

Agenzia per la  
famiglia

FAMILY  
PLUS  
PIÙ  
PLÜ

5<sup>a</sup> Lettera ai genitori  
Riconoscere le correla-  
zioni - sviluppare la  
coscienza di sé

2-3 anni



Elternbriefe  
Lettere ai genitori  
Lètres ai geniturs

# “È un bene che esistano le Lettere ai genitori ...”

Oltre 27.000 famiglie abbonate e numerosi feedback piacevoli inviati da mamme e papà soddisfatti: è questo il bilancio positivo a dieci anni dal lancio dell’iniziativa “Lettere ai genitori”.



*sono un ottimo aiuto per avere consigli riguardanti l'educazione dei figli, come prendere il loro carattere, le loro idee e il loro modo di essere.*

*Mi piace il fatto che con la sua presenza questa fonte di conoscenza principalmente sia vicino ai genitori e li fa sentire parte importante della società.*

*Mi piace il Fatto di essere seguiti nella crescita del Bambino e che la famiglia venga tenuta in considerazione da una parte della politica.*

**MI PIACE IL TONO DIVERTENTE CON CUI SI AFFRONTANO I TEMI, I DISEGNI, GLI ESEMPI DI COPPIE CHE VIVONO ANCHE QUESTA ESPERIENZA.**

**Ordinazione gratuita:**  
Agenzia per la Famiglia  
Tel. 0471 418 360  
[lettereai genitori@provinz.bz.it](mailto:lettereai genitori@provinz.bz.it)

## Colophon

### Editrice

Provincia Autonoma di  
Bolzano – Alto Adige  
Agenzia per la famiglia  
Via Canonico M. Gamper 1  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 418 360  
[www.provincia.bz.it/famiglia](http://www.provincia.bz.it/famiglia)  
[www.provincia.bz.it/lettereai-genitori](http://www.provincia.bz.it/lettereai-genitori)

### Grafica

Sara Kuen | grafica e webdesign  
Markenforum aggiornamento

### Foto

[foto-dpi.com](http://foto-dpi.com)  
Foto pag. 37, Gabi Frontull  
Foto pag. 40, Sara Kuen  
Foto pag. 54, Scuola dell'infanzia di S. Giorgio, Maia Alta  
Foto pag. 59, Prof. Dott. Gerwald Wallnöfer

### Fumetti

Renate Alf

### Illustrazioni

Miteinander – Insieme –  
Deboriada, Casa editrice  
Athesia

### Stampa

Effekt

Bolzano, 2020

Si ringraziano la Sezione affari Sociali (Sozialreferat) di Monaco di Baviera, Fachstelle Elternbriefe, l'autrice Monika Meister e il Ministero federale per l'economia, la famiglia e la gioventù in Austria per la cortese messa a disposizione dei testi.

*Credo che i bambini vedano  
le cose così come lo sono  
sempre state, [...] l'anima e le  
esigenze dei bambini non sono  
cambiate.*

Astrid Lindgren

*I arati che i mituns vëighes  
les cosses sciöche ares é  
dagnora stades [...] l'anima  
di mituns y sü bojëgns ne s'à  
nia mudé.*

Astrid Lindgren

#### **Cara mamma, caro papà,**

anche per voi il tempo vola? Il vostro bambino avrà presto due anni e nel frattempo sa già fare molto: camminare, parlare, porre delle domande ... Ciò lo incoraggia a sperimentare sempre di più in prima persona e ad agire in maniera autonoma. Quando poi si scontra con i limiti propri o esterni, può essere giustamente molto arrabbiato con sé e con il mondo.

La 5ª Lettera ai genitori contiene numerose informazioni su questi sviluppi e su tanti altri nuovi progressi entusiasmanti, fra cui ad esempio il disegno, il canto e la danza che senz'altro divertiranno il vostro piccolo e anche il linguaggio.

Forse è anche bene ricordare che il vostro bambino non necessita di una madre e di un padre perfetti. È di gran lunga più importante che egli possa avere fiducia in voi e che trovi in voi rifugio, comprensione e riconoscimento, il che lo aiuterà a sviluppare una personalità equilibrata e cosciente di sé.

Vi auguriamo una buona lettura  
e dei momenti piacevoli,  
il vostro team delle  
Lettere ai genitori

Assesora alla famiglia



#### **Stimada uma, stimé pere,**

passa pa le tēmp inće por Os tan debota? Tosc arà Osc môt/Osta möta dui agn y al/ara sa bele da fà de vigni sort de cosses: jì, baié, damanè ... Chësc ti dà le coraje da porvè fora tres de plü cosses autonomamënter. Sce al/ara salta te sü limic o limic esterns pol ester che al/ara se dessënes dassënn cun sè instës/instëssa y le monn.

De plü informaziuns sön chësc y tröc d'atri svilups nüs y interessanc ciäfëise tla cuinta lëtra ai geniturs: danter l'ater sön le dessigné, le ciantè y le balè, che Osc môt/Osta möta fej sëgn bonamënter ion, sön le svilup dl lingaz y le n'avëi nia plü debojëgn dla panucia.

Bonamënter él inće bun da se recordè indô che Osc môt/Osta möta ne n'à nia debojëgn de na uma perfeta o de n pere perfet. Al é scialdi plü important che al/ara s'ais crëta y che al/ara ciafes proteziun, comprenjiun y respet. Chësc le/la dëida diventè na porsona ecuilibrada y sigüda de se instëssa.

I ves audun na bona letöra y döt le bun  
Osc grup de laür dles lëtres ai geniturs

Assesuria por la Familia

Waltraud Deeg

**ti voglio bene ben fatto le tue risate sono così contagiose i tuoi occhi brillano quando ti entusiasmi ti voglio tanto bene mi piace stare con te sai correre così veloce è bello cantare con te mi rendi molto felice adoro osservarti grazie di esistere apprezzo il tuo aiuto hai osservato molto bene ti voglio bene chiunque può sbagliare a volte ti voglio tanto bene succede passa non fa niente si risolve domani è un altro giorno può succedere a tutti grazie di esistere non è strettamente necessario poco male siamo tutti diversi ogni persona ha lo stesso valore ti aiuto volentieri ti penso non vedo l'ora di rivederti sono felice insieme a te ogni persona ha le proprie capacità ogni persona ha le proprie doti per me sei la cosa più bella e migliore al mondo sei così affettuoso sei così intelligente sai farlo bene sai così tante cose sei così prezioso sei unico e amorevole sono a tua disposizione hai tanti lati fantastici ti rispetto dopo la pioggia splende sempre il sole tutto si risolve hai così tanti talenti sei stato bravissimo ti voglio bene sii quello che vuoi**

*Confronta: cartellone "ich hab dich lieb" dell'associazione Wienextra, in collaborazione con l'ufficio comunale Magistratsabteilung A 13 – Fachbereich Jugend, Vienna. Grafica: Paul Lechner. [www.wienXtra.at](http://www.wienXtra.at)*

# Contenuto

<b>Voglia di autonomia</b>	<b>6</b>	Sono una femminuccia – sono un maschietto	45
Bambini caparbi alla ricerca di un proprio senso	6	<b>Essere genitori, essere coppia</b>	<b>46</b>
La cosiddetta fase del “no” – alla ricerca del proprio io	7	Valori e obiettivi condivisi nell'educazione	46
Bilanciare i sentimenti:		I nostri cinque obiettivi educativi principali	47
come accompagnare vostro/a figlio/a	8	Trovare degli obiettivi educativi comuni ...	48
Opposizione e limiti	10	<b>Percepire e gestire le diverse esigenze</b>	<b>49</b>
Basta un aiuto iniziale	11	La storia del martello	49
Nasce la coscienza di sé	11	Un litigio “corretto”	52
Un grande cerotto per un graffietto	12	Litigare davanti ai bambini?	53
Oggi, domani, ieri ...	13	<b>Per educare un fanciullo</b>	
Sempre con calma ...	13	<b>serve un intero villaggio ...</b>	<b>54</b>
Paura e incubi	14	Andrò presto all'asilo? Inizia una nuova fase di vita ...	54
<b>Giocare con passione</b>	<b>15</b>	Iscrizioni alla scuola dell'infanzia	54
Giocare significa apprendere	15	L'anno scolastico della scuola dell'infanzia	54
Giocare con gli altri bambini ...	18	L'inserimento nella scuola dell'infanzia	55
Litigio tra bambini – immischiarsi oppure no?	18	La spontaneità dei bambini ...	58
Vestirsi e spogliarsi da sé	20	<b>Esperienze nel mondo</b>	<b>59</b>
<b>Educazione all'igiene e alla pulizia</b>	<b>21</b>	Come i bambini imparano a mangiare nelle varie culture	59
Uso già il vasino	21	<b>Lecture suggerite e link</b>	<b>61</b>
<b>La spesa, che stress!</b>	<b>24</b>	Lecture suggerite	61
Faccio un salto dal panettiere ...	24	Link	61
<b>Sicurezza in strada</b>	<b>27</b>	<b>Quando i genitori valutano se percorrere due vie separate ...</b>	<b>62</b>
Con il rosso si sta, con il verde si va ...	27	Rimanere insieme o separarsi?	62
<b>Parlare con mani e piedi ...</b>	<b>29</b>	Chiarirsi le idee	63
Capisco già tante cose!	29	<b>Indirizzi utili</b>	<b>64</b>
Mi ascolti con attenzione?	31	<b>Fonti bibliografiche</b>	<b>67</b>
Taciturni e chiacchieroni	32		
Libri illustrati: crescere con la lettura ...	33		
<b>Domande su domande ...</b>	<b>34</b>		
Da dove vengo?	34		
Genitori adottivi	35		
Scopro il mio corpo ...	36		
<b>Creare, scarabocchiare, disegnare, colorare ...</b>	<b>37</b>		
Dalla gioia di muoversi ai primi “scarabocchi”	37		
<b>Crescere con la musica</b>	<b>40</b>		
Cantare, ballare, suonare con i piccoli	40		
<b>Fratellini e sorelline</b>	<b>43</b>		
Mia sorella, mio fratello ...	43		
Dimostrare amore	44		

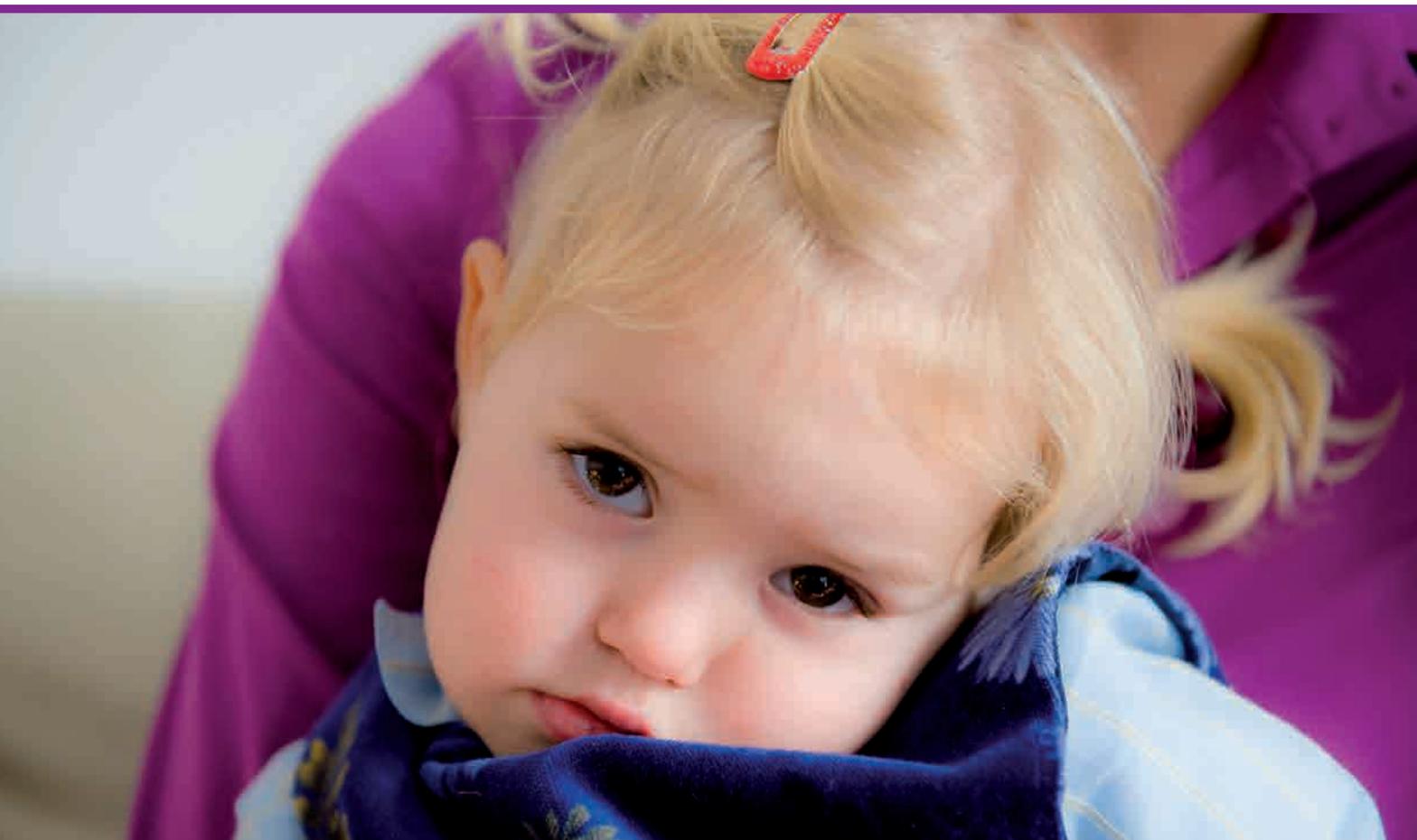
# Voglia di autonomia

## Bambini caparbi alla ricerca di un proprio senso ...

"Ueeehhh!" – Rossa dalla rabbia, Claudia è sdraiata sul pavimento del ristorante e urla fino a far tremare le pareti. Gli ospiti tutt'attorno osservano accigliati, scuotono il capo oppure sorridono comprensivi. Cos'è successo? Semplice, Elena, la mamma di Claudia, le ha tolto il coltello affilato dalla mano! Claudia voleva usarlo per tagliare la pasta e ora si arrabbia a tal punto da rotolarsi sul pavimento. Ogni tentativo di calmarla la irrita ancora di più. "Preferirei scappar via e lasciarla a terra!", afferma Elena.

Quasi ogni giorno la creaturina vi sorprende per la sua destrezza sempre più abile: si arrampica, scivola, si dondola, scarabocchia con la matita, mangia con il cucchiaino, pulisce con cura il pavimento ... "Anch'io! Io! Da sola/o!" sono ora le sue paroline preferite. Vuole fare

tutto da sola/o e rifiuta sempre più ostinato/a l'aiuto degli altri. Una creatura piena di energia e intraprendenza può risultare molto faticosa ma è anche una sfida meravigliosa: **con la loro curiosità i bambini pongono l'attenzione di noi adulti su aspetti che ormai non consideriamo più perché sono diventati scontati:** su ogni gatto o cane in vista, su ogni fiorellino, ogni gru ... Vedere il mondo con gli "occhi di un bambino" può trasformarsi in un'esperienza emozionante e gioiosa. Il piccolo non sviluppa più soltanto le proprie abilità fisiche ma anche la capacità di esprimere in modo comprensibile vari tipi di sentimenti. Indica più chiaramente ciò che ama o ciò che non sopporta affatto. Nella maggior parte dei casi il suo umore è ancora instabile e varia con rapidità e impeto. "Al settimo cielo – con il morale a terra" sembrano proprio essere gli stati d'animo di un bambino fra i due e i tre anni. Può accadere che mentre ancora gli fa capolino una lacrimona, gli torna timido un sorriso, oppure, al contrario, un bambino che sprigiona gioia,



un secondo dopo esprime rabbia e testardaggine oltre ogni aspettativa. Spesso, in questi casi, è facile anche per gli adulti perdere le staffe. Tuttavia è come imparare a camminare: **il piccolo deve appena imparare a gestire le piccole delusioni e a bilanciare i propri sentimenti, e all'inizio inciampa ancora spesso.** Egli ha bisogno di tempo per poter esprimere i propri sentimenti, deve percepire, e glielo si deve consentire, che i suoi sentimenti sono "permessi", anche se molto contrastanti. Talvolta, in veste di padre o madre, ci si trova incapaci di fronte alle urla disperate di un bambino e si cerca disperatamente di capire che cosa sia successo. La domanda: "Cosa c'è? Cosa hai?" non risolve granché: i bambini non sono ancora in grado di descrivere bene a parole i loro sentimenti. È molto più importante per i piccoli percepire di essere accettati, siano essi felici, tristi, spaventati o arrabbiati e che sono ammessi anche i grandi sfoghi. Spesso, in veste di madre, padre, nonno

o tagesmutter, ci si sente impotenti e tutti i tentativi di calmare e consolare il piccolo vengono respinti. In questi casi non resta che aspettare con calma. Una volta calmatosi, se lo desidera, il piccolo potrà rilassarsi fra le vostre braccia.



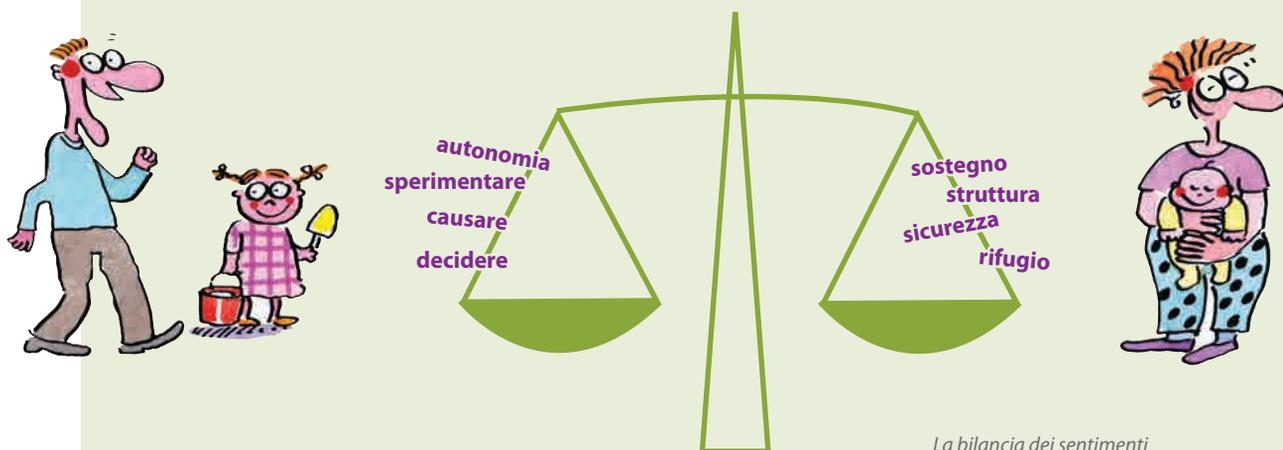
### La cosiddetta fase del "no" – alla ricerca del proprio io

In questo periodo la vostra creatura si trova nel pieno della famigerata "fase del no", una tappa evolutiva che inizia a circa un anno e mezzo e dura approssimativamente due anni. Si tratta di un periodo importante per lo sviluppo psico-mentale del bambino. Cresce la percezione di sé e di conseguenza aumentano le domande: chi sono? Cosa riesco a fare? Cosa posso causare? La sua voglia d'intraprendenza, la sua curiosità, la sua ricerca d'indipendenza e autonomia lo porteranno spesso a scontrarsi con dei limiti, ad essere deluso, arrabbiato o disperato: da un lato il mattoncino che continua a cadere, dall'altro la scarpa che non vuole entrare nel piedino ... Se non capite subito ciò che vuole dirvi, è probabile che reagisca con un vero e proprio attacco d'ira. **Tuttavia, dietro gli sfoghi, si cela un dilemma da prendere sul**

**serio perché si tratta di sentimenti contrastanti e di una lotta tra volere e potere.** La migliore soluzione per lui/lei e per voi è quella di aspettare con calma, sebbene ciò sia più facile a dirsi che a farsi, quando il piccolo è assalito da un attacco d'ira in mezzo ad un negozio o proprio davanti alla cassa dove attendete di pagare. È probabile che anche in voi stessi insorgano rabbia o anche vergogna, quando questi sfoghi avvengono in pubblico. In tali situazioni non è proprio facile attendere che passi la tempesta; allora è meglio tacere e agire immediatamente, ad esempio prendendo in braccio il piccolo. **Trasmettetegli con il vostro atteggiamento questo messaggio: "Lo so che sei di malumore ma sono qui con te e voglio aiutarti, ora dobbiamo superarlo insieme".** Il bambino impara ad avere fiducia nel fatto che il rapporto rimane stabile a dispetto delle opinioni differenti. **La cosiddetta fase del no è un importante tassello ricco di sfide sul lungo cammino verso l'autonomia.**

## Bilanciare i sentimenti: come accompagnare vostro/a figlio/a

I bambini necessitano di diversi anni per imparare a gestire i loro sentimenti. Fra il secondo e il quarto anno d'età questa capacità viene esercitata in modo particolarmente spiccato. Al contempo vengono sondati anche i confini tra se stessi e gli altri.



Se la bilancia dei sentimenti non è in equilibrio, è probabile che la creatura reagisca ostinandosi o aggrappandosi a qualcuno. Come sempre, anche in questi casi è importante per i genitori trovare la giusta misura, il giusto equilibrio.



Se al momento vostro/a figlio/a è sopraffatto/a dall'indipendenza offertagli, può essere che cerchi aiuto, non vuole essere lasciata/o da sola/o e che cerchi disperatamente un sostegno.

Se questo tipo di comportamento è frequente, può essere utile offrirgli ancor più sostegno e rifugio, ad esempio prendendolo più spesso in braccio se lo desidera. Inoltre è utile rispettare un ritmo giornaliero regolare, introdurre dei rituali che si ripetono di giorno in giorno, come ad esempio la lettura ad alta voce la sera e non lasciargli troppe scelte da prendere.



Se vostra/o figlia/o si sente piuttosto limitato/a, percepisce di avere un raggio d'azione troppo ristretto, può manifestarlo con un comportamento spesso ostinato o attacchi d'ira.

In questo caso può essere utile concedergli più libertà, ad esempio nel gioco: il piccolo dovrebbe poter decidere spesso a cosa e come giocare. Anche prendere spesso piccole decisioni può avere un effetto calmante. Per rafforzare la percezione delle proprie capacità è utile farlo partecipare alle numerose faccende degli adulti o dei fratelli maggiori.

## INFORMAZIONI & SUGGERIMENTI

- **Le reazioni di oppositività rientrano nel normale sviluppo infantile.** Sono importanti per lo sviluppo della propria volontà e della capacità di imporsi nei confronti degli altri. In questa fase il miglior approccio per aiutare vostra/o figlia/o consiste nell'instaurare una relazione basata sulla fiducia.
- Alcuni attacchi possono essere evitati cercando di distrarre il piccolo.
- Gli sfoghi di rabbia possono accadere ed è anche giusto che accadano; di rado è possibile fermarli, men che meno con delle punizioni. Nella maggior parte dei casi è necessario attendere finché svaniscono.
- Fate capire a vostro/a figlio/a che prendete sul serio le sue preoccupazioni. Non potete eliminare tutto ciò che lo/a fa arrabbiare. Dovrà imparare a gestire le delusioni. Dal canto vostro però potrete aiutarlo/a a gestire sempre meglio questi sentimenti.
- In questa fase i piccoli amano prendere delle piccole decisioni; ad esempio potete consentire loro di scegliere al mattino se indossare il simpatico berretto con gli orsetti oppure quello colorato, caldo e morbido. Tuttavia è meglio non offrirgli più di due possibilità che possono creare confusione.
- Come per tutte le tappe evolutive finora trattate, anche questa fase varia molto da bambino a bambino, anche per quanto riguarda il grado d'intensità e la frequenza di scatti d'ira e di manifestazioni di rifiuto.
- **Se le reazioni di oppositività o gli attacchi d'ira sono frequenti, può essere utile osservare con attenzione il piccolo: quando si comporta in questo modo? In quali situazioni e in quali momenti? Esistono dei fattori scatenanti specifici? Perché il piccolo si comporta in questo modo?**
- Gli attacchi d'ira molto frequenti possono rappresentare anche un segnale d'allarme. È possibile che il bambino abbia la sensazione di ricevere poche attenzioni e considerazioni? È sopraffatto a causa delle pretese troppo elevate oppure non è in grado di gestire una nuova situazione, ad esempio l'arrivo di un fratellino o di una sorellina? Oppure è preoccupato perché i genitori litigano spesso?
- Per analogia in questo periodo i bambini possono reagire anche aggrappandosi a qualcuno. Spesso questo comportamento insorge in caso di separazioni, ad esempio quando il piccolo viene portato all'asilo nido oppure nei momenti in cui si sente sopraffatto. I genitori potranno trasmettere al bambino questi messaggi: "Ti vogliamo bene." "Puoi fidarti di noi, siamo qui per te." Oppure: "Dai, che ce la fai!"



Letture suggerite:

**Lacrime che volano via**, di Sabine De Greef, Babalibri. Per fortuna so cosa bisogna fare con le lacrime: prima di tutto vanno messe al caldo, poi vanno cullate dolcemente ... Una tenera storia per i più piccini.

**No!** di Tracey Corderoy e Tim Warnes, De Agostini. Archie è davvero un rinoceronte adorabile. Lo dicono tutti! Finché, un giorno, non scopre una nuova parolina...NO!

## Opposizione e limiti

I bambini di due anni devono sperimentare come poter cambiare e influire su qualcosa grazie alla loro volontà. In tali casi essi devono imporsi anche sulle persone di riferimento a loro più vicine, provocandole per scoprire che cosa possono causare, se è importante per gli altri quello che fanno, come reagiscono gli altri quando fanno qualcosa e fin dove possono arrivare con il loro comportamento, dove devono limitarsi. Per diventare indipendenti è necessario anche avere una propria opinione e difendere i propri interessi. Non per questo vostra/o figlia/o è "maleducata/o", ma si comporta in questo modo perché vuole e deve sviluppare la propria personalità e sperimentare possibilità e limiti. **Per i genitori, talvolta, non è assolutamente facile stabilire dei confini, dire di no, perché ciò si accompagna spesso alla paura di litigare, di perdere l'amore del piccolo, di spezzare la sua volontà oppure anche alla paura di fronte alle emozioni così intense del piccolo.** I bambini vogliono e devono sperimentare i confini, laddove necessari e ragionevoli, soprattutto ogniqualvolta essi sono in pericolo o costituiscono un pericolo per gli altri. In questo modo si creano delle circostanze ben definite in cui essi possono sentirsi liberi. Per aiutarli è utile mantenere la calma, concedere loro del tempo e adottare delle regole che si possono comprendere. Una volta concordate, le regole devono essere anche rispettate, nei limiti del

possibile. Si eviteranno così delle logoranti lotte di potere. Ricordate inoltre che rappresentate un modello importante per vostra/o figlia/o: se ora, ad esempio, percepisce quanto sia importante per voi mangiare insieme in famiglia, con il tempo gli sarà più facile rispettare la regola di rimanere seduto/a a tavola. È assai utile continuare a rispettare tali regole in prima persona, anche se all'inizio il piccolo non riuscirà ancora ad imitarvi. Con il tempo imparerà a farlo. Ricordate che nei bambini di due anni la voglia di scoprire ha ancora il sopravvento sull'autocontrollo. Del resto suscita tenerezza vedere come alcuni bambini, mentre compiono qualcosa di "proibito", sgridano a bassa voce se stessi: "Non farlo!" Si tratta di un primo passo verso l'autocontrollo! **Quando imponete un divieto, anche il solo mutamento della vostra espressione facciale, il cambio di tono o la fermezza nell'esprimere una parola, dimostrano al piccolo che fate sul serio. Se utilizzate costantemente dei toni adirati o continuate a sgridarlo per ogni nonnulla, il piccolo non potrà più capire quando fate sul serio e quando invece no.** Questa confusione lo farà agire in modo "sbagliato". Se notate che perdetevi subito le staffe, allora è giunto il momento di pensare a rilassare innanzitutto **voi stessi**. Per ripristinare il proprio equilibrio interiore, talvolta è sufficiente anche solo passeggiare un pomeriggio da soli o fare dello sport.

*Per informazioni sull'argomento, si rimanda anche alla 3ª Lettera ai genitori.*

*Un ponte senza parapetto è come l'educazione senza limiti: entrambi rendono insicuri.*

## Basta un aiuto iniziale

Talvolta i bambini di età compresa tra i due e i tre anni si prefiggono più di quanto siano in grado di fare. In questi casi spesso è sufficiente aiutarli soltanto in modo tale che riescano a continuare da soli: se, ad esempio, Leon non riesce ad aprire i lacci delle scarpe perché sono bagnati, è sufficiente sciogliere il nodo affinché egli possa togliersi le scarpe da solo e riporle al loro posto. Se Mara non riesce ad infilarsi il pullover perché lo scollo è stretto da un bottone, basta aprire il bottone. Se Mario deve lavarsi le mani, gli si può collocare uno sgabello sotto il lavandino. In questo modo i bambini vivono le loro piccole esperienze di successo. Un conto è se le persone di riferimento si fanno carico di tutto ciò che è difficile per il piccolo, un altro se lo aiutano soltanto in misura tale che ci riescano da soli. E se vostra/o figlia/o desidera mangiare con forchetta e coltello come gli adulti, concedeteglielo. Imparerà a farlo al meglio se qualcuno gli starà accanto con un po' d'attenzione, non di certo togliendogli tutto di mano. Se desidera asciugare le stoviglie, potrà esercitarsi con piccoli taglieri, ciotole in plastica e cucchiari.

## Nasce la coscienza di sé

Ora molti bambini iniziano a parlare di se stessi in prima persona, dicendo ad esempio: "Ho fame" e non più "Luca fame". A due anni e mezzo la maggior parte dei bambini è già in grado di descrivere anche un po' se stessi e racconta ad esempio: "Ho gli occhi marroni", "Mi piace andare con i pattini" oppure "Ho una sorella e un fratello". I più descrivono se stessi in modo positivo. In questo entusiasmo per la vita si riflettono il vostro rapporto amorevole e le vostre reazioni comprensive nei confronti del piccolo.

*Sono ammessi tutti i sentimenti,  
ma non tutte le azioni.*

Paula Honkanen-Schoberth



## Un grande cerotto per un graffietto

In questo periodo vostra/o figlia/o trasforma ogni minima ferita in una piccola tragedia? Più diviene consapevole di essere una persona autonoma, più si preoccupa del proprio corpo che deve rimanere "intero". Ogni piccolo graffio, ogni botta e ogni gocciolina di sangue può apparire al piccolo/alla piccola una ferita pericolosa. Dunque non piange tanto per dolore, bensì per paura che al suo fisico sia successo qualcosa di grave ... **Prendetelo/a**

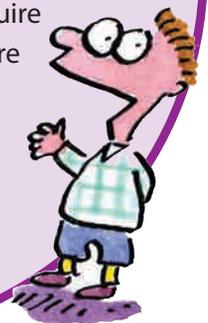
**sul serio, soccorretelo/a con tutta calma, in genere un cerotto lo/a tranquillizza subito, perché chiude il "buco" nel corpo.** Soffiate con cautela sul punto dolente e consolatelo/a con una filastrocca del tipo "facciamo la magia e la bua va via..."; in questo modo l'aiuterete a superare la paura.

Ad esempio, alcuni bambini non sono entusiasti di entrare nella vasca da bagno perché sospettano che l'acqua scorra via e temono di essere trascinati nello scarico. Per alcuni queste immagini sono molto concrete, per altri sono inconscie. **Un atteggiamento di cautela aiuterà a superare anche queste paure.**



## Gioco con le parole.

Amo le canzoni, i giochi con le dita e con le parole che non hanno senso. Parlo con i miei amici e le mie amiche facendo finta di preparare la cena, andare in macchina o costruire una casa. Una coperta potrà essere la nostra tenda, un mattoncino il nostro telefono.\*



## Oggi, domani, ieri ...

**I bambini fra i due e i tre anni vivono completamente nel presente. La loro percezione del tempo è di circa 24 ore**, tutto ciò che viene dopo, è inimmaginabile per loro. Nell'ambito della loro percezione del tempo, essi si orientano in base a ciò che si ripete di giorno in giorno: alzarsi al mattino, pulirsi i denti la sera e così via. "Domani" significa "tornare a dormire". Non bisognerebbe consolare il piccolo posticipando qualcosa a "domani", se non s'intende farlo seriamente "domani". "Ieri" per il bambino è ciò che è passato, non importa se da un'ora o da tre mesi; il che però non significa che se ne dimentichi presto. Gli eventi che lo colpiscono sono archiviati saldamente nella sua memoria: ad esempio, la fantastica gita allo zoo con la nonna dove ha visto un tigrotto, ma anche le promesse a vuoto e le delusioni. Potete aiutare vostra/o figlia/o ad orientarsi in senso temporale se collegate le informazioni a ciò che egli conosce, ad esempio: "Dopo la colazione gioco con te" invece che comunicargli soltanto "più tardi" oppure "subito". **Nella**

**maggior parte dei casi i piccoli non sono ancora in grado di capire le indicazioni temporali generiche e indeterminate, come quelle utilizzate solitamente dagli adulti, più volte al giorno.** Se lo sollecitate: "Sbrigati, siamo in ritardo!", egli comprenderà il vostro tono urgente, ma non conoscerà il significato di essere "in ritardo". E se chiamate il piccolo e lui vi risponde dal suo angolo di giochi "Subito!", si tratta soltanto di un'eco, la vostra eco. Del resto ha sentito ripetere mille volte "subito": "Arrivo subito; subito avrai il tuo tè". Vostra/o figlia/o ha già capito che "subito" significa fare qualcosa non immediatamente, significa rimandarlo. "Subito" significa anche: "Ora devo sbrigare qualcosa di più importante"... anche per vostra/o figlia/o!

**Per aiutare il piccolo a sviluppare una determinata percezione del tempo, è possibile ad esempio mostrargli una clessidra: "Partiremo non appena tutta la sabbia sarà fluita verso il basso." Oppure gli si indica una sveglia o un grande orologio: "Quando la lancetta è qui in basso, andiamo." In questo modo il piccolo può terminare sereno il proprio gioco e non viene "trascinato via".**

## *Sempre con calma ...*

Quando nostro figlio era ancora piccolo, abitavamo lungo una strada statale poco trafficata, a circa 500 metri dall'ufficio postale e dal negozio di alimentari. Se al mattino splendeva il sole bastavano dieci minuti a piedi per andare a prendere il latte e il giornale, a meno che non si fosse in compagnia di una creatura di due anni! I piccoli di quest'età non pensano come gli adulti, non conoscono gli "obiettivi a lungo termine". Non si preoccupano nemmeno del "compito successivo". Si interessano di tutto e di più, ma non di questi concetti. Su ogni singolo metro di percorso occorre negoziare con insistenza! Un giorno feci un esperimento. Cedetti a tutto e gli feci scoprire tutto: ogni buco, ogni fossa, ogni pozzanghera, ogni lombrico morto e ogni pietra. E così il nostro percorso fino all'ufficio postale è durato ben due ore e mezza! Ma la cosa più sorprendente è stata che dopo un po' d'impazienza, anch'io mi sono divertito a scoprire tutti i piccoli dettagli nascosti lungo il nostro cammino!

## Paura e incubi

I piccoli sono dotati di un'enorme immaginazione interiore. La loro fantasia è particolarmente spiccata. Per loro tutti gli oggetti hanno una propria vita. Fateci caso mentre vostra/o figlia/o gioca e parla con il mattoncino con la medesima attenzione che dedica all'orsetto. Poiché gli oggetti vivono nel suo mondo immaginario, essi possono essere piacevoli o persino minacciosi. Soprattutto all'imbrunire il loro aspetto può modificarsi a tal punto da divenire estranei o da trasformarsi in orribili figure. Anche gli oggetti più familiari che il piccolo non vede nell'oscurità, per lui è come se fossero spariti. Può darsi che egli si senta abbandonato e pianga timoroso perché li vuole con sé. È impossibile convincerlo che è inutile avere paura del buio o cercare di cacciarla con fermezza. **Potrete soltanto assicurarvi che lo proteggerete anche nel buio.** Può darsi che si senta più sicuro se, nella fase dell'addormentamento, lasciate socchiusa la porta oppure accendete una piccola luce notturna. Il piccolo potrà considerare anche un peluche come suo protettore e consolatore se al momento della nanna gli dite: "L'orsetto è con te ...". Un bambino di due anni può avere dei sogni movimentati, nei quali elabora tutte le novità che ha vissuto durante la giornata. Talvolta può essere anche disturbato, ad esempio, da un incubo che lo risveglia dal sonno. In questi casi è sufficiente consolarlo e tranquillizzarlo, senza angustiarlo troppo ma facendogli raccontare ciò che ha sognato. **La vostra voce dolce e le carezze affettuose lo aiuteranno ad abbandonarsi nuovamente al sonno.**

## Sapevate che ...

... nel terzo anno di vita i piccoli sono sempre più in grado di controllare i loro muscoli facciali e riescono pertanto a nascondere un'espressione, simulandone un'altra?

... a quest'età aumenta l'empatia nei confronti degli altri, i piccoli sono più sensibili alle sfumature della comunicazione verbale e non verbale?

... l'empatia deve essere appresa? I bambini che vengono ascoltati con attenzione, che capiscono che i loro sentimenti sono presi sul serio, che vengono aiutati quando lo richiedono, spesso applicano personalmente tali esperienze nei confronti delle persone che li circondano.

... i piccoli cercano di evitare o sminuire l'ascolto di informazioni che non gradiscono in maniera più o meno efficace, chiudendo gli occhi, voltandosi dall'altra parte oppure tappandosi le orecchie?

## Faccio nuovi movimenti.

Calcio e tiro una palla. Sto su una gamba. Cerco di stare sulle punte dei piedi e di camminare così, o addirittura di saltare con le due gambe in aria ...



# Giocare con passione

## Giocare significa apprendere

**Greta corre sulla piccola collina verso l'albero di castagne. Cauta, tocca il riccio e la castagna liscia che si intravede. Con due dita cerca di sollevare il riccio per gli aculei ma non ci riesce. Si siede sul tronco vicino, dà un'occhiata alla chioma dell'albero e osserva poi le formiche che seguono indaffarate il loro percorso. Poi si china e con della terra umida costruisce un piccolo ponte per le formiche.**

Nel terzo anno di vita i piccoli iniziano sempre più spesso a creare: fanno delle torte con la sabbia e costruiscono semplici torri con pochi pezzi. La forma diventa sempre più chiara, non è più così difficile riconoscere ciò che dovrebbe rappresentare l'opera d'arte. Ora i piccoli sono concentrati a lungo e da soli nei propri giochi. Poiché aumenta la capacità d'immaginazione, prediligeranno i giochi di finzione: imitano i comportamenti

degli adulti, leggono il giornale, telefonano, cucinano, vanno a fare la spesa o indossano le scarpe del papà. Il piccolo prende in braccio un orsetto e gli dà da mangiare. Infine ama trasformare gli oggetti. Il mattoncino diventa un'automobile, l'orsetto diventa il papà. Ed è anche in grado di fare delle magie, di fingere di avere una tazza in mano; nel gioco il piccolo va dalla nonna o impartisce ordini a Miriam, l'amica del suo gruppo di gioco. E sempre più spesso si cala in altri ruoli, comportandosi come se fosse la mamma e come se l'orsetto fosse se stesso. Oppure impersona un vigile o un commesso, abbaia come un cane, fa una puntura all'orsetto ... **Recita scene tratte dalla propria vita quotidiana e ogni volta si crea un nuovo mondo.** Sperimenta con se stesso e con l'ambiente, elabora ciò che ha vissuto. Talvolta imiterà anche il vostro comportamento.

Nel gioco il piccolo è coinvolto a 360°. **L'attività ludica serve a sviluppare tutte le capacità: il controllo del corpo e del linguaggio, la percezione dell'ambiente**



**circostante e il diventar grandi.** Non da ultimo il gioco offre al piccolo una giusta compensazione, perché nel gioco egli domina il mondo, esattamente il contrario di ciò che avviene nella realtà, dove per tanti aspetti è ancora troppo piccolo. Il bambino che gioca si sottopone volontariamente a determinate regole e ne inventa di nuove. Egli sa esattamente che sta fingendo. Si tratta di un vero e proprio lavoro intellettuale assai impegnativo che merita di essere preso sul serio! **I genitori**

**possono creare delle condizioni favorevoli per il gioco: tempo, spazio, oggetti d'uso quotidiano, giocattoli e anche attraverso la loro diretta partecipazione al gioco. Anch'essi ne gioveranno: un bambino che gioca e che può vivere la fantasia a proprio piacimento, risulta più equilibrato.** Può vivere sensazioni ed emozioni che ancora non è in grado di spiegare, ritrovandovi sempre il proprio equilibrio interiore.

## INFORMAZIONI & SUGGERIMENTI

- Il gioco è bello quando dura poco. I bambini si muovono quando non vogliono più stare seduti tranquilli, dipingono, quando vogliono riposarsi dal troppo movimento, chiacchierano quando hanno giocato a sufficienza con le costruzioni ...
- Fra i bambini esistono personalità di gioco molto differenti: c'è chi preferisce i giochi simbolici di finzione, chi i giochi di movimento, chi costruisce con dedizione e chi, ad esempio, preferisce chiacchierare a lungo con la mamma o il papà.
- Nel gioco i piccoli seguono il proprio impulso interiore per avvicinarsi agli oggetti e alle persone che li circondano e per rapportarsi con loro, superando con naturalezza tutte le tappe evolutive commisurate alla loro età, al ritmo giusto, ovvero in base al loro ritmo personale. A tale scopo non sono necessari tanti giocattoli costosi, bensì è sufficiente che loro dispongano di un ampio raggio d'azione e di gioco per dar sfogo alla propria fantasia e creatività.
- **Se nel gioco gli fate prendere il comando, anche per voi si tratterà di un emozionante viaggio di scoperta nel mondo di vostra/o figlia/o.** Egli apprezzerà la vostra presenza mentre lo osservate con attenzione. Se ha bisogno di un piccolo stimolo per giocare, potete chiedergli ad esempio: "Mmm, dove potrà dirigersi il treno?". Spesso il piccolo continua il filo del racconto, di tanto in tanto mostra qualcosa e dice "Papà/Mamma guarda!" tornando a concentrarsi sul gioco.
- A volte i bambini passano rapidamente da un gioco all'altro e riesce loro difficile concentrarsi su una cosa. In questi casi li si può aiutare eliminando svariati giocattoli e lasciando soltanto una quantità gestibile di oggetti. Se, inoltre, mamma o papà giocano insieme a loro per un po' in tutta calma, essi si tranquillizzano.
- I bambini di due anni amano giocare con la sabbia e con l'acqua. Per dare libero sfogo al loro bisogno di movimento è meglio uscire all'aperto; al parco giochi possono imparare nuove cose osservando gli altri bambini e stringere nuove amicizie.
- **A quest'età essi amano anche i cuscini, le coperte e le strisce di tessuto con cui possono costruire delle grotte. Inoltre amano i colori, le penne, la carta per disegnare, la plastilina o l'argilla per creare delle forme. Una cesta contenente fazzoletti, cappelli e vestiti per travestirsi potrà stimolare a fare nuovi giochi.**

- Sono particolarmente adatti i materiali da gioco che possono avere più funzioni o essere trasformati e stimolare la creatività, come ad esempio scatole di varie grandezze, rotoli di carta igienica, mollette per la biancheria, barattoli, carta. Il materiale non deve essere necessariamente a misura di bambino, ma naturalmente a prova di bambino; ad esempio una vecchia macchina per scrivere potrebbe rappresentare un oggetto molto interessante.
- In giardino potrete costruire una pista di slalom con i rami, fargli gettare delle pietre nel ruscello o delle palle in un secchio. Tutto ciò che è simile ai giochi tipo "cavalluccio", ai giochi d'equilibrio sui muretti, ad arrampicate su una piccola pendenza, scivolo e quant'altro allenano il senso d'equilibrio.
- Nel gioco ora le bambine iniziano ad imitare inconsciamente la mamma e le altre donne che le circondano, mentre i bambini imitano il papà e altri modelli maschili. Entrambi dovrebbero disporre di giocattoli neutri, come ad esempio un puzzle o un monopattino, invece che di giocattoli tipicamente maschili o femminili. Giocare con tali oggetti può aiutare tutti i bambini, a prescindere dal sesso, a sviluppare le loro capacità, i loro talenti e desideri.
- I bambini dovrebbero disporre di molto tempo per giocare in modo libero e spontaneo; ciò stimola la loro fantasia. Organizzare in modo perfetto le proposte di gioco per stimolarli in maniera ottimale, ha un effetto piuttosto contrario: i bambini non giocano a comando, al massimo si intrattengono. Il gioco non è conciliabile con una pressione celata o persino con una costrizione.
- Per i bambini fra i due e i tre anni è difficile capire cosa noi adulti intendiamo per "riordinare". Ciononostante è possibile coinvolgerli lentamente in questo compito giornaliero: **il piccolo può ricordarsi due o tre cose che alleggeriscono gli impegni quotidiani: appendere la giacca al gancio (raggiungibile), riporre le scarpe al loro posto, mettere i giocattoli in una grande cesta o in una cassetta ...** In questo modo il piccolo apprende che riordinare è utile e può agevolarlo nel gioco il giorno successivo. E se talvolta gli è consentito lasciare di notte un gioco o una costruzione iniziata per poter continuare a giocarci subito il giorno successivo, non è un dramma.



*Letture suggerite:*

**Trecentosessantacinque idee intelligenti per divertirti con il tuo bebè**, di Susan E. Davis, De Agostini. Centinaia di idee divertenti per giocare con i più piccoli: per sviluppare la loro concentrazione, stimolare la capacità di riconoscere suoni, profumi e colori e molto altro.

**Bricolage per i più piccoli**, Grillo Parlante. Un libro contenente numerose idee da realizzare insieme al vostro piccolo.

## *Giocare con gli altri bambini ...*

I bambini di due anni sono sempre più interessati ai loro coetanei. Si scambiano sguardi, si mostrano oggetti a vicenda, si parlano e si imitano sotto molti aspetti. In questo modo imparano a sintonizzare il proprio comportamento su quello di un loro simile: si tratta di una grande impresa in cui essi riescono soltanto quando sono in grado di regolare la loro attenzione e i loro sentimenti. Talvolta possono nascere anche dei litigi, ad esempio quando un giocattolo è ambito da tutti. Soltanto gradualmente il bambino imparerà a distinguere fra ciò che è suo e ciò che è di altri e ad accettare che gli oggetti di suo gradimento possono appartenere anche ad altri. Nel corso del terzo anno di vita la maggior parte dei bambini impara a scambiare e a prestare, come forme sociali dello stare insieme. Tuttavia essi sono disposti a cedere volontariamente soltanto se vengono invitati a farlo.

*Mai come nell'infanzia si vive tutto così intensamente.*

*Noi adulti dovremmo ricordarci com'era.*

Astrid Lindgren

## **Litigio tra bambini - immischiarsi oppure no?**

Talvolta fra bambini ne succedono delle belle: c'è chi getta la sabbia in faccia agli altri, chi si difende e fa volteggiare la paletta senza preoccuparsi di colpire "accidentalmente" gli altri ... A seconda del ruolo in cui si ritrova la/il propria/o figlia/o, si prova compassione per la vittima oppure ci si vergogna della piccola peste. **Tuttavia, nella maggior parte dei casi, queste controversie appaiono più drammatiche di quanto non lo siano effettivamente per i protagonisti.** Se non v'immischiate subito, è probabile che i piccoli trovino presto una soluzione da soli.

**Altre volte invece non ne vengono fuori senza il vostro intervento; in questi casi è sufficiente separare i contendenti e consolarli, senza giudicare o prendere posizione.** Potete anche proporre delle soluzioni: ad esempio, sfogliare assieme il libro illustrato oggetto della contesa, prendere il secchiello invece che insistere sulla paletta oppure cercare un'altra macchinina. Inizialmente è probabile che vostra/o figlia/o rifiuti tali proposte perché i piccoli imparano soltanto gradualmente a cedere o a scambiarsi un oggetto. Anche se vi è difficile sopportare che proprio vostro/a figlio/a difenda veemente i suoi "possedimenti", non costringetela/o a "fare la/il brava/o" e a cedere il suo giocattolo. **La sperimentazione dell'autoaffermazione e la difesa della proprietà iniziano ora anche nei confronti dei coetanei.** Se tale autoaffermazione fallisce, è probabile che vostra/o figlia/o si getti fra le vostre braccia in cerca di consolazione e incoraggiamento. Molti genitori non sanno come reagire quando vedono che il proprio pargolo non può o non vuole imporsi affatto, ad esempio quando si fa prendere qualsiasi giocattolo senza protestare. Come per ogni tappa evolutiva, anche l'autoaffermazione interverrà spontaneamente prima o poi e si manifesterà in

maniera differente, a seconda della personalità. **Finché non individuate dei segnali con cui egli desidera il vostro aiuto nel conflitto, dovrete evitare di intervenire.** Se però notate che ad ogni suo tentativo di affermarsi, ha bisogno di un po' d'incoraggiamento, fornitegli l'aiuto richiesto, ad esempio facendogli da spalla e invitandolo a dire "No!" al bambino che vuole prendergli il suo orsacchiotto e a stringere forte l'orsacchiotto. **I genitori servono a dare protezione e incoraggiamento.** Tuttavia è altrettanto inefficace se i genitori si impongono sempre in rappresentanza del loro figlio, intervenendo in ogni litigio per aiutarlo. **Così come un bambino non riesce a raggiungere una certa sicurezza fisica, se gli si tolgono tutti gli**

**ostacoli posti lungo il suo cammino, egli non può sviluppare appieno la coscienza di sé, se i genitori risolvono ogni conflitto in sua vece.** Quando le bambine o i bambini litigano non sono cattivi; anche i sentimenti aggressivi appartengono all'essere umano. **Se vostra/o figlia/o fa del male ad un altro bambino, lo colpisce con un oggetto rigido o lo morde, allora intervenite immediatamente e con determinazione, come del resto dovrete trattenerlo quando è a rischio la sua incolumità, ad esempio se tocca una piastra surriscaldata oppure maneggia un coltello affilato.** È importante essere chiari: "No, non farlo, ti fai male!" Le sgridate continue hanno di per sé poco senso.



## Vestirsi e spogliarsi da sé

Uno dei giochi più apprezzati dai bambini è quello di vestirsi da soli. Il primo tentativo riesce per lo più con i calzettini e le scarpe, un'impresa che metterà a dura prova la vostra pazienza, soprattutto se avete fretta e vedete rifiutata ogni vostra offerta d'aiuto. In questi casi potranno essere utili un paio di scarpe con gli strap oppure gonne o pantaloni con il bordo elastico. A volte vi sarà chiesta una mano, anche se vostra/o figlia/o ci riesce già da sola/o. Aiutatela/o senza esitazione se ve lo chiede; anche i piccoli che in genere insistono sulla propria indipendenza, necessitano di tanto in tanto della conferma che mamma o papà sono al loro fianco.

## Scopro come funziona il mondo...

Riesco a suddividere già qualche giocattolo, ad esempio a raggruppare tutte le macchine o tutti i peluche. Posso persino trovare il mio giocattolo preferito all'interno di un sacco dove non lo vedo nemmeno.



*Se si gioca a sufficienza, fintanto che si è piccoli, ci si porta dietro dei tesori da cui più tardi si può attingere per tutta la vita. Allora si capirà cosa significa avere un mondo interiore accogliente e segreto che ci dà energia. A dispetto di ciò che succede, di ciò che si vive, si possiede sempre questo mondo interiore a cui ci si può aggrappare.*

Astrid Lindgren

# Educazione all'igiene e alla pulizia

## Uso già il vasino

"Che cos'è?" chiede Carlo meravigliato alla sua mamma che gli mostra un vasino rosso in bagno. Continua a ripetere con fare significativo "ca-ca, ca-ca". Carlo, stupito, pensa: "Cosa mai vorrà dirmi la mamma con questo strano oggetto e cosa significa ca-ca?"

Per i pargoletti la questione del pannolino è la cosa più naturale al mondo, del resto non conoscono altro. Probabilmente vostra/o figlia/o non avrà la benché minima idea di ciò che vorrete da lui/lei, quando gli/le presenterete per la prima volta il vasino. Fino all'età di circa un anno e mezzo, il bambino non è realmente cosciente delle sue piccole e grandi "imprese" perché non è ancora in grado di controllare gli stimoli per l'evacuazione. Sebbene inizi a notare i propri "prodotti", gli occorrerà ancora del tempo finché riuscirà a collegare lo stimolo che percepisce a ciò che ha "prodotto". Soltanto quando sarà consapevole di poter tendere e rilassare i propri muscoli sfinteri, avrà senso spiegargli lo scopo del vasino. **L'educazione**

**all'igiene è una fase di sviluppo e apprendimento uguale a tutte le altre: imparare a camminare, imparare a parlare o a mangiare con il cucchiaino.** Come accade per tutti questi processi di maturità, ciascun bambino seguirà il proprio ritmo evolutivo del tutto personale. Di norma sarà pulito e asciutto non appena sarà sufficientemente maturo per farlo. Alcuni iniziano prima, attorno al secondo compleanno, altri ci impiegano ancora uno o due anni, ma con grande stupore dei genitori perché riusciranno nell'impresa da un giorno all'altro. Talvolta per alcuni bambini si potranno verificare delle "regressioni". In un determinato periodo la capacità di controllo può essere soggetta ad alti e bassi. **A dispetto dei frequenti successi, non significa che un bambino sia già "capace soltanto se lo vuole".** I processi di maturazione fisica hanno bisogno del loro tempo. I genitori non possono che sostenerli e accompagnarli con amore. Appena all'età di 4-5 anni, la maggior parte dei piccoli sarà in grado di controllare le funzioni dell'intestino e della vescica, a tal punto che non "accadrà" più nulla anche se saranno stanchi o presi dall'entusiasmo del gioco.



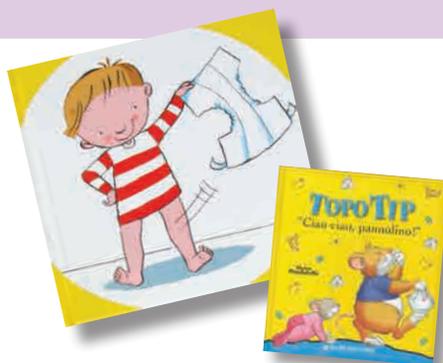
## INFORMAZIONI & SUGGERIMENTI

- I bambini osservano con molta attenzione i loro genitori, i fratelli e le sorelle, anche quando questi vanno al bagno. Nasce così l'interesse di imitarli. Se il piccolo è interessato, è arrivato il momento giusto per proporgli il vasino.
- A partire da due anni circa molti bambini iniziano ad essere consapevoli di ciò che avviene nel proprio organismo. Una volta seduto/a sul vasino o su un riduttore per WC, vostra/o figlia/o apprenderà più facilmente la relazione fra "impresa" e vasino.
- **Bisognerebbe spiegare al piccolo sin dall'inizio di che cosa si tratta: potrete mostrargli il pannolino sporco, dirgli che cos'è e spiegargli che ora pian piano il mucchietto dovrà essere fatto nel vasino o nel WC.**
- Se il piccolo conosce una parola semplice per le sue feci – a tal proposito ogni famiglia avrà le proprie espressioni – potrà comunicarlo personalmente con più facilità. Per mezzo di una pedana potrà arrampicarsi da solo sul WC dotato dell'apposito riduttore; ciò soddisferà il suo bisogno di autonomia.
- Per i bambini le feci non rappresentano qualcosa di sporco ma risultano interessanti e costituiscono un motivo d'orgoglio. Potrete lodarli e mostrar loro i passi successivi. All'inizio non dovrete semplicemente gettare le feci, ma spiegare e dimostrare ai piccoli che cosa ne avviene. Inoltre essi potranno già imparare ad utilizzare da soli lo sciacquone.
- Non meravigliatevi se all'inizio vostra/o figlia/o cercherà di "trattenere" le feci. In un primo momento si esercita e impara a trattenere, quindi a rilasciare, proprio come accade con le sue manine. I bebè imparano prima ad afferrare e a trattenere, successivamente a rilasciare. Utilizzando quindi il vasino, il piccolo impara a livello fisico ciò che al momento ama fare in altre circostanze, ovvero trattenere e rilasciare. Quando scaricano, i bambini provano una piacevole sensazione nella zona anale; pertanto amano ritirarsi e spesso non desiderano essere cambiati immediatamente.
- **La fase di transizione richiede un po' di pazienza, perché all'inizio accadrà spesso che il piccolo lo comunicherà quando sarà troppo tardi oppure che non riuscirà a rimanere asciutto per tutta la notte. In questi casi non servirà a nulla sgridarlo o punirlo; semplicemente non è ancora totalmente padrone del proprio corpo.**
- Troppi elogi per una buona "riuscita" trasformano l'operazione sul vasino in un qualcosa di straordinario, troppo pochi invece possono scoraggiare; meglio scegliere una via di mezzo. In caso di successo trasmettete a vostra/o figlia/o soprattutto la sensazione che abbia fatto qualcosa di giusto e lodatelo senza esagerare. E infine rideteci su, del resto ci si può consolare pensando che finora abbiamo dovuto impararlo tutti!
- Anche più tardi, quando il piccolo non avrà più il pannolino, potranno esserci delle ricadute, ad esempio in caso di malattia o di cambiamenti nella vita.

Letture suggerite:

**Basta pannolino!** di Emanuela Nava e Desideria Guicciardini, Lapis. Un bambino decide di dire addio al pannolino. Lo aspetta un mondo pieno di ... vasini di tutte le forme e colori! Ma non tutto andrà come gli adulti si aspettano.

**Ciao ciao, pannolino!** Topo Tip, di Marco Campanella, Edizione Dami. Topo Tip vorrebbe restare a giocare ai giardini tutto il pomeriggio, ma bisogna correre a casa: la sua sorellina ha il pannolino pieno ... Topo Tip ha deciso: Le insegnerà Lui come si fa. Età di lettura: da 2 anni.



Fin da piccolissimo percepisco ciò di cui ha bisogno il mio corpo, ciò che gli fa bene. Potete aiutarmi chiedendomi ad esempio: "Hai caldo abbastanza o hai bisogno di una giacca?" "Devi andare sul vasino?" e fidandovi della mia capacità di accorgermene da solo.



*Educare è lasciare che la natura faccia da sé e osservare semplicemente come le circostanze l'aiutino nel suo lavoro.*

Ellen Key



# La spesa, che stress!

## Faccio un salto dal panettiere ...

Per il pranzo manca il pane. Gianni decide di andare di corsa al supermercato vicino a fare la spesa, mette subito la giacca ai piccoli e via! Fatti i primi passi dopo l'ingresso, a Sebastiano viene subito in mente che qui hanno del buon formaggio: "Aggio!!!" "No, non ora, oggi compriamo soltanto un po' di pane e torniamo a casa ..." "Voglio aggio!" "No, non ora ..." "Papiiii, aggio!!!" Alcuni iniziano a voltarsi, un commesso ha l'aria un po' irritata ... "Ok, va bene, ma soltanto una fetta." Per il momento torna la calma, Sebastiano e la sorellina Emma masticano con piacere. Mentre si dirigono verso la cassa, Gianni cerca di distrarre i suoi pargoletti: "Guardate, la signora laggiù indossa un cappello enorme!", ma, ahimè, senza successo: "Ciolata!!!", "Ciolata!!!", "No, torniamo domani tesorino." "Papiiii !!!" Ora anche Emma dice la sua, sputa il ciuccio e si fa sentire a squarciagola ...

Andare a far la spesa con uno o più bambini può risultare molto faticoso, soprattutto quando essi non vogliono più stare seduti nel carrello della spesa. Per i piccoli il negozio rappresenta un mondo infinito ed emozionante, pieno di fantastici oggetti da scoprire. Dietro ogni curva c'è qualcosa di nuovo, oggetti sconosciuti, grandi scatole colorate e sacchetti dal contenuto assai interessante. Non c'è da meravigliarsi se corrono qua e là, toccano questo e quello e non vogliono riporlo ... Farete fatica a tenerli sott'occhio nella confusione del supermercato, potrà innervosirvi soprattutto l'attesa in fila davanti alla cassa. All'altezza del loro sguardo e delle loro manine, saranno esposti soprattutto gli oggetti che faranno impazzire i loro cuoricini. I proprietari dei negozi sanno che davanti alla cassa il cliente aggiunge al carrello, in fretta e furia, qualche articolo senza rifletterci. O anche che i genitori cedono infine al pianto del piccolo, mettendo nel carrello l'oggetto del



desiderio, spesso un dolcetto, per tentare di calmare il piccolo. Del resto, tutte le altre persone in fila osservano con curiosità e talvolta con disprezzo la scena! Ma come reagire nei confronti del bambino? **La soluzione migliore è rimanere calmi e decisi sul proprio no, anche se il piccolo continua a piangere.** Se acconsentite per una volta, il piccolo cercherà sempre di ottenere qualcosa. È difficile per un bambino di età compresa fra i due e i tre anni rinunciare a qualcosa che è così a "portata di mano". Non è nemmeno ancora in grado di capire bene cosa significhi comprare o pagare. Ma potete iniziare a spiegarglielo, **ad esempio potete concordare, ancor prima di andare a far la spesa, che potrà scegliersi uno degli yogurt esposti oppure quale frutta acquistare quel giorno.** Oppure, prima di fare la spesa, discutetene e comunicategli se gli comprerete qualcosa o meno. Se l'accordo è un "no", è probabile che continuerà ad insistere nel negozio, tuttavia non per farvi arrabbiare, ma perché il suo desiderio ha il sopravvento oppure non si è più ricordato dell'accordo. Se alla fine ripone volontariamente l'uovo con sorpresa, merita di essere

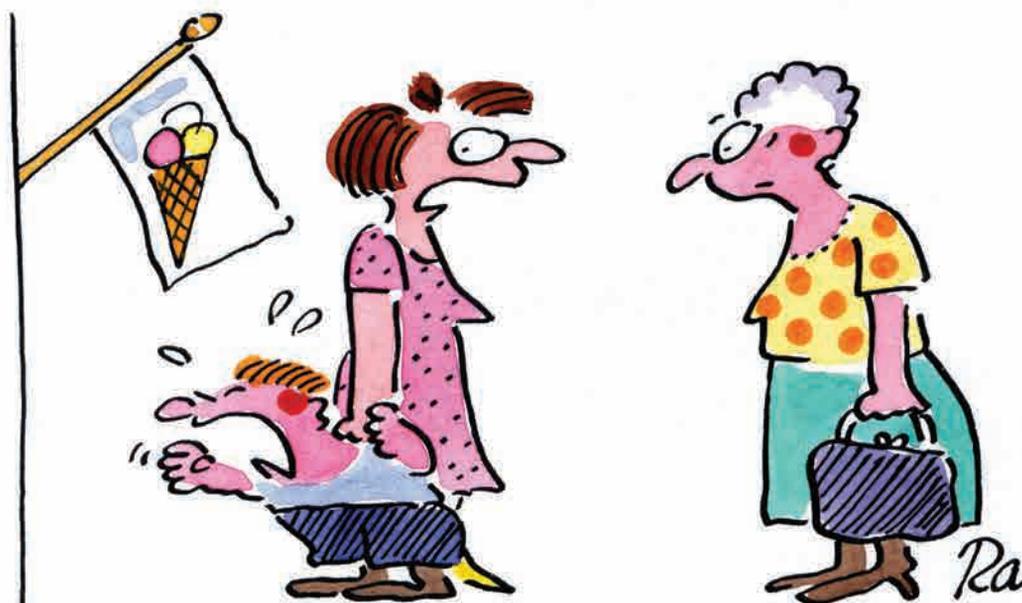
lodato. La rinuncia gli è costata molto!

A volte può accadere che nella confusione del centro commerciale perdiate improvvisamente vostra/o figlia/o, anche se gli avete detto con insistenza di rimanere accanto a voi. Poco prima era ancora con voi ed ora è sparito/a. Cercate di mantenere la calma e di informare un commesso che, eventualmente, potrà fare un annuncio. Nella maggior parte dei casi troverete vostra/o figlia/o nella corsia successiva. In tal caso non rimproveratelo/a ma prendetelo/a in braccio e consolatelo/a; probabilmente anche voi gli sarete mancati. **I bambini di due anni non sanno ancora di essere invisibili per i genitori, dopo che hanno voltato l'angolo,** e non sono più in grado di tornare da loro, soprattutto se c'è un gran via vai di persone.

## INFORMAZIONI & SUGGERIMENTI

- **A volte è meglio valutare se il piccolo può rimanere con un genitore, mentre l'altro fa la spesa, ad esempio se si ha fretta, se in negozio ci sarà molta gente o se l'aria sarà pesante e le lunghe code davanti alle casse richiederanno molta pazienza. Se non avete questa alternativa, potete cercare di organizzarvi diversamente:** ad esempio con l'aiuto dei nonni, di amici oppure insieme ad altri genitori, concordando di fare la spesa a turno e di accudire i rispettivi bambini.
- **È consigliabile programmare di fare la spesa con il piccolo dopo i pasti e il sonnellino. Per un pargolo sazio e riposato sarà più facile elaborare bene le molteplici impressioni.**
- Per i bambini che hanno comunque fame fuori casa, si può portare con sé qualcosina, ad esempio una mela o un po' di pane. Altrimenti è probabile che il piccolo riuscirà a convincervi ad acquistare biscotti o dolci, e che ci riproverà anche la volta successiva.
- Inoltre può essere utile fare la spesa all'ora di pranzo: chiedete al/la partner o ad un vicino di accudire a casa il piccolo. In genere a quell'ora i negozi non sono affollati ed è più sbrigativo fare la spesa...
- **Durante la spesa i piccoli apprendono molto senza rendersene conto: la procedura pianificata, ad esempio quando prima di fare la spesa si compila insieme la lista di ciò che è necessario acquistare, la varietà degli alimenti, il significato del denaro e tanto altro. Le vostre spiegazioni su questi argomenti amplieranno le conoscenze e il vocabolario di vostra/o figlia/o.**

- Se è in grado, potete chiedere al piccolo di prelevare alcuni articoli dagli scaffali, riporli sul nastro della cassa e infilarli nella borsa dopo il pagamento. Il piccolo si sentirà impegnato, soddisfatto e orgoglioso della propria autonomia.
- Potrete pesare insieme le mele e spiegare perché acquistate un articolo invece di un altro: "... Guarda come sono fresche queste carote, le compriamo per la minestra. Oggi non abbiamo bisogno di insalata, ne abbiamo a sufficienza a casa." Quando i piccoli saranno un po' più cresciuti, sarà più facile spiegare loro anche la questione del denaro, ad esempio far capire loro perché non è possibile comprare tutto ciò che è sugli scaffali ma che possono scegliere qualcosa per un determinato importo e mangiare la cioccolata soltanto dopo averla pagata.
- Spesso in negozio i bambini vedono qualcosa di nuovo e lo vogliono avere. Perché non provare uno o due nuovi prodotti? Stabilite tuttavia quali desideri volete esaudire e quali no. Siete voi a decidere ciò che va messo nel carrello della spesa!
- **I bambini apprendono dai genitori. Se vedono che in genere mamma e papà riflettono bene su cosa mettere nel carrello della spesa, è probabile che in futuro si comporteranno allo stesso modo.**



Soffre di astinenza cronica da gelato.

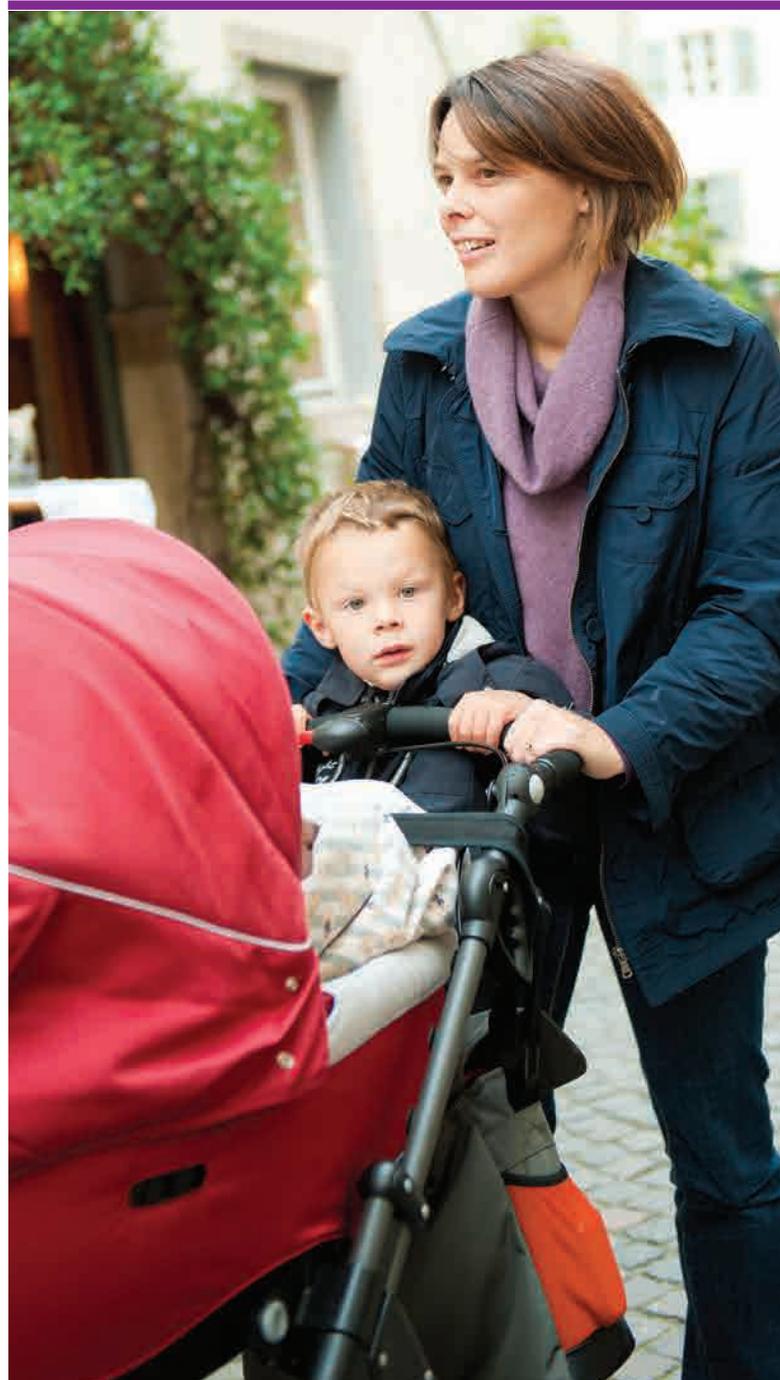
# Sicurezza in strada

## Con il rosso si sta, con il verde si va ...

Paolo cammina sul marciapiede, nella mano sinistra la borsa della spesa, nella destra la piccola Mia di due anni e mezzo, già sicura e orgogliosa sulle sue gambine. Dall'altra parte della strada viene loro incontro Lucia, la migliore amica di Mia con la madre. Esultante e senza guardare a destra e a sinistra, Mia lascia la mano e corre incontro a Lucia. "Fermati!", urla Paolo e per un pelo riesce ad afferrarla per la giacca mentre un'auto frena all'ultimo momento. "Anche questa volta è andata bene!", commenta la mamma di Lucia. "Sì, per fortuna! Ma così non va Mia, in strada devi rimanere vicino a me!", afferma Paolo arrabbiato.

Purtroppo sulle nostre strade avvengono spesso degli incidenti in cui sono coinvolti dei bambini. In realtà, a volte, sarebbe più importante pretendere dagli automobilisti e dai ciclisti di prestare maggior attenzione, ma i bambini sono i soggetti più deboli e più vulnerabili nel traffico e devono imparare, fin da piccoli, a rispettare le principali norme del codice stradale. Ciò è particolarmente importante perché essi percepiscono quello che avviene sulla strada in modo del tutto differente rispetto agli adulti: sono piccoli, non possono vedere oltre le macchine parcheggiate e non s'immaginano nemmeno di non poter essere visti quando si trovano dietro un veicolo. **Poiché sono dotati di una visuale più ristretta rispetto agli adulti, i bambini si accorgono più tardi se sopraggiungono lateralmente dei veicoli; non sono ancora in grado di stimare correttamente da dove possa provenire il rumore di un veicolo o il suono di un clacson. I piccoli non sono in grado di distinguere un'auto in movimento da una parcheggiata e, ancor meno, di stimare la velocità con cui si avvicina un'automobile.** Inoltre, non hanno raggiunto ancora il completo controllo del loro corpo. I bambini di due o tre anni, ad esempio, non riescono a fermarsi su comando. Se quindi vostra/o figlia/o attraversa correndo la strada e voi gli gridate di fermarsi, nella maggior parte dei casi non ci riesce affatto. È inoltre in

grado di concentrarsi solo per brevi intervalli, il che in genere non è nemmeno sufficiente per attraversare la strada. Inoltre i bambini si sentono spesso sovraccarichi quando devono prestare attenzione a più oggetti contemporaneamente. **Quando vi muovete nel traffico stradale con vostra/o figlia/o, è necessario che gli forniate chiare indicazioni e mostriate un comportamento coerente ed esplicito.**



## INFORMAZIONI & SUGGERIMENTI

- Va da sé che la regola principale nella circolazione stradale è la seguente: **attraversare la strada soltanto a semaforo verde**. Sempre, anche quando il piccolo siede nel passeggino.
- Potete attirare la sua attenzione sulla luce rossa e verde e inizialmente dire sempre ad alta voce: "Ora è verde, possiamo andare." Oppure: "È rosso, dobbiamo fermarci." Poco a poco si potrà incoraggiare il piccolo a notare la luce e a chiedergli con quale colore è consentito attraversare la strada.
- Da non dimenticare inoltre: **anche a semaforo verde, controllare sempre a destra e a sinistra prima di attraversare la strada. Inizialmente è meglio farlo in modo chiaro ed esagerato perché il piccolo possa notarlo**. Soprattutto quando non ci sono le strisce pedonali, è fondamentale fermarsi sul marciapiede e verificare se la strada è libera. Anche se ritenete di agire in modo esagerato, per il piccolo è proprio il giusto comportamento da adottare. Infatti, ciò che voi siete in grado di capire con una rapida occhiata, per lui richiede ancora grande impegno.
- Dove sono presenti, è meglio utilizzare le strisce pedonali per attraversare la strada, anche se si tratta di allungare un po' il percorso. **I minuti che sacrificate per la sicurezza di vostra/o figlia/o, possono salvare la sua vita!** Fategli notare le strisce pedonali e spiegategli a cosa servono; naturalmente dovrete **sempre tenerla/o per mano quando attraversate la strada**.
- Spiegate chiaramente a vostra/o figlia/o che non potrà mai correre sulla strada, spingere o correre dietro ad una palla, perché sono azioni molto pericolose.
- Inoltre è importante **non fare ciò che la creatura non dovrebbe imitare!** Voi siete il suo modello e lui imiterà anche ogni vostro errore! E anche quando non avete vostra/o figlia/o con voi, non dovrete attraversare a semaforo rosso, perché anche gli altri bambini potranno osservarvi.
- **Se portate il piccolo con voi in macchina, dovete sempre trasportarlo allacciato nell'apposito seggiolino**. In alcune riviste indipendenti o presso il Centro Tutela Consumatori e Utenti ci si può informare su quali siano i seggiolini più sicuri in base alle dimensioni del piccolo passeggero. Soltanto i seggiolini montati correttamente garantiscono la giusta protezione! È altresì d'importanza vitale prestare la massima attenzione alle istruzioni per il montaggio. Prima di ogni viaggio è necessario assicurare correttamente la cintura al seggiolino: questo piccolo accorgimento può salvare la vita.
- **Anche su una bicicletta, è necessario che il piccolo sia seduto in sicurezza in un apposito seggiolino con il casco indossato, dopodiché si può partire.**

*Per ulteriori informazioni si rimanda all'associazione "Sicherheit für Kinder und Jugendliche in Südtirol"; l'indirizzo è riportato nell'elenco in fondo alla rivista.*



*Lecture suggerite:*

**Anna e l'educazione stradale**, di Kathleen Amant, Edizione Calvis.  
 Oggi Anna va in centro città con la mamma, in bicicletta. La mamma guida e Anna siede dietro, sul seggiolino. In centro c'è molto traffico. Anna e la sua mamma devono guardare con attenzione a destra e a sinistra, camminare sul marciapiede e attraversare sulle strisce pedonali

# Parlare con mani e piedi ...

## Capisco già tante cose!

**"Nonna nanna", "Lea mangia ata (pasta)", "Anna pipì", e così via tutto il giorno. Tobia commenta tutto ciò che accade. Talvolta la sua mamma è letteralmente esausta: "Ci sono dei giorni in cui non riesco nemmeno a riflettere con calma su qualcosa perché Tobia non smette mai di chiedere o di raccontarmi qualcosa. A volte sento dire che i piccoli imparano la lingua in modo più semplice e rapido degli adulti, eppure dietro vi sono anni e anni di pazienza e d'esercizio."**

Il terzo anno di vita è assai importante per lo sviluppo del linguaggio dei bambini i quali assorbono senza problemi nuove parole, esercitandosi costantemente a pronunciarle. I bambini di quest'età capiscono già molto di più di quanto non siano in grado di dire e reagiscono a semplici ordini e domande, del tipo: "Siediti per favore sulla sedia" oppure "Puoi prendere le tue scarpe?" Non nominano più soltanto oggetti come ad esempio "palla", "bambola", ma

iniziano ad utilizzare anche dei verbi come ad esempio "bere" o "aprire". La velocità dell'apprendimento può variare molto da bambino a bambino. Alcuni raccontano già utilizzando delle frasi di due e tre parole, altri si prendono ancora un po' di tempo. Molte parole non vengono pronunciate ancora correttamente; spesso la banana è ancora una "nan", o bere "bee". Tanti bambini fra i due e i tre anni mostrano grande interesse in tutto ciò che è correlato al linguaggio, amano i piccoli dialoghi, le canzoni, le filastrocche e i libri. In genere raccontano soprattutto di ciò che li circonda, di ciò che appartiene al loro immediato presente. Per chi vive attorno al piccolo, si tratta di un periodo molto intenso: mamma, papà, fratelli, sorelle e le altre persone di riferimento dovranno ascoltare molto, porre domande e rispondere, leggere ad alta voce i libri e raccontare brevi racconti. In questo modo il piccolo apprenderà numerose paroline, comincerà a capirne il significato e ad unirle formando delle piccole frasi. I bambini fra i due e i tre anni sono anche in grado di comprendere determinati insiemi: ad esempio



capiscono che loro, insieme ai fratellini e alle sorelline, appartengono all'insieme dei "bambini", mentre i genitori e i nonni a quello degli "adulti". Le piccole frasi come ad esempio "Giada mangi", "Io pensa", "Molte bambola" dimostrano che ora sono consapevoli di alcune semplici regole grammaticali della lingua e che stanno cercando di applicarle. Se qualche mese fa avete chiesto a vostra/o figlia/o di portarvi il giornale e poi di chiudere la porta, probabilmente vi avrà guardato ancora senza capire. Ora però inizia a comprendere anche delle affermazioni

complicate e, se ne ha voglia, anche ad eseguirle. Lo sviluppo del linguaggio non va separato dallo sviluppo complessivo del piccolo. Pertanto l'"apprendimento del linguaggio con mani e piedi" va preso assolutamente alla lettera. **Tale sviluppo comprende anche molti movimenti fisici e suoni. Tra le mani e la sfera linguistica nel cervello esiste persino un cosiddetto filo diretto; quando, ad esempio, un bambino sta "solo" dipingendo, ciò influisce anche sullo sviluppo della sua capacità linguistica.**

## Ti prego, ascoltami, dammi la possibilità di raccontare.

Ti prego, raccontami cosa stai facendo, ad esempio mi vesti, preparo da mangiare per noi ... e descrivimi ciò che stiamo vedendo mentre passeggiamo o giriamo in macchina.

Fammi delle domande: "Vedi quell'animale laggiù? Come si chiama questo?" "Di che colore sono i tuoi calzetti?" e rispondi alle mie, se ad esempio indico qualcosa e ti chiedo "E questo?".

Parlami utilizzando delle frasi complete. Ascolto con attenzione il tuo modo di parlare così posso apprendere molto.

Sfoggia spesso con me dei libri, sono così colorati e interessanti per me. Adoro stare vicino a te, in questo modo imparo molto.

Non criticare e correggi i miei errori: sto ancora imparando a parlare. Se ripeti semplicemente le parole in modo corretto, posso ricordarmele meglio.

Gioisci delle mie parole inventate frutto della mia creatività!



## Mi ascolti con attenzione?

Se il papà, la mamma e le altre persone di riferimento vicine alla piccola la ascoltano con attenzione, quando lei racconta, si sente compresa e apprezzata e percepisce che i suoi genitori sono interessati a ciò che dice e a ciò che fa. Ciò contribuisce a far nascere in lei un sentimento di auto-stima e di sicurezza di sé.

### Ascoltare con attenzione significa:

- prendersi il tempo di ascoltare quando il piccolo racconta qualcosa,
- guardarlo negli occhi,
- non interromperlo,
- essere seriamente interessati a ciò che racconta.

### Ma significa anche:

- chiedere chiarimenti se non si è capito qualcosa,
- eventualmente ripetere ciò che il piccolo racconta e chiedere: "Ho capito bene?"

**Talvolta ascoltare con attenzione significa anche capire i sentimenti che si celano dietro le parole.** Se ad esempio il piccolo appare triste e afferma: "Oggi no parco giochi", i genitori potranno chiedere: "Cosa c'è? Ti piace tanto andare al parco giochi! Perché non vuoi andarci oggi?"

**Ciò dimostrerà al piccolo che i genitori sono presenti, che si interessano di lui e che cercano di comprenderlo.**

*La fiducia nasce quando si ascolta seriamente qualcuno, lo si accetta, gli si viene incontro e lo si prende sul serio e quando non si deve necessariamente avere ragione.*

Ruth Cohn



## Taciturni e chiacchieroni ...

Grazie all'aiuto di genitori, fratelli e sorelle maggiori, nonni e altre persone comprensive che parlano, raccontano e leggono molto ai piccoli, rispondendo alle loro domande, essi cominciano ora a sviluppare rapidamente il loro vocabolario. Sempre più di frequente anche la sintassi e la grammatica cominciano ad essere corrette. Vostra/o figlia/o vi comunicherà ad esempio: "Ho dormito" invece di: "Ho dormire." Come l'ha imparato? Non ha fatto altro che ascoltare con attenzione! Oppure è possibile che non l'abbiate ancora sentito porre una domanda interrogativa. Parla forse ancora poco e tantomeno usa frasi corrette. **A quest'età la capacità di linguaggio varia ancora molto da bambino a bambino.** Nella maggior parte dei casi tali differenze svaniscono nel corso dell'anno di vita successivo. **I bambini che parlano ancora poco, nella maggior parte dei casi capiscono molto di più di quanto siano in grado di esprimere.** Memorizzano le parole e le frasi nella loro testolina e, di

punto in bianco, le pronunciano tutte insieme. Nell'apprendimento linguistico è controproducente avere aspettative elevate o persino esercitare pressione. **Un ascolto paziente e una risposta sempre pronta sono meglio di qualsiasi tipo di programma di stimolazione linguistica.** Se vostra/o figlia/o gioca e si diverte con dedizione, è interessato/a a ciò che lo/a circonda, non c'è nessun motivo di allarmarsi. Se tuttavia siete preoccupati, consultate il vostro pediatra.

**Le logopediste dell'Azienda Sanitaria dell'Alto Adige consigliano ai genitori di richiedere una consulenza per il/la loro figlio/a a partire da circa 24 mesi, nei seguenti casi:**

- il vocabolario del piccolo include poche parole al di fuori di "mamma" e "papà",
- nella maggior parte dei casi il piccolo parla in modo incomprensibile,
- il piccolo non compone frasi di due parole come ad esempio "mamma qui" oppure
- i genitori hanno la sensazione che il loro figlio non li comprenda.

*Per ulteriori informazioni si rimanda ai servizi di logopedia dell'Azienda Sanitaria nei singoli comprensori.*

## Mi chiamo Lola

Mi chiamo Lola  
e son spagnola,  
per imparare l'italiano  
vado a scuola.  
La mia mamma  
è parigina,  
il mio papà è  
imperatore della Cina.  
I miei fratelli  
son due gemelli;

le mie sorelle  
son tutte belle.  
La mia maestra  
è una contessa  
che dice sempre:  
"Lola, mangia la minestra!"  
Cina, Cina, Coccodè:  
questo è per me  
e questo è per te.  
Un, due, tre.



## Libri illustrati: crescere con la lettura ...

**I libri illustrati stimolano la fantasia dei bambini e il loro vocabolario.** E i bambini crescono con loro: ciò che poco tempo fa era ancora un "tata" ora è diventato un gatto, una luna, una nave. All'età di due anni circa i bambini comprendono piccole scene con due o tre persone e iniziano ad apprezzare racconti brevi e semplici. Indicano gli oggetti e desiderano che venga raccontato loro qualcosa sull'oggetto indicato. **Amano soprattutto quando mamma, papà, la nonna, la tagesmutter, il padrino o un fratello maggiore raccontano le scene con le proprie parole.** Nella maggior parte dei casi sono anche in grado di sfogliare le pagine da soli. A circa tre anni hanno un po' più di pazienza: ascoltano racconti più lunghi e sono anche in grado di raccontare se vengono poste loro delle domande. **Se non avete ancora iniziato, questo è il momento buono per cominciare con la lettura ad alta voce prima di andare a letto.** La lettura della sera funge da ponte ideale per passare dai giochi turbolenti alla tranquillità e alla fase dell'addormentamento. Non avete bisogno nemmeno di libri sempre nuovi, perché i bambini amano ascoltare sempre gli stessi racconti!



*Letture suggerite:*

**Storie della buonanotte**, con Giulio Coniglio, di Nicoletta Costa, Panini. Quattro colorati racconti da leggere prima di addormentarsi. Nel CD allegato si possono ascoltare le storie accompagnate da una musicchetta dolce e ritmata.

**Filastrocche della Buonanotte**, di Luciana Martini, Giunti Kids. Una raccolta di filastrocche per i più piccini, per salutare il sonno che viene, per farsi cullare con tenerezza, per fare bei sogni tranquilli.

# Domande su domande ...

## Da dove vengo?

Anche questa è una domanda che ora inizia ad interessare alcuni bambini fra i due e i tre anni. **Essi non riescono ad immaginarsi che ci sia stato un periodo in cui non fossero ancora presenti.** Ma poi si sentono rispondere: "Non eri ancora al mondo", ad esempio quando guardano con i loro genitori le foto di tempi passati oppure quando chiedono "Dov'ero?" ai genitori che raccontano di eventi del passato. Nella maggior parte dei casi essi sono meno interessati ai processi fisici di produzione e nascita, quanto piuttosto alla domanda: **come sono arrivato/a ai genitori?** O loro a me? "I bebè nascono nella pancia della mamma e un tempo anche tu eri nella mia pancia ..."; la maggior parte dei bambini sarà soddisfatta di questa risposta. Se però desiderano saperne di più, continueranno a porre

delle domande. Se state aspettando un'altra creatura o è già presente un fratellino o una sorellina, questa spiegazione risulterà più concreta. Tuttavia, a prescindere dalle informazioni tecniche che gli fornirete, vostro/a figlio/a sarà interessato/a soprattutto ad un messaggio: **mamma e papà sono felici che io sia con loro!** Anche se siete un genitore single e il piccolo non conosce affatto il proprio padre o la propria madre, è importante per lui sapere di avere due genitori come tutti i bambini, di "discendere" da mamma e papà che tuttavia non abitano insieme. Se il piccolo si trova in piena "fase del perché", vi chiederà subito: "Perché?", non importa quale sia la vostra risposta, ma è fondamentale che non sminuiate l'altro genitore davanti al piccolo, perché mamma e papà fanno parte della sua identità. Il fatto di avere un papà o una mamma che non venga apprezzato/a, incute timore e tristezza nel piccolo.



## Genitori adottivi

Se avete adottato un/a figlio/a, attenderete forse con un po' di timore la fatidica domanda: "Da dove vengo?" e vi chiederete: "Sopporterà la verità?" Certamente, se il nocciolo della vostra risposta sarà: da genitori che non conosciamo, ma che vogliono il meglio per te. Questo messaggio è d'importanza vitale per un bimbo adottato. **Tanto più naturale e spontaneo sarà il modo in cui egli verrà a conoscenza di questo fatto, quanto più egli potrà conviverci.** I bambini percepiscono quando un tema è tabù; essi temono le domande "proibite" e cominciano a sviluppare fantasie che li spaventano. A questa età per una creatura la "verità" non significa ottenere informazioni dettagliate sul perché non sia potuto rimanere presso i suoi genitori, bensì sul fatto che non esiste soltanto un modo per avere dei genitori. **L'orientamento su quali siano le risposte giuste vi sarà dato dalle domande poste dal piccolo.** Se ad esempio vi chiede: "Anch'io sono cresciuto nella tua pancia?", la risposta

potrebbe essere: "Sei cresciuto nella pancia della tua mamma naturale, e poi sei giunto a noi perché sei un immenso tesoro!" Quale che siano le vostre risposte, **vostra/o figlia/o deve avere la possibilità di potersi immaginare i genitori da cui discende come persone buone e gentili.**

I genitori adottivi potranno raccogliere ulteriori spunti su come gestire tali situazioni e altre simili in occasione degli incontri con altre famiglie adottive, ad esempio all'interno di associazioni o di enti di consulenza e d'intermediazione in materia di adozioni oppure all'interno di gruppi di auto-mutuo aiuto. **Per le famiglie che hanno adottato uno o più bambini, spesso è più difficile crescere insieme rispetto alle altre famiglie. Lo scambio con altre famiglie e con esperti del settore può essere di grande sostegno.**

L'Associazione Sudtirolese Genitori Adottivi e Affidatari o i centri di auto-mutuo-aiuto forniscono numerosi spunti ai genitori adottivi. Il Servizio Adozioni Alto Adige, i consultori familiari e gli enti autorizzati per l'adozione forniscono consulenza e aiuto.



## Scopro il mio corpo ...

Nei primi anni della loro vita i bambini imparano a conoscere il mondo e anche il loro corpo letteralmente attraverso il tatto. Ciò avviene anche per i loro organi sessuali. È dunque assolutamente normale e innocuo se vostro/a figlio/a gioca con i propri organi sessuali e li esplora, mostrando anche sensazioni di piacere. Noi esseri umani siamo esseri sessuali dall'inizio della nostra vita fino alla nostra morte e persino ancor prima della nascita: già nel ventre materno si possono osservare delle erezioni nei maschietti; anche durante il cambio del pannolino o il bagnetto queste manifestazioni sono normali. **Il piacere percepito sul proprio corpo è espressione della gioia di vita e dimostra che il/la bambino/a è sano/a a livello psico-fisico.** A circa due anni alcuni piccoli iniziano anche ad interessarsi degli organi sessuali degli adulti. Essi osservano mamma e papà quando questi si vestono al mattino oppure quando fanno il bagnetto insieme a loro. Nonostante la nostra apparente apertura sul tema

del sesso, per noi adulti è ancora molto difficile parlarne con tranquillità. Spesso ci mancano anche solo le parole giuste: vogliamo chiamarlo membro o pene? Vagina o farfallina? Non è così fondamentale, piuttosto è importante che vostra/o figlia/o possa nominare i propri organi sessuali con la stessa spontaneità con cui nomina correttamente le proprie mani e le proprie gambe. Rispondete concretamente alle sue domande così come vi comportate per tutte le altre questioni. Cercate di trovare anche per questo tema un linguaggio semplice. In questo modo il piccolo potrà sviluppare un buon rapporto con il proprio corpo. Se avete paura che vostro/a figlio/a possa parlare di questo argomento con altri senza remore, spiegategli con chi può farlo. Allo stesso modo potrete spiegargli che la parte sessuale non deve essere mostrata in pubblico e che nessuno può toccarla.

**Fin da piccolissimi, i bambini dovrebbero imparare che ogni persona ha il diritto di proteggersi e di dire "no". Ciò fa parte dello sviluppo della sessualità e può tutelare un bambino da eventuali abusi.**



*Lecture suggerite:*

**Il corpo umano.** Libri animati, di Anne-Sophie Baumann, Patrick Morize, Editore Tourbillon. I muscoli, le ossa, la digestione, i cinque sensi...il corpo umano è fantastico! Con testi brevi e semplici e allegre illustrazioni i bambini prendono coscienza del loro corpo.

**Il mio primo libro del corpo umano,** Fabbri. Con questo libro cartonato e corredato di numerose fotografie a colori, i bambini impareranno a riconoscere le parti del corpo umano, le espressioni del viso, i movimenti che si possono fare con il corpo, i cinque sensi, i vestiti per l'estate e per l'inverno.

# Creare, scarabocchiare, disegnare, colorare ...

## Dalla gioia di muoversi ai primi "scarabocchi"

**Elisabetta, 2 anni, siede al tavolo accanto a Matteo, osservandolo intento a disegnare una casetta. Poi afferra una matita, scarabocchia sul suo foglio e, piena d'entusiasmo, anche sulla tovaglia ...**

Esprimersi attraverso i disegni è un antichissimo fabbisogno dell'uomo. Ben 15.000 anni fa i nostri antenati crearono già le prime opere d'arte. Le immagini costituivano un mezzo per orientarsi e rappresentare le esperienze vissute e le impressioni del mondo.

Non appena i piccoli stanno in piedi e camminano con sicurezza, le loro manine sono libere di compiere nuove attività. Una maggiore forza e abilità delle mani permette loro di tenere una matita e di scarabocchiare. Così come il piccolo parlotta, prima di pronunciare le prime parole,

così come gattona prima di camminare sicuro sulle sue gambine, allo stesso modo egli scarabocchia prima di disegnare e colorare. Ecco che fa il proprio ingresso nel mondo attraverso tutti i sensi, trova il proprio spazio e si adatta all'ambiente che lo circonda.

Per i piccolissimi l'attività del disegno ha molteplici significati. Gli scarabocchi dimostrano chiaramente la gioia di esistere e "l'esperienza dell'io". I primi segni che il piccolo traccia seduto su un foglio di carta che ha davanti, sono perlopiù di forma semicircolare, attorno al centro del proprio organismo. L'intero corpo segue tali movimenti, testa e lingua vi partecipano. Il disegno è come un piacevole esercizio. All'inizio i bambini fanno largo uso della carta che hanno a disposizione; a volte tracciano un unico segno sul foglio. Se hanno a disposizione colori e pennello, occorre prestare attenzione che non dipingano su tutti gli oggetti vicini a loro, fra cui tavoli e pareti, compagni di gioco e anche loro stessi. Sperimentano il



nuovo materiale e la nuova abilità con grande fervore. A poco a poco sviluppano dei movimenti più ordinati che vengono ripetuti costantemente finché non soddisfano la loro volontà. Gli scarabocchi tracciati senza scopo qua e là si trasformano con il tempo in una matassa circolare, in cui vengono inseriti di frequente e con gran daffare molti puntini. In questa fase i colori non sono ancora fondamentali; l'interesse è rivolto perlopiù al movimento, alla traccia che ne insorge.

Nel corso del secondo e del terzo anno di vita, molti bambini iniziano a denominare i loro scarabocchi. Il significato può variare rapidamente: la stessa immagine

può essere definita dapprima una mela, più tardi un tavolo, una casa oppure una palla. Attraverso il disegno i bambini vivono l'ambiente che li circonda, disegnano per soddisfare la loro volontà; per questo motivo l'effetto maggiore è quello che viene esercitato sull' "artista" stesso.

*Ogni bambino è un artista.*

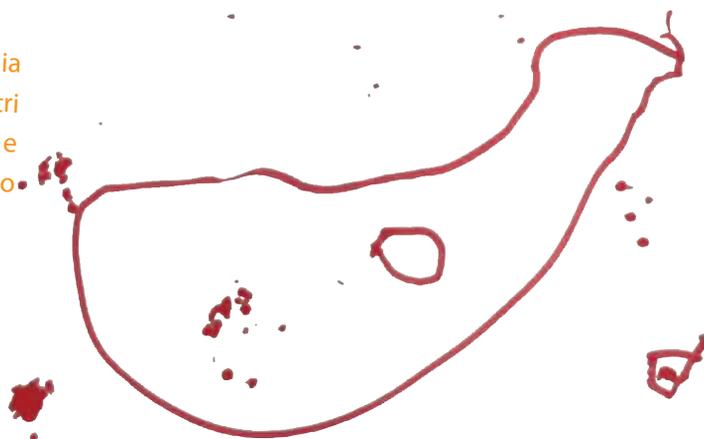
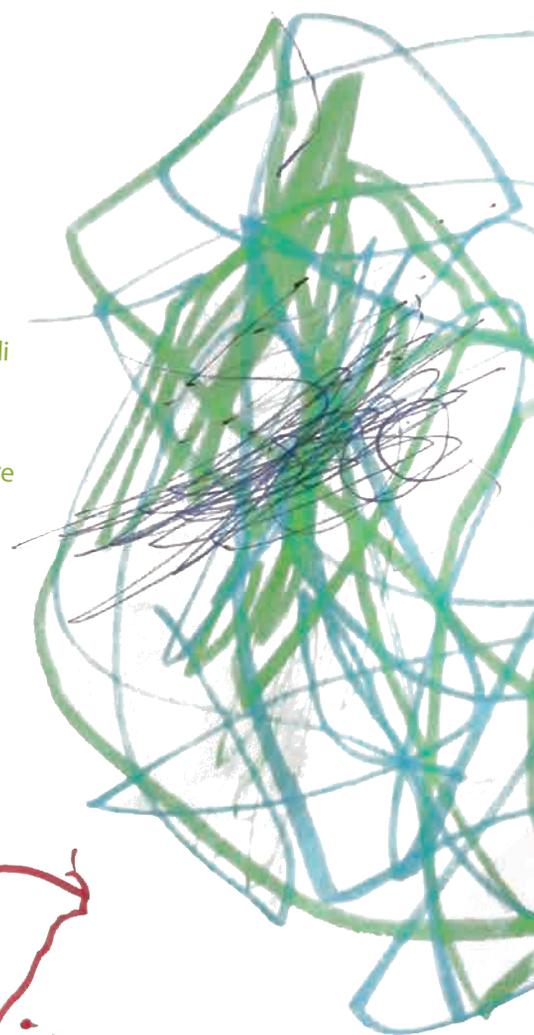
Picasso

Nei lavoretti manuali e nel dipingere i bambini non necessitano di grandi indicazioni. Essi sviluppano la coscienza di sé attraverso la possibilità di sperimentare da soli, di poter creare qualcosa autonomamente. Per quanto concerne alcuni materiali, come ad esempio gli acquarelli, hanno bisogno di bambini più grandi o di adulti che mostrino loro come adoperarli.

Colorare e scarabocchiare liberamente consentono ai piccoli di sviluppare la fantasia e la gioia nell'espressione figurativa, permettendo loro di rappresentare in immagini l'ambiente che li circonda.

Sin da piccoli, i bambini dovrebbero disporre di materiali come ad esempio carta, matite e paste da manipolare. Tuttavia sarà anche necessario definire alcune regole: ad esempio si colora soltanto sulla carta, non sulle pareti o nei libri.

I bambini amano la compagnia e sono felici se gli adulti o altri bambini sono accanto a loro e li ascoltano mentre raccontano cosa stanno facendo.



Oltre a colorare è importante anche giocare e creare formine con la sabbia, l'argilla o altri materiali. Per gli adulti è necessario armarsi di pazienza e tranquillità, se si desidera concedere al piccolo uno spazio sufficiente per giocare, per scoprire e vivere la propria creatività. Talvolta queste sperimentazioni potranno risultare un po' "caotiche".



Il bambino è contento se le sue opere vengono accolte con interesse. Il contenuto dei disegni non riveste ancora un ruolo importante; non gli si dovranno chiedere troppo presto delle delucidazioni in merito. La gioia che prova nell'espressione creativa permarrà a lungo e diverrà una base preziosa per il suo affrontare la vita.

È probabile che vostro/a figlio/a vi inviti a colorare con lui/lei. Non preoccupatevi, non avrà grandi pretese dal vostro talento artistico: per accontentarlo/a è sufficiente fare un punto, un altro punto, una virgola, una lineetta ed ecco fatta la luna. Più che ottenere un risultato è importante condividere un'attività divertendosi. Magari la gioia di sperimentare di vostro/a figlio/a potrà contagiarvi: con un po' di carta e dei colori diverrete anche voi un artista e potrete decidere insieme dove esporre le piccole "opere d'arte".

### Sapevate che ...

... fra i due e i cinque anni si scopre se un bambino è mancino o destrorso? Si suppone che circa il 10-15% della popolazione sia mancino. Non si dovrebbe forzare la piccola creatura ad utilizzare la mano destra. **Non appena è evidente che preferisce utilizzare una mano, si dovrà accettare e incentivare questa tendenza, ad esempio apparecchiando il cucchiaio per il piccolo mancino sul lato sinistro.** Ad oggi esiste tutta una serie di oggetti d'uso quotidiano che facilitano la vita ai mancini: posate, forbici e pela-patate, quaderni, righelli e temperamatite, nonché tastiere per PC, chitarre e orologi.

In ogni caso si dovrebbe stimolare l'uso di tutte e due le mani, ad esempio con i giochi con la palla che rendono abili entrambe le mani.

# Crescere con la musica

## *Cantare, ballare, suonare con i piccoli*

La musica fa muovere ... e non solo gli adulti. Fin dalla più tenera età i piccoli si entusiasmano per la musica, iniziano a ballare, a saltare e imparano presto a cantare e a suonare da soli. **La musica porta gioia e movimento nella vita di tutti i giorni.** Molti bambini adorano cantare e ballare con mamma e papà. Il legame emozionale tra genitori e figli anche attraverso la musica è una forma espressiva positiva. L'attività musicale nella sua interezza (il canto, l'uso di strumenti, il ballo e l'ascolto) contribuisce allo sviluppo cerebrale. L'attività musicale ideale per i piccoli è costituita soprattutto dalle canzoni adatte alla loro età, perché sono

dotate di una struttura molto chiara ed elementare a livello melodico e ritmico. Attraverso l'attività musicale i piccoli sviluppano presto il senso della melodia e del ritmo, sono in grado di percepire singoli motivi, di riconoscerli e infine di cantarli e di suonarli da soli.

Cantando, i piccoli sono anche stimolati miratamente nello sviluppo del linguaggio: dapprima si tratta di singole parole, poi di frasi intere e di rime che essi imparano a pronunciare senza fatica.

**Cantare e suonare in gruppo, con altri genitori e bambini, esercitano sui piccoli un'intensa energia ed emozione.** In Alto Adige i corsi di musica per genitori e bambini, come ad esempio il "Musikgarten", vengono proposti dagli istituti musicali, dalle università della terza età, dai centri per genitori e bambini (ELKI) e da associazioni simili.



## ... ECCO COME FARE: ALCUNI SPUNTI

- **Cantate con vostra/o figlia/o delle canzoni per bambini che vi piacciono.** Vostro/a figlio/a amerà sentirvi cantare, riconoscerà il brano e ad un certo punto non ascolterà più soltanto con attenzione, ma inizierà a cantare con voi. In un primo momento memorizzerà brevi passi della melodia, come ad esempio "Giro, giro", le prime parole del "girotondo"; successivamente, parolina dopo parolina, canterà l'intera melodia.
- Le ripetizioni sono importanti e danno al piccolo la fiducia e la sicurezza di poter partecipare attivamente, in prima persona.
- Inoltre potrete accompagnare le canzoni battendo il ritmo con le mani o utilizzando uno strumento. **Potrete dare al vostro piccolo un semplice strumento che dovrà essere adeguato alla sua manina, semplice da suonare, non troppo rumoroso e innocuo per evitare che se lo infili in bocca.** Si possono usare ad esempio dei legnetti, sonagli, raganelle con campane, tamburi o mattoncini sonori. In casa vostra troverete di certo qualche oggetto adatto ad emettere suoni e a trasformarsi in uno strumento musicale per bambini. Dapprima la piccola osserverà e ascolterà, ma dopo giorni o settimane cercherà di imitarvi: canterà da sola, svilupperà il senso del ritmo e inizierà a suonare lo strumento. Lasciatele il tempo di interiorizzare il brano e il gioco strumentale e attendete con pazienza finché sarà in grado di "esibirsi" da sola.
- Anche la musica da ballo può stimolare vostro/a figlio/a: camminare, girare, saltare, tenersi per mano e volteggiare, marciare in cerchio, battere le mani ... Se il ballo si ripete seguendo sempre la stessa sequenza, vostro/a figlio/a capirà da solo/a quando ci sarà il cambio di movimento perché riconoscerà la musica.
- Molti bambini amano fare cavalluccio! I brani come ad esempio "Trotta, trotta cavallino" sono filastrocche e versi pronunciati ritmicamente mentre il piccolo è seduto sulle ginocchia dell'adulto. Le ginocchia saltellano seguendo il ritmo. In genere il breve racconto ha un finale in cui si rovescia il piccolo all'indietro o lo si fa cadere improvvisamente aprendo le ginocchia oppure lateralmente insieme all'adulto.
- Per vostra/o figlia/o i giochi con le dita sono una fantastica opportunità per conoscere le parti del proprio corpo e sviluppare al contempo il linguaggio. Poiché i giochi con le dita narrano spesso dei brevi racconti, il piccolo impara anche la sequenza delle azioni.

*Il corpo e il movimento sono la migliore possibilità per esprimere ciò che muove me e noi tutti. Non è un'arte, né una capacità, è la vita.*

Pina Bausch



Letture suggerite:

**Giocastrocche, Filastrocche per giocare**, in cortile, audio-CD, di Coro dei Piccoli Cantori di Milano e Laura Marcora.

## Mostrate il piedino

Mo - stra - te il pie - di - no, mo - stra - te la scar - pi - na guar -  
 da - te la bel - la la - van - da - ia lag - giù! Che  
 la - va, che la - va, che la - va tut - to il gior - no, che  
 la - va, che la - va tut - to il gior - no co - si, co - si, co - si, co - si!

Chords: D, A, D, G, A, A, G, A, Cdim, A

In questo brano all'inizio di ogni strofa si tende in avanti (si mostra) un piede. Successivamente si imitano i movimenti delle lavandaie: come lavano i panni sull'asse, come li strizzano, appendono, piegano, stirano e così via ...



## Fra' Martino

1. Fra Mar - ti - no, cam - pa - na - ro, dor - mi tu? Dor - mi tu?  
 Bru - der Ja - kob, Bru - der Ja - kob, schläfst du noch? Schläfst du noch?

2. 3. 4. Suo - na le cam - pa - ne, suo - na le cam - pa - ne, din, don, dan, din, don, dan.  
 Hörst du nicht die Glo - cken, hörst du nicht die Glo - cken, din, don, dan, din, don, dan.

Tratto da: *Miteinander – Insieme – Deboriada* – edizione, Athesia  
 Si ringrazia la Dott.ssa Johanna Psailer, pedagogista musicale, direttrice di cori,  
 cantante ed esperta di vocalità, per questo capitolo.

# Fratellini e sorelline

## Mia sorella, mio fratello...

"Questa è mia sorella", "Questi sono i miei fratelli." Il rapporto tra fratelli e sorelle è molto particolare: **sono poche le relazioni più profonde e più lunghe di quelle esistenti tra fratelli e sorelle.** È del tutto normale amarsi e al contempo continuare a litigare. Grazie al rapporto di parentela e ad un percorso di crescita condiviso, s'instaura spesso un profondo legame che contribuisce a far sì che ci si voglia bene ad di là del tempo e delle distanze e ad essere presenti l'un per l'altro.

**I genitori possono favorire l'instaurarsi di un buon rapporto tra i figli:** nel primo periodo dopo la nascita del secondo o del figlio successivo, si tratta soprattutto di distribuire l'attenzione ai figli in base alle loro esigenze. Entrambi, mamma e papà, dovranno accertarsi di essere presenti sia per i figli maggiori, sia per i più piccoli e potranno aiutarli a capirsi reciprocamente: "Guarda Giovanni. Sofia ti sta sorridendo contenta; credo che ti voglia tanto bene." "Hai visto come sa già tenere su la testolina?"

L'ha imparato in questi ultimi giorni." "Sai cosa vuol dire quando dice "aaa"? Vuol dire Giovanni, ti chiama! Senti?" E viceversa "Sì, Sofia, questo è il tuo caro fratello". "Guarda, ha fatto un disegno per te. Che bei colori. Dove lo mettiamo perché tu possa vederlo bene?" **Si dovranno evitare invece i confronti espliciti o impliciti fra i bambini.** Ciò accade molto facilmente nella nostra società orientata molto su prestazioni e successi. È altrettanto spiacevole se si predilige nettamente un/a figlio/a. Se ad esempio, in qualsiasi occasione il figlio maggiore viene indicato al piccolo come un modello da seguire oppure i genitori e i fratelli maggiori stanno dalla stessa parte, ciò non sarà affatto stimolante. **Anche se possono assomigliarsi molto, fratelli e sorelle sono molto differenti e dovrebbero avere la possibilità di essere considerati come persone indipendenti con tutte le loro caratteristiche, capacità, virtù, debolezze e con i loro talenti e di potersi sviluppare di conseguenza.** Nel corso del tempo il rapporto fra i bambini continuerà a crescere e sussisterà anche indipendentemente dall'influsso dei genitori.



*L'educazione è come il lavoro di un giardiniere che cura piante differenti. C'è la pianta che ama il pieno sole, un'altra l'ombra fresca, un'altra ancora la riva di un fiume, l'altra le aride cime montane. L'una cresce rigogliosa su un terreno sabbioso, l'altra nella grassa palude. Ciascuna deve avere la cura adatta alla propria specie, altrimenti la sua crescita rimane incompleta e poco soddisfacente.*

Abbas Effendi



Lettura suggerita:

**Marta sta nel mezzo**, di Jan Fearnley, Nord-Sud. Clara è la più grande. Ben è il più piccolo. E Marta è quella di mezzo, schiacciata e invisibile. O almeno così crede lei, finché non scopre che solo quando si sta in mezzo si è proprio al centro di tutto.

**Aspetto un fratellino**, di Marianne Vilcoq, Babalibri. La mamma dice: Camilla, avrai presto un fratellino. Ma Camilla non è contenta, perché Camilla non vuole un fratellino. Ma con il passare del tempo Camilla non vede l'ora che questo fratellino arrivi!

## Dimostrare amore

**L'amore può essere dimostrato al piccolo in vari modi, ad esempio comunicandogli di tanto in tanto che gli si vuole bene**, attraverso carezze e gesti affettuosi, tenendolo in braccio quando è triste, tenendo dei "diari" in cui ci si annota per esempio quali espressioni divertenti utilizza o ciò che si intraprende insieme. Anche

l'apprezzamento delle sue "opere d'arte", gli dimostra un sentimento di stima e affetto. Il tempo trascorso insieme gli fa capire che lui è importante e che si ama trascorrere il tempo con lui. Non si tratta di quantificare il tempo trascorso con il piccolo, ma piuttosto di prestargli attenzione, dedizione e di prenderlo particolarmente sul serio quando si trascorrono dei momenti insieme.

## Sono una femminuccia - sono un maschietto

"Cos'è? Maschio o femmina?" Questa la prima domanda che viene posta ai neogenitori subito dopo il parto. Anche i bebè stessi percepiscono presto le differenze: a pochi mesi sono già in grado di distinguere la voce di adulti di sesso maschile o femminile. Verso la fine del secondo anno di vita la maggior parte dei bambini è in grado di distinguere chiaramente le donne dagli uomini e di affermare se sono maschietti o femminucce.

I piccoli si immaginano che, quali femminucce, seguiranno le orme di mamma, quali maschietti, quelle di papà **ed iniziano ad imitare i loro genitori nei rispettivi ruoli di donna o uomo**. Tali ruoli non dipendono molto dalle caratteristiche fisiche come ad esempio il petto, la peluria o gli organi sessuali, ma piuttosto da come tali ruoli sono vissuti dai genitori, da ciò che questi intendono e vivono in veste di "maschio" oppure di "femmina". Se, ad esempio, in una famiglia è la mamma a cambiare sempre le lampadine e ad effettuare delle riparazioni, per il piccolo sarà naturale che tali attività appartengono ai compiti di una donna. Se invece è spesso il padre a farsene carico, tali attività rientrano nel ruolo del maschio. I bambini i cui genitori si ripartiscono i lavori di casa e l'attività lavorativa, non percepiscono il cucinare, pulire, lavare e tutte le faccende domestiche quotidiane come una questione di sesso. **Essi percepiscono perlopiù inconsciamente che entrambi i genitori possono assumersi gli stessi compiti e che ogni singola persona ha determinate cose che preferisce fare ed altre in cui riesce meno**. I bambini non osservano soltanto mamma e papà, ma anche le persone che li circondano e, attraverso molti giochi e libri e più tardi anche con la televisione e i video, registrano inconsciamente i comportamenti

tipicamente "maschili" e "femminili". Oltre ai modelli, anche le aspettative poste ai bambini contribuiscono a definire la loro idea di aspettativa nei confronti delle donne o degli uomini. Anche se vogliamo rifiutare determinati luoghi comuni su come debba comportarsi un "vero" uomo o una "vera" donna, il nostro inconscio conserva ancora molti modelli. Molti studi hanno dimostrato, ad esempio, che i genitori descrivono il proprio bebè come tenero e carino quando si tratta di una femmina, e grande e robusto invece quando si tratta di un maschio, a prescindere da quanto grande o tenero sia in realtà il bebè. **I bambini hanno delle antenne molto sensibili per captare ciò che i genitori amano o non amano di loro. Ciò riguarda anche l'aspettativa sulla base della quale i genitori valutano se i bambini si comportano "come una femminuccia" oppure "come un maschietto". Questo aspetto offre un ampio punto per osservare se stessi. Come vivo il mio ruolo di donna o uomo e come desidero viverlo?** Ma anche: come reagisco quando mio figlio non si impone e si fa prendere la paletta senza ribellarsi? Gli dico un po' irritato: "Difenditi!", mentre alla figlia che non vuole cedere la sua macchinina dico: "Sii gentile!?" Con questi messaggi le femminucce non imparano soltanto a cedere ma anche a rinunciare. I maschietti invece imparano ad imporsi o a non ammettere i propri sentimenti quando si sentono dire: "Un maschietto non piange!" Le bambine e i bambini sono persone con i loro interessi e le loro doti personali. **Entrambi vogliono sperimentare molte cose e sviluppare la propria personalità senza sentirsi dire: "Una bambina non lo fa", oppure "Non diventerai mai un vero uomo!"** Ogni bambina e ogni bambino dovranno poter essere orgogliosi del proprio genere, senza disprezzare il genere opposto. Le mamme e i papà possono rafforzarli in tal senso, dimostrandolo in prima persona e trasmettendo loro un modello più equilibrato.

# Essere genitori, essere coppia

## Valori e obiettivi condivisi nell'educazione

### Ciò che è importante per noi ...

"Cerco di essere un esempio per mio figlio in ciò che è importante per me: rapportarmi a me stessa e agli altri, agli animali e alle piante, con rispetto e cura."

*Anita, Termeno*

"Per noi è importante che nostra figlia e nostro figlio scoprano, sperimentino ed elaborino il mondo con curiosità e interesse, divenendo consapevoli di sé e indipendenti. E che mantengano il loro buon umore. Riteniamo che questo sia il modo migliore per imparare a gestire le sfide della vita."

*Giuseppe, Chiusa*

"I miei bambini dovranno coltivare le amicizie perché sono molto importanti nella vita. Con gli amici ci si sente al sicuro, ci si può divertire, giocare e affrontare insieme qualche difficoltà!"

*Hubert, Valdaora*

"Desidero interagire con i miei figli con interesse, rispetto ed empatia. Forse non mi riuscirà sempre ma fondamentale è molto importante per me."

*Anna, Brunico*

"Per me è importante incoraggiare i miei figli perché abbiano fiducia in se stessi. Desidero che abbiano la sensazione di poter contare sulla loro famiglia e su se stessi."

*Rosa, Vipiteno*



"Per me è importante che i nostri figli imparino ad imporsi per raggiungere qualcosa nella vita. Per fare ciò credo che siano necessari disciplina, diligenza e senso del dovere."

*Giovanni, Varna*

"Anche se non sarà sempre facile, per noi è importante che i nostri figli imparino ad avere una propria opinione e ad esprimerla adeguatamente. Per questo motivo affrontiamo insieme diversi argomenti e spesso chiediamo loro di esprimere un'opinione, naturalmente in base alla loro età."

*Massimo, S. Felice*

"Onestà, affidabilità e disponibilità nei confronti degli altri: sono questi i valori che desidero vivere in prima persona e trasmettere ai miei figli."

*Claudio, Bolzano*

"Desidero avere fiducia nei miei figli e accettarli per come sono. Inoltre è importante per me che possano esprimere i loro sentimenti e che imparino a gestirli."

*Gaia, Glorenza*

"Cerco di fare in modo che i miei figli abbiano un'infanzia completa e ricca di esperienze. Dovranno poter crescere possibilmente senza pensieri e provare tanta gioia e divertimento. Anche per me è importante trascorrere con loro un periodo felice."

*Konrad, Renon*

"Ho molto a cuore la salute fisica e mentale dei miei figli. Cerco di dare loro molta attenzione, molte coccole e di dialogare spesso. Per me è importante inoltre rispettare delle regole ben precise e i rituali di famiglia, in particolare condividere insieme i pasti."

*Daniele, Lana*

"Per me è importante che i miei figli diventino persone critiche e disposte ad agire. Pertanto mi sforzo di porre loro dei limiti ben chiari all'interno dei quali essi dispongono di un ampio raggio d'azione. Per me il limite è là dove i piccoli possono arrecare danni a se stessi o agli altri."

*Margherita, Cornaiano*

### I nostri cinque obiettivi educativi principali

1.

2.

3.

4.

5.



## Trovare degli obiettivi educativi comuni ...

Nella maggior parte dei casi gli obiettivi da raggiungere attraverso l'educazione non vengono definiti soltanto da un genitore. Nei corsi per genitori Genitori forti – Bambini forti©, **si consiglia alle mamme e ai papà di riflettere insieme sui rispettivi valori ed obiettivi educativi principali.** Talvolta non è proprio semplice, in quanto ogni persona porta con sé esperienze diverse vissute all'interno della propria famiglia d'origine e ciascuno ritiene importante un aspetto invece che un altro. **Tuttavia, ciò può contribuire ad essere più sicuri nell'educazione e a reagire con più serenità.** A tal proposito è importante prendere in considerazione il temperamento, le capacità e le esigenze del/la bambino/a.

Anche in caso di famiglie monogenitoriali, gli obiettivi educativi e le modalità con cui raggiungerli vengono concordati, se non con il/la partner, con parenti o a volte con amici che partecipano all'educazione dei bambini o che esprimono la loro opinione sull'argomento.

**Potrà essere utile discutere sulle seguenti questioni:**

- Quali sono i miei valori ed obiettivi educativi?
- Come sono stato/a educato/a a mia volta?
- Cosa desidero trasmettere ai miei figli e cosa no? Perché?
- Quali sono i valori e gli obiettivi educativi del/la mio/a partner?
- Dove siamo concordi e dove no?
- ... compromessi

Successivamente si potranno stabilire i cinque valori ed obiettivi educativi principali per la propria famiglia di cui sono convinti entrambi i genitori

**Il passo successivo consiste nel far confluire tali valori ed obiettivi nella convivenza e nell'educazione.**

Se una coppia ha deciso di educare il/la proprio/a figlio/a ad essere **autonomo/a**, al piccolo sarà sempre offerta l'opportunità di scoprire l'ambiente che lo circonda. Ed essi lo sosterranno con frasi di apprezzamento, affetto e consolazione, quando qualcosa non sarà andato per il verso giusto: "Può succedere a tutti" "Peccato per il bel bicchiere, vabbè, fa niente." "Non è poi così grave." E non: "Sei maldestro!", "Capita sempre a te."

Per un'altra coppia di genitori potrebbe essere importante che il piccolo impari a coltivare le **relazioni** e le **amicizie**. In tal caso è utile se il piccolo ha modo di vedere come mamma e papà vivono a loro volta le loro amicizie e relazioni. **I valori vengono trasmessi soprattutto attraverso il nostro comportamento e le nostre azioni, nella maggior parte dei casi più in questo modo che attraverso le parole.** I genitori faranno in modo che il piccolo possa giocare spesso con altri bambini in un ambiente in cui siano incentivate la collaborazione, la sensibilità e la responsabilità nei confronti degli altri.

Per un'altra coppia ancora potrebbe essere importante che il piccolo un giorno **abbia il coraggio di esprimere la propria opinione.** In tal caso la coppia ascolterà con attenzione il piccolo e lo incoraggerà quando vorrà esprimere qualcosa. Potranno insegnargli ad esprimere anche delle opinioni più critiche in modo adeguato.

# Percepire e gestire le diverse esigenze

## La storia del martello

Un uomo vuole appendere un quadro, in casa ha un chiodo ma non il martello. Poiché il vicino possiede un martello, l'uomo decide di recarsi da lui e di chiedergli il martello in prestito. Ma ecco sorgergli un dubbio: "Cosa succede se il vicino non vuole prestarmi il martello? Già ieri mi ha salutato di sfuggita, forse era di fretta. O ha solo finto di essere di fretta e ha qualcosa contro di me. E che cosa? Non gli ho fatto nulla, si è inventato tutto. Se qualcuno volesse chiedermi in prestito un utensile, glielo darei subito. E perché lui no? Come si può rifiutare a qualcuno un favore così semplice? Le persone come lui ci avvelenano la vita. E poi penserà anche che io dipenda da lui, solo perché ha un martello. Ora ne ho veramente abbastanza." E così si precipita di là, suona, il vicino apre la porta, ma prima ancora di poter dire "buongiorno" si sente urlare in faccia: "Si tenga il Suo martello, brutto antipatico!"

*Paul Watzlawick*

L'uomo del racconto si complica la vita da solo, perché

interpreta male il comportamento del suo vicino e si fa troppi pensieri su come questi potrebbe reagire. Ma nemmeno la convivenza e la collaborazione con le persone che ci circondano non è sempre facile. Ogniquale delle persone si incontrano e convivono, si trovano di fronte ad esigenze e desideri differenti. Ogni persona porta con sé la propria esperienza di vita, la propria personalità, le proprie abitudini, preferenze, avversioni, sia nel mondo del lavoro che all'interno di un rapporto. **Non esiste una corrispondenza al 100% di opinioni, desideri e intenzioni. Pertanto occorre trovare sempre un percorso condiviso in base al quale gestire le svariate esigenze**, altrimenti ci si annoierebbe... , giusto?

Nella convivenza di tutti i giorni esistono centinaia di aspetti che possono irritare gli altri. Ad esempio, può essere il vostro senso dell'ordine se il/la vostro/a partner lascia regolarmente tutto in giro e nulla è al proprio posto; oppure se al mattino siete subito svegli/e e comunicativi/e, mentre il/la vostro/a partner lo diventa appena verso mezzogiorno; se amate trascorrere la domenica senza far nulla in casa mentre il/la vostro/a partner ritiene che



la vita sia degna di essere vissuta soltanto se va a sciare o in bici ogni fine settimana. Anche la nascita e l'educazione di un/a figlio/a possono rappresentare la causa di conflitti in un rapporto, benché entrambi i partner siano certamente contenti di avere la piccola creatura e non riuscirebbero più ad immaginarsi una vita senza di lei. Un altro motivo di controversia è rappresentato spesso dal denaro: da solo non dà la felicità, ma è importante soprattutto se, a fine mese, sembra non bastare mai. Se prima della nascita del/la figlio/a avevate a disposizione due stipendi e ora, in tre o quattro, dovete cavarvela con uno solo o con uno stipendio e mezzo, ciò è già sufficiente a richiedervi delle rinunce. I conflitti possono insorgere anche quando la persona che si è assunta la maggior parte dei lavori educativi e casalinghi si sente isolata, quando i lavori di casa e l'assistenza ai bambini talvolta le sembrano troppo, quando ritiene che il/la suo/a partner potrebbe aiutarla di più oppure sostenerla moralmente; allo stesso modo, ciò può accadere anche quando una persona ha la sensazione di non rivestire un ruolo particolarmente importante all'interno della famiglia oppure quando si preoccupa del reddito della famiglia.

**Va da sé che le diversità d'opinione e le controversie fanno parte della convivenza. Non esistono coppie che non hanno nessun tipo di conflitto.** Non è consigliabile evitare le diversità d'opinione ad ogni costo, in quanto l'ira e la rabbia che vengono inghiottite per amor di pace non svaniscono nel nulla. Entrambi i partner devono trovare da soli il modo in cui gestire gli aspetti che li irritano. Per voi è meglio dire all'altro/a ogni piccolezza che non

vi va a genio? Accade altrimenti che accumulate una montagna di cose non dette che poi improvvisamente esplodono? Oppure alcune cose non vi infastidiscono granché e riuscite a gestire bene il rapporto toccando solo gli argomenti che vi irritano sul serio? Come nel racconto introduttivo al presente capitolo, spesso i partner non hanno idea di ciò che può disturbare l'altro/a, si trovano così di fronte ad una critica e se ne stupiscono ... **Non dobbiamo aspettarci dagli altri che siano in grado di leggere e percepire i nostri pensieri e sentimenti nascosti, anche se siamo molto uniti.** I conflitti che vengono espressi offrono l'occasione per riflettere sulle abitudini e sul proprio comportamento e per adottare nuove decisioni. **Conflitti e amore: non si tratta di una contraddizione, al contrario essi vanno di pari passo.**

*Le donne si meravigliano di quante cose gli uomini si dimenticano, mentre gli uomini si meravigliano di quante cose le donne si ricordano.*

Peter Bamm



## INFORMAZIONI & SUGGERIMENTI PER LE COPPIE

- La/Il vostra/o partner è diverso/a da voi. Spesso crediamo di sapere esattamente ciò che l'altro/a pensa, vuole, può. In realtà la/il vostra/o partner può vederla in tutt'altro modo.
- **È importante scegliere il momento giusto per chiarirsi: se uno o entrambi i partner sono già colmi di rabbia, spesso è impossibile litigare "correttamente". In tali casi può essere utile interrompere il conflitto per qualche ora per abbassare i livelli dei propri ormoni dello stress.**
- Le soluzioni ai conflitti devono essere elaborate concretamente; a tale scopo tutti i soggetti coinvolti necessitano di tempo ed energia.
- **Anche nelle situazioni di conflitto sarebbe meglio evitare il più possibile rimproveri ed osservazioni offensive, in quanto possono compromettere buona parte della fiducia esistente.**
- Parlate in maniera quanto più chiara possibile di voi stessi, di ciò che scatena in voi il comportamento del/la vostro/a partner (*vedi anche la 4ª Lettera ai genitori*).
- All'interno di un dialogo incentrato su una situazione di conflitto, dapprima ciascuna parte dovrà poter esprimere con tutta calma il proprio punto di vista delle cose. Successivamente entrambi i partner potranno proporre delle idee per la soluzione del problema ed elaborare una soluzione adeguata, parlandone insieme e valutando le proposte. A tal proposito è importante dare lo stesso spazio a entrambi i partner e alle loro idee. Entrambi dovranno ritrovarsi nella soluzione del problema o nel compromesso. Nessuno dei due dovrà sentirsi "tirato per il collo", perché l'altro/a riesce sempre ad imporsi grazie alla sua maggiore dialettica o perché l'ha convinto/a prevaricandolo/a.
- Una volta trovata la soluzione, il conflitto dovrà ritenersi concluso e non dovrà essere ripreso in altre occasioni. Gli accordi pattuiti dovranno essere rispettati.
- **I conflitti tra i partner dovranno essere trattati fra gli stessi, non attraverso i figli.**
- Se avete la sensazione che, nonostante gli sforzi di entrambe le parti, la vostra relazione non mostra segni di miglioramento per un lungo periodo, può essere utile chiedere un supporto esterno a persone di fiducia oppure a degli esperti.



## Un litigio "corretto"

**Molte controversie possono essere risolte se le parti riescono non a guardare alla soluzione di un problema bensì alle esigenze che si celano dietro il problema.** Una volta chiariti i punti di vista di entrambi, il litigio si tramuta più facilmente nella ricerca condivisa di una soluzione che possa soddisfare le due parti. Di frequente le esigenze che si celano dietro alle posizioni sono conciliabili le une con le altre.

**Un punto essenziale del "litigio corretto" consiste nel dare un'occhiata dietro le quinte, ovvero alle esigenze dei partner.** Una coppia litiga, ad esempio, per un'arancia. Per entrambi la soluzione consiste nell'ottenere l'arancia per sé. Se si chiede tuttavia ad entrambi quale sia la loro esigenza, il perché desiderino avere l'arancia, si scopre che una persona vuole spremere il succo mentre l'altra ha bisogno della buccia per aromatizzare un dolce.

Un altro esempio: nelle coppie accade talvolta che poco prima che arrivi gente a mangiare, la donna chieda all'uomo di lavare i piatti. Egli non lo fa e continua a leggere il giornale. Non appena ne parlano e discutono di quali esigenze vi siano alla base, forse può risultare chiaro che per lei è importante avere la cucina in ordine prima che arrivino visite; per lui è importante invece non essere comandato a bacchetta. Dopo aver espresso le rispettive esigenze, i due giungono ad una soluzione comune in base alla quale egli provvederà ad organizzare autonomamente il proprio tempo, cercando tuttavia di lavare le stoviglie in tempo utile prima che giungano visite. Lei, dal canto suo, avrà fiducia in lui e non glielo ricorderà più.

Questa procedura porta con sé anche un aspetto positivo. **Se si comprende l'esigenza del/la partner che si cela dietro alla sua posizione, tale consapevolezza modifica talvolta anche il proprio atteggiamento;** potrà risultare dunque meno importante imporre la propria posizione. Spesso i

partner presuppongono delle intenzioni che non sono assolutamente corrette. Nell'esempio appena citato, l'uomo si sente comandato dalla propria partner, mentre quest'ultima non ne ha proprio l'intenzione. Può darsi che egli abbia vissuto una situazione in cui la sorella maggiore abbia sempre rivestito un ruolo di trascinatrice e che reagisca, pertanto, in maniera particolarmente sensibile alle richieste della propria partner. Una volta scoperta l'esigenza della partner, ovvero quella di avere una cucina in ordine quando ci sono visite e non quella di comandarlo a bacchetta, per l'uomo sarà più facile soddisfare la richiesta. Lei, dal canto suo, aveva pensato fino a quel momento che lui avesse bisogno di almeno tre solleciti per svolgere i compiti richiesti. Una volta consapevole del fatto che egli sa perfettamente di dover svolgere i propri compiti e che sono, invece, le sue richieste a frenarlo, la coppia potrà comunicarsi i bisogni prima che le richieste di azioni possano essere fraintese. "Caro, è tardi e i nostri ospiti stanno per arrivare, se tu potessi occuparti dei piatti, io potrei completare la preparazione dei cibi in tempo ...".

**In questo modo spesso si riescono a trovare delle proposte molto creative e la ricerca di una soluzione non è più un'arma nei confronti dell'altro/a, bensì un compito condiviso. In questi casi il litigio può perfino avvicinare i partner perché li aiuta a conoscersi meglio.**



## Litigare davanti ai bambini?

Diversità d'opinione, controversie, litigi: tutto ciò appartiene alla convivenza e non dovrebbe essere nascosto davanti ai figli né represso a causa loro. **In genere i bambini che non hanno mai assistito ad un conflitto tra i loro genitori, più tardi temeranno i conflitti tanto quanto i bambini i cui genitori hanno sempre avuto problemi fra di loro.** Di certo, alla loro presenza, si dovrebbe evitare di incolparsi a vicenda con frasi d'odio e urla. Inoltre si dovrebbero evitare lunghe discussioni di principio davanti ai piccoli, men che meno **su** di loro. **Se invece discutete in presenza di vostro/a figlio/a delle vostre opinioni differenti per trovare una soluzione comune, la creatura avrà tutto da imparare.** Imparerà che per volersi bene non è necessario avere sempre la stessa opinione. Il papà la pensa in un modo, la mamma in un altro. Capiscono che i conflitti possono risolversi se se ne parla insieme. Man mano che cresce, potrete spiegare a vostra/o figlia/o il perché del vostro litigio,

i dettagli di ciò che sta accadendo, e che non deve aver paura, anche se a uno dei due capita di sbattere forte la porta. Un aspetto importante: **se trovate un accordo, se vi riappacificate, coinvolgete vostro/a figlio/a, in questo modo comprenderà che anche una "bufera" tra genitori può passare, imparerà a conoscere la vita come un qualcosa sempre in balia di un fiume, in cui si alternano momenti belli e meno belli e che nulla rimane così com'è.**

Se all'interno di una famiglia la convivenza è spesso disturbata da conflitti e gli adulti si vedono ai limiti delle proprie forze, della propria ragionevolezza, può essere utile chiedere aiuto o assistenza ad esterni, ad esempio dialogando con amici, parenti comprensivi oppure richiedendo l'assistenza da parte di persone obiettive e senza pregiudizi che operano in centri di consulenza in materia. Esistono anche dei corsi in cui si può imparare a gestire i conflitti, ad esempio quelli proposti da vari centri formativi.

## Sapevate che ...

... i bambini hanno delle antenne molto sensibili per captare l'atmosfera che si respira in famiglia? Possono reagire in maniera molto sensibile ai "disturbi", anche se non capiscono ancora di che cosa si tratta.

... i bambini di età compresa fra i due e i tre anni, se partecipano ad un litigio tra genitori, può accadere che si sentano "colpevoli" dei problemi tra mamma e papà. Non capiscono ancora che non possono farci niente, se i loro genitori sono tristi, adirati o impazienti. Tuttavia capiscono, se viene spiegato loro con parole semplici che mamma e papà al momento sono arrabbiati l'una nei confronti dell'altro e che ciò non ha nulla a che fare con loro.

*Spesso la felicità nasce  
dall'attenzione alle piccole cose,  
l'infelicità dall'ignorarle.*

Wilhelm Busch

# Per educare un fanciullo serve un intero villaggio ...

## Andrò presto all'asilo? Inizia una nuova fase di vita ...

I bambini fra i due e i tre anni sviluppano un'accentuata curiosità verso il mondo e desiderano scoprire anche ciò che va oltre la loro cerchia ristretta. Sono felici di conoscere persone al di fuori della famiglia e di giocare con altri bambini. Alcuni l'hanno già sperimentato all'asilo nido o con la tagesmutter; per altri la scuola materna o asilo, oggi denominato scuola dell'infanzia, offre molte opportunità in cui essi possono vivere in comunità e scoprire tante novità. Hanno a disposizione vari giochi interessanti, tanti libri e aule didattiche, potranno divertirsi e gioire delle numerose attività insieme. Al contempo l'asilo offre ai bambini molte opportunità per imparare qualcosa di nuovo, soprattutto per divertirsi e gioire insieme ad altri bambini.

Nella scuola dell'infanzia di lingua italiana i bambini scoprono ed imparano anche una seconda lingua (il tedesco) attraverso un approccio ludico che favorisce l'apprendimento

naturale, come avviene a casa per la lingua madre.

In Alto Adige ogni bambino ha il diritto di frequentare la scuola dell'infanzia alla quale possono iscriversi tutti coloro che hanno compiuto il terzo anno d'età entro febbraio dell'anno scolastico in questione. Tuttavia la frequenza della scuola dell'infanzia non è obbligatoria; ciò significa che i genitori possono decidere se e quando iscrivere i propri figli.

## Iscrizione alla scuola dell'infanzia

**Le iscrizioni vengono effettuate già nove mesi prima dell'inizio della frequentazione.** Nella terza settimana di gennaio dell'anno in questione il bambino potrà essere iscritto nella scuola dell'infanzia che frequenterà nel successivo autunno. La data e i termini esatti saranno affissi alla scuola e saranno comunicati anche alla radio o alla televisione o tramite altri mezzi consueti di diffusione. I genitori dovranno compilare un modulo d'iscrizione. Il comitato della scuola deciderà in



merito all'accoglimento dei bambini che hanno presentato la domanda d'iscrizione. Coloro che per carenza di posti disponibili non potranno essere accolti, vengono inseriti in una lista d'attesa e verranno contattati per proporre loro l'accoglimento in altre strutture. Già all'atto dell'iscrizione le mamme e i papà vengono invitati ad un incontro in occasione del quale il personale educativo presenta la scuola dell'infanzia e spiega le modalità d'inserimento dei piccoli. Tutti i bambini sono accolti con molta cura; per i bambini che hanno bisogni educativi speciali, in particolare, vengono progettati un inserimento e un accoglimento nella scuola dell'infanzia molto accurati che garantiscano il benessere del piccolo e della sua famiglia.

## L'anno scolastico della scuola dell'infanzia

**Come per tutte le scuole, l'anno scolastico della scuola dell'infanzia inizia il 10 settembre se questa data cade di lunedì, martedì o mercoledì, altrimenti ha inizio il lunedì successivo e termina il 16 giugno se tale data cade di giovedì, venerdì e sabato, altrimenti l'anno scolastico si conclude il sabato precedente.**

In genere le scuole dell'infanzia sono aperte da lunedì a venerdì, dalle 7.45 alle 14.45. Molte scuole consentono ai genitori che lavorano di portare i loro figli prima dell'orario d'entrata, se più bambini hanno la stessa necessità. In molte scuole è attivo anche il servizio del tempo prolungato se entrambi i genitori lavorano oltre l'orario di apertura della scuola e se richiesto da almeno 10 o 14 bambini; l'orario d'uscita previsto in genere prevede più fasce orarie per garantire la massima flessibilità: alle ore 16.00-16.30; alle 17.00; alle 17.30; alle 18.00.

## L'inserimento nella scuola dell'infanzia

**L'ingresso alla scuola dell'infanzia rappresenta per tutti un periodo emozionante: per il piccolo, per la mamma e il papà e anche per gli educatori/le educatrici della struttura.** Insorgeranno molte novità soprattutto per il piccolo e la famiglia, dovranno essere costruiti nuovi rapporti, dovrà essere conquistata la fiducia e verrà esercitato un temporaneo distacco. È possibile che cambi anche il ritmo giornaliero. Tali cambiamenti e passaggi sono caratterizzati spesso da sentimenti forti, talvolta altalenanti, a

volte anche d'incertezza. Spesso questo periodo coincide anche con altri cambiamenti, come ad esempio il rientro della madre o del padre al lavoro o la nascita di un fratellino o una sorellina. **In questa fase di passaggio è importante soprattutto relazionarsi mostrando riconoscimento, rispetto, apprezzamento e attenzione.** L'inserimento può protrarsi per più settimane. Nella maggior parte dei casi si tengono anche uno o più colloqui tra i genitori e gli insegnanti che discuteranno soprattutto del piccolo, di cui saranno indicate le abitudini, le preferenze e le avversioni. Si discuterà anche delle questioni, paure e preoccupazioni dei genitori i quali verranno informati anche del lavoro formativo svolto all'interno della struttura. Successivamente vi saranno delle proposte per conoscere questo nuovo mondo: giornate di prova, porte aperte, giornate al parco giochi e iniziative simili in occasione delle quali i bambini e i genitori potranno scoprire e conoscere meglio il nuovo ambiente. Soprattutto per i più piccoli ci sarà un insegnante che si impegnerà ad essere presente costantemente nella fase di inserimento. In occasioni di incontri a intervalli regolari verranno discusse eventuali questioni e osservazioni. Non appena sarà riuscito a stabilire il contatto con gli altri bambini nel gruppo e darà fiducioso la mano all'insegnante da cui si farà consolare in caso di bisogno, il piccolo avrà superato l'ingresso alla scuola dell'infanzia e tutto procederà con maggior serenità.

*Per ulteriori spunti sul periodo dell'inserimento si rimanda anche alla 4ª Lettera ai genitori, al capitolo "Varie possibilità di assistenza".*

## Persone di fiducia ...

Come per tutte le situazioni di transizione e separazione, vale il medesimo principio: la nuova persona che lo/a assisterà, dovrà diventare per vostro/a figlio/a una persona fidata di riferimento, e ciò richiede del tempo. In tal modo il piccolo si sentirà sicuro, e questo legame rappresenterà il presupposto migliore per il suo sviluppo.

## INFORMAZIONI & SUGGERIMENTI

- Può darsi che abbiate dei dubbi e vi chiediate se per vostra/o figlia/o sia giusto andare ora alla scuola dell'infanzia, affermarsi in un nuovo ambiente, all'interno di un gruppo più numeroso. Sulla base di qualche segnale da parte del piccolo, si potranno carpire le sue capacità di compiere questo passo. **La gioia di giocare con altri bambini è di certo un primo segnale.** Inoltre egli dovrebbe potersi separare dai genitori per qualche ora senza grandi paure. Anche per voi genitori vale la stessa cosa: dovrete essere pronti interiormente al distacco. Se riuscite a cogliere le vostre emozioni, riuscirete anche a comprendere e gestire meglio i segnali del piccolo.
- Nella maggior parte dei casi non è facile congedarsi. Talvolta è quasi più difficile per i genitori che per i figli. Tuttavia le esperienze di distacco sono passi importanti per i piccoli lungo il cammino verso una maggiore autonomia; essi acquistano sempre più fiducia in sé ma anche nei confronti di mamma e papà. **Se i loro genitori se ne vanno ma di certo ritornano, essi non temono più di essere abbandonati.** In veste di genitori dovrete avere fiducia nelle persone che assisteranno vostro/a figlio/a e nel fatto che vi raccontino con obiettività com'è andata la giornata con il/la bambino/a.
- Dopo la fase dell'inserimento è probabile che dovrete lasciare da sola/o vostra/o figlia/o anche se protesta. Lunghe scene di congedo non serviranno né a vostro/a figlio/a né a voi. **Dategli/le invece la certezza di ritornare dopo un determinato lasso di tempo per riprenderlo/a.** Concordate insieme un'indicazione temporale che egli possa comprendere, ad esempio: "Dopo che avrete cantato tutti assieme" oppure "Dopo che avrete giocato fuori in giardino". Per il piccolo potrà essere importante anche che gli ricordiate: "Ti penserò molto intensamente!" Egli terrà bene a mente queste parole, anche quando sarete via.
- Dopo essersi congedati piangendo, molti bambini si divertono un mondo quando i genitori se ne sono andati. Se voi e le insegnanti educatrici della scuola dell'infanzia avete l'impressione che il bambino faccia molta fatica ad inserirsi, parlate con il personale pedagogico.

Letture suggerite:

**No, no e poi no!** di Mireille D'Allancé, Babalibri. Primo giorno di scuola per Marco. Perché lasciare la mamma, i propri giochi e stare con coetanei sconosciuti? La dolcezza di un gesto capovolgerà la situazione.

**Vado alla scuola materna**, di Nicoletta Costa, Edizioni Emme. Per cominciare ad imparare, ma anche per ridere e giocare, tutto quello che c'è da sapere per andare alla scuola materna.



- Alcuni bambini iniziano improvvisamente a piangere durante il congedo dopo che avevano già superato senza problemi il distacco mattutino da qualche settimana o mese. Può darsi che voi e vostra/o figlia/o abbiate litigato il mattino o il giorno precedente; oppure che vi sia stato un conflitto all'interno del gruppo. **Dei colloqui svolti ad intervalli regolari con il responsabile del gruppo potranno impedire o risolvere eventuali problemi.** Inoltre è possibile che vostro/a figlio/a sia impegnato/a al momento con una tappa evolutiva che gli causa semplicemente un po' di squilibrio interiore.
- Dopo la fase dell'inserimento, al mattino per alcuni genitori non sarà possibile ritagliarsi più tempo, perché dovranno recarsi puntuali al lavoro e non potranno rimandare il congedo. Ciò fa male ai genitori tanto quanto ai figli. Concedetevi allora del tempo sufficiente dopo l'asilo da dedicare l'un l'altro.
- **Nei primi giorni e nelle prime settimane potrà accadere che vostra/o figlia/o rientri a casa "distrutto/a".** Del resto deve affrontare tante novità: il distacco, gli altri bambini e gli altri adulti, le proposte di gioco ... **Nella maggior parte dei casi sono necessarie delle pause sufficienti per riprendersi: un sonnellino, coccole e carezze, una piacevole lettura ad alta voce.**
- Frequentare la scuola dell'infanzia è un passo da gigante per il piccolo. Non è così facile; molti bambini vivono una specie di regressione, assumendo comportamenti del passato, di quando erano ancora piccoli. Può essere che desiderino che li aiutate di più in azioni che erano già in grado di svolgere e che invece svolgono orgogliosi e autonomi soprattutto all'asilo, come ad esempio mettersi o togliersi le scarpe. Oppure iniziano a ciucciarsi il dito o a richiedere uno straccetto da tenere con sé. Può anche accadere che tornino a fare la pipì addosso anche se non usavano più il pannolino. **In genere una tale regressione è di breve durata e passa in fretta.**



La spontaneità  
dei bambini ...

Una maestra d'asilo è costretta ad uscire prima dall'asilo  
per recarsi ad una riunione.  
Si mette la giacca e dice: "Ciao, a domani!"  
Filippo: "Adesso va a lavorare?"

Anna e Lisa giocano al dottore. Simone è seduto accanto.  
Anna: "Simone può fare il pediatra."  
Lisa: "Ma no, lui non è una femmina."  
Anna: "Allora può fare il "pediatro!"

Alex: "Cosa diventano gli uomini  
in cielo se le donne sono gli  
angeli?"

Leonie vuole mostrare ad Alessia le sue conoscenze  
di tedesco. Si infila la maschera del lupo e dice: "Ich  
bin Wolf." Poi prende la maschera della pecora e dice:  
"E adesso ich bin schafo."

Una famiglia di madrelingua italiana  
attende il secondo figlio. Luigi, cinque  
anni, chiede preoccupato: "Mamma,  
cosa facciamo se il bebè parla tedesco!?"

Merenda all'asilo  
Maria mangia il suo kiwi con il  
cucchiaino: "Mmmmh ... c'è dentro  
la banana?"

# Esperienze nel mondo

## Come i bambini imparano a mangiare nelle varie culture

L'ambiente in cui vivono, le tradizioni, gli usi e i costumi determinano le abitudini alimentari e i cibi delle persone in tutto il mondo. Ogni bambino apprende dai propri genitori a conoscere i piatti della propria cultura e a gestire con sicurezza le relative tecniche per mangiare che lo aiuteranno ad integrarsi nella comunità cui appartiene. In questo modo egli si allena, ad esempio, già all'età di due o tre anni, nell'arte del mangiare la pasta o il riso con le bacchette senza incorrere in incidenti imbarazzanti. Come la forchetta o il cucchiaio, le bacchette sono infatti una specie di prolungamento della mano, ma nemmeno i piccoli coreani o cinesi nascono con la capacità innata di manipolare queste "pinze" improvvisate. Carne, verdura e altri cibi che accompagnano il riso, vengono sempre tagliati a pezzetti a misura di "bocca" e di "bacchette". A seconda del Paese variano la decorazione e le dimensioni di queste posate realizzate in legno, bambù, argento, avorio o spesso, oggigiorno, anche in plastica.

In molte culture invece è diffuso mangiare con le dita. Tale usanza prevede regole ben definite, come quelle sull'uso di coltello e forchetta. In India i bambini imparano a mangiare soltanto con la mano destra e, possibilmente, soltanto con le punte delle dita che non devono essere introdotte in nessun caso in bocca. Lavarsi le mani prima e dopo i pasti è d'obbligo. Nell'Africa occidentale in genere si mangia tutti insieme attingendo da uno stesso recipiente. I genitori insegnano ai bambini a tenere fermo il bordo del recipiente con la mano sinistra, mentre con la destra essi prendono un po' della pappa di miglio, formando una palla sul bordo largo del recipiente per intingerla successivamente nella salsa.

Ogni Paese possiede un'arte propria per stimolare i nervi del gusto con le spezie. Per la maggior parte dei bambini dell'etnia dei Fulani (Africa occidentale), la colazione consiste in una pappa di miglio o riso, addolcita con succo di tamarindo o latte rappreso di zebù. I bambini tibetani invece bevono il latte di dri, la femmina dello yak, che rientra fra i loro alimenti principali, oltre alla farina tostata di orzo, al tè e al burro. I bambini dei popoli



artici apprezzano molto la carne essiccata. In Cina si insegna ai bambini a riconoscere le singole regioni del loro grande Paese sulla base delle preferenze culinarie: ad Est le pietanze sono dolci e neutre, ad Ovest invece piccanti e speziate, al Nord più salate e nutrienti, mentre al Sud più fresche e leggere.

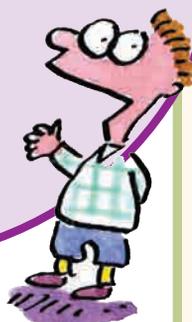
*Confronta: Kinder in den Kulturen der Welt (Bebè del mondo), di Martine e Caroline Laffon, Edizione Gerstenberg*



Spesso so come potresti reagire ad una mia azione.

Noto se apprezzi ciò che faccio.

So quando ti arrabbi per qualcosa.



### Sapevate che ...

... i Boscimani della Namibia praticano un foro nelle uova di struzzo per utilizzarlo come bicchiere? Dopo un abbondante sorso, il bicchiere viene sotterrato nuovamente nella terra per mantenere fresca la temperatura dell'acqua.

... i Bondo dell'Orissa, una regione dell'India orientale, utilizzano le foglie di banano come "piatti"? Dopo ciascun pasto le foglie vengono gettate, con grande gioia delle mucche.

... nei Paesi più svariati, dai Balcani all'America fino all'Africa, non devono assolutamente mancare il chili e il peperoncino? La spezia piccante è come un "filo rosso" attraverso le varie esperienze culinarie della primissima infanzia.

# Letture suggerite e link

## Letture suggerite

- **Genitori positivi, figli forti.** Come trasformare l'amore in educazione efficace. Di Rosa A. Fabio, Centro Studi Erickson. Scopo di questo libro è proporre alcune metodologie educative utili a far sì che i nostri bambini vivano bene e diventino persone forti e felici. Le indicazioni qui presentate non sono formule obbligatorie né "magiche". Sono invece un invito a riflettere sulle situazioni e a valutarle, comprendendo gli effetti dei propri atteggiamenti e come alcuni siano preferibili rispetto ad altri.
- **La tenerezza e la paura.** Ascoltare i sentimenti dei bambini, di Marcello Bernardi, Pina Tromellini, Editore Tea. Questo libro è una lunga conversazione su cosa e come fare: fermarsi un istante, partire dall'esperienza di tutti i giorni e ascoltare le voci dei bambini, che ci parlano di se stessi, delle proprie paure e dei propri sentimenti.
- **Genitori adottivi e figli del mondo.** I vari aspetti dell'adozione internazionale, di Jean-Francois Chicoine e Johanne Lemieux, Erickson. Questo libro è stato scritto per chi si vuole avvicinare all'adozione, per i genitori adottivi e gli operatori sociali coinvolti nel processo di adozione. Il libro tratta i diversi aspetti dell'adozione: l'abbandono, l'antropologia e l'etica dell'adozione, le famiglie adottive, il processo d'adozione, le condizioni di salute del bambino, lo sviluppo psicofisico e i suoi problemi, le caratteristiche etniche, l'adattamento, il nuovo ambiente d'arrivo e l'identità.
- **I bambini ci insegnano,** di Piero Ferrucci, Mondadori. "Sono il padre di due bambini: questa è per me ogni giorno un'esperienza intensa e sorprendente. La vita con i miei figli è un continuo terremoto: crollano antiche certezze, scompaiono vecchie abitudini mentali, affiorano nuove emozioni. Ho imparato a prendermi meno sul serio e ho ritrovato la meraviglia. Insomma, sono cambiato." Ed è un libro rivolto a tutti coloro che vogliono riavvicinarsi all'innocenza e alla bellezza di un mondo troppo spesso dimenticato.

→ **Leggimi forte.** Accompagnare i bambini nel grande universo della lettura, di Rita Valentino Merletti, Bruno Tognolini, Salani. Dalla lettura ad alta voce alle indicazioni sui tempi e i luoghi; dalla risposta a domande come "Perché per un bambino è così importante sentir rileggere tante volte la stessa storia?" e "Come creare l'incanto della lettura?" ai 13 modi per allevare un non lettore. Sezioni dedicate al teatro e alla poesia e, infine, un elenco ragionato dei libri per l'infanzia consigliati.

## Link

- [www.provincia.bz.it/famiglia](http://www.provincia.bz.it/famiglia)
- [www.provincia.bz.it/lettereaignitori](http://www.provincia.bz.it/lettereaignitori)
- [www.provincia.bz.it/bookstart](http://www.provincia.bz.it/bookstart)
- [www.mammedomani.it](http://www.mammedomani.it)
- [www.mammaepapa.it](http://www.mammaepapa.it)
- [www.educare.it](http://www.educare.it)

## Quando i genitori valutano se percorrere due vie separate ...

### Rimanere insieme o separarsi?

Un figlio rappresenta per una coppia un enorme arricchimento e completamento. Al contempo il figlio/i figli comporta/no un cambiamento all'interno della coppia e fondamentalmente nella quotidianità: innanzitutto il bambino e le sue esigenze spesso sono al primo posto. Come coppia si trascorre meno tempo assieme; spesso non vi è abbastanza tempo nemmeno per i rapporti fisici. Può accadere che il contatto con gli amici e le amiche si riduca, che diminuisca il denaro.



Difficilmente si può uscire quando si vuole e si affrontano nuove tematiche: com'è il mio ruolo di madre e padre, di partner, come gestiamo la nostra vita di famiglia e i rapporti con i nostri genitori e suoceri? Tutto ciò può portare ad un allontanamento reciproco, a tensioni e litigi.

**Per lo sviluppo futuro della coppia è determinante il modo in cui i partner affrontano tali sfide** (vedi anche la 3<sup>a</sup> Lettera ai genitori). In questa fase alcune mamme e alcuni papà valutano seriamente se separarsi dal/la proprio/a partner. **La separazione è una decisione molto importante che influisce fortemente sulla vita futura di entrambi i partner, dei figli in comune e di altre persone vicine. La separazione può contribuire a chiarire ma comporta anche un grosso rischio. Non si sa mai se le aspettative poste in una vita senza il/la partner o con un/a nuovo/a partner saranno soddisfatte.** Pertanto si dovrà riflettere e discutere a fondo su questo passo. Può essere utile valutare se la convivenza è compromessa al momento da fattori esterni, quali ad esempio l'enorme stress al lavoro, il peso provvisoriamente doppio e triplo costituito da lavoro, casa e bambini piccoli o la cura di un parente. **Forse la situazione potrà migliorare fra qualche anno, quando i bambini saranno cresciuti e si avrà più tempo per la coppia, quando la casa sarà pagata, il percorso di studi sarà completato o si sarà compiuto l'avanzamento di carriera?** O perché sarà possibile ottenere, perlomeno parzialmente, un aiuto nella cura di un parente? E poi si sarà felici di essere rimasti uniti?

**In ogni caso è opportuno discutere e riflettere assieme al/la partner. È probabile che sia giunto il momento di scoprire nuovi lati del/la partner e di svilupparsi ulteriormente sia come individuo, sia come coppia.** Inoltre può essere molto utile richiedere una consulenza, ad esempio presso un consultorio familiare. **Può darsi che si trovi comunque un valido cammino insieme, che nascano nuove possibilità e soluzioni.**

*Un forte legame all'interno della coppia costituisce il fondamento della famiglia. Dedicarsi con amore l'un l'altro e al contempo lasciarsi dello spazio, sono i presupposti migliori per avere uno sviluppo di successo della coppia e dei figli.*

Johanna Graf

## Chiarirsi le idee

Talvolta può essere utile ritagliarsi del tempo e riflettere (o prendere nota) sulle seguenti domande:

- Cosa stimo del/la mio/a partner?
- Cosa ritengo importante nel nostro rapporto?
- Che cosa non riesco ad affrontare bene?
- Di cosa necessito realmente per poter star bene nel rapporto di coppia?
- A cosa potrei rinunciare?

E poi discutere con il/la partner delle proprie esigenze e dei propri desideri. È possibile che lui/lei non ne sia al corrente o non sappia come aiutarvi.



*“Eravamo molto giovani quando abbiamo avuto la nostra prima figlia.*

*I primi anni non furono facili. Avevamo poco denaro a disposizione ed era tutto nuovo per noi: convivere, gestire una casa, guadagnare, seguire un bambino e tanto altro. In quegli anni ci furono degli alti e bassi. Nel frattempo sono passati oltre 25 anni e, guardando indietro, ritengo che sia valsa la pena rimanere insieme. Le nostre due figlie sono diventate delle donne equilibrate e consapevoli, con una propria vita indipendente. E noi abbiamo un rapporto di coppia molto sereno.”*

*Alex, Brunico*

## Spunti di riflessione

Alcune relazioni vengono chiuse in modo precipitoso o troppo presto a causa di fattori esterni, di esperienze della propria vita o, nel complesso, a causa di condizioni critiche. Prendetevi del tempo sufficiente per riflettere su una decisione così importante. Coinvolgete il/la vostro/a partner.

Inoltre è consigliabile richiedere la consulenza di una figura esperta, con il cui aiuto si potrebbe intraprendere un cammino insieme.

Se, nonostante tutto, la separazione dovesse essere l'unica soluzione, in genere è più facile se ci si separa con rispetto e stima. *Gli indirizzi dei consultori familiari sono riportati nell'opuscolo “InfoFamiglie”, disponibile presso il Servizio famiglia, vedi elenco degli indirizzi.*

# Indirizzi utili

## Emergenze sanitarie

**In caso di emergenza sanitaria può essere richiesto un intervento digitando il numero telefonico "112" da rete fissa o cellulare, operativo 24 ore su 24.** Informazioni su pediatri/e privati/e nonché su medici specialisti:

### Ordine dei Medici e degli Odontoiatri della Provincia di Bolzano

Via Alessandro Volta, 3/o  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 976 619  
[www.ordinemedici.bz.it](http://www.ordinemedici.bz.it)

## Agenzia per la famiglia

L'Agenzia è partner di riferimento per domande e progetti nell'ambito della formazione familiare, dell'assistenza all'infanzia, per le attività di doposcuola ed estive, iniziative a favore degli uomini per la paternità, mediazione familiare, audit famiglia-lavoro. Realizza inoltre in collaborazione con altre ripartizioni provinciali progetti quali „Bookstart – i bebè amano i libri” e “Lettere ai genitori”.

Palazzo 12  
Via Canonico M. Gamper 1  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 418 361  
[www.provincia.bz.it/famiglia](http://www.provincia.bz.it/famiglia)

## Consulenza in ambito educativo e psicologico

Il **Telefono genitori** offre un aiuto semplice, rapido e gratuito in tutte

le questioni relative alla genitorialità (a partire dalla maternità):

**Tel. 800 892 829**

Da lun a ven, dalle ore 9.30 alle ore 12.00, e dalle ore 17.30 alle ore 19.30 inoltre è possibile richiedere anche una consulenza via e-mail: [consulenza@telefonogenitori.it](mailto:consulenza@telefonogenitori.it).

### Consultori familiari

L'Alto Adige dispone di una serie di consultori familiari che offrono consulenza e aiuto alle famiglie, alle coppie e ai single nel superamento di problemi e sfide.

### Consultorio familiare A.I.E.D.

Corso Italia 13/M  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 979 399  
[www.aiedbz.it](http://www.aiedbz.it)

### Consultorio familiare L'Arca

Via Sassari 17/b  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 930 546  
[www.arca.bz](http://www.arca.bz)

### Consultorio familiare Centro Studi Mesocops

Portici 22  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 976 664  
[www.mesocops.it](http://www.mesocops.it)

### Consultorio familiare fabe

**Bolzano**  
Via Cassa di Risparmio 13  
Tel. 0471 973 519  
[bozen@familienberatung.it](mailto:bozen@familienberatung.it)

[www.familienberatung.it](http://www.familienberatung.it)

### Ortisei

Via J.B. Purger 16  
Tel. 0471 973 519

### Merano

Via delle Corse 6  
Tel. 0473 210 612

### Silandro

Via Principale 14 C  
Tel. 0473 210 612

### Brunico

Via Ragen di Sopra 15  
Tel. 0474 555 638

### Consultorio familiare

**P. M. Kolbe Bolzano**  
Vicolo Mendola, 19  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 401 959  
[www.consultoriokolbe.it/](http://www.consultoriokolbe.it/)

### Bressanone

Via Tratten 13  
Tel. 0472 830 920

### Merano

Corso Libertà 106  
Tel. 0473 233 411

### Laives

Via N. Sauro 20  
Tel. 0471 950 600

### Consultorio familiare Lilith

Via Marleno, 29  
39012 Merano  
Tel. 0473 212 545  
[www.lilithmeran.com](http://www.lilithmeran.com)

### Caritas Consultorio per uomini

Via dei Portici 9  
secondo ingresso: Vicolo Gumer 6

39100 Bolzano  
Tel. 0471 324 649  
[www.caritas.bz.it](http://www.caritas.bz.it)  
[mb@caritas.bz.it](mailto:mb@caritas.bz.it)

## Consulenza psicologica

### Servizio psicologico

In presenza di situazioni difficili nella vita e di varie forme di disabilità le psicologhe e gli psicologi del Servizio psicologico dell'Alto Adige offrono consulenza e assistenza ad adulti, bambini e adolescenti nonché ai collaboratori e alle collaboratrici di strutture scolastiche, sociali e sanitarie. I soggetti interessati possono rivolgersi direttamente al Servizio psicologico, anche senza impegnativa od invio da parte di un medico. È richiesta la prenotazione telefonica.

### Bolzano

Via Galileo Galilei 2/E, 2° piano  
Tel. 0471 435 001  
[psychol.bz@sabes.it](mailto:psychol.bz@sabes.it)

### Brunico

via Ospedale 11, edificio L, 4° piano  
Tel. 0474 586 220  
[bk-psychologischer-dienst@sabes.it](mailto:bk-psychologischer-dienst@sabes.it)

### Merano

Via Rossini 1, Tel. 0473 251 000  
[psy.me@sabes.it](mailto:psy.me@sabes.it)

### Bressanone

Ospedale di Bressanone  
Via Dante 51, Tel. 0472 813 100  
[psychodienst.bx@sabes.it](mailto:psychodienst.bx@sabes.it)

**Informazioni su psicologi e psicologhe privati/e:**

Ordine degli Psicologi della Provincia Autonoma di Bolzano  
Via Cesare Battisti, 1/A  
39100 Bolzano, Tel. 0471 261 111  
info@psibz.org

**Proposte di assistenza**

**Cooperativa sociale**

**Tagesmütter/-väter**

Piazza del grano 4  
39100 Bolzano,  
Tel. 0471 982 821  
www.tagesmutter-bz.it

**Coop. Soc. Casa Bimbo**

**Tagesmutter**

Via G. Galilei, 2  
39100 Bolzano, Tel. 0471 953 348  
www.casabimbo.it

**Cooperativa sociale**

**"Imparare, crescere,**

**vivere con le contadine"**

Via Canonico Michael Gamper 5  
39100 Bolzano, Tel. 0471 999 460  
www.baeuerinnen.it

**Cooperativa sociale**

**Coccinella**

Via Galilei 4A  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 401 110  
www.coccinellabz.it  
info@coccinella.it

**Die Kinderfreunde Südtirol**

Via Campi della Rienza 30  
39031 Brunico, Tel. 0474 410 402  
www.kinderfreunde.it  
info@kinderfreunde.it

**Babycoop c/o Consis**

G.-Galilei-Straße 2/A

39100 Bozen

Tel. 0471 402 074

www.babycoop.it

babycoop@consis.it

**Die Kinderwelt-Onlus**

Via Dante 5

39012 Merano, Tel. 0473 211 634

www.verekinderwelt.it

**Assistenza a genitori single e famiglie patchwork**

**Südtiroler Plattform per famiglie monogenitoriali**

Via Dolomiti, 14  
39100 Bolzano

Tel. e Fax 0471 300 038

www.alleinerziehende.it

**A.S.Di. – Centro per l'assistenza a persone separate o divorziate e centro di mediazione familiare**

Via Armando Diaz, 57  
39100 Bolzano, Tel. 0471 266 110  
www.asdi.it

**Adozioni**

**Servizio Adozioni Alto Adige**

Via Andreina-Emeri 15  
Tel. 0471 550 410 o 0471 550 411  
www.sozialbetrieb.bz.it  
adoption@sozialbetrieb.bz.it

**Associazione di Genitori Adottivi ed Affidatari Altoatesini**

Via Streiter 1/B  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 980 237  
www.adozione.bz.it

**Assistenza a famiglie con figli/ediversamente abili**

Le famiglie con figli con disabilità vengono seguite da vari servizi sanitari, soprattutto dal Servizio psicologico e dal Servizio riabilitativo e di neuropsichiatria dell'età evolutiva (aziende sanitarie di Bolzano, Bressanone, Brunico e Merano). Le famiglie vengono assistite anche nell'accompagnamento e nella cura dei figli (tramite sovvenzioni finanziarie, astensione dal lavoro per i genitori...). Per informazioni e consulenza si rimanda al distretto sociale competente. Inoltre in Alto Adige vi sono molti genitori e soggetti coinvolti che, nell'ambito di organizzazioni sociali private, si impegnano nelle questioni riguardanti i loro figli con disabilità e patologie ed offrono consulenza in merito. Per informazioni, contattare la Federazione Provinciale delle associazioni sociali:

**Sostegno familiare e intervento pedagogico per bambini con disabilità**

Il servizio si rivolge alle famiglie che hanno un bambino dall'età della prima e seconda infanzia con ritardo nello sviluppo, disturbo generalizzato dello sviluppo o disabilità. Esso si svolge a casa delle famiglie, è gratuito e sostiene ed informa, in aggiunta ai servizi sanitari, la famiglia nell'affrontare le difficoltà quotidiane, assiste genitori e fratelli/sorelle nell'approccio personale con la disabilità del bambino, informa in merito alle proposte di gioco che stimolano le varie aree di sviluppo e accompagna il bambino nell'inserimento all'asilo nido, nel-

la scuola d'infanzia e nella scuola primaria.

**Primo contatto:**

Piazza A. Pichler 12  
Tel. 0471 457 784  
39100 Bolzano  
fruehfoerderung@aziendasociale.bz.it

**Sede distaccata Bressanone:**

via Roma 739042  
Tel. 0472 82 05 94

**Federazione per il Sociale e la Sanità**

Via Dott. Streiter, 4  
39100 Bolzano  
Tel. 0471 324667  
www.fss.bz.it

**L'Associazione Sudtirolese**

**Famiglie Cattoliche - Katholischer Familienverband**

Rappresenta gli interessi delle famiglie in Alto Adige e offre un ricco programma su formazione, tempo libero e aiuti per le famiglie.

Via Wanga 29

39100 Bolzano

Tel. 0471 974 778

www.familienverband.it

**Garante per l'infanzia e l'adolescenza**

La Garante per l'infanzia e l'adolescenza informa in merito ai diritti di bambini e giovani, rappresenta i loro interessi a livello politico e promuove la collaborazione tra le varie istituzioni che si impegnano a favore di bambini e giovani. I bambini e i giovani che si trovano in situazioni difficili possono rivolgersi direttamente alla Garante e richiedere consu-

lenza, sostegno e, se necessario, dei colloqui di mediazione. La Garante organizza progetti su temi specifici e tiene corsi nelle scuole per genitori e personale di settore.

Via Cavour, 23/c

39100 Bolzano, Tel. 0471 970615

[www.garanteinfanzia-adolescenza-bz.org/it](http://www.garanteinfanzia-adolescenza-bz.org/it)

### I corsi per genitori sono proposti dalle seguenti associazioni:

#### ACLI/KVW Bildungsreferat

Piazza Parrocchia, 31

39100 Bolzano, Tel. 0471 309 175

[www.kvw.org](http://www.kvw.org)

#### Associazione Sudtirolese

##### Famiglie Cattoliche

Via Wanga 29

39100 Bolzano, Tel. 0471 974 778

[www.familienverband.it](http://www.familienverband.it)

### Locali di ritrovo

In molti Comuni altoatesini è possibile trovare personale qualificato che propone attività nei punti di ritrovo per bambini, mamme e papà, nonne e nonni ecc. Le iniziative sono aperte a tutti gli interessati e offrono preziose opportunità per incontrarsi, scambiarsi idee e condividere delle esperienze. Informatevi presso il vostro Comune su Gruppi di gioco, Centri genitori-bambini (Elki), punti d'incontro per famiglie, CasaGiochi, iniziative per genitori e bambini (ad es. ginnastica per genitori e bambini, ferie in famiglia ...) o iniziative per mamme e papà (ad es. corsi per genitori come il corso "Genitori forti

– Bambini forti©", incontri sulla promozione del linguaggio e della lettura, educazione, salute, ...)

#### Centro Genitori Bambini

[elki.bz.it](http://elki.bz.it)

#### Valle Aurina Cadipietra

Pfisterhaus 95

Tel. 348 930 47 21

#### Bolzano

Via della Rena, 10

Tel. 0471 981 011

#### Piani

Via Dolomiti, 14

Tel. 389 523 338

#### Gries

Piazza Gries, 1/c

Tel. 327 119 17 11

#### Mercatino Bolzano

Via Rovigo 2B

Tel. 340 716 49 78

#### Bressanone

Via Dante 29

Tel. 0472 802 134

#### Mercatino Bressanone

Via Fienili, 5/d

Tel. 340 240 60 00

#### Brunico

Via Paul von Sternbach, 8

Tel. 0474 410 777

#### Appiano

Piazza St. Michael, 7

Tel. 0471 663 823

#### Mercatino Appiano

Via J. Innerhofer, 15

Tel. 0471 661 668

#### Gais

Via Ulrich von Taufers, 9

Tel. 340 461 41 44

#### San Genesio Atesino

Schrann 10a

Tel. 0471 188 84 97

#### Chiusa

Fraghes, 1 Tel. 0472 845 088

#### Lana

Via Franz Höfler, 6

Tel. 0473 563 316

Mercatino Lana

Tel. 0473 560 407

#### Laives

Piazzetta Falcone-e-Borsellino 2

Tel. 0471 953 166

#### Merano

Via Petrarca, 3 F, Tel. 0473 237 323

#### Naturno

Via Castello 12

Tel. 348 807 8108

#### Egna

Via Bolzano 4, Tel. 0471 813 565

#### Mercatino Egna

Largo Municipio 16

Tel. 0471 813 565

#### Valdora

Via S. Egidio, 6

Tel. 346 859 16 76

#### Sarentino

Via Ronco, 11, Tel. 328 843 79 87

#### Vipiteno e mercatino

Vicolo Streuturn, 5

Tel. 0472 768 067

#### Termeno

Im Anger 1, Tel. 0471 860 771

#### Fiè

Via Boden 6

#### Vandoies

Via Wiedenhofegg, 3

Tel. 371 351 03 80

### L'Associazione campi gioco e ricreazione - VKE

Il VKE si impegna per la creazione e difesa di spazi per il gioco e la ricreazione possibilmente nella natura, per bambini e giovani. È presente in molti comuni con varie sezioni: Bressanone, Bolzano, Bronzolo, Brunico, Cardano, Ciardes, Egna, Gardena, Laghetti,

Laives-Vadena, Laudes, Malles, Marleno, Merano, Naturno, Oltradige, Ora, Salorno, Sciliar, Settequerce, Silandro, Tirolo, Vipiteno. Il VKE gestisce inoltre diversi centri "CasaGioco" in cui bambini e famiglie possono ritrovarsi e trascorrere del tempo insieme. Sono aperti tutto l'anno, al mattino (soltanto a Bolzano) e nel pomeriggio, da lunedì a venerdì. Al di fuori degli orari di apertura sono a disposizione anche per feste per bambini, previa prenotazione.

#### CaseGioco Bolzano

CasaGioco 1

Parco Mignone

Tel. 0471-263 450 - 346-395 68 34

[mignone@vke.it](mailto:mignone@vke.it)

#### CasaGioco 2

Via Parma 8/E

Tel. 0471-532 088 - 335-798 00 64

[donboscozb@vke.it](mailto:donboscozb@vke.it)

#### CasaGioco Bressanone

Tel. 0472-837 737 - 346-391 25 35

[brixen@vke.it](mailto:brixen@vke.it)

#### CasaGioco Ortisei

Tel. 339 269 16 89, [matada@vke.it](mailto:matada@vke.it)

#### CasaGioco Merano

Tel. 0473-443 365, [meran@vke.it](mailto:meran@vke.it)

# Le cose belle non si possono nascondere: passate parola e consigliate le **Lettere ai genitori!**



**Lettere ai genitori: affrontare serenamente la quotidianità in famiglia!**

Informazioni preziose, sorprendenti e utili sulla vita con i bambini – abbonatevi subito gratuitamente.

**Agenzia per  
la famiglia**

Via Canonico Michael Gamper 1

39100 Bolzano

Tel. 0471 418 360

lettereai genitori@provincia.bz.it

[www.provincia.bz.it/lettereai genitori](http://www.provincia.bz.it/lettereai genitori)

## Fonti bibliografiche

*Elternbriefe der Stadt München, Sezione affari sociali (Sozialreferat) di Monaco di Baviera (ed.), Germania*

*Elternbriefe, Ministero federale per l'economia, la famiglia e la gioventù (ed.), Vienna, Austria*

*Außergewöhnlich. Conny Rapp, editore Jakob van Hoddis*

*Kinder unter drei – ihre Entwicklung verstehen und begleiten, della serie: Kindergarten heute kompakt, di Gabriele Haug-Schnabel, Joachim Bense*

*Vom Säugling zum Schulkind – Entwicklungspsychologische Grundlagen, della serie: Kindergarten heute spezial, di Gabriele Haug-Schnabel, Joachim Bense*

*Wach, neugierig, klug – Kompetente Erwachsene für Kinder unter 3. Ein Fortbildungshandbuch, Ed. Istituto statale di pedagogia infantile e Fondazione Bertelsmann Güthersloh*

*Handbuch Elternbildung, 2 volumi, vol. 2, Wissenswertes im zweiten bis vierten Lebensjahr des Kindes, von Wassilios E. Fthenakis, Martina Eckert, Michael von Block, editore Leske + Budrich*

*Das Kleinkind und seine Eltern: Perspektiven psychoanalytischer Babybeobachtung, di Gertraud Diem-Wille, editore Kohlhammer*

*Elternbrief Deutsch: Wie lernt mein Kind 2 Sprachen, Deutsch und die Familiensprache? Staatsinstitut für Frühpädagogik – IFP München*

*Kinderjahre. Die Individualität des Kindes als erzieherische Herausforderung von Remo H. Largo, München, ed. Piper*

*Wie man Kinder von Anfang an stark macht. So können Sie Ihr Kind erfolgreich schützen – vor der Flucht in Angst, Gewalt und Sucht, di Gabriele Haug-Schnabel e Barbara Schmid-Steinbrunner. Editore Oberstebrink/Eltern-Bibliothek*

*Bindung stärkt. Emotionale Sicherheit für Ihr Kind – der beste Start ins Leben von Evelin Kirklionis, Monaco di Baviera, editore Kösel*

*Entwicklungspsychologie di Rolf Oerter e Leo Montada, editore Beltz*

*Kinder brauchen Wurzeln. Neue Perspektiven für eine gelingende Erziehung di Karl Gebauer e Gerald Hüther, editore Patmos*

\* confronta: *F-NetzNordwestschweiz (ed.), Wie ich in deiner Obhut wachse, Basilea [www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de)*

*www.Familienhandbuch.de, Vater sein heißt, etwas gemeinsam zu unternehmen, Steve Biddulph*

*www.familienhandbuch.de, Faires Streiten, Dipl.-Psych. Claudia Wölfer*





La 6ª Lettera ai genitori "Bambini fra i 3 e i 5 anni: curiosi e intelligenti" offre numerose informazioni utili sulla convivenza con un piccolo di 3-5 anni. Lettere ai genitori – per affrontare serenamente la quotidianità in famiglia!

**Anteprima:**

Nella 6ª Lettera ai genitori "Bambini fra i 3 e i 5 anni: curiosi e intelligenti" troverete i seguenti argomenti:

- Perché, perché, perché?
  - Correre, saltare e arrampicarsi
  - Le prime amicizie
  - Mio/a figlio/a all'asilo
  - La casa: un vero laboratorio d'apprendimento
  - Tempo libero in famiglia
- ... e tanto altro!**



**Riceverete a casa la Lettera ai genitori "Bambini fra i 3 e i 5 anni" poco prima del 3° compleanno di vostro/a figlio/a.** Se non vi siete ancora abbonati alle Lettere ai genitori gratuite o avete cambiato indirizzo, non esitate a contattarci al seguente indirizzo:



**Agenzia per la famiglia**

Via Canonico Michael Gamper 1  
39100 Bolzano

Tel. 0471 418 360

[www.provincia.bz.it/lettereai genitori](http://www.provincia.bz.it/lettereai genitori)  
[lettereai genitori@provincia.bz.it](mailto:lettereai genitori@provincia.bz.it)