PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO

Dipartimento Istruzione, università e ricerca
Servizio per lo sviluppo e l'innovazione
del sistema scolastico e formativo
Ufficio di coordinamento pedagogico generale

Benvenuti al nido

F.I.O.R.E.
FAMIGLIA, INFANZIA,
ORIENTAMENTI,
RIFLESSIONI EDUCATIVE
0-3 ANNI

PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO
Dipartimento Istruzione, università e ricerca
Servizio per lo sviluppo e l'innovazione
del sistema scolastico e formativo

F.I.O.R.E.
FAMIGLIA, INFANZIA,
ORIENTAMENTI,
RIFLESSIONI EDUCATIVE
0-3 ANNI

Benvenuti al nido

PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO
Trento, 2012

Famiglia Infanzia Orientamenti Riflessioni educative - 0-3 anni
© Provincia autonoma di Trento – 2012
Dipartimento Istruzione, università e ricerca
Servizio per lo sviluppo e l'innovazione del sistema scolastico e formativo

A cura dell'Ufficio di coordinamento pedagogico generale
Miriam Pintarelli, Anna Tava

Collaborazioni
Monica Dalbon
Maria Fauri

Referenze fotografiche dai nidi d'infanzia
Comuni *Aldeno, Avio, Pomarolo, Tiarno, Riva, Volano, Trento*
Cooperative *Bellesini, Città Futura e Pro.Ges.*

Contributi

Antonio Mazza, direttore Unità Operativa Pediatrica "Valle del Noce" - Cles

Giuseppe Demattè, pediatra l.s. Distretto Centro Nord - Trento

Elena Anzelmo, psicologa, Dottore di ricerca Facoltà di psicologia dello sviluppo, Università di Milano
Lucia Carli, professore ordinario Facoltà di psicologia dello sviluppo, Università di Milano

Barbara Ongari, professore associato di Psicologia dello Sviluppo e dell'educazione – Università di Trento

Emanuela Paris, neuropsichiatra infantile, responsabile tecnico scientifico del Servizio di Logopedia APSP "De Tschiderer" – Trento

Paola Venuti, professore ordinario Facoltà di Scienze Cognitive - Università di Trento

Stampa Litotipografia Alcione – Lavis (Trento)

BENVENUTI
al nido / [a cura dell'Ufficio di coordinamento pedagogico generale, Miriam Pintarelli, Anna Tava]. – Trento : Provincia autonoma di Trento, 2012. – 95 p. : ill. ; 24 cm. – (FIORE)
Nome dei cur. dal verso del front.
1. Asili nido – Guide per genitori 2. Bambini – Educazione I. Trento (Provincia). Ufficio di coordinamento pedagogico generale II. Pintarelli, Miriam III. Tava, Anna
372.218

Si chiama *Trottola*, si chiama *Castello*
sai al nido quanto è bello!

Si chiama *Bucaneve*, si chiama *Girasole*
ci vado anche quando piove.

Si chiama *Acquarello*, si chiama *Aquilone*
è un posto di calma e di emozione.

Si chiama *Coccinella* si chiama *Grillo*,
ci sto comodo e tranquillo.

Si chiama *Nuvola*, si chiama *Mongolfiera*
ci son gli amici, è cosa vera.

Si chiama *Orsetto*, si chiama *Melograno*
tutto è lindo, tutto è sano.

Si chiama *Primo Volo*, si chiama *Lago Blu*
ci vado senza pensarci su.

Si chiama *Cicogna*, *Gabbianella* e *Gatto*
se non ci andassi sarei matto!

Si chiama nomi di fantasia
ma è come una casa mia.

Si chiama nido, ma senza uccellini
al loro posto ci sono i bambini.

Mi ci porta la mamma e il papà
io son felice di stare qua!

Indice

Presentazione 9

Immaginiamo 10

Proteggere e curare 15
Chiediamolo al pediatra

Buon appetito! 23
Chiediamolo al pediatra

Separarsi ritrovarsi 31
Chiediamolo alla psicologa

Giocare e imparare il mondo 43
Chiediamolo alla psicologa

Essere e dire di sé 53
Chiediamolo alla neuropsichiatra

Paure e sicurezze 61
Chiediamolo alla psicologa

Al nido com'è 71
Chiediamolo all'educatrice

I nidi in Trentino 83

Spazio personale 89

Presentazione

Il nido d'infanzia si presenta, ma prima ascolta

Ascolta i genitori e li guarda in viso quando accompagnano il loro bambino o bambina in un luogo nato per accogliere lui o lei, con i suoi bisogni di crescita e benessere, e la sua famiglia con le proprie emozioni e necessità.
Il nido dichiara le intenzioni educative per cui opera e dice come le agisce negli ambienti, nelle routines e nelle attività che propone, ma cerca anche di conoscere i pensieri di chi si presenta con il bimbo in braccio, così piccolo eppure già così se stesso.

Il nido ha diversi strumenti per mostrarsi e dire il *cosa* e il *come*

Ha modi che si snocciolano nelle parole di ogni giorno e in quelle organizzate dei gruppi di incontro, che si mostrano dalle pareti e nelle comunicazioni scritte. Questo libro è, appunto, un altro strumento.
Ci sono infinite cose da dire sui bambini e la loro educazione, sugli obiettivi degli adulti e le difficoltà che incontrano, sulle buone pratiche ritenute valide per tutti e le particolarità di ognuno, sul momento storico e la società che ci comprende e in qualche modo tende a conformarci. Qui abbiamo cercato di parlare di questioni semplici e indirizzate ad uno scopo preciso, che ci pare importante: presentarsi, conoscersi, incominciare un dialogo sul bambino e sul nido che lo accoglie.

Non grandi discorsi astratti ma la realtà

Frasi, domande e risposte aderenti a fatti abbastanza comuni per poterci vedere anche qualcosa di proprio. Sono domande che hanno posto genitori come voi, che noi abbiamo organizzato per argomento e fatte fluire il più naturalmente possibile, anche con qualcosa che si ripresenta in altra forma ma è sempre lo stesso argomento. Così come capita nella realtà. Perché quel che ci importa sono i discorsi che sanno di vero.

Immaginiamo

Immaginiamo un gruppo di genitori simili a voi

Hanno infatti figli o figlie dai 3 mesi ai 3 anni, alcuni sono alla prima esperienza genitoriale, altri hanno già un bambino più grande o un altro in arrivo.
Portano o porteranno i loro figli al nido, dove, sono sicuri, troveranno un ambiente a misura di bisogni e desideri, persone che sanno stare con i bambini, preparate ad ascoltare con empatia, capaci di gestire lacrime e sorrisi, e tante cose belle da imparare e condividere per il proprio bimbo.
Immaginiamo che l'essere coinvolti in una comune avventura renda questi adulti disposti ad aprirsi, a raccontarsi, a rivelare dubbi e curiosità. In effetti, nessun momento della vita è così pieno di incontri e scambi di opinioni come quello in cui si hanno figli piccoli. Così, una parola tira l'altra, un'idea stimola una riflessione, da sviscerare a caldo o da portarsi a casa per pensarci su...

Immaginiamo che in questo luogo, a calamitare la voglia di dialogo, arrivi anche un uomo o una donna che sono dei saggi

I saggi sono quelle persone che sanno molte cose, hanno letto libro grossi così, hanno visto molti fatti e conoscono segreti e strategie, perciò sanno interpretare il senso delle cose.
Ed ecco che il saggio si siede fra i genitori e dice: "Allora cosa volevate chiedermi?"
E non c'è un discorso preparato e neppure un tema che sia meglio di un altro, andranno bene le domande che verranno.
Passa un attimo, qualche sguardo interrogativo, chi comincia?
Poi ognuno lascia andare le sue preoccupazioni, grandi o piccole non importa, e la conversazione inizia e prosegue, a volte agganciandosi alla domanda precedente, altre saltellando in diversi percorsi mentali.

Poi quel saggio va via

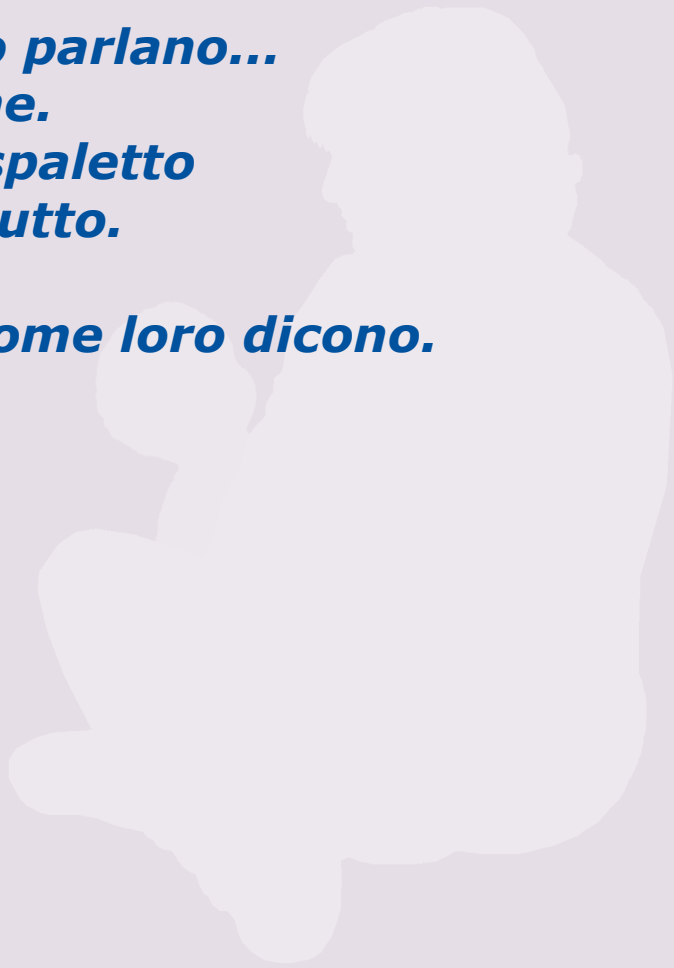
Forse erano finite le domande per lui oppure per stavolta pareva bastare così. Ma ecco arrivare un altro esperto, uno che guarda le cose da un differente punto di vista. E allora si riparte, altre domande nascono, s'intrecciano, aprono porte ai significati.

Vogliamo immaginare che il lettore provi la sensazione di esser lì

Pensiamo che sia in quel gruppo, ad ascoltare, e che, secondo le proprie curiosità, un po' si aggrappi alle domande come fossero sue e un po' distrattamente sorvoli. Insomma, una normale chiacchierata di una novantina di pagine.
Poi verrà sera e ci sarà una certa stanchezza per le tante parole e considerazioni. È tempo di chiudere il libro.
Ma il discorso si è aperto e continuerà.
È un discorso fra il nido e la famiglia che negli anni affronta i piccoli e i grandi temi della crescita, in diversi modi e occasioni.
Questo, come dicevamo, è uno.
Benvenuti, incominciamo a conoscerci.

Loro parlano parlano...
parlano di me.
Io spaletto spaletto
ma ascolto tutto.

Io divento come loro dicono.



Chiediamolo al pediatra

Ho dei dubbi su come vestire il bambino... I piccoli hanno esigenze diverse da noi adulti?

È istintivo pensare che il neonato sia più suscettibile al freddo, in realtà questo è vero solo nei primi giorni di vita, dopo risulta in grado di mantenere la sua temperatura corporea costante come un adulto. È quindi sbagliato vestirlo troppo pesantemente, soprattutto se vive in ambienti eccessivamente riscaldati. Di notte è bene non coprirlo eccessivamente per evitare disturbi del sonno, ricordando di mantenere la temperatura ambiente intorno ai 18 gradi. È consigliabile scegliere abiti semplici con misure comode, in modo da favorire l'indossarli, il movimento e la circolazione del sangue. Inoltre è ben fatto usare cappellini quando lo si espone al sole e berretti in inverno.

Le uscite all'aria aperta, col caldo e freddo, fanno bene?

È molto importante portare all'aria aperta i neonati e i bambini: l'esposizione al sole, in particolare, stimola la produzione di vitamina D, fondamentale per una buona crescita e la calcificazione delle ossa, e per un'azione rigenerante della cute e dei tessuti in generale. Le ore da preferire variano a seconda delle stagioni: in piena estate sono le prime del mattino e della seconda metà del pomeriggio, muniti eventualmente di una crema solare con adeguati filtri di protezione (totale o alta); durante le altre stagioni sarà invece bene spostarsi sulle ore più centrali della giornata. È infine preferibile scegliere luoghi tranquilli, ricchi di verde e lontani dal traffico e dall'inquinamento dell'aria.

Dopo che ha iniziato ad andare al nido, mia figlia si ammala spesso...

Le infezioni ricorrenti, prevalentemente delle prime vie respiratorie (i comuni raffreddori), sono molto frequenti in età pediatrica e solitamente si manifestano in coincidenza della prima socializzazione del bambino, con l'ingresso al nido o alla scuola dell'infanzia. Entra infatti in contatto con i molteplici virus e batteri presenti nell'ambiente mentre il suo sistema immunitario è ancora prevalentemente immaturo: può

avere le vie aeree ancora piuttosto strette, il che favorisce il ristagno di secrezioni e facilita l'attecchimento di germi; inoltre una fisiologica "debolezza" dei riflessi della tosse, che servono ad eliminare le secrezioni dalle vie respiratorie, fa sì che il muco permanga in loco. Salvo eccezioni, nei primi anni di vita si possono considerare normali alcuni episodi di raffreddamento, quelli che si risolvono in alcuni giorni senza particolari complicanze.

Come gestire le malattie riguardo il rientro al nido?

Nell'interesse del bambino malato, oltre che per tutelare la salute degli altri bambini sani, è indispensabile che rimanga a casa quando presenta febbre maggiore di 38 gradi o quando mostra sintomi che gli impedirebbero di partecipare alle attività scolastiche (malessere, difficoltà respiratorie, dolori addominali, vomito, diarrea). È bene che rimanga assente sino alla risoluzione completa del suo stato di malattia. Una riammissione al nido in condizioni di non completa guarigione espone i compagni ad un forte rischio di contagio e pone il piccolo in condizione di possibili gravi complicanze o ricadute. Possono infatti manifestarsi complicanze tardive anche in malattie non particolarmente gravi ma non ben curate, come ad esempio le otiti che, se trascurate, possono portare una riduzione della capacità uditiva anche a distanza di anni.

Il nostro problema è farlo dormire.

Il ritmo sonno-veglia del bambino nei primi mesi di vita è molto diverso da quello dell'adulto; in questa fase infatti non conosce la differenza fra giorno e notte, il suo ritmo è indipendente dall'ambiente e regolato dai bisogni interni legati alla fame e alla sete. Dopo i 4 mesi, gradualmente si adatta progressivamente ai ritmi esterni e le abitudini regolari lo aiutano a sincronizzare il ritmo interno con quello esterno e a concentrare il sonno nelle ore notturne.

Intanto però non andrebbe mai a letto...

Ecco allora qualche buon consiglio. È utile dare l'ultima poppata il più tardi possibile la sera così che, sazio, dorma più a lungo. Se il bimbo piange o si risveglia piangendo, controllare che non sia sudato, che non abbia sete o il pannolino sporco, ma non sollevate il bambino dal suo lettino, invece tenetelo per mano o coccolatelo facendogli sentire la vostra presenza rassicurante e vicina. Mantenete la luce della stanza soffusa per favorire la ripresa del sonno.
Nel primo anno di vita un massaggio o un bagnetto prima di

porre il bambino nel lettino possono conciliare al sonno. Verso sera conviene poi rallentare il ritmo dei giochi, portando il bimbo verso una calma pre-nanna in cui è piacevole sentir raccontare filastrocche dal ritmo lento e melodico e per i bambini più grandi favole, ma senza mai nominare streghe, maghi o lupi cattivi; preferite quelle storie rassicuranti che non lasciano tensioni.

È proprio vero che il ciuccio rovina i denti?

Per il bambino l'atto di succhiare è spontaneo, che si tratti del seno, del ciuccio o del dito, ed ha uno scopo nutrizionale. Va infatti ad innescare un complesso meccanismo di tipo neuro-endocrino che facilita la digestione e ottimizza l'assimilazione degli alimenti. Il ciucciare rappresenta però anche un modo consolatorio che procura sensazioni piacevoli. L'uso del ciuccio è ancora oggi argomento controverso in grado di scatenare dibattiti. Occorre però dire che l'uso del ciuccio deve essere limitato nel tempo, sebbene non esista un momento preciso per smettere di usarlo.

Allora quando toglierlo e soprattutto *come*?

Intorno ai 2 anni il piccolo tende ad abbandonarlo spontaneamente, ma se ciò non accadesse è bene evitarne il distacco in maniera improvvisa e traumatica. L'adulto può fare in modo di far ridurre gradualmente l'uso offrendo il ciuccio (che non dovrà quindi essere sempre a disposizione) solo in caso di disagio o stanchezza; quando invece la situazione può essere risolta senza ciuccio basterà spostare l'attenzione del bambino distraendolo con altri oggetti o attività.

Ma quando è il momento migliore?

Non è per tutti uguale, un momento preciso non c'è. Spesso però si vedono bambini che ciucciano mentre giocano, quando sono a tranquillamente passeggio o addirittura mentre stanno parlando al genitore, in questi casi non serve il ciuccio in bocca, anzi! Si può dire allora al bambino: "Dammi il ciuccio così puoi parlarmi meglio" oppure "Ora il succhiotto dallo a me, te lo ridò quando sarai stanco di giocare". Insomma la gestione e la riduzione dell'uso spetta all'adulto. Non ci si può aspettare che un bambino rinunci ad un piacere senza un indicazione dei grandi! Con il messaggio "rinuncia al ciuccio" si trasmette l'idea di altri piaceri, come il dialogare o il concentrarsi in un gioco, che il bambino ancora non conosce, ma che l'adulto gli garantisce esistono, e così ve lo conduce.

A 2 anni mi dicono che dovrei pure cominciare a fargli lavare i denti. Mi pare presto!

Lo smalto dei denti appena spuntati non è completamente mineralizzato e ciò li rende particolarmente sensibili alla carie. Perciò una corretta igiene orale sin da piccoli e l'assunzione di adeguate quantità di fluoro si rendono necessarie per la prevenzione delle carie dentali. Già durante lo svezzamento, nella bocca del bambino si possono formare carie a causa del contatto prolungato dei dentini o gengive con liquidi contenenti zuccheri, come il latte, gli alimenti in polvere e i succhi di frutta. Per questo è bene non lasciare che il bambino si addormenti con il biberon di latte o di succo di frutta in bocca e dopo ogni poppata occorre pulire i denti e le gengive con un panno umido e pulito. Successivamente è bene pulire tutte le superfici dentarie del bambino, dapprima senza l'uso del dentifricio e in un secondo momento con un poco di dentifricio, che serve solo per arricchire la sensazione di freschezza. Ma fate attenzione che il piccolo non ingerisca dentifricio, che potrebbe dare problemi gastro-intestinali.

Mi preoccupano gli incidenti in casa.

In presenza di un bambino è importante "ripensare" l'appartamento per tutelare la sua sicurezza, togliendo i soprammobili, rendendo inaccessibili i detersivi, chiudendo in modo fisso i cassetti contenenti utensili che sono potenzialmente pericolosi. Evitate di lasciare in giro qualsiasi strumento, medicine, prodotti per l'igiene, cosmetici e profumi, riponendoli possibilmente in armadietti chiusi a chiave o in luoghi difficilmente accessibili. Ricordarsi di staccare, dove possibile, la presa elettrica dopo l'utilizzo, che non ci siano fili elettrici a portata di mano e ricorrere ai tappini di plastica in commercio per chiudere le prese. Sono pericolose sedie e sgabelli vicino alle finestre o ai balconi. I bambini usano battere con gli oggetti, può quindi anche capitare che colpiscano tv o pc, vetri di mobili, specchi. Insomma anche i mobili vanno adattati alla presenza dei piccoli. I bambini nel loro esplorare ne inventano davvero di tutti i colori!

Se cade e batte la testa, come capire la gravità?

Se batta la testa bisogna preoccuparsi quando, subito dopo o anche a distanza di ore, lamenta mal di testa persistente, disturbi visivi o dell'equilibrio o vomito ripetuto, se dall'orecchio o dal naso perde sangue o liquidi trasparenti; sono manifestazioni sospette anche il piangere in modo

ripetuto, un cambiamento d'umore oppure il parlare o muoversi in maniera insolita. Naturalmente, se il bimbo perde conoscenza o non si risveglia neanche sollecitandolo energicamente o se il sonno dura troppo oppure il dormire è diverso dal solito, occorre intervenire prontamente portandolo in ospedale.

Quali risultano i posti più rischiosi?

Non lasciate mai il bambino da solo sul fasciatoio e prima di cambiarlo preparate tutto il necessario vicino a voi.
Se vi allontanate anche solo per qualche istante, prendetelo in braccio oppure appoggiatelo sul pavimento. Fatelo giocare preferibilmente per terra! Fin dai primi mesi il bambino si muove e si gira. Mettetelo nel lettino a pancia in su, meglio senza cuscino. Scegliete il lettini semplici senza corde o oggetti che potrebbero soffocarlo. Quando fate il bagnetto non lasciatelo solo nemmeno un momento, a causa della pesantezza della testa e della muscolatura non ancora preparata, il neonato e il piccolo lattante non sono ancora in grado di sollevare il viso dall'acqua, anche se ha una profondità di pochi centimetri.

E riguardo i giochi?

Il bambino ha la tendenza a portare tutto alla bocca, non lasciate perciò a disposizione oggetti di piccole dimensioni (con diametro inferiore a 4 cm), come noccioline, bottoni, caramelle. No quindi ai giocattoli con parti staccabili, corde o fiocchi. Sono pericolosi i sacchetti di plastica, che il bambino giocando potrebbe infilarsi in testa, bloccando la respirazione.

Intanto qualcuno commenta fra sé e sé

Vien da pensare: è bene preoccuparsi, ma senza preoccuparsi troppo. Certo, saper cosa fare, anche nei piccoli incidenti, rilassa, anche se i bambini sono imprevedibili e ne inventano sempre di nuove!
Ma ora mi piacerebbe parlare del mangiare. O del non mangiare o del mangiare troppo! Perché mi sa che non basta decidere di scegliere i cibi migliori, bisogna anche capire cos'è il cibo per il piccolo: un'esperienza? un'abitudine? qualcosa che riguarda il volersi bene? La fame è fame, ma le abitudini intorno al piatto le costruiscono gli adulti, anche quelle cattive...

Ecco, la pizza è pronta.
L'ho fatta io, è di farina e di...
amicrrremucikah.

E la mangi tu.

Buon appetito!

Chiediamolo al pediatra

Sto allattando mia figlia di 4 mesi, che fra due andrà al nido... è meglio cominci con il latte in polvere?

No di certo, il latte materno è il miglior alimento per sua figlia! Soddisferà in modo esclusivo le sue esigenze nutrizionali per i primi 6 mesi di vita e anche più. Il suo latte è un elemento vivo, che si trasforma nel tempo in modo da rispondere sempre in modo ottimale ai bisogni della sua bambina e favorisce la realizzazione del suo potenziale genetico. Avrà anche la funzione di proteggerla dalle malattie infettive che potrà incontrare nel suo percorso quotidiano in comunità, ma soprattutto metterà le basi per la salute della sua vita. Il nido è amico del latte materno: sarà sempre garantita la massima collaborazione affinché l'allattamento al seno possa svolgersi.

E lo svezzamento, è meglio avviarlo prima che vada al nido?

In realtà non siamo noi che decidiamo quando svezzare il bambino. Se sappiamo osservarlo, lui ci dirà quando è arrivato il momento giusto; lo svezzamento è un evento naturale e il bambino ci farà capire quando è pronto. Vedrà che quando sarà vicino ai 6 mesi e la sua maturazione intestinale, immunitaria, neurologica sarà adeguata, ma soprattutto la sua intelligenza e le sue abilità motorie gli permetteranno di essere protagonista del suo pasto, lei non potrà fare a meno di svezzarlo. Voler anticipare i tempi sarebbe frustrante, sia per il bambino che per i genitori.

Il fatto di non esserci al suo pasto di mezzogiorno mi pare brutto...

Per il bambino non ci sono pasti principali o secondari. Ha imparato, attraverso l'allattamento al seno, a prendersi il nutrimento di cui ha bisogno rispondendo ai segnali interni di fame o sazietà. Fortunatamente non conosce i segnali esterni, come l'ora di mezzogiorno o l'ora di cena, perciò non c'è alcun problema a sperimentare un nuovo pasto alla sera con la famiglia riunita. Il piccolo è molto attratto da quello che c'è nel piatto dei genitori e sarebbe bello che insieme agli adulti iniziasse un percorso di arricchimento di esperienze alimentari per la costruzione della sua salute.

È vero che i cibi pronti, tipo gli omogeneizzati, sono più sicuri?

Il suo bimbo già in utero esplorava la cucina della sua mamma attraverso il liquido amniotico. Poi, con l'allattamento al seno, la sua esperienza in fatto di sapori e odori dell'alimentazione materna si è ulteriormente sviluppata. Ora è lui che esige un nutrimento dai gusti familiari e noi dobbiamo solo preoccuparci di renderlo idoneo alle sue capacità masticatorie. I cibi pronti, come gli omogeneizzati, erano indispensabili in tempi in cui lo svezzamento era anticipato rispetto alle capacità, sia masticatorie che digestive, ora però si aspetta che il bambino sia pronto ad accettare attivamente il suo pasto non latteo e quindi non sono più necessari. Inoltre, nonostante l'insistente pubblicità, anche se dal punto di vista nutrizionale sono validi, non potranno mai contenere l'anima dell'alimentazione della famiglia.

Potrebbe indicarci un programma di introduzione degli alimenti?

Penso che uno schema non sia la cosa migliore. L'alimentazione - come il parlare, l'agire e il comportarsi - è frutto della propria identità, del proprio carattere e delle relazioni tra il bambino e la propria famiglia. Ritengo che nel periodo che va dai sei ai nove mesi sia opportuno che il bambino conosca la maggior parte degli alimenti. Una precoce e completa esperienza di gusti diversi in questo periodo precede la "neofobia" ai cibi, cioè quella scarsa propensione alle novità culinarie che comincia verso l'anno di età e perdura spesso fino alla fine della scuola dell'infanzia, soprattutto per quel che riguarda la frutta e la verdura.
I sapori che il bambino esplora in famiglia o al nido (che è come una seconda famiglia) nella prima infanzia resteranno sempre nella sua memoria dei gusti.

Io, che sono allergico a varie cose, mi chiedo: è giusto dare tutti i cibi a mio figlio?

La scienza della nutrizione è concorde nell'affermare che il bambino dai 6 ai 9 mesi di età mangiando qualunque alimento non rischia allergie, intolleranze, diarree, inalazioni di corpi estranei né più né meno dei suoi coetanei di un anno. Certo, essendoci in famiglia persone allergiche, meglio avere l'accortezza di introdurre i nuovi alimenti con un intervallo di tre, quattro giorni, e solo uno alla volta. Sicuramente il nido collaborerà in modo da ridurre i rischi.
Ma recenti studi dicono addirittura che la ritardata introduzione di cibi potenzialmente allergizzanti - come potrebbe essere il pesce o le uova - nel secondo semestre

di vita, oltre a privare il bambino di nutrienti ad alto valore funzionale, potrebbe essere all'origine di una facilitata predisposizione allergica.

Mi dicono che al nido mia figlia di 18 mesi mangia di tutto, ma a casa vuole solo il biberon!

Il bambino nel secondo anno di vita ha minori fabbisogni energetici perché le sue esigenze per crescere sono ridotte rispetto al primo anno, inoltre il suo interesse per i cibi e per le novità alimentari è basso. Innanzitutto c'è da dire che la quantità di latte a questa età non dovrebbe superare i 500 ml al giorno, altrimenti si esaurisce con il solo latte tutto il fabbisogno nutrizionale; anche i succhi di frutta e le altre bevande zuccherate non fanno parte di una corretta alimentazione. Una proposta sana deve tenere in considerazione sia il reale fabbisogno che varietà e bilanciamento degli alimenti. Al nido il menù è sempre supervisionato dal dietista, inoltre è gioioso mangiare in compagnia vedendo crescere le proprie abilità con gli utensili e imparando ad apprezzare nuovi gusti.

Ma perché con me mostra inappetenza?

Sicuramente l'uso eccessivo del biberon - sia con latte che succhi di frutta - riduce la sensazione di fame e apporta calorie in modo non bilanciato.
Un fattore importante è anche come avviene la proposta alimentare: il pasto va vissuto come un momento sereno assieme a tutta la famiglia e le porzioni proposte devono essere adeguate al bambino, che a volte si intimorisce davanti a piatti troppo pieni. Gli eccessi sono fonte di frustrazione, sia per l'adulto che per il piccolo. E non è il caso di farsi prendere da crisi di ansia se qualche volta è inappetente, se gioca ed è tranquillo non ha niente, e se non viene inutilmente incalzato mangerà nei pasti seguenti.

Comunque ci penseranno al nido a guidarla verso un'alimentazione corretta!

La famiglia ha un ruolo chiave in questo ambito, così come in tutti gli altri. Il piccolo apprende dal comportamento dei familiari più che dalle mille parole. È bene perciò che tutti in casa mangino in modo salutare e che le scelte siano ragionate. Facendo squadra e collaborando fra pediatra, nido e famiglia si può guidare il bambino verso un futuro di benessere. Si comincia fin dal mattino, dando importanza al momento della colazione.

Al mattino non c'e' tempo! È sempre una corsa...

Il fatto è che dobbiamo razionalizzare il nostro tempo: togliamo qualcosa da quello che dedichiamo alla scelta dei vestiti e ampliamo lo spazio per una salutare prima colazione. L'abitudine di consumarla regolarmente si associa ad un miglior stato di salute e benessere a tutte le età. Il bambino che frequenta il nido dovrebbe introdurre tra colazione e spuntino di mezza mattina circa il 20-25% del suo fabbisogno calorico; questo fa sì che stia bene sia nella mattinata che durante tutta la giornata. Infatti, partire con una buona colazione regola l'introito calorico anche dei pasti successivi e previene un futuro grasso con problemi metabolici seri.
La colazione deve dunque diventare un'abitudine piacevole, con un equilibrio di alimenti che possono variare, ma devono garantire un buon apporto nutritivo: latte intero, meglio se fresco, oppure altri latticini, pane, marmellata, frutta fresca a pezzetti, torta fatta in casa.

Mio figlio ha 2 anni e mangia di tutto, fin troppo!

Purtroppo in Italia un bambino su tre ha un problema di sovrappeso e per di più il 50% di questi mantiene il suo problema in età adulta. La prevenzione passa per un prolungato allattamento al seno, un ritardato divezzamento, per l'abitudine ad una corretta prima colazione, con la proposta di porzioni piccole e una dieta poco ricca in calorie. L'uso di verdure, frutta, cereali integrali e alimenti con un basso indice glicemico aiuta a mantenere un corretto peso.
Al nido i menù propongono alimenti che danno un corretto apporto di nutrienti, con la presenza costante di fibre vegetali, un ridotto apporto proteico e privilegiando le proteine vegetali. È infatti dimostrata una correlazione tra un elevato introito proteico nei primi anni di vita e lo sviluppo di obesità dopo gli otto anni di età in quanto l'eccesso proteico in questa fase di vita stimola la formazione del tessuto adiposo, con conseguente deposito di grasso.
Al nido i bambini sono molto attivi e il movimento è il primo nemico del sovrappeso!

Allora meglio impostare fin da subito buone abitudini!

Sì, al mattino una buona prima colazione da fare insieme e non lasciando solo il bambino davanti alla tazza. Eliminare il biberon! Sia il latte che i succhi di frutta presi con questo metodo, oltre a portare tante calorie in poco tempo e predisporre alla carie da biberon, non danno modo al bambino di essere protagonista del proprio pasto.

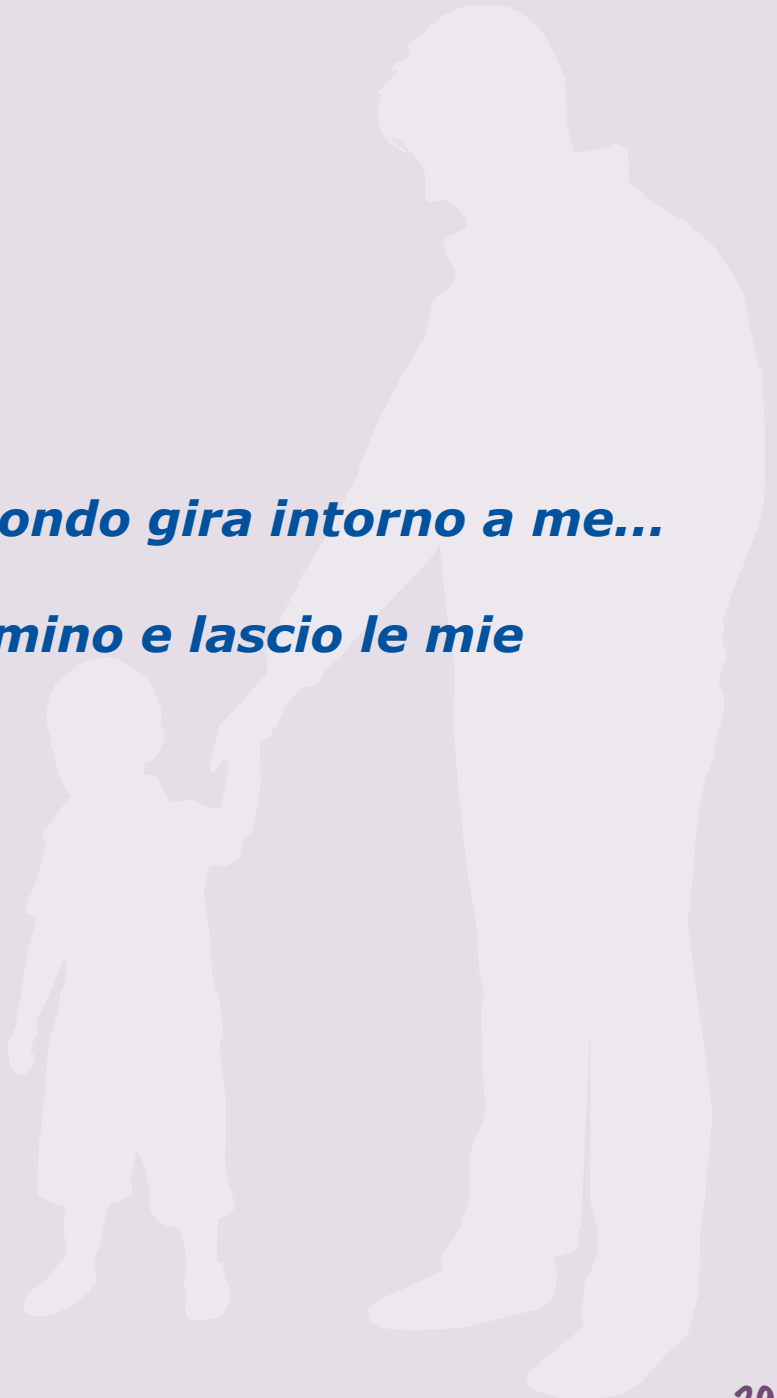
Egli ha bisogno di vedere i cibi, annusarli, palpare la loro consistenza, magari anche di giocarci un po'.
Quando poi ritorna a casa, se non ha già fatto la merenda, va bene offrirgli frutta a pezzetti, a volte dello yogurt o dolci semplici con frutta. A cena il menu deve essere simile per tutti, seppur con i cibi adeguati alle capacità masticatorie; naturalmente si deve tener presente cosa è stato consumato a pranzo.
I bambini guardano nei piatti dei genitori, soprattutto in quello di papà, e l'esempio vale molto di più che tutte le preghiere, promesse, minacce, suppliche o degli inutili giochini che qualcuno si inventa per farli mangiare, snaturando un momento che dev'essere invece normale e sereno.

Intanto qualcuno commenta fra sé e sé

Le buone abitudini, certo. Nelle intenzioni pare facile, ma poi la giornata corre e noi ci corriamo dietro. E il bimbo pure.
Stare insieme e lasciarsi, aspettarsi e ritrovarsi, lasciando da parte le tensioni, i sensi di colpa, la stanchezza di grandi e piccoli, a volte tutto fila altre volte no. Qualcosa si inceppa, da qualche parte: il bambino piange per niente, la mamma sbuffa, il papà è in ritardo, la nonna è ammalata, l'educatrice aveva quell'espressione...
Essere genitore è un viaggio senza garanzie, che comprende anche qualche giro sulle montagne russe e delle settimane nel deserto dell'incomprensione. Ma è anche un giardino fiorito di incontri e scoperte dove ogni tanto si può fermarsi per guardarsi intorno e vedere che si sta andando avanti.

Tutto il mondo gira intorno a me...

Io lo cammino e lascio le mie tracce.



Separarsi ritrovarsi

Chiediamolo alla psicologa

Devo tornare al lavoro, così presto... il mio piccolo ne soffrirà?

Dipende dall'età del bambino, ma soprattutto da come la situazione viene vissuta dalla madre e quindi presentata al bambino. Dove possibile, è preferibile che il distacco avvenga dopo l'anno di vita, tuttavia le separazioni precedenti - se adeguatamente gestite - non provocano sofferenza, ma possono anzi costituire un'esperienza di crescita, sia per il piccolo che per i genitori. Il distacco anticipato tendenzialmente non provoca conseguenze travolgenti, facendo salve alcune condizioni.

È fondamentale che i genitori trovino una soluzione rassicurante, vale a dire che identifichino una persona (educatrice, nonna, baby-sitter, ecc.) con cui costruire un rapporto di fiducia e con cui sentano di poter comunicare apertamente le proprie preoccupazioni ed emozioni.

È importante infatti trovare accoglienza e accompagnamento alla graduale separazione dal proprio bambino. Quando il distacco è gestito attraverso un graduale processo di separazione e senza strappi bruschi, il bambino può sopportarlo bene.

Cosa può essere utile fare?

È importante una iniziale co-presenza di genitore-bambino all'interno del nido o del contesto extrafamiliare con cui i genitori condivideranno l'allevamento del piccolo. È necessario sia per una conoscenza reciproca, sia per poter mantenere una iniziale continuità di ritmi, modi e abitudini, sia per gestire e regolare con gradualità le emozioni connesse al primo distacco.

Inoltre è importante anche il tempo che i genitori possono riservare al bambino dopo il lavoro e come possono occuparlo insieme al figlio. Meglio se si può usufruire di facilitazioni orarie sul lavoro, altrimenti può essere utile programmare cose da fare con il bambino nel fine settimana, così da avere occasione di costruire un tempo e uno spazio espressamente dedicato al figlio.

Come spiegargli che devo proprio lasciarlo con altri?

Se il bambino è piccolo non è semplice giustificare l'assenza del genitore, non rinunciamo però a farlo, comunicandoglielo con più segnali: accompagnando uscita e rientro con gesti affettuosi e con poche parole di spiegazione, di cui il bambino coglierà inizialmente solo l'intonazione emotiva, ma da essa percepirà il senso del messaggio. Il piccolo, infatti, percepisce e distingue precocemente gli aspetti *non verbali* della comunicazione: il tono della voce, il ritmo, la cadenza; sono aspetti che contribuiscono a fargli capire ciò che succede.

In pratica, cosa posso fare?

Potrebbe individuare delle cose di routine da fare con il bambino, sia prima di uscire di casa (ad esempio un piccolo gioco), sia immediatamente dopo il suo rientro (ad esempio preparare la merenda). Gradualmente il bambino assocerà alla prima routine la seconda, all'uscita del genitore il suo ritorno rassicurante. Nel passaggio iniziale dal genitore ad altre figure di accudimento è importante soprattutto che il bambino possa sperimentare una continuità e una stabilità per ciò riguarda le routine, le persone, i luoghi e gli oggetti.

In che modo?

Potrebbe risultare, ad esempio, rassicurante lasciare che porti con sé da casa al nido un oggetto che gli piace tanto e che ogni giorno può lasciare e ritrovare nello stesso posto. Il bambino può così sperimentare la dinamica dell'andata e del ritorno, del lasciare e del ritrovare. È buona cosa rassicurarlo verbalmente che il genitore tornerà, ma saranno soprattutto la costanza delle routine e gli spazi organizzati per le diverse attività a scandire i tempi della separazione e del ricongiungimento in un clima di sicurezza e fiducia.

Al nido ci sarà modo di stare così attenti?

Certo. Nel primo periodo di accoglienza e di inserimento al nido, il bambino troverà quotidianamente la stessa figura di riferimento e le sue cose, verranno create e mantenute delle routine giornaliere che danno stabilità. Si tratta di fare della separazione un'esperienza positiva. Se il genitore lascia il suo bambino con il sorriso, affidandolo con fiducia alla persona che la sostituirà in sua assenza, il distacco si costruirà come esperienza gestibile e positiva; se invece lo lascia con sofferenza, sentendosi in colpa perché deve lavorare e vivendo quel lasciarsi come un fatto tremendo, anche il bambino percepirà il momento come intollerabile.

Cioè il bambino fa sue le emozioni dell'adulto?

Sì. Il bambino è in grande comunicazione emotiva con la mamma fin dai primi giorni di vita e poi anche con il papà. Se il genitore sente e comunica che l'esperienza di separazione non è né pericolosa né tragica, anche il bambino potrà viverla come positiva, andando a costituire così un'occasione evolutiva in termini di sviluppo sociale e relazionale e di conquista della propria autonomia. Se invece ci sono difficoltà nel distacco, i bambini potrebbero manifestare disregolazione del ritmo sonno-veglia, nell'alimentazione, oppure piangere spesso. In questi casi, occorre che il genitore ne parli con fiducia all'educatrice o a una figura competente per individuare le modalità più adeguate per gestire, a casa e al nido, questa situazione.

Fa così fatica a staccarsi da me, come mai?

La fatica nella separazione è del tutto naturale. Il primo distacco del bambino dai genitori costituisce un processo psicologico critico, una transizione densa di emozioni per tutti. Ogni bambino ha inoltre i suoi tempi di separazione: alcuni sembrano inizialmente non accusare nessuna fatica, ma questa non è la reazione più auspicabile perché prima o poi la crisi si manifesta, e più è ritardata meno è riconoscibile da educatori e genitori. Il bambino va aiutato a separarsi con gradualità e con una certa flessibilità di tempi e modi, facendo riferimento anche al suo carattere.
Ma anche il genitore deve trovare la forza di separarsi dal figlio o figlia per affidarlo ad altre figure di riferimento, costruendo con loro un rapporto di fiducia e supporto.
L'esperienza del distacco va gestita sia sul fronte del bambino quanto sul fronte dei genitori: anche loro vanno aiutati in questo delicato passaggio.

In che senso?

Il bambino può esprimere, con la propria fatica, anche la sofferenza del genitore nell'affrontare la separazione. Anche per gli adulti il distacco rappresenta, infatti, un evento delicato che evoca sempre emozioni intense, rappresentazioni di sé, del proprio ruolo e del proprio figlio. Questi sentimenti vanno accolti dall'educatore che può aiutare a comprendere reazioni e comportamenti. Nella condivisione delle responsabilità educative, ma anche nel sentirsi compreso nelle proprie difficoltà, il genitore può sentirsi supportato nel ridefinire la propria identità come capace di sostenere il piccolo in questo momento critico.

In questo modo il bambino non vivrà la separazione come uno strappo e potrà a propria volta dimostrare a se stesso che può sopravvivere senza la madre in un ambiente rassicurante, compiendo un importante passo verso l'autonomia.

Ma mio figlio non vuole proprio lasciarmi andare!

Se il bambino dimostra un amplificato iper-attaccamento al genitore talvolta comunica in tal modo le difficoltà del genitore stesso nell'affrontare la separazione. Occorre allora rispondere al bisogno dell'adulto rassicurandolo rispetto all'idea che ha di sé come genitore. Inconsapevolmente, infatti, potrebbe desiderare che il bambino mostri una grande fatica a staccarsi per sentirsi indispensabile.

A volte la bambina respinge il papà senza motivo...

Le ragioni potrebbero essere diverse, occorre guardare la situazione da più punti di vista. Bisogna innanzitutto sapere quanto tempo la bambina trascorre con il papà, dato che potrebbe esprimere un rifiuto perché è arrabbiata per la sua assenza oppure perché, standoci poco, ha poca confidenza con lui.

Sarà che non andiamo d'accordo sull'educazione...

I possibili conflitti della coppia, che si esprimono anche nelle scelte delle pratiche educative tenute con il figlio, possono creare reazioni di rifiuto da parte del bambino nei confronti di uno dei genitori. Egli, infatti, percepisce precocemente le variazioni dello stato emotivo e le tensioni affettive fra i due. Il rifiuto nei confronti di uno di loro potrebbe essere un modo di sintonizzarsi sui sentimenti che il genitore "prescelto" vive nei confronti dell'altro. Il "prediletto" è solitamente quello con cui il bimbo ha una relazione di attaccamento privilegiata. In altri termini, se c'è un rifiuto (anche non esplicitamente espresso) fra i componenti della coppia il bambino lo avverte e prende posizione.

I nonni sono così permissivi! Noi vorremmo una linea educativa unica...

Se a casa ci sono regole precise, fuori casa possono esserci delle eccezioni, i nonni possono così fare i nonni ed essere più permissivi. Se invece i nonni si occupano tutto il giorno del bambino, sostituendo in gran parte i genitori, allora è auspicabile trovare linee educative comuni. Diversamente il bambino potrebbe rimanere disorientato, oppure "usare"

nonni e genitori a proprio vantaggio, anche mettendo l'uno contro l'altro: "a casa della nonna si fa così…" e viceversa "con la mamma faccio…". In tal caso diventa necessario ribadire con fermezza che a casa dei genitori vigono certe regole e a casa dei nonni altre. Vanno cioè comunicati al bambino significati e messaggi chiari e concreti riguardo allo svolgersi della quotidianità. È importante però che il discorso vada gestito fra gli adulti prima che con il bambino, nel riconoscimento e nel rispetto dei reciproci ruoli e confini generazionali. Per favorire una co-gestione unitaria del bambino e un certo grado di collaboratività educativa, è utile mettere alcuni paletti reciproci sia rispetto alla parziale delega del proprio ruolo da parte dei genitori sia all'interferenza dei nonni.

Allora la differenza di modi non scombina il bambino?

Se vengono rispettati i ruoli reciproci ed esplicitate le variazioni delle regole al bambino, diversità nella linea educativa sono possibili e non provocano grossi problemi. Se invece non c'è comunicazione in proposito o se ci sono dissidi o "guerre" all'interno del gruppo familiare, la situazione diventa problematica. Infatti, talvolta, i conflitti irrisolti possono giocarsi sul terreno delle regole educative e il bambino potrebbe finire per trovarsi in mezzo, ascoltando svalutazioni reciproche e messa in discussione di tutto ciò che proviene dall'una o dall'altra parte.

Sì, ma a volte non andiamo d'accordo neanche fra di noi!

La condizione ottimale è che i genitori adottino la stessa linea educativa, che si mettano d'accordo sulle cose da fare e sulle regole da tenere. Piccole diversità sono possibili, ma le variazioni vanno spiegate al bambino perché la mancanza di coerenza educativa potenzialmente può provocare disorientamento, soprattutto se l'atteggiamento genitoriale nella cura è discontinuo. È accettabile che ci siano piccole diversità nelle regole e nelle idee educative dei genitori, a condizione che non ci sia svalutazione e che il trovarsi in disaccordo non sia un modo di andare "contro" l'altro genitore.

A mia moglie non va mai bene ciò che faccio!

Quando un genitore squalifica le regole stabilite dall'altro svalutandolo ("la mamma/il papà non capisce niente") disorienta il bambino e lo "cattura" all'interno del conflitto (spesso non dichiarato) della coppia.

Capita spesso, infatti, che i partner si trovino a discutere sulle regole per il figlio per discutere di "altro", cioè le tensioni coniugali. È importante salvaguardare il bambino da eventuali dissidi e tenerlo fuori dalle questioni che riguardano il rapporto di coppia.

Noi ci stiamo separando, il conflitto è evidente!

In questi casi può rendersi necessario un intervento di mediazione che consenta di trovare una via di compromesso fra le idee educative dei genitori. Infatti la coppia, seppure in separazione coniugale, rimane coppia genitoriale e deve mantenere un minimo di cooperatività educativa nei confronti dei figli.

È normale che copi tutto quello che fa e dice suo fratello più grande?

L'imitazione del più piccolo nei confronti del maggiore è un comportamento naturale e frequente, entro determinate condizioni, che tende solitamente a rientrare in modo spontaneo. Il fratello più grande costituisce un modello di apprendimento e una figura di riferimento a cui il secondogenito può guardare nell'esplorazione del mondo fisico e sociale. Può essere visto anche come un comportamento funzionale, rispondente al bisogno di rassicurazione. Naturalmente è necessario considerare gli anni di distanza fra i fratelli, la situazione familiare, gli atteggiamenti e le aspettative di ognuno dei genitori nei confronti di ciascun figlio e come li vedono: più o meno fragili o dotati, nonché le relazioni familiari fra tutti i componenti.

Ma io i figli li tratto tutti in modo uguale!

Bisogna ammettere che i genitori, pur nel loro voler bene ai figli, sono diversi nei lori confronti, sia per l'unicità di ciascun figlio, che dà luogo a una modalità relazionale unica, sia perché nutrono attese e ambizioni diverse nei loro confronti. Quando tale diversità non valorizza e riconosce l'individualità e le capacità di ciascun figlio, potrebbe creare nel bambino il bisogno di diventare come il fratello.

I figli sono diversi ed è necessario riconoscere e valorizzare le loro diversità. Occorre quindi prestare attenzione ai comportamenti imitativi, osservandone l'evoluzione e interrogandosi sui possibili significati all'interno del contesto familiare, considerando i bisogni evolutivi di ciascuno, soprattutto quello di vedersi riconosciuto come individuo unico e degno di cura e amore.

Il mio bambino è timidissimo, estranei e ambienti nuovi lo spaventano. Come mai?

Generalmente, tutti i bambini, entro il primo anno di vita, attraversano una fase in cui tendono a esprimere timore verso persone non familiari, seppur con notevole variabilità per andamento e manifestazioni. Questo timore dipende in larga misura, oltre che dal comportamento dell'altra persona (soprattutto quando invadente, brusco e rapido), anche dalle caratteristiche temperamentali del bambino, com'è la timidezza. Il contatto del bambino con l'ambiente e con le persone estranee va accompagnato e mediato dal genitore, il piccolo non deve sentirsi mandato allo sbaraglio. Se ha instaurato una relazione rassicurante con il genitore, potrà gradualmente utilizzare la sua presenza e il suo supporto come una base sicura da cui iniziare a esplorare il mondo. Qualora invece non abbia avuto la possibilità di sperimentare una relazione sicura, ad esempio a causa di risposte imprevedibili e alterne da parte dei genitori (a volte di vicinanza e a volte di rifiuto o insensibilità), potrà avere più difficoltà in una situazione estranea, tenendosi abbracciato all'adulto.

Bisogna chiedergli di cosa ha paura?

Il bambino deve potersi sentire libero di esprimere le proprie paure e emozioni, sentendo il conforto e la protezione del genitore. Qualora abbia acquisito capacità comunicative di tipo verbale è importante chiedergli cosa non va e far sì che possa dire cosa lo spaventa, in modo da aiutarlo. Soprattutto quando il bambino tende a non mostrare nulla di sé agli altri ed è inibito, è importante chiedersi cosa non può accettare di sé e quali sono le aspettative dei genitori nei suoi confronti; infatti, involontariamente essi possono contribuire a svalutare le sue effettive capacità generando conseguenti timori e inibizioni.

Invece la mia piccola è una sbruffona, di autostima ne ha fin troppa!

Fare lo sbruffone è un atteggiamento non univoco e può avere vari significati. È importante chiedersi a cosa serva quel tale comportamento, quale sia l'uso che ne fa e a chi sia diretto. Non sempre infatti è indicativo di una forte autostima, ma, al contrario, può esprimere alcune fragilità: fare lo sbruffone potrebbe mascherare una condizione di disagio emotivo o essere la copertura di un suo sentirsi poco capace o inferiore. Altre volte i bambini fanno i gradassi, stanno sopra le righe o vogliono essere sempre primi in tutto, quando sono soggetti

a una sovrastimolazione o una iperattenzione da parte dei familiari: se questi atteggiamenti vengono rinforzati e tollerati o addirittura ricevono un sovrappiù di attenzione da parte degli adulti (oltre che i genitori, spesso anche zii e nonni), venendo ad esempio erroneamente considerati come segno di intelligenza, il bambino tenderà ad esibirli ripetutamente. Sentendo di essere notato quando mostra quel tipo di azioni, è portato a ripeterle per ricevere attenzione. Invece è preferibile che il bambino venga accettato e rinforzato nelle proprie capacità e competenze, che riceva riconoscimento del proprio valore (come individuo degno di attenzione e di amore) non solo quando fa l'esagerato ma nella quotidianità. La fiducia in sé del bambino verrà così rinforzata e non avrà più bisogno di esagerare.

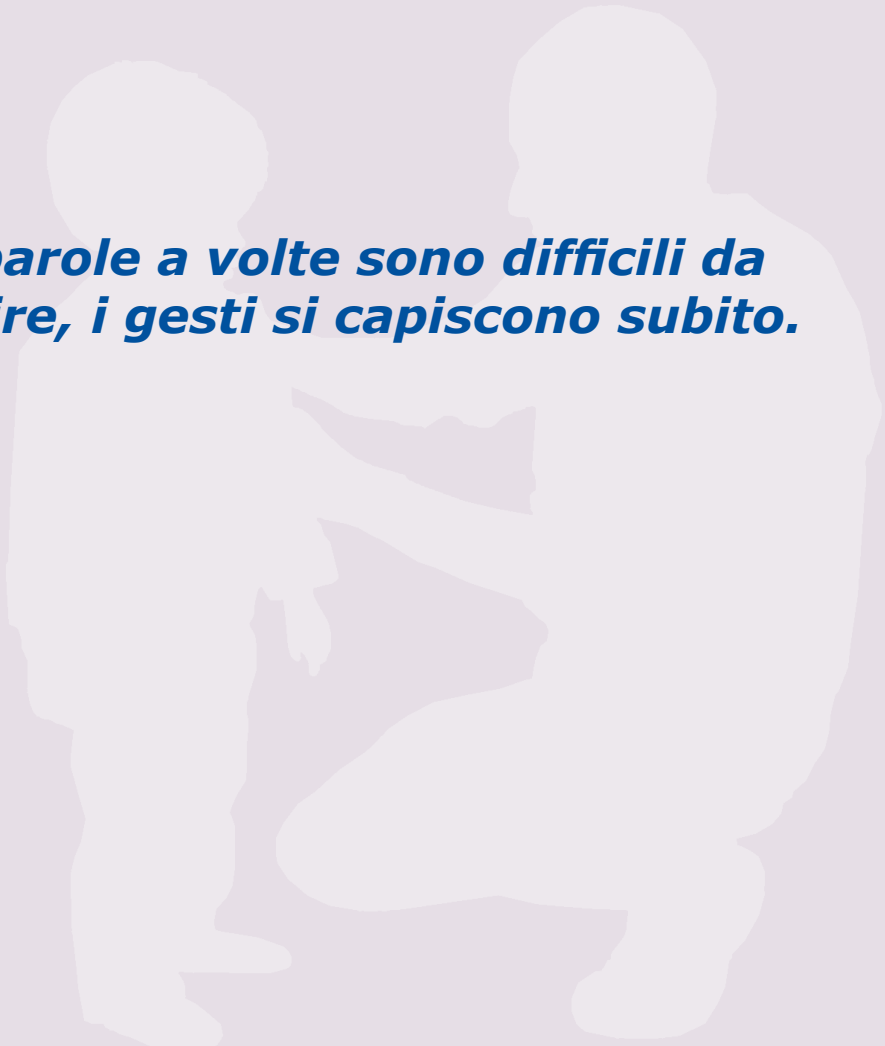
Invece la mia va con tutti, non ascolta le raccomandazioni!

Ci sono alcuni bambini che sono molto aperti nei confronti delle persone estranee, che tendono a non prendere le distanze e a ricercarne il contatto. Anche in questo caso è necessario chiedersi a quale bisogno psicologico corrisponde tale comportamento e vederlo rispetto alla situazione in cui compare. Esprimendo questa precoce autonomia, in realtà il bambino potrebbe manifestare il suo bisogno di affetto. Bisogna quindi capire se l'indiscriminato avvicinarsi a persone estranee possa esprimere un comportamento reattivo, cioè il bisogno di un legame affettivo solido che, non soddisfatto nella relazione con i genitori, viene cercato altrove.

Infine qualcuno commenta fra sé e sé

Ognuno ha il suo carattere e andar d'accordo è un'alchimia. I fratelli a volte non sembrano neppure figli degli stessi genitori, uno autonomo e attivo, l'altro pigro e insicuro, l'altra umorale come suo nonno... Con i figli, in certi periodi tanto si fa e poco si vede, poi un giorno se ne escono con una frase che ripaga: hanno capito la sfuriata di un mese prima! Ma guarda un po'! Mi ricordo quand'ero piccolo, di come facevano i miei, allora certe cose le ho chiare: questo lo farei come loro, ma quell'altro no. Poi però mi accorgo che mi sono lasciato comprare da mio figlio con un sorriso e mi chiedo: sarà successo così anche a mio padre? Allora lo guardo e sento un senso di vicinanza che non sapremmo dire. Ma anche lui sorride.

Le parole a volte sono difficili da capire, i gesti si capiscono subito.



Giocare e imparare il mondo

Chiediamolo alla psicologa

I bambini piccoli sanno giocare insieme?

Giocare insieme ai coetanei è molto importante nello sviluppo perché favorisce la capacità di confrontarsi, di misurare la propria forza e abilità, di sottostare a regole per poter giocare insieme. Nello stesso tempo, ci sono momenti in cui il bambino, o per fase di sviluppo che vive o per condizioni ambientali particolari, ha bisogno di star da solo, di concentrarsi e di avere un suo spazio senza intrusione di altri. L'alternarsi di questi momenti deve essere visto come l'equilibrio ottimale per uno sviluppo armonico. La cosa veramente importante è che i bambini giochino, ossia che sappiano creare, inventare, manipolare, simbolizzare con gli oggetti. Il gioco da soli e quello con gli altri sono due aspetti diversi ma entrambi importanti della competenza del giocare. Nel gioco il bambino impara, conosce, sperimenta, crea, inventa e scarica le proprie pulsioni, le proprie rabbie e paure.

La mia piccola gioca spesso da sola: devo preoccuparmi?

Se un bambino gioca sempre da solo e rifiuta il gioco con gli altri ci possono essere ragioni diverse: è possibile che il gioco solitario derivi da una difficoltà a stare con gli altri oppure che esso sia manifestazione della concentrazione e impegno particolare che egli mette in alcune attività specifiche. Occorre anche chiedersi se il gioco che fa è adeguato al suo sviluppo, se in esso vi è piacere e creatività o se invece è ripetitivo, meccanico e poco espressivo. Quindi se in un caso non c'è da preoccuparsi, nell'altro invece bisogna attivarsi per coinvolgere il piccolo in giochi con gli altri, anche con l'adulto, e in queste azioni si cercherà di ampliare il livello di attività e di fargli vivere un'emozione legata al piacere.

Però con l'adulto impara di più!

Il gioco ha sempre due componenti: una più affettiva e relazionale, agita maggiormente nel gioco con i pari, e una più cognitiva, che generalmente si sperimenta nel gioco a due, con un adulto che agisce da stimolo per l'acquisizione

di nuove competenze, oppure nel gioco da soli, in cui si rielaborano e si sperimentano le acquisizioni fatte.
L'adulto ha un ruolo molto importante nell'attivare e supportare il gioco del bambino: in alcuni momenti lo aiuta a creare, inventare, assumere ruoli diversi, oppure costruire, manipolare, creare nuovi scenari. Ma l'adulto deve anche sapersi ritirare, favorendo momenti di autonomia e di gioco da soli, in cui poter mettere a frutto ciò che si è imparato.

Non è un po' strano che un maschio giochi con le bambole?

L'esistenza di giochi per maschi e per femmine è un fenomeno molto sociale: fin da subito spingiamo un maschietto a fare alcune attività e una femminuccia a farne altre; la stessa pubblicità condiziona in questa direzione. In realtà i giochi hanno una precisa valenza, legata alla loro funzione e al loro reale significato, per cui una spada serve per combattere e una bambola serve per sperimentare il prendersi cura di un altro. Non c'è nulla, tranne una convenzione sociale, che definisce che una cosa sia *maschile* e l'altra *femminile*. È estremamente naturale che i bambini vedendo le compagne che giocano con la bambola vogliano provare a farlo anche loro, dando voce ad un bisogno di prendersi cura che è tanto maschile quanto femminile. Nello stesso modo una bambina può voler giocare con la spada per affermare se stessa e misurare la propria forza e potenza.

A me pare che cambi gioco secondo l'umore, va a periodi...

I giochi di qualunque tipo hanno un significato preciso e particolare rispetto al momento evolutivo vissuto: un bambino o bambina arrabbiati perché è nato un fratellino potranno giocare con la spada scaricando in questo modo parte della aggressività che sentono, ma potranno voler giocare con la bambola per imitare la madre che si prende cura del più piccolo o potranno giocare a fare loro i piccoli per farsi coccolare e per identificarsi con il nuovo nato, che sta ricevendo tante cure e attenzioni. Riuscire attraverso i giochi a dare voce agli stati interni ed ad esternare emozioni che spesso agitano e rendono ansiosi, fa molto bene ad un bambino. Un adulto deve essere pronto ad accogliere questi diversi tipi di giochi.

È meglio lasciarli litigare fra bambini o intervenire?

Il litigio tra fratelli o tra bambini suscita spesso negli adulti fastidio e paura: si teme che il proprio figlio sia violento e che non sappia controllarsi. Da ciò nasce spesso l'esigenza

di intervenire immediatamente, di fermare il litigio, di farsi arbitro nella contesa e di mettere tutto a tacere. Per i bambini il litigio è una modalità di crescere, è un'occasione per imparare a stare con gli altri e nello stesso tempo affermare se stessi. Litigare, e alcune volte vincere e altre perdere, è una palestra di vita sociale, è il modo per scoprire i propri limiti e le proprie capacità. Quando un adulto interviene immediatamente in un litigio blocca questo processo di crescita, inculca nel bambino l'idea di aver sempre bisogno di un difensore o di un accusatore, e ciò non aiuta nella conquista dell'autonomia.

Allora quando farsi avanti?

Un adulto deve entrare nel litigio magari successivamente, per aiutare i bambini a riflettere sulle motivazioni che hanno spinto a litigare, per aiutare a capire il conflitto e permettere di esprimere i propri stati d'animo. Facciamo l'esempio di due fratelli che spesso litigano perché il più grande è geloso del più piccolo, che ha assorbito molte attenzioni dei genitori, ma a sua volta anche quest'ultimo invidia il maggiore, che è più autonomo, e vorrebbe avere le sue cose; l'intervento immediato dei genitori nel litigio porta a far sentire i bambini entrambi cattivi perché li hanno fatti arrabbiare: dà al grande la convinzione che gli adulti intervengono sempre in difesa del piccolo e ribadisce al piccolo di essere piccolo perché deve essere difeso, ma sopratutto non aiuta nella gestione del conflitto e non conduce a una consapevolezza rispetto alle proprie emozioni. L'adulto può invece, con parole semplici, aiutare i bambini a riflettere sul perché hanno litigato, cercando di far esprimere al più grande la sua paura di non essere "il preferito" e spiegargli che in fondo il piccolo vorrebbe solo essere come lui.

Il bambino piccolo capisce i castighi?

I bambini comprendono molto presto le regole che un genitore o un educatore mettono, ma a qualcuno forse sfugge il *senso* del castigo. I bambini sanno però molto bene ciò che un adulto tollera o non tollera ed è questo che egli deve tenere presente nelle azioni. Non credo sia sempre necessario ricorrere a castighi o punizioni. Più che il significato di un castigo, il bambino capisce l'intonazione emotiva e il tono di umore dell'adulto per lui significativo, per questo è estremamente importante che i genitori sappiano mettere limiti con decisione, senza rabbia ma con fermezza, e che sappiano farli rispettare.

Io dopo un po' di capricci non ce la faccio più e cedo...

I limiti non devono mai essere troppi perché sarebbe impossibile farli rispettare tutti, e poi così tanti risultano inutili. Ma quelli che vengono dati devono essere necessariamente fatti rispettare perché in questo modo il bambino acquisisce la consapevolezza della forza dei suoi genitori e del suo ruolo di figlio, protetto da genitori forti. Con dei limiti chiari il bambino impara a costruirsi delle categorie mentali delle cose che può fare e di quelle che non può fare, impara dove sono i confini delle sue azioni e impara a prevederne le conseguenze.

Ma se non obbediscono?

È veramente importante che la regola venga rispettata e i genitori devono accordarsi, per quanto possibile, nel mettere quelle che condividono entrambi. Se la mamma dice che non comprerà le caramelle deve essere veramente decisa a non farlo, perché se dopo che il bambino ha pianto e si è buttato a terra lei per sfinimento cede, è finita. Quel bambino si farà l'idea di poter essere più forte del suo genitore: per avere le cose basta piangere molto e fare molte scenate. Questo fa proprio male al bambino che nella forza del genitore trova un punto di sicurezza e protezione. Ovviamente, ciò deve far riflettere gli adulti che devono rendersi conto che tante volte impediscono le cose così, tanto per dire, e poi permettono con troppa facilità di trasgredire o non rispettare le regole date.

Qualche volta quando vado a prenderlo non vuole venire. Come mai?

Capita che il bambino chieda alla mamma che lo va a prendere al nido di restare a giocare ancora un poco, ma la mamma risponde subito di no, spesso allora il bambino continua a giocare e non risponde quando lei gli grida di smettere e di andare a vestirsi. Molte volte sarebbe meglio concedere al bambino di stare ancora un poco, anche perché questo corrisponde ad un suo bisogno di vedere la sua mamma nel luogo in cui lui passa molte ore, e poi quando si dice che si va bisogna andare veramente e non dopo un quarto d'ora. Riflettere sulla necessità di alcuni limiti o di alcune risposte ci permette di essere più coerenti e di aiutare il bambino nell'acquisizione del rispetto delle regole.

Il carattere è un fattore genetico o dipende dall'educazione?

Il carattere dipende generalmente dalla personalità del bambino, ossia dalla sua base di temperamento che verrà modulata poi dall'ambiente relazionale, fisico ed educativo

in cui crescerà. Quindi un bambino con il carattere forte e testardo avrà sicuramente una sua predisposizione all'essere così, ma l'ambiente educativo e il tipo di relazione che ha stabilito con i suoi genitori potranno aumentare o attenuare questo suo tratto caratteriale. In ogni caso, tutti i bambini, nel corso del loro sviluppo attraversano delle fasi in cui l'opposizione è una caratteristica dominante e serve a rinforzare l'Io del bambino e a fargli sperimentare la sua capacità di affermarsi e mettersi in contrapposizione con i genitori.

In questo periodo mio figlio dice "no" a tutto. Perché?

Verso i due anni c'è un primo momento caratterizzato da una forte opposizione in cui il *no* diventa la parola principale del vocabolario del bambino, a qualunque domanda risponde *no,* e questo è il primo momento evolutivo in cui lui (o lei) si accorge di essere qualcosa di diverso dai suoi genitori, di poter volere altro da quello che vuole la mamma o il papà, e quindi prova un grande piacere in questa sua affermazione. Impedire ciò è sicuramente nocivo: un bambino deve imparare a dire *no* e così ad affermarsi, ma è altrettanto necessario arginare questa fase. Potrà quindi dire *no* e scegliere fra quelle cose che non sono dannose per lui, mentre gli verrà negato ciò da cui va protetto.

La mia si impunta specialmente sui vestiti...

Se il bambino non vuole mettere la maglia che la mamma ha preparato e invece ne vuole una di un colore che sta male con i pantaloni non importa, concediamogli di scegliere il suo abbigliamento e di provare ciò che gli piace. Al contrario, se vuole in pieno inverno andare in giro senza la giacca a vento, glielo impediremo. In questi casi non è necessario dire tante parole, molte volte i bambini non riescono a seguire le lunghe spiegazioni, quindi è il caso di far capire che si deve fare così perché la mamma ha deciso così. Il bambino protesterà e ciò è sano, ma il genitore gli continuerà a dire con fermezza e senza arrabbiarsi che si deve fare come dice lui (o lei).

Tra poco nascerà un fratellino, quando cominciare a parlarne?

Il bambino deve essere preparato a poco a poco. Bisogna dirglielo appena si è certi, quando la pancia ancora non si vede e permettergli di toccarla mentre cresce. Il bambino deve a poco a poco familiarizzare con il fratellino, ancora dentro; può parlargli, raccontargli ciò che c'è nel mondo e può immaginarsi come è il mondo nella pancia.

Renderlo partecipe della nascita è sicuramente il modo migliore di prepararlo all'evento. Sarà importante anche ascoltare le sue immaginazioni e le preoccupazioni, senza che si senta cattivo o inadeguato. Occorre accogliere la sua gelosia senza farlo sentire per questo negativo, e non ripetergli frasi preconfezionate del tipo "devi voler bene al fratellino", piuttosto prepararlo al fatto che il neonato non sarà immediatamente suo compagno di gioco, perché non saprà ancora fare nulla, piangerà e si farà male facilmente.

Da poco è morto il nonno, non so cosa dire.

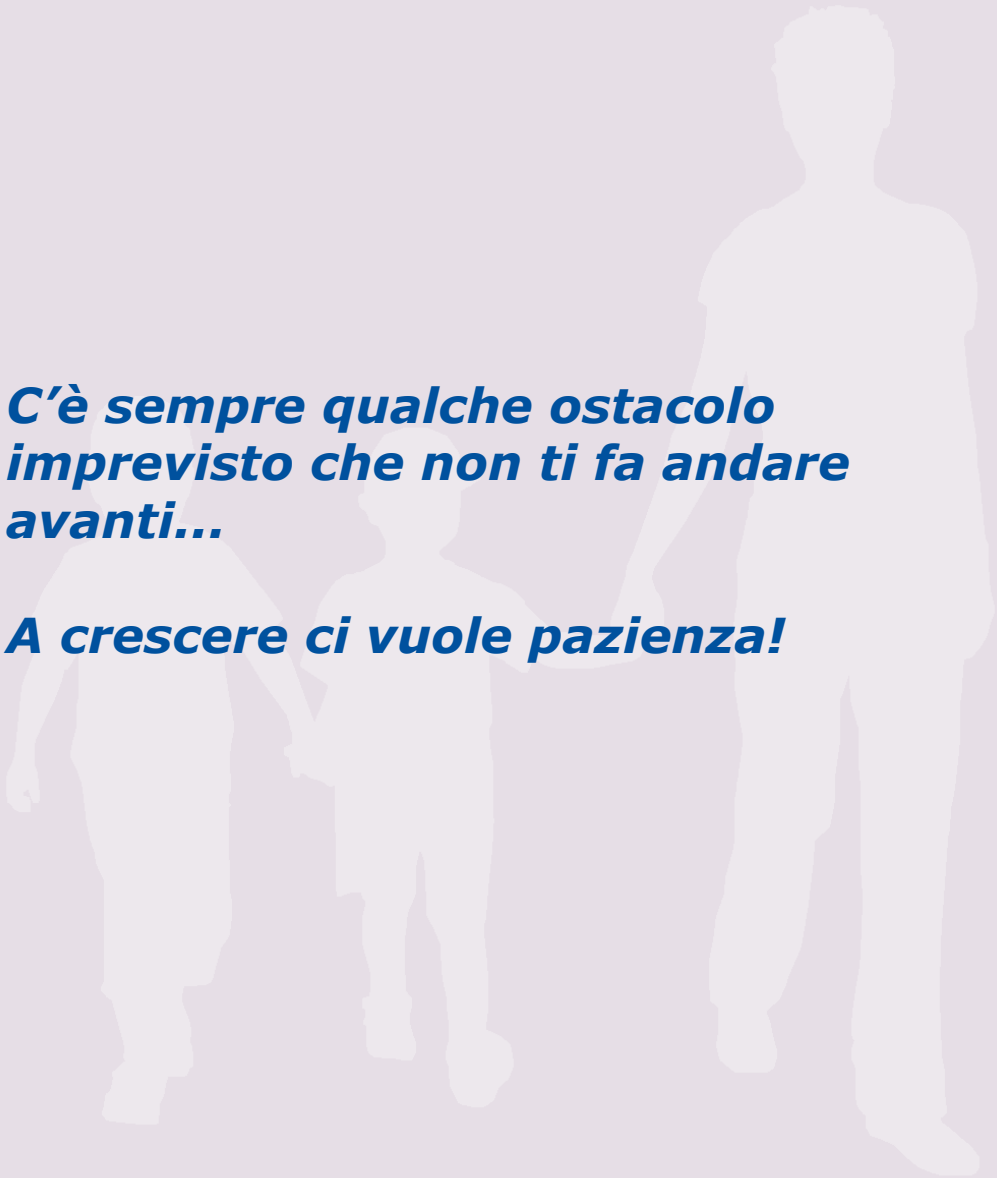
Il confronto con la morte è un momento delicato e importante della vita di un bambino, la prima perdita di una persona cara è veramente dolorosa. Quando muore qualcuno a cui era affezionato è sempre difficile comunicarglielo; la forma migliore è quella di parlare in maniera chiara, semplice e sincera. Si dirà quindi che il nonno ci ha lasciati, che è morto e che noi lo ricorderemo sempre. Poi, a seconda delle idee più o meno religiose della famiglia, si può parlare del nonno che è in cielo o in Paradiso, o che non vive più una vita come la nostra. Le spiegazioni dipendono molto dai valori della famiglia, quello che conta è non mentire al bambino ed essere sereni e decisi mentre si danno queste spiegazioni. Non è bene nascondere i sentimenti, anzi, è importante che essi vengano espressi, ma è bene anche rassicurare e rispondere alle sue domande, spesso strane, che gli vengono in mente in questi momenti. È possibile aiutarsi con storie e racconti, ed è bello permettere al bambino di mantenere vivo il ricordo della persona persa parlando delle cose fatte insieme o dei suoi oggetti rimasti.

Intanto qualcuno commenta fra sé e sé

Sì, mio figlio fa parte di una storia di famiglia in cui c'è chi arriva e chi parte per sempre, ma ancora rimane nel cuore e nei ricordi a creare un legame nel tempo. Dove ognuno ha un suo posto, in cui può sentirsi importante.
Io in questa storia ci vedo una crescita umana e perciò penso che mio figlio e mia figlia potranno essere migliori di me.
Però la preoccupazione resta e mi chiedo: sarà tutto a posto? ce la farà? diventerà un tipo in gamba? e se avesse qualche problema riuscirò ad accorgermene in tempo? e a fare poi ciò che servisse?... Soprattutto, sarò in grado di accettare che non diventi come avevo immaginato ma tutt'altro?

C'è sempre qualche ostacolo imprevisto che non ti fa andare avanti...

A crescere ci vuole pazienza!



Chiediamolo alla neuropsichiatra

Mi chiedo se un po' del carattere ce l'ha già dalla nascita...

Si discute molto su quanto nella personalità dei bambini ci sia di genetico, quindi preordinato, e quanto di ambientale e formatosi sull'esperienza. Oggi sappiamo che genetica e ambiente si influenzano nel creare quella realtà unica che è un individuo. Ogni genitore vede ben presto come alcuni aspetti del carattere siano molto personali, ma altre volte può assistere a cambiamenti anche molto vistosi. Spesso si riconoscono nei figli elementi del proprio temperamento e può anche succedere che in loro tolleriamo meno quelli che sono i nostri "difetti".

Ma quanto si può modificare?

Compito del genitore è cercare di conoscere sempre meglio il proprio bambino, rispettarlo anche in ciò che del suo temperamento non piace molto. Diversa è la situazione quando alcuni aspetti del carattere sembrano un ostacolo per il bambino e la sua vita di relazione; ad esempio, se è troppo timido e ciò non gli consente di giocare con gli altri è meglio approfondire le cause di tale disagio e cercare i modi per aiutarlo, anche parlandone con gli educatori. Si possono valorizzare le sue capacità e limitare i comportamenti non adatti facendogli capire, attraverso semplici esempi, che può farsi male o perdere un amico.

Come capire se ci sono ritardi nello sviluppo?

Lo sviluppo generale del bambino è un processo molto complesso in cui sono molte le capacità che si conquistano. I bambini non raggiungono tutti le stesse tappe nello stesso momento, per esempio nello sviluppo motorio possiamo avere bambini che già a 10 mesi camminano autonomamente e altri che lo fanno a 15 senza che questo debba destare preoccupazioni. Capita che alcuni gattonino per molti mesi e altri non lo facciano per nulla, e siamo sempre nell'ambito della normalità. Se però un bambino a 18 mesi ancora non cammina è importante approfondire. Perciò quando un genitore teme che ci sia un ritardo rispetto ad alcune tappe

dello sviluppo è importante che ne parli sia con il pediatra sia con gli educatori del nido in modo da potersi confrontare con le altre persone che si occupano del piccolo.

Ha quasi 3 anni e ancora non capisco ciò che dice...

Lo sviluppo del linguaggio è un processo molto complesso e possiamo osservare molte differenze tra un bambino e l'altro. Ci sono però alcune tappe "universali" che valgono per qualsiasi lingua e che indicano come procede lo sviluppo: verso i 12 mesi iniziano a produrre le prime parole, tra i 18 e i 24 mesi compaiono le prime frasi e il linguaggio per così dire "esplode", cioè si arricchisce molto rapidamente; verso i 3 anni i bambini producono quasi tutte le frasi della propria lingua e verso i 4 la padronanza dei suoni si completa.

Mia figlia a 2 anni diceva tutto, ma suo fratello no!

Già verso i 2 anni circa il 70% di ciò che dice un bambino è comprensibile dal punto di vista fonologico. Per questo se un bambino a 3 anni ha un linguaggio poco chiaro oppure produce poche parole e frasi è importante parlarne con il pediatra ed eventualmente consultare uno specialista, che valuterà il linguaggio nel suo complesso e all'interno dello sviluppo generale. Ciò permetterà di escludere eventuali patologie e di valutare se si tratta di un bambino che può recuperare spontaneamente oppure se ha bisogno di interventi specifici, come ad esempio la logopedia. Occorre sfatare alcuni luoghi comuni, come ad esempio che un bimbo non parli perché è pigro o perché i genitori lo capiscono ugualmente, se così fosse nessun bambino parlerebbe! Al contrario, essere compresi è uno stimolo allo sviluppo del linguaggio, non un ostacolo. Bisogna quindi valutare bene ogni situazione.

È vero che c'è differenza di linguaggio tra maschi e femmine?

Molti lo pensano, ma gli studi sullo sviluppo del linguaggio non hanno evidenziato differenze significative, è vero però che tra i bambini che presentano ritardi o disturbi del linguaggio i maschi sono la prevalenza, ma di ciò non si conoscono le cause. Bisogna ricordare inoltre che certe forme di ritardo del linguaggio possono essere familiari e presentarsi in più soggetti all'interno della stessa famiglia.

Il mio bimbo balbetta un po' o non dice più parole che già sapeva...

Può succedere che i bambini tra i 3 e i 5 anni possano presentare dei periodi in cui balbettano, questo a volte succede in occasione di eventi stressanti e poi il sintomo può

avere un andamento "ciclico" con periodi di miglioramento e periodi di peggioramento, ma nella maggior parte dei casi tende a scomparire verso i 6 anni. È importante non creare eccessive ansie al bambino, consentirgli di concludere il suo discorso e non anticiparlo se abbiamo capito cosa vuole dire. Se il sintomo è persistente, è utile parlarne con il pediatra.

E il bilinguismo? È una bella cosa, no?

Da noi sono in aumento i bambini bilingue. Si tratta di una forma di bilinguismo chiamato anche "una lingua/un ambiente" in quanto generalmente i bambini in casa parlano la lingua madre dei genitori e negli spazi educativi la lingua del paese. Tutti gli studi sul linguaggio nei bambini plurilingue concordano che questa è una situazione che non ne ostacola lo sviluppo. È inoltre dimostrato che un genitore riesce molto meglio a fare il genitore quando parla la propria lingua madre. Genitori stranieri che si sentissero obbligati a parlare in italiano rischiano di impoverire la relazione con il bambino. Il plurilinguismo è una ricchezza, sia individuale che sociale, è bene promuovere tutte le opportunità che favoriscono la conoscenza delle lingue a cui il bambino è esposto.

Il mio bambino invece secondo me è troppo vivace...

I bambini sono per definizione vivaci e sempre attivi e ciò permette loro di conoscere il mondo, e la vivacità dei bambini è anche uno stimolo per gli adulti che vi vengono coinvolti. Però i bambini "troppo vivaci" hanno il problema di non riuscire ad esplorare la realtà prestando attenzione a ciò che li circonda. L'attenzione, come altre capacità, è un processo che deve maturare e svilupparsi progressivamente e ciò non dipende solo dalla maturazione ma anche dal tipo di esperienze che il bambino fa: quanto maggiori sono le occasioni che ha per soffermarsi sulle cose, per conoscere e capire, tanto più imparerà a regolare la sua vivacità e ad incanalarla positivamente.

Io lo sgrido continuamente, ma non mi ascolta...

Infatti il rischio è quello di essere sempre sgridato e ciò alimenta ancor più la sua irrequietezza. Va invece aiutato a stare con piacere sulle cose, in attività brevi ma di soddisfazione, che potrà ripetere più avanti allungandole un po'. A volte i bambini troppo vivaci sono quelli che hanno bisogno di attirare l'attenzione dell'adulto, perciò è importante cercare di capire cosa ci può essere all'origine di tale comportamento.

Perciò dovrei aiutare mio figlio a riconoscere e dire le sue emozioni?

I bambini imparano già molto presto a riconoscere le proprie emozioni grazie al fatto che i genitori per primi le riconoscono nel bambino e fanno da "specchio" ai suoi segnali.
Un neonato ancora non sa che piange perché ha fame, ma è la mamma che interpreta questo pianto e nutre il bambino, questo gli permette di differenziare le sue percezioni e riconoscere gli stati d'animo. Man mano che i bambini crescono, è bene parlare con loro dei sentimenti, nominandoli quando si presentano "("vedo che sei arrabbiato", "questa cosa ti fa proprio felice!"), e favorire l'espressione di tutta l'ampia gamma delle emozioni, sia quelle positive che quelle negative, come la paura o la rabbia, senza sentirsi in colpa.

Quando si arrabbia ha delle crisi fortissime, che mi spaventano!

Di fronte alle reazioni spropositate, è importante non spaventarsi e non cedere solo per la vistosità del comportamento o ai sensi di colpa, ma aiutare il bambino a comprendere ciò che sta succedendo e a sviluppare la capacità di tollerare le frustrazioni. Verso i due anni c'è spesso un periodo in cui l'atteggiamento di sfida è più accentuato, che coincide con la scoperta della propria indipendenza: saperlo permette di valorizzare l'intento, ma ribadendo i limiti.

Quando capirà che le regole servono?

Nei primi anni di vita i bambini inizialmente "subiscono" regole o proibizioni come delle imposizioni poco comprensibili, solo successivamente possono capire che una proibizione può avere un ruolo protettivo, ad esempio evitare un pericolo, oppure costituire un fattore sociale che serve per andare d'accordo. I bambini imparano molte regole attraverso l'esempio dei genitori, possiamo aiutare molto i nostri figli attraverso la coerenza e la chiarezza. Un po' per volta le regole si assorbono e si apprezzano, per alcuni sarà più facile, per altri più faticoso, ma sono i genitori a definire le regole e non i bambini!

Come e a quale età spiegare le differenze sessuali tra maschi e femmine?

I bambini fanno questa scoperta della differenza tra i sessi anche prima che se ne parli. La sessualità nei primi anni di vita va intesa come una fisiologica curiosità verso questa differenza, spesso parte dalla curiosità per le differenze fisiche ed è importante che il bambino possa esprimere le sue curiosità liberamente senza che questo desti troppa sorpresa

o ansia. È importante spiegare con parole adatte e in modo sereno che siamo diversi e questa differenza è alla base della vita.

Come scegliere le storie per i bambini piccoli?

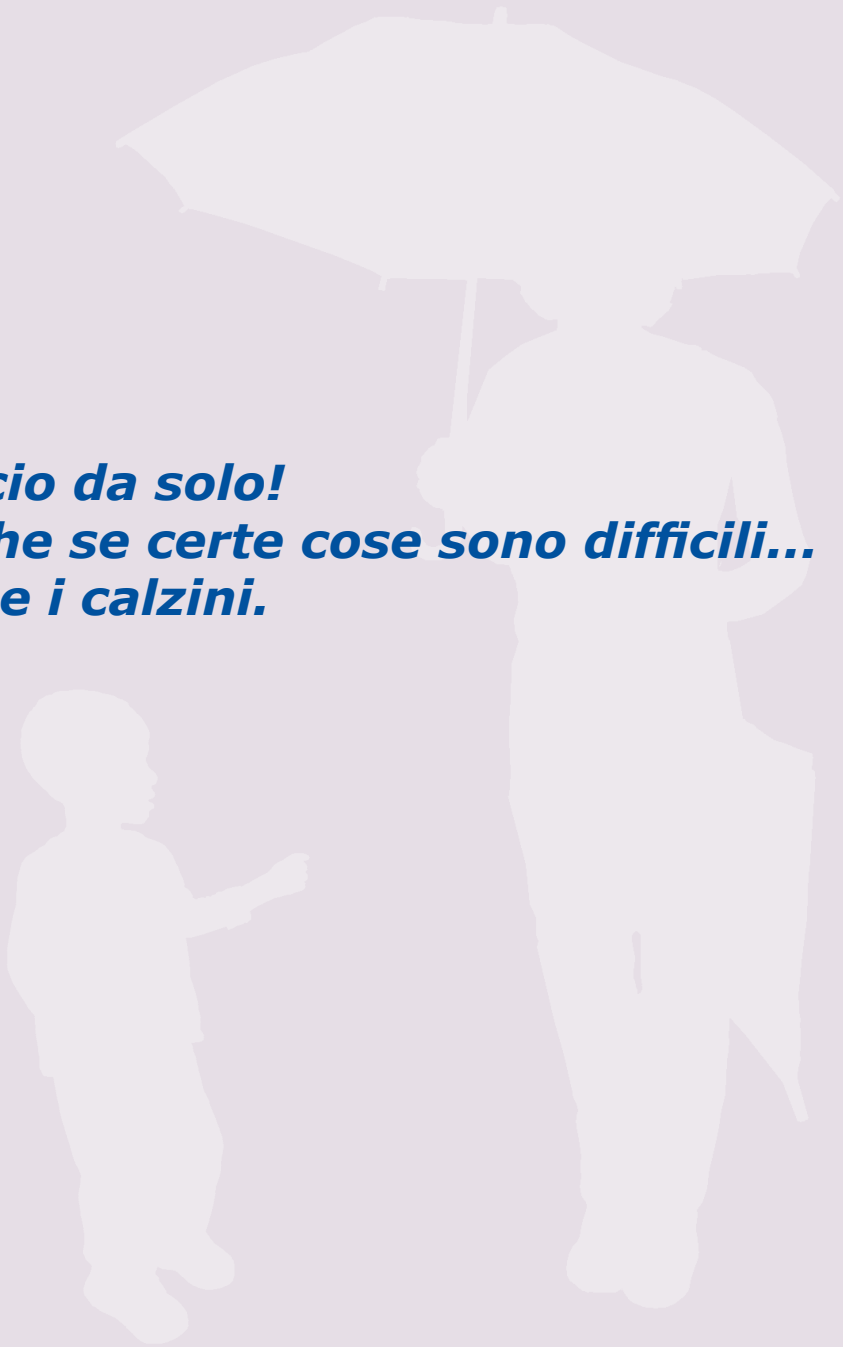
Le storie raccontate ai bambini sono un'occasione particolarmente valida per favorire lo sviluppo del linguaggio e sappiamo che aiutano lo sviluppo emotivo, affettivo e della conoscenza. Sono un'opportunità per poter condividere con i genitori i propri sentimenti e gli stati d'animo: attraverso i personaggi i bambini infatti possono imparare a riconoscere e gestire anche i sentimenti negativi. Soprattutto nei primi anni di vita del bambino è bene scegliere storie brevi e con illustrazioni molto chiare, facili da capire: piccole storie di vita quotidiana, dove le immagini prevalgono sulle parole, per procedere gradualmente verso racconti che contengono più fatti. I bambini amano molto la ripetizione perché è rassicurante, permette di comprendere sempre meglio, riuscendo ad anticipare i fatti che stanno per ascoltare. Altra cosa è il volere molte storie prima di andare a letto, che è invece un modo per allontanare il momento della separazione notturna; perciò è meglio accordarsi anticipatamente: una storia e poi il bacino della buonanotte. Il rituale che si ripete rasserenerà il piccolo più di tante parole.

È sbagliato far vedere la televisione?

La televisione è un importante mezzo di informazione e non va demonizzata anche se è opinione diffusa che potrebbe svolgere meglio il suo compito. Per quanto riguarda i bambini, non c'è fretta di iniziare! Poi è compito dei genitori selezionare sia i programmi che il tempo dedicato alla tv, ricordando che il messaggio televisivo è "unidirezionale" e il pubblico è passivo. È fondamentale che i genitori sappiano sempre quali programmi i figli vedono ed è preferibile guardarli insieme, in modo che i bambini possano fare domande e ottenere risposte ai pensieri che vengono loro.

Intanto qualcuno commenta fra sé e sé

Quante cose a cui stare attenti! I bambini ci guardano e imparano più dal nostro modo di fare che dalle spiegazioni che ci vengono. Però, visto l'impegno che ci mettiamo, anche noi genitori ci aspettiamo certe buone reazioni che invece a volte non vengono: il bambino non vuole dormire, mangiare, obbedire... magari obbedisce al nonno e al papà dice di no!
E allora ci si chiede: che altro c'è da capire? Un qualche problema nascosto o una sfida da piccolo tiranno?



Faccio da solo!
Anche se certe cose sono difficili...
come i calzini.

Chiediamolo alla psicologa

Come fare con i problemi del dormire?

I neonati sono uno diverso dall'altro nella regolazione degli stati di coscienza sonno-veglia-alimentazione-pianto che si susseguono in modo ritmato nel corso della giornata. Il sonno costituisce senza dubbio, fin dall'inizio della vita, l'aspetto più fortemente personale delle nostre abitudini. Le differenze legate al come ogni essere umano affronta l'esperienza dell'addormentamento e del dormire, sulla base della propria costituzione biologica e del proprio funzionamento, sono evidenti fino dalle età più precoci. È comune vedere che vi sono bebè che alternano in modo più facile e spontaneo questi momenti e altri invece che necessitano di una più intensa regolazione esterna da parte degli adulti per riuscire a trovare progressivamente una propria organizzazione.

Il mio, infatti, ancora non si regola!

Le caratteristiche di ogni neonato si intrecciano fin dall'inizio con le aspettative dei familiari e con le abitudini degli adulti di riferimento. Ogni bebè viene al mondo in un preciso contesto sociale e umano con cui è pronto ad instaurare comunicazione e scambio. Nel corso dei primi anni, con la crescita della sua consapevolezza del posto che egli ha all'interno della propria famiglia, l'esperienza del dormire si carica progressivamente di profondi significati.

Ha forse paura del dormire?

Sì. Comincia a capire che addormentarsi significa perdere il contatto - visivo, comunicativo e percettivo - con le persone e le cose che è abituato a frequentare nel corso della giornata. I bambini molto piccoli non hanno ancora un'idea strutturata del tempo, essi comprendono il senso di ogni cosa per come essa si presenta qui ed ora. Dormire è sentito come un'esperienza di separazione da tutto quello che costituisce fonte di gratificazione e di eccitazione, un dover sospendere la vigilanza sulla realtà esterna, una sorta di separazione. Con il progredire della maturazione psicologica,

i bambini riescono ad abbandonarsi al sonno quando sono sufficientemente sicuri dal punto di vista emotivo del fatto che mentre essi staccano il contatto vigile con la realtà le persone che stanno attorno sono in grado di proteggerli e di garantire il tranquillo svolgersi delle cose.

Cosa si può fare per tranquillizzarli?

I bambini hanno bisogno di essere rassicurati sulla continuità tra il prima e il dopo sonno: vogliono essere certi del fatto che mentre dormono non avvengano cambiamenti significativi, vogliono sapere quello che troveranno al risveglio. Su questo si fonda lo sviluppo della sicurezza interna relativa a sé e alla fiducia del proprio posto all'interno del contesto familiare e sociale. Ecco allora che anche l'esperienza del dormire, legata ad un bisogno fisiologico, può caricarsi di significati relazionali: la certezza di poter ritrovare la continuità con ciò che si è lasciato. Ecco perché il momento di andare a letto è scandito da rituali che ogni bambino richiede da parte dei suoi adulti, a casa e al nido: il solito racconto, quella stessa sequenza di azioni, gli stessi oggetti, gli stessi ritmi.

Cose ripetitive, allora...

Sì. In queste sequenze abitudinarie i genitori sono coinvolti in lunghe e a volte difficili interazioni, dove il bisogno di rassicurazione dei bambini si intreccia con le emozioni e le fatiche dei genitori, i loro dubbi e desideri. A volte sembra loro inconcepibile questo fissarsi infantile sulla rigidità delle abitudini, mentre invece è proprio questa apparente immutabilità a rappresentare il fondamento delle certezze affettive. Perché è da questa piattaforma che progressivamente i bambini acquisiscono la certezza di essere in grado di farcela per conto proprio e sperimentano piano piano il senso della propria autonomia, anche nel saper regolare le proprie funzioni biologiche di base. La crescita della sicurezza si fonda sulla certezza della propria capacità di essere in grado di farcela da soli: così è per il mangiare, il camminare, lo scoprire gli oggetti, il parlare, e infine per il dormire.

E quando si trovano con gli altri bambini, sarà più difficile...

È stato scientificamente dimostrato che fin dai primi mesi di vita i bambini sono fortemente motivati a conoscere le altre persone: non solo gli adulti ma anche i coetanei.
L'arrivo al nido significa invece trovarsi in mezzo a tanti altri pari, con modalità di comportamento del tutto diverse da

quelle cui il bambino era abituato, ma l'interesse sociale e l'empatia che precocemente si sviluppano nei confronti dei propri simili sono una spinta fortissima, connaturata nei sistemi motivazionali di base che sostengono lo sviluppo. Nel corso dei primi tre anni gradualmente i compagni diventano un polo di attrazione e di comunicazione insostituibile. Al nido nascono le prime amicizie, i primi confronti tra pari e anche i primi conflitti. Tutto ciò consente di sperimentare una mappa articolata di emozioni, imparando nel contempo – tramite la mediazione adulta – a creare modalità regolamentate di stare insieme, rispettando i turni di azione e di comunicazione.

Mi pare che certi momenti, come il cambio del pannolino, siano particolarmente delicati...

Certamente, perché il corpo del bambino è il fulcro di tutta la sua persona. La qualità dell'esperienza relazionale con le persone di riferimento passa all'inizio quasi interamente attraverso le pratiche di accudimento dei bisogni primari legati alla corporeità. Il come si viene toccati, guardati e accarezzati costituisce il fondamento dell'idea che ogni persona si costruisce di se stessa come degna di attenzione e di amore. L'essere maneggiato con cura e con dolcezza invia al bambino il messaggio che il suo corpo (e i suoi prodotti) è gradevole e agli adulti piace occuparsene. L'immagine che ogni essere umano si forma del proprio corpo è fin dall'inizio mediata dalle emozioni che legge sul viso e nel tocco di chi lo lava e lo veste. Al nido il momento del cambio è una situazione importante nella scansione della giornata, proprio per il significato fondamentale attribuito alle pratiche corporee per lo sviluppo mentale e affettivo. A quest'età non c'è ancora il senso del pudore, ma solo la gioia legata al piacere della scoperta di sé e degli altri.

Ma anche il momento di mangiare è speciale!

Il cibo è una delle fonti fondamentali di piacere in tutte le età della vita e il mangiare con gli altri è in tutte le culture e tradizioni (pur con le dovute peculiarità) simbolo di benessere e di appartenenza sociale. Imparare a mangiare da soli è una delle conquiste più entusiasmanti per la valenza simbolica che vi è connessa: significa non dipendere più dagli altri per soddisfare l'esigenza primaria della sopravvivenza ed essere in grado di procurarsi da soli il piacere specifico legato all'alimentazione. Ma, come ogni forma di autonomia, ha il suo prezzo in quanto comporta inevitabilmente qualche perdita.

Quando si riesce a mangiare da soli, termina anche quella relazione di particolare intimità con gli adulti da cui ci si faceva imboccare. Al nido il momento del pasto rappresenta una palestra importante per l'apprendimento delle competenze che permettono di sentirsi grandi e autonomi di fronte al cibo. È inevitabile che il raffinamento di tali abilità richieda tempo, pazienza e professionalità da parte degli educatori, che svolgono un ruolo di supporto all'autonomia progressiva, basata sui tentativi ed errori messi in atto dai bambini.

Un'altro momento intenso è quello del passaggio casa/nido. Un oggetto personale aiuta, vero?

Il passaggio da casa al nido può essere vissuto dal bambino come un evento di separazione dalle proprie rassicuranti abitudini e dal contesto familiare di riferimento. Questo vale soprattutto prima dell'anno di età, in cui non è stata ancora raggiunta la capacità cognitiva di comprendere che le persone e gli oggetti cari continuano ad esistere, anche quando non sono sotto gli occhi o a portata di voce e di mano.
I cambi di ambiente non sono in se stessi negativi, ma è importante che i bambini, quando affrontano una esperienza nuova, possano utilizzare alcuni oggetti prediletti (un peluche, un foulard della mamma, ecc.) come una sorta di "ponte" che permette di conservare una traccia densa di valenze affettive legate alla vita in famiglia. Il cosiddetto "oggetto transizionale", lungi dall'essere un capriccio, favorisce nella mente la costruzione di sentimenti di continuità e di appartenenza, nella rassicurazione emotiva che tra i due mondi in cui si trascorre la giornata non vi sono fratture e che non si viene abbandonati.

Il bimbo percepisce le differenze tra le regole di casa e quelle del nido?

Imparare il rispetto delle regole proposte dagli adulti è un esercizio difficile per i bambini, che sono alle prese con la scoperta eccitante delle proprie potenzialità e stanno misurando ogni giorno le reazioni che le proprie azioni suscitano negli altri. Indubbiamente i contesti di vita di gruppo, come il nido, favoriscono l'adattamento alle regole sociali in quanto - oltre alla professionalità degli educatori - un ruolo fondamentale è svolto dai comportamenti imitativi nei confronti degli altri compagni. L'imitazione rappresenta, fin dai primi mesi, una formidabile competenza che sostiene lo sviluppo delle capacità mentali, affettive e sociali.

Gli educatori sanno che l'osservanza dei limiti è l'unica possibilità di creare contesti di vita gruppali, in cui le esigenze e le caratteristiche di ognuno possono trovare spazio e rispetto, e quindi propongono da subito una organizzazione di vita scandita e ritmata da regole specifiche.

A volte penso che per noi genitori sia meno facile farsi obbedire...

A casa può essere più difficile per una serie di motivi: dalla stanchezza dei genitori al fatto che la gestione familiare richiede svariate incombenze per cui non ci si può dedicare esclusivamente al bambino, fino alle aspettative/richieste reciproche che caratterizzano il rapporto di ogni madre/padre con il proprio figlio. Ma proprio per far crescere uno scambio relazionale sempre più in grado di soddisfare i bisogni di autonomia e di costruzione di un'idea positiva di sé è importante mostrare ai bambini la propria competenza adulta tramite la definizione di alcune regole semplici, proposte in modo chiaro e affettuoso ma fermo.
Per i bambini la conquista della propria capacità di autoregolarsi passa attraverso l'apprendimento delle regole inizialmente proposte dai grandi ed è fonte di soddisfazione interiore riuscire a rispettarle, perché permette la consapevolezza che si sta imparando ad essere davvero padroni di sé.

Le regole del nido le rispettano di più!

La spinta esplorativa, tipica del bambino che sta crescendo in modo sano, lo induce a cercare di arrivare fin dove gli è possibile nelle richieste relative alle persone e alle cose, con l'obiettivo di affermare la propria personalità. Porre dei limiti, soprattutto a partire dal secondo anno, a volte può essere faticoso per i genitori, che quando il bambino era molto piccolo si erano adoperati soprattutto per cercare di rispondere ai suoi bisogni cercando di soddisfare ogni sua richiesta. Ma crescere, sia dal punto di vista affettivo che mentale, significa anche imparare a regolare le proprie spinte interne e ad accettare le regole proposte dagli ambienti sociali differenti in cui ci si trova.

Infatti con noi è più obbediente, ma con i nonni meno...

Sulla base della capacità mentale di leggere in modo differenziato le caratteristiche delle varie situazioni i bambini imparano a sviluppare risposte emotive e sociali adeguate, mettendo in atto modalità di comportamento specifiche rispetto ad ogni adulto.

La straordinaria crescita mentale dei primi tre anni permette loro di cogliere immediatamente le caratteristiche specifiche del particolare modo di porsi di ogni persona nei diversi ambienti e di capire come il rapporto con ciascuno possa essere vissuto.

Al nido mi sembra più disposto ad ascoltare gli adulti...

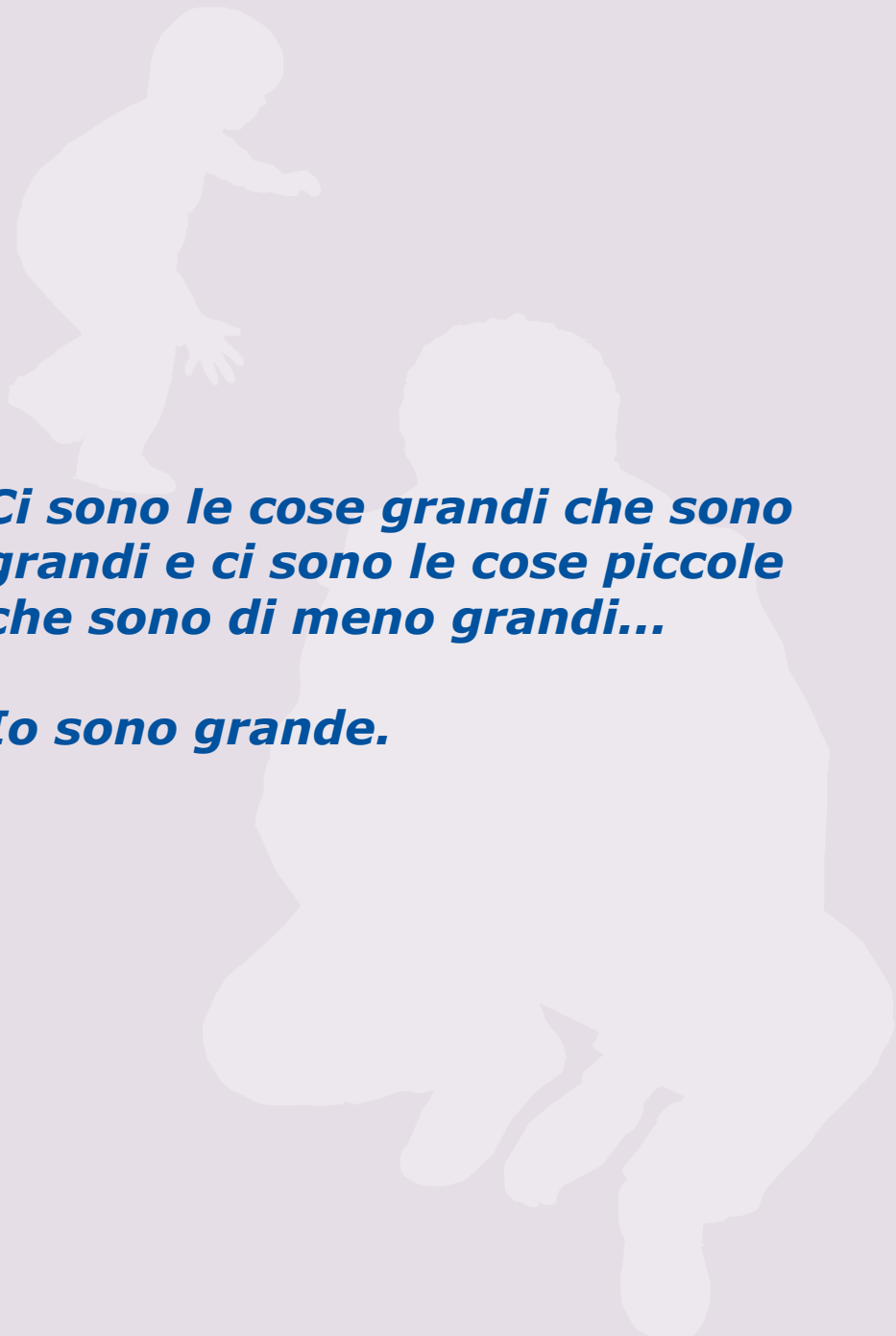
Nel passaggio dalla casa al nido i bambini, trascorso il primo periodo di ambientamento, sono del tutto competenti nel saper cogliere le specificità di ogni contesto e della sua organizzazione. Così può capitare che i genitori stentino a credere che il loro bambino in un ambiente diverso da quello usuale sia in grado di comportarsi in modi a loro quasi sconosciuti, ma è proprio così, perché è nella capacità di riconoscere e di adattarsi ai diversi contesti che consiste l'immensa plasticità e flessibilità della mente umana, già a partire dai primi mesi.

So che dovremmo favorire la sua autonomia, ma ci viene spontaneo fargli le cose...

Uno degli aspetti più difficili del mestiere di genitore è quello di mettere il bambino nella condizione di fare da sé ciò che il suo sviluppo gli permette. Imboccarlo o vestirlo, così come rispondere al posto suo quando gli vengono fatte domande, quando invece le sue abilità gli permetterebbero di arrangiarsi da solo, è uno degli atteggiamenti più frequenti nei genitori. La fretta, la congestione dei ritmi per cercare di essere all'altezza di vari ruoli giocano a sfavore della possibilità di fermarsi, attendere che emergano le capacità del bambino e aiutarlo a fare autonomamente, ma vale la pena di proporselo come obiettivo nella interazione quotidiana. È il messaggio di fiducia il valore più grande che gli possiamo trasmettere.

Intanto qualcuno commenta fra sé e sé

Il carattere di tutti dentro le diverse giornate di tutti, organizzate per farle filare al meglio. Noi al lavoro e il piccolo al lavoro di crescere giocando, in un posto che fin da subito fa pensare che i bambini ci stanno davvero bene. Vediamo arredi, giochi, foto e oggetti, e immaginiamo il nostro bimbo alle prese con le proposte creative e con la tranquillità dei ritmi del fare e del riposare. Molto vediamo, molto ci viene raccontato, ma com'è che si ha sempre ancora qualche domanda? Forse è solo la voglia di aggiungere particolari alla scena in cui nostro figlio trascorre la sua giornata con i suoi compagni e chi si occupa di loro.



Ci sono le cose grandi che sono grandi e ci sono le cose piccole che sono di meno grandi...

Io sono grande.

chiediamolo all'educatrice

L'ambiente del nido è bello e curato, ma per il bambino contano più...

È vero, per il bambino il primo approccio con l'ambiente passa attraverso le persone di riferimento. Per questo è il sorriso dell'educatore il primo "luogo" su cui si ferma. Se notate, all'inizio lo sguardo del bambino passa dall'uno all'altro viso degli adulti come a chiedere conferma di potersi fidare; la fiducia che sarà disposto a dare passa però attraverso quella che gli trasmettono i suoi genitori. La porta d'entrata, in realtà, siamo noi.

Un posto così luminoso, ricco di cose da fare eppure pacato sembra sia stato molto ragionato.

In effetti, gli ambienti sono stati pensati rispetto ai bisogni del bambino e per la sua crescita. Sia le luci che i colori tenui sono predisposti per dare un piacevole senso di calma, evitando sovrastimoli; ci sono spazi piccoli e raccolti e quelli per stare con gli amici, le cose riposte in modo raggiungibile oppure no, secondo necessità.

Mi pare che la pulizia sia molto profonda, vero?

Certamente. Ci sono norme molto severe per il mantenimento di igiene e pulizia, fattore importante in una comunità anche per mantenere la salute. Ci sono, ad esempio, le soprascarpe azzurre, che gli adulti indossano per accedere nella varie stanze, in modo da non portare dentro lo sporco della strada.

A cosa serve esporre le fotografie?

Ci sono fotografie esposte e raccoglitori da sfogliare. Sulle pareti danno un senso di appartenenza: "qui ci sono anch'io", nell'album permettono di cogliere i dettagli, di condividerle con un amico. È bello per i bambini rivedersi nelle attività svolte, dire i nomi dei compagni e delle cose conosciute. Il proprio viso che compare vicino a quello dei compagni dà l'idea di essere parte di qualcosa. Spesso vengono messe vicine due foto dello stesso bambino: una scattata all'arrivo e una più recente, è un modo per raccontare il tempo che

è passato. Le foto esposte presentano inoltre il nido con il personale e raccontano le esperienze che si stanno facendo in quel periodo. I genitori le potranno commentare con i figli, che ne saranno contenti. Spesso anche le fotografie di mamma e papà stanno in un apposito libro personale, perché al bambino fa bene rivedere la sua famiglia, indicarla all'educatore, dire qualcosa di loro, e, anche attraverso quell'immagine, sentire che ci sono.

Essendoci tante stanze non è che potrà sentirsi confuso?

L'allestimento degli ambienti è pensato per essere riconoscibile nelle azioni da svolgerci, sia un laboratorio che la stanza dove si pranza o si dorme sono connotate con oggetti e immagini che danno chiarezza alle cose da fare là.
Tutto è a misura di bambino e ogni particolare è pensato per aiutarlo a definire i momenti e viverli bene. Al nido, così come a casa, i piccoli ritrovano le proprie cose e lasciano le tracce del loro passaggio.

Sì, tracce... e anche un po' di caos!

Un po', ma non molto. Anche a riordinare un po' alla volta si impara. Tutte le attività sono organizzate in durata e modalità, per essere piacevoli e non eccessive in nessun senso: devono soddisfare ma non eccitare troppo, dare sensazioni ma non saturare, richiedere energia ma non esaurirla. Quindi ambiente e tempi considerano lo sviluppo psicofisico del bambino e lo favoriscono, valorizzando nel contempo aspetti del suo carattere e la relazione fra le persone e le cose da conoscere.

Praticamente, come?

Ogni bambino trascorre gran parte della giornata con il proprio gruppo in una stanza di riferimento, organizzata in diversi "angoli": spazi in cui muoversi, leggere, giocare a casetta, costruire, ecc. Per ogni età ci sono materiali scelti in collocazioni ragionate, che considerano le capacità di movimento, di autonomia, gli interessi... C'è sempre un angolo morbido fatto di cuscini, cuscinoni e materassini imbottiti su cui sdraiarsi, rilassarsi e farsi coccolare. La stanza di riferimento ha per il bambino piccolo un significato importante: è il luogo più conosciuto, che dà garanzia di continuità sia per ciò che riguarda gli oggetti, che ritrova dove pensa che siano, sia per la "continuità affettiva". Sicurezza e stabilità permettono poi di aprirsi al nuovo, alle sperimentazioni più creative e inconsuete.

Però, fra tanti bambini, non diventano un po' "tutti uguali"?

La personalità, i gusti, i tempi di ognuno trovano modo di esprimersi e vengono riconosciuti come valore. Lo spazio del nido è anche il posto in cui compare qualcosa di personale, in cui i giochi rimangono per più o meno tempo anche perché sono più o meno graditi. E quella macchinina, si sa, piace a Nives, che vuole tenersela vicina, mentre Samir è appassionato di palle e palloni... nessun anonimato, anzi!

Ma piccoli come sono, sanno giocare in tanti?

Ogni bambino entra a fare parte del gruppo, dei *piccoli* o dei *grandi*, in base all'età: generalmente saranno formati da 6 bambini fino ai 18 mesi e da 9 per l'età dai 18 ai 3 anni.
Il rapporto adulto/bambino è adatto alla possibilità di ognuno di sentire l'adulto "per sé". Inizialmente i bambini giocano in due, poi in tre, imparando i modi di fare insieme e anche di superare i naturali piccoli conflitti, come il volere la stessa cosa nello stesso momento. Via via, la presenza dell'educatore e i suoi interventi sostengono l'allargarsi del gruppo di gioco e gradualmente i tempi si fanno più lunghi. Quando poi la situazione è ben conosciuta ci saranno anche "visite" fra i gruppi e attività allargate, esperienze che implicano anche un po' di fatica ma mai troppa.

Quante educatrici ci sono in rapporto ai bambini?

Siamo talmente abituati alla figura delle educatrici che non consideriamo che ci sono anche educatori maschi. Non è molto consueto, ma la figura maschile è una presenza apprezzata nel nido, anche perché rappresenta la realtà dei due genitori.
Comunque, ogni gruppo ha un educatore di riferimento, la figura principale, quella presente nei momenti più importanti della giornata, ed è quella che ha cura di consolidare il gruppo. È dunque lei (o lui) che accoglie per il primo colloquio, a cui presenterete il vostro bambino e le sue abitudini, che poi vi informerà dei suoi progressi.
L'educatore fa parte di un gruppo di lavoro in cui c'è anche la figura del coordinatrice interna (o coordinatore), che conosce tutti i bambini del nido e i loro genitori e che è sempre a disposizione per qualsiasi informazione o necessità.

Siccome i bambini hanno bisogni diversi avranno ritmi diversi...

La sezione dei piccoli è la più tranquilla, i bambini possano gattonare liberamente, qualche piccolino muove qualche passo con l'aiuto dell'educatore, un altro tenta la posizione

eretta "arrampicandosi" al "mobile primi passi", un altro schiaccia un pisolino in tranquillità sul tappeto... Certo qualche pianto non manca, ma fra le braccia dell'adulto passa presto. Più movimentata è la sezione dei grandi: i bimbi vanno con disinvoltura in cerca dei giochi preferiti, si accomodano per sentire una storia o per cantare una canzoncina. Gli angoli sono più strutturati e caratterizzati per centri di interesse, in modo da risultare stimolanti per invogliare i bambini a fare e provare.

E chi si occupa di preparare pasti?

In ogni nido c'è un cuoco o cuoca. che cucina per tutti i bimbi. I piatti preparati sono fatti giornalmente proprio con le sue mani, gli alimenti sono scelti e controllati per creare un menu che rispetta i dettami delle tabelle dietetiche provinciali. Accanto al cuoco lavorano anche addetti/e d'appoggio. Uno di loro è sempre presente in cucina, aiuta il cuoco, porta i carrelli con il pasto. Altri si occupano invece del riordino e della pulizia di tutti gli ambienti del nido e anche del giardino esterno.

E poi a tavola i bambini si arrangiano un po', vero?

A turno, i bambini più grandi fanno i "camerieri", insieme all'adulto apparecchiano le tavole. Il momento del pasto è pensato e seguito con attenzione, è facile che i bambini si avvicinino serenamente anche ai piatti che non conoscono, affrontando nuovi sapori in un'educazione al gusto che di giorno in giorno aumenterà le cose gradite.
C'è chi mangia tutto, chi fa un po' più di fatica e allora l'educatore serve porzioni diverse e poi lascia "fare da soli", controllando, naturalmente; invita ad assaggiare quello che c'è, ma senza sforzare. Per i più piccoli, il pasto avviene in maniera diversa: l'educatore si siede al centro del tavolo semicircolare così riesce ad aiutare tutti. Anche a chi deve essere imboccato viene comunque dato un cucchiaio per abituarlo a questa modalità e per avviarlo all'autonomia.
Il pasto è anche l'occasione per promuovere la socializzazione e favorire le prime conversazioni tra i bambini, un momento per condividere gusti e parole in amicizia.

I giochi come sono pensati?

Il gioco per il bambino è l'attività principale, non è solo piacere ma conoscenza e comunicazione. Possiamo dire che i bambini "giocano a crescere". Al nido si sperimentano attività specifiche per età, anche diversi da quelli che si fanno

a casa: muoversi, toccare, impastare, pasticciare, sporcarsi, travestirsi, manipolare…
Naturalmente anche al nido si deve poi riordinare, è una regola, ma che può essere vissuta come un gioco. Le proposte dei giochi e dei materiali seguono un programma educativo che tiene conto dei bisogni del bambino. Sono previste esperienze con i materiali naturali e anche con oggetti inconsueti e sconosciuti, con l'intento di stimolare nel piccolo la curiosità e la voglia di esplorare.

Un esempio di giochi non consueti?

Ad esempio, c'è il "cestino del tesoro", che viene proposto ai più piccoli appena sono in grado di stare seduti ed è considerato uno dei modi più efficaci per incoraggiare e stimolare i bambini al gioco. Il cestino contiene oggetti di vario genere appartenenti all'ambiente di casa, di forma differente e varia composizione e consistenza con cui si possono fare diverse esperienze a livello sensoriale: guardare, toccare, scuotere, battere e conquistare conoscenze.
Per i bimbi intorno ai due anni, quando sono nella fase di massimo desiderio di far da soli, è molto utilizzato il "gioco euristico", che consiste in una grande quantità e varietà di oggetti e contenitori diversi (naturalmente scelti con attenzione alla sicurezza) con cui i bambini possono giocare liberamente - riempiendo e svuotando, producendo rumori, associando, costruendo - scoprendo così differenti modi di utilizzo e caratteristiche (come la cedevolezza o la resistenza), relazioni fra le cose e le proprie preferenze.

Allora: un po' di normalità e un po' di sorprese?

Sì, si potrebbe dire proprio così. Le routines e le certezze che danno sicurezza e le cose nuove che danno stimoli e sviluppano aree dell'intelligenza e del saper fare.
La giornata al nido è fatta di appuntamenti fissi che si ripetono, come il pasto, il cambio del pannolino e il sonno: sono routines che aiutano il bambino a dare un senso alla giornata, a riconoscere i momenti fino a saperli prevedere, rappresentandosi cosa succederà poi. Sapere cosa accadrà consente al bambino di stare tranquillo e di gestire la lontananza dai genitori senza problemi. È un tempo che crea un legame forte tra bambino e educatore, in cui egli sa anche dedicare azioni esclusive all'uno o all'altro bambino, scherzetti e coccole differenti per ognuno, perché diversamente sono state gradite quelle proposte e si sono così man mano personalizzate.

Ci sono anche feste?

Certo, e sono belle. Qualche volta ci sono eventi speciali, come le feste con i genitori oppure qualche pranzo in compagnia dei bambini grandi della scuola dell'infanzia.
E capita pure che gruppetti affiatati di genitori, aiutati dagli educatori, preparino delle scenette per i bambini, che sono sempre un grande successo agli occhi sgranati dei piccoli spettatori, stupiti dal vedere coloro che più amano fare quello strano, divertente gioco.

Certo un buon inizio di giornata rende tutto più facile.

Questo vale per i bambini come per gli adulti! Per questo l'accoglienza e il momento del distacco vengono molto curati. "Ciao Piero, eccoti qui!" rende personale l'arrivo; "Che bella maglietta hai oggi", riconosce l'unicità di ognuno;
"Ti è passato il raffreddore?", mostra l'interesse per il benessere. L'incontro con l'educatore avviene sempre nello stesso luogo, in modo che il bambino si senta sicuro.
Importante è che sia il genitore a porgere il bambino all'educatore (è sua la scelta di affidarlo), se il piccolo sente che quei gesti esprimono fiducia supera meglio la fatica.
Il breve scambio di informazioni, gli sguardi, l'accordo fra gli adulti, daranno al bambino quei confini affettivi che gli servono per sostenere l'uscita del proprio caro. Qualche coccola o una canzoncina in attesa degli altri amici e poi i bambini cominciano a muoversi con libertà nella stanza, scegliendo qualche gioco al tappeto, sfogliando un libretto, costruendo una torre... L'educatore, sempre presente, osserva e invita a fare, ma lascia che ogni bambino trovi il proprio modo, secondo il suo percorso di crescita e le personali preferenze.

E c'è anche un "appello", vero?

Ci si ritrova insieme per un momento che distende ed ha una forte valenza relazionale perché rimanda al sentirsi parte di un gruppo; con un semplice gioco si notano le presenze viene nominato anche chi è assente, mantenendolo presente all'attenzione degli amici.
La frutta del mattino è poi il primo momento organizzato.

Poi ci sono le attività programmate?

Verso metà mattina viene proposta un'attività programmata, che varia quotidianamente per ogni gruppo e si svolge nelle apposite zone o nei laboratori specifici: del movimento, la manipolazione o la pittura... Sono occasioni ben definite

di divertimento, creatività, di acquisizione di regole e competenze. Nel laboratorio di pittura, ad esempio, ci sono colori di ogni genere, da usare con le mani o con pennelli di varie dimensioni per pitture a parete o al tavolo, o per lasciare sui fogli le impronte colorate di mani o piedi. Nella sala di psicomotricità ci sono i materassi, i morbidi moduli fatti a scaletta, il tunnel, il cilindro, che permettono di fare esperienza di salti e capriole, di entrare e uscire, di stare in equilibrio o cadere... Le proposte non sono mai casuali, ma seguono un filo guidato che via via diventa un percorso educativo.

Partecipa tutto il gruppo?

Dipende dal tipo di attività e dagli obiettivi che ci si propone. Alcune sono organizzate per il gruppo intero, altre per pochi bambini per volta. L'educatore avrà cura di verificare il grado d'interesse da loro mostrato durante l'attività e di saper porre i giusti correttivi o cambiamenti per mantenere viva l'attenzione e il coinvolgimento. L'attività può essere poi riproposta in più tappe per essere approfondita. Al nido non manca mai il giardino e tante attività si spostano all'aperto, dai giochi con la neve a quelli nelle piccole piscine, e a volte si può anche mangiare all'ombra delle tettoie.

Imparano anche a prepararsi per fare le cose...

Certo. Prima di sedersi a tavola l'educatrice accompagna i bambini per lavarsi le mani e durante la giornata ci sono alcuni momenti dedicati al cambio e alla cura del corpo.
I modi imparati in famiglia incontrano altri modi nei momenti di igiene e cura. C'è chi è abituato a gesti svelti, chi a mille moine, chi è irrequieto e chi più pacioccone. Ma c'è rispetto per l'individualità e il tempo che ciascun bambino richiede, c'è accoglienza per quei piccoli gesti che l'educatore ha visto fare dal genitore e che il bambino riconosce come speciali: un bacino sul piede, un solletichino... L'educatore nomina i gesti che compie e, così facendo, permette al bambino di seguire le azioni e di riferirle al proprio corpo, corpo che man mano prende forma e confini anche nella mente.

Il momento del riposo è uguale per tutti?

I tempi di ognuno vengono rispettati e i più piccini possono dormire anche al mattino o quando ne hanno bisogno in qualunque momento della giornata. Dopo il pasto ogni bambino si prepara per raggiungere la propria stanza sonno e il proprio lettino.

Al nido sono previste stanze sonno per i piccoli e per i grandi, ci sono lettini bassi, con le sponde oppure le pedane, su cui c'è sempre un oggetto, un peluche o qualcosa di caro portato da casa che aiuta a rilassarsi e addormentarsi. Un buon sonno è fondamentale per il benessere e l'equilibrio emotivo perciò è importante, sia per il singolo che per il gruppo, affrontarlo nella giusta atmosfera: un leggero sottofondo musicale, la luce soffusa, il racconto di una storia...

E al risveglio?

Al risveglio, i bambini raggiungono la stanza bagno, dove un educatore li cambia il pannolino, li aiuta a vestirsi, pettinarsi, mettersi la crema. Poi, a passo lento o velocemente, i bambini tornano nella propria stanza e ci sarà chi subito si lancia in giochi dinamici o chi preferisce ancora qualche minuto di tranquillità fra le braccia dell'educatore, aspettando l'ultimo dormiglione. A metà pomeriggio e prima dell'arrivo di qualche genitore, ci si ritrova tutti insieme per la merenda, questo momento indica ai bambini che la giornata al nido si avvia alla conclusione e poi, alla spicciolata, tutti tornano a casa con i propri cari.

Quando arrivano gli altri genitori qualcuno ci resta male?

No, perché per ognuno c'è molta cura. Chi rimane può ancora divertirsi insieme all'educatore del pomeriggio che ha altre proposte per lui/lei; niente di impegnativo o di strutturato, piuttosto rilassanti giochi liberi.

E se fosse "arrabbiato" per la mia assenza?

Il momento del ricongiungimento è un passaggio delicato e carico di aspettative, sia da parte del bambino che del genitore. Talvolta il piccolo potrà mostrare delle resistenze a lasciare il gioco o i compagni, ma l'educatore risolverà tutto usando le parole migliori, frutto dell'esperienza e della consapevolezza: racconterà brevemente come è trascorsa la giornata, le conquiste fatte, le paroline imparate, permettendo al bimbo di veder rappresentato ciò che ha fatto e chi è, e nel contempo di scorgere sul viso del genitore affetto e interesse per quelle notizie. E allora ritrovarsi torna ad essere un piacere.

Insomma si riannoda il filo.

Sì. Per i bambini è importante mantenere un filo conduttore tra casa e nido, un senso di continuità che dà sicurezza nei passaggi tra i due luoghi. Per questo un oggetto di casa

portato al nido o viceversa, qualcosa fatto al nido da portarsi a casa, permette al bambino di passare da una situazione all'altra, perché non si tratta solo di ambienti ma soprattutto di luoghi affettivi.
L'oggetto, scelto dal bambino, a volte fra i più strani, diventa il "compagno di viaggio" dal quale farsi sostenere, esso "garantisce" che la casa "resta". Così, il disegno regalato al genitore è il segno che tutto continua senza spezzarsi.

Intanto qualcuno commenta fra sé e sé

Durante il giorno penso a mio figlio e a mia figlia, intenti ad esplorare giochi, cose, colori, indaffarati insieme agli altri bambini, stupiti davanti a una scoperta, curiosi fra gli oggetti, tesi in qualche piccolo scontro, anche.
Una giornata piena, la loro, non meno della nostra di adulti.
E quando ci ritroveremo cercheremo nei loro occhi qualcosa di nuovo, mentre loro vorranno trovare nei nostri qualcosa di certo. Sì, ci siamo, tutto a posto.

I nidi in Trentino

Struttura e organizzazione

Quali tipi di nido ci sono in Trentino?

La Provincia di Trento ha promosso un "sistema di servizi socio-educativi per la prima infanzia" che comprende diverse tipologie: i nidi d'infanzia, i nidi d'infanzia nei luoghi di lavoro, i nidi familiari-servizio tagesmutter e i servizi integrativi. L'ottica è quella di garantire alle famiglie una pluralità di opportunità socio-educative e di sostenerle nel loro ruolo educativo, oltre che diffondere nella società una cultura di rispetto e cura verso l'infanzia.

Il nido d'infanzia è il più storico

Benvenuti al nido presenta il nido d'infanzia, elemento cardine dell'impianto dei servizi dedicati ai bambini 0-3 anni, il più diffuso e storico, esistente da più di 40 anni. Infatti, i primi nidi pubblici sono comparsi circa a metà degli anni '70, inizialmente nei centri più grossi diffondendosi poi anche nelle valli. Erano anni in cui si affrontava la tematica del lavoro femminile e dei servizi per la famiglia.

Regolato in Italia da una legge del 1971

Lo Stato emanò la prima e unica legge, la n.1044 del 1971, contenente le linee generali, alla quale seguirono le specifiche leggi regionali. In Trentino nel 1978 venne approvata la legge n.13, a cui è succeduta la n.4 del 2002, con le successive modifiche. Oggi i nidi d'infanzia presenti in provincia sono 85, per un totale complessivo di 3.131 posti (dati gennaio 2012). Prendiamo dalla legge alcuni concetti chiave:

servizio educativo che concorre all'educazione

"Il nido d'infanzia è un servizio educativo e sociale per bambini dai 3 mesi ai 3 anni. Esso concorre con le famiglie alla crescita e alla formazione delle bambine e dei bambini nel rispetto dell'identità individuale, culturale e religiosa e assicurando a ciascuno l'educazione, la cura e la socializzazione nella prospettiva del loro benessere psico-fisico e dello sviluppo delle loro potenzialità cognitive e affettive."

sistema di servizi

Il sistema dei servizi è l'insieme dei servizi presenti sul territorio e ha la finalità di garantire un'offerta qualitativamente elevata ed omogenea su tutto il territorio della provincia. Appartenere al sistema è una garanzia perché assicura gli utenti sul fatto che tutti i servizi socio-educativi offrono le medesime garanzie, come, ad esempio: il diritto all'accesso per l'età definita, l'inserimento e l'integrazione dei bambini disabili o in situazione di svantaggio sociale e culturale, l'omogeneità dei titoli di studio del personale o la formazione per esso predisposta, le azioni di continuità con la scuola dell'infanzia.

gestione

I nidi d'infanzia in Trentino sono pubblici e sono gestiti dai Comuni, i quali assicurano il servizio a tutti i bambini residenti sul proprio territorio.

I Comuni possono scegliere 2 modalità di gestione:

- ***diretta***, cioè con proprio personale
- ***indiretta***, cioè attraverso l'affidamento della gestione a cooperative sociali. In questo caso esse provvedono all'assunzione del personale e alla funzionalità, ma il Comune rimane titolare del servizio, garante del buon funzionamento e referente per i cittadini.

organizzazione

I Comuni si occupano anche dell'organizzazione dei servizi. Essa si compone di varie fasi che vanno dalla programmazione del piano di sviluppo dei servizi da attivare alla predisposizione dei progetti per la realizzazione, fino alla gestione stessa. Vi è anche una fase operativa che prevede forme di coordinamento e di collaborazione fra i servizi, di partecipazione delle famiglie alle scelte educative, di proposte all'ente competente, di attività di formazione per il personale.

partecipazione economica

È compito dei Comuni definire i criteri di partecipazione economica degli utenti nel rispetto delle condizioni socio-economiche e patrimoniali delle famiglie.

competenze

Oltre ai Comuni, anche la Provincia partecipa allo sviluppo dei servizi per la prima infanzia con attività di programmazione di livello provinciale e iniziative su diversi piani:

- ***strutturale e organizzativo**:* definisce i requisiti e gli standard minimi dei servizi, il numero minimo e massimo di essi e il rapporto educatore/bambino;

- ***promozionale e culturale**:* con iniziative per la diffusione della cultura dell'infanzia, attività di ricerca e documentazione per incentivare la conoscenza e l'attenzione sull'infanzia;
- ***qualitativo e pedagogico:*** con attività di coordinamento e di accesso e formazione del personale.

formazione:

La formazione del personale educativo è uno degli indicatori della qualità dei servizi educativi ed è particolarmente curata. Due sono gli interventi che annualmente vengono proposti:
uno a livello generale curato dalla Provincia che, avendo competenza primaria in questo campo, elabora un programma di formazione per tutto il personale educativo che opera nei servizi appartenenti al sistema. Tale piano viene definito sulla base di proposte concordate con i soggetti che gestiscono i servizi e comprende gli aspetti organizzativi, di conduzione, di monitoraggio e di verifica;
uno promosso in autonomia dai singoli soggetti gestori per il personale dei nidi da essi governati.

coordinamento pedagogico:

I nidi usufruiscono di due tipi di coordinamento pedagogico:
- ***coordinamento di sistema***, in capo alla Provincia, per garantire, attraverso interventi e contatti sistematici con i gestori, qualificazione e coerenza dei servizi presenti sul territorio;
- ***coordinamento di struttura*** che dipende dai singoli soggetti gestori ed ha funzione di gestione interna, conduzione dei gruppi di lavoro e elaborazione dei progetti educativi.

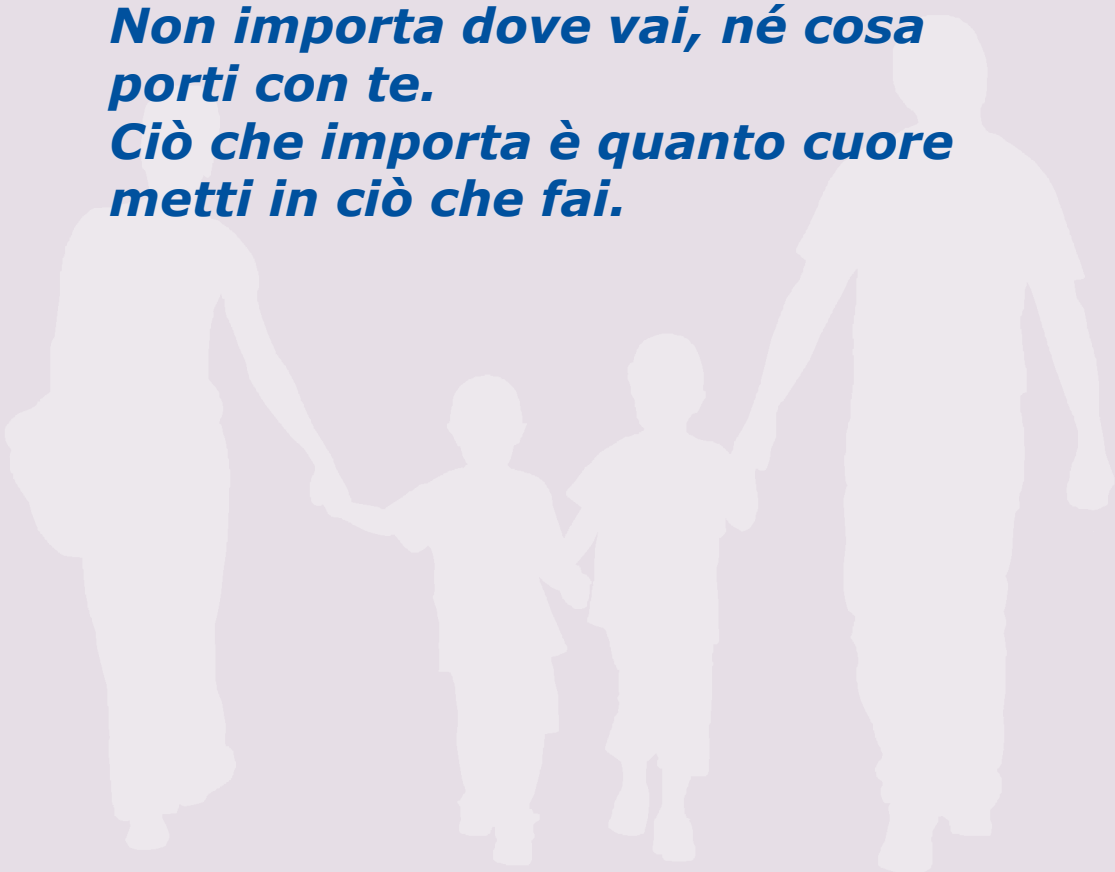
La realtà di un sistema capillare

Il sistema dei Servizi, con i nidi d'infanzia, servizi integrativi e nidi familiari è molto cresciuto negli ultimi anni, i dati del gennaio 2012 rilevano la presenza di:

85 nidi d'infanzia
2 servizi integrativi
3 nidi aziendali
80 circa nidi familiari.

Molti bambini, molti adulti per loro, e una società che li sostiene.

Non importa dove vai, né cosa porti con te.
Ciò che importa è quanto cuore metti in ciò che fai.



Spazio personale

Ora, dopo tante parole, fotografie, riflessioni più o meno vicine al vostro sentire vi immaginiamo ricchi di pensieri che, speriamo, vi faranno sentire parte di un discorso che vi coinvolge insieme agli altri genitori e al personale del nido. Dunque ora facciamo punto.
Il libro termina, ma il discorso continua, fuori da queste pagine, dentro i giorni e gli sguardi.

Ma forse qualcosa manca. Qualcosa di personale, quel che fa diventare un libro il proprio libro.
Per questo abbiamo lasciato qui in fondo qualche pagina vuota, perché possiate metterci un piccolo disegno di vostro figlio o figlia, un aneddoto, una foto, una frase buffa, un commento tutto vostro, da lasciare qui per ritrovarlo in un altro tempo, magari.

Alla scuola dell'infanzia provinciale troverete la Collana F.I.O.R.E.

Famiglia Infanzia Orientamenti Riflessioni Educative

Anno	**Titolo**	**Tema**
2005	*Sentirsi a casa*	gli spazi della scuola dell'infanzia
2006	*A cielo aperto*	gli spazi esterni della scuola dell'infanzia
2006	*Faccio io!*	l'autonomia del bambino
2007	*Assaggio*	l'alimentazione del bambino
2009 (2002 1°ed.)	*Benvenuti*	la scuola dell'infanzia accoglie la famiglia
2011	*Se dico no*	le regole a scuola e a casa

Bene, è ora di salutarsi.
Con affetto, naturalmente.

Finito di stampare nel mese di marzo 2012

F.I.O.R.E.
FAMIGLIA, INFANZIA,
ORIENTAMENTI,
RIFLESSIONI EDUCATIVE
0-3 ANNI