaci di sopportare la frustrazione (= avvilito nei confronti di una realtà avvertita come insormontabile o irraggiungibile).

Il genitore che, con le migliori intenzioni, cerca di risparmiare al figlio qualsiasi sofferenza, potrebbe privarlo dell'opportunità di sviluppare degli strumenti per far fronte alle difficoltà.

9. I limiti aiutano i bambini a sviluppare le proprie risorse. Il bambino che vuole attenzione, o un certo giocattolo, o desidera svolgere un'attività, e deve aspettare o rinunciare, **impara anche ad essere flessibile e paziente, a cercare delle alternative, a essere creativo, tutte qualità utili nella vita.**

La frustrazione stimola il bambino a fare uso delle proprie risorse, purché naturalmente il "no" sia ragionevole e non generi disperazione.

10. Le regole dovrebbero sempre avere delle conseguenze. È importante che queste conseguenze siano sempre determinate con coerenza e sempre prima che sia stata commessa la violazione della regola.

Se l'adolescente riconosce che la regola è giusta, probabilmente non si ribellerà, quando i genitori la faranno applicare. **educare**

da: BRUNO FERRERO, *Il Bollettino Salesiano* - rubrica *Come Don Bosco*
Coordinamento redazionale di *Angelo Santi*, ex-allievo salesiano

 Don Bosco Ti Parla...

SCARICA ALTRE SCHEDE DA
www.ilgrandeducatore.com

SCHEDA

25

GIALLA

serie

EDUCARE LA FAMIGLIA CON LA FAMIGLIASupplemento della rivista "Educatori di vita"
ilgrandeducatore@gmail.com

L'EDUCATORE

Un decalogo
sulla
disciplina

**DOPO L'AMORE, LA DISCIPLINA
È LA SECONDA COSA PIÙ IMPORTANTE
CHE I GENITORI DEVONO DARE AI FIGLI**

Se **il ragazzo** riconosce che la regola è giusta, probabilmente **non si ribellerà, quando i genitori la faranno applicare.**

Fotografie e immagini non firmate sono dell'Archivio SDB.
Le foto sono di repertorio e non si riferiscono alle persone di cui si parla.

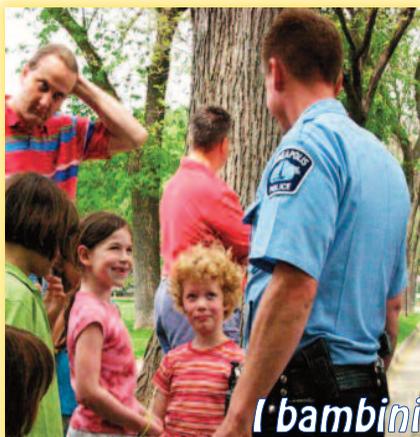
1. La disciplina nasce dagli occhi più che dagli orecchi. Non si fa con le prediche. I genitori non devono mai dimenticare che proprio loro fungono da modello e da specchio per quelle stesse richieste e per quello stesso comportamento che chiedono ai figli.

2. Sgorge dall'amore chiaramente percepito: può pretendere molto solo chi dà molto. Tutto l'apprendimento della disciplina, anche quello dei limiti e delle strutture, **comincia con l'accudimento,** dal quale i bambini imparano la fiducia, il calore, l'intimità, e l'attaccamento nei confronti **di coloro che li circondano.** Il novanta per cento del compito di insegnare ai bambini a interiorizzare i limiti si basa sul loro desiderio di piacere a coloro che li circondano. I bambini desiderano piacere: perché amano chi si occupa di loro e ne vogliono l'approvazione e il rispetto.

Se si considera la disciplina come un insegnamento, e la si trasmette con grande affetto, attenzione e capacità di dedizione, **i bambini si sentono bene quando osservano tale disciplina.** Sapere di essere la luce degli occhi di qualcun altro è una sensazione che nutre e infonde calore.

3. La disciplina è una faccenda a lungo termine, come tutte le forme di insegnamento. Gli scapaccioni e i castighi sono solo il tentativo di trovare una scorciatoia illusoria. **Si tratta di costruire una "struttura" e perciò** occorre molto "lavoro di pavimento": **i genitori devono approfittare di ogni opportunità** per sedersi con un bambino e dirgli: *«Dovrò farti smettere ogni volta che ti comporti in questo modo, fino a quando non sarai in grado di smetterla da solo».*

È una vera dichiarazione d'amore:



I bambini amano chi si occupa di loro e ne vogliono l'approvazione e il rispetto.

La parola *disciplina* significa semplicemente insegnamento. Non ha nulla a che fare quindi con il capitolo "punizioni e castighi". Ecco dieci semplici riflessioni.

«Ti amo tanto e perciò, a qualunque costo, ti impedirò di sbagliare».

4. La madre e il padre devono lavorare insieme, come una squadra. Questo può avvenire **solo se essi si nutrono a vicenda d'intimità, affetto e comprensione.**

Molti genitori non si occupano dei figli perché non si occupano di loro stessi.

5. Non è una guerra. Non ci possono essere vincitori e neanche vinti.

6. La buona disciplina è preventiva: le regole devono essere chiaramente definite, conosciute e concordate. I genitori devono essere chiari e precisi, **perché la disciplina è fonte di sicurezza.** Devono decidere in anticipo quale aspetto specifico desiderano che il bambino modifichi, cercando di essere concreti. Non serve a niente dire a un bambino di essere ordinato. **Bisogna spiegargli** che deve raccogliere le costruzioni prima di uscire. I genitori devono **dire al bambino che cosa esattamente vogliono da lui e mostrargli come farlo.** Devono lodare il comportamento corretto e continuare a gratificare i figli che si comportano bene, **finché** la disciplina esteriore (= che è, avviene o appare al di fuori) **non si trasforma nel "piacere dell'autodisciplina" (= che impone a se stesso).**

7. Man mano che cresce, un figlio deve essere coinvolto nella comprensione e nell'accettazione dei limiti. I "no" devono incoraggiare al contatto e non spingere all'isolamento, **attirare i figli nella discussione.**

Di solito dopo il "no" dei genitori arriva il "perché?" dei figli. Hanno diritto a una risposta. È importante tener conto della personalità e del temperamento individuale dei figli. I limiti devono, in un certo senso, essere tagliati "su misura".

Il rispetto per i bisogni e i desideri del bambino è essenziale. I genitori devono formarsi la sensibilità necessaria per riconoscere la differenza tra i suoi bisogni e i suoi capricci.

Dal punto di vista del bambino, **i limiti** possono rappresentare delle restrizioni e mandarlo su tutte le furie, ma **sono anche dei cancelli, che proteggono e fanno sentire al sicuro.** Esistono molte buone ragioni