



COME DON BOSCO - L'educatore

di Bruno Ferrero

UN DECALOGO DELLA DISCIPLINA

La disciplina è la seconda cosa più importante che i genitori devono ai figli, dopo l'amore.

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

- 1. La disciplina nasce dagli occhi più che dagli orecchi.** Non si fa con le prediche. I genitori non devono mai dimenticare che proprio loro fungono da modello e da specchio per quelle stesse richieste e per quello stesso comportamento che chiedono ai figli.
- 2. Sgorra dall'amore chiaramente percepito: può pretendere molto solo chi dà molto.** Tutto l'apprendimento, anche quello dei limiti e delle strutture, comincia con l'accudimento, dal quale i bambini imparano la fiducia, il calore, l'intimità, e l'attaccamento nei confronti di coloro che li circondano. Il novanta per cento del compito di insegnare ai bambini a interiorizzare i limiti si basa sul loro desiderio di piacere a coloro che li circondano. I bambini desiderano piacere: perché amano chi si occupa di loro e ne vogliono l'approvazione e il rispetto. Se si considera la disciplina come un insegnamento, e la si trasmette con grande affetto, attenzione e capacità di dedizione, i bambini si sentono bene quando osservano tale disciplina. Sapere di essere la luce degli occhi di qualcun altro è una sensazione che nutre e infonde calore.
- 3. La disciplina è una faccenda a lungo termine,** come tutte le forme di insegnamento. Gli scapaccioni e i castighi sono solo il tentativo di trovare una scorciatoia illusoria. Si tratta di costruire una "struttura" e perciò occorre molto *lavoro di pavimento*: i genitori devono approfittare di ogni opportunità per sedersi con un bambino e dirgli: «Dovrò farti smettere ogni volta che ti comporti in questo modo, fino a quando non sarai in grado di smetterla da solo». E' una vera dichiarazione d'amore: «Ti amo tanto e perciò, a qualunque costo, ti impedirò di sbagliare».
- 4. La madre e il padre devono lavorare insieme,** come una squadra. Questo può avvenire solo se essi si nutrono a vicenda d'intimità, affetto e comprensione. Molti genitori non si occupano dei figli perché non si occupano di loro stessi.
- 5. Non è una guerra.** Non ci possono essere vincitori e neanche vinti.
- 6. La buona disciplina è preventiva: le regole devono essere chiaramente definite, conosciute e concordate.** I genitori devono essere chiari e precisi, perché la disciplina è fonte di sicurezza. Devono decidere in anticipo quale aspetto specifico desiderano che il bambino modifichi, cercando di essere concreti. Non serve a niente dire a un bambino di essere *ordinato*. Bisogna spiegargli che deve raccogliere le costruzioni prima di uscire. I genitori devono dire al bambino che cosa esattamente vogliono da lui e mostrargli come farlo. Devono lodare il comportamento corretto e continuare a gratificare i figli che si comportano bene, finché la disciplina esteriore non si trasforma nel "piacere dell'autodisciplina".
- 7. Man mano che cresce, un figlio deve essere coinvolto nella comprensione e nell'accettazione dei limiti.** I "no" devono incoraggiare al contatto e non spingere all'isolamento, attirare i figli nella discussione. Di solito dopo il "no" dei genitori arriva il "perché?" dei figli. Hanno diritto a una risposta. È importante tener conto della personalità e del temperamento individuale dei figli. I limiti devono, in un certo senso, essere tagliati "su misura". Il rispetto per i bisogni e i desideri del bambino è essenziale. I genitori devono formarsi la sensibilità necessaria per riconoscere la differenza tra i suoi bisogni e i suoi capricci. Dal punto di vista del

bambino, i limiti possono rappresentare delle restrizioni e mandarlo su tutte le furie, ma sono anche dei cancelli, che proteggono e fanno sentire al sicuro. Esistono molte buone ragioni per fissare dei limiti, oltre a quelle ovvie della salvaguardia dell'incolumità fisica, che comportano per esempio il divieto di giocare con oggetti pericolosi come le prese dell'elettricità, il fuoco, i coltelli. Le cose si complicano quando bisogna decidere se un figlio può tornare da scuola da solo, se può andare ai giardinetti con la bicicletta o a dormire dalla nonna.

8. **I limiti aiutano i figli a crescere forti.** Se i genitori soddisfano ogni capriccio dei figli, questi crescono deboli e sempre più incapaci di sopportare la frustrazione. Il genitore che, con le migliori intenzioni, cerca di risparmiare al figlio qualsiasi sofferenza, potrebbe privarlo dell'opportunità di sviluppare degli strumenti per far fronte alle difficoltà.

9. **I limiti aiutano i bambini a sviluppare le proprie risorse.** Il bambino che vuole attenzione, o un certo giocattolo, o desidera svolgere un'attività, e deve aspettare o rinunciare, impara anche ad essere flessibile e paziente, a cercare delle alternative, a essere creativo, tutte qualità utili nella vita. La frustrazione stimola il bambino a fare uso delle proprie risorse, purché naturalmente il "no" sia ragionevole e non generi disperazione.

10. **Le regole dovrebbero sempre avere delle conseguenze.** È importante che queste conseguenze siano sempre determinate con coerenza e sempre *prima* che sia stata commessa la violazione della regola. Se l'adolescente riconosce che la regola è giusta, probabilmente non si ribellerà, quando i genitori la faranno applicare.



COME DON BOSCO - il genitore

di Marianna Pacucci

REGOLE DA CHI PER CHI

Il discorso delle regole in famiglia non riguarda solo i bambini...

Quando pensiamo all'esigenza della disciplina, chissà perché diamo per scontato che l'argomento abbia come destinatari i ragazzi e come protagonisti gli adulti. In questo campo, ci sembra che valga il principio pedagogico della unidirezionalità, secondo il quale educare è una responsabilità esclusiva dei grandi. Viviamo, invece, in un tempo straordinario per l'azione formativa (e non solo per quello, anche se mugugniamo tutto il giorno che il presente fa schifo ed è peggio del passato), che ci indica la strada della reciprocità come la prima regola per le relazioni fra le generazioni. Almeno in casa, questo valore deve essere concretizzato nella vita quotidiana e proprio le questioni legate alla disciplina vanno condivise il più possibile, perché davvero un atteggiamento o un comportamento siano adottati in base a una reale motivazione interiore, che è ben più dell'obbedienza – magari controvolgia – a una richiesta dei genitori.

Dunque, vale la pena che le regole vengano costruite insieme e rispettate insieme. Questo significa non soltanto che i figli saranno più disponibili a sottoscrivere quanto hanno contribuito ad elaborare, ma che innanzitutto apprezzeranno l'idea di fondo che ogni esistenza e ogni forma di convivenza necessitano di una "piattaforma" che dà senso, coerenza e coesione a tutto ciò che si cerca di mettere in comune. È un modo, questo, per aiutarli a comprendere che la libertà non è mai assenza di sponde, ma criterio di orientamento che ha bisogno di un sistema cartografico che aiuti a posizionarsi in modo consapevole e corretto nel mondo. Quando i ragazzi riflettono in prima persona su questa esigenza, lo fanno quasi sempre con grande rigore, poiché avvertono, dentro di loro, che il bianco è bianco e, quindi, è cosa ben diversa dal nero: è un'esperienza straordinaria per gli adulti, che invece spesso sono pronti a fare mille distinzioni ed eccezioni. Inoltre, i bambini, che spesso si sentono e sono vittime di grandi e piccole ingiustizie, più dei grandi sanno mettersi nei panni degli altri, e particolarmente dei più deboli. Dunque, non pensano alle regole come a qualcosa che possa andare contro i bisogni, i desideri, le attese delle persone; al contrario, avvertono che la disciplina deve avere un carattere propositivo e promozionale; non può essere disgiunta da quel "se vuoi" che ha caratterizzato in modo peculiare la pedagogia di Gesù con i suoi contemporanei.

Darsi delle regole in casa, pensandoci insieme, vuol dire anche che ogni famiglia ha le sue esigenze e che ha il diritto/dovere di guardare allo stesso tempo a principi universali e a situazioni particolari. La presenza di un anziano o di un malato, come quella di un bimbo appena nato, inevitabilmente crea una disciplina domestica differente; la mamma che lavora può comportare codici di comportamento un po' più impegnativi per tutti. Tutto questo abilita il nucleo domestico ad essere attento a ogni esigenza e situazione; a riconoscere realisticamente le proprie risorse e difficoltà; a darsi un ritmo quotidiano che sia commisurato alla propria storia; a rendere davvero ciascuno responsabile di se stesso e degli altri famigliari. In una parola: a sentirsi, ciascuno per la sua parte, custode di una legge che fonda l'identità e l'esperienza della propria famiglia.

Se si parte con questo impegno, cade l'aspetto antipatico del controllo; al suo posto, la prevenzione. Alessandra, quando aveva due anni, con grande serietà si avvicinava per dirmi in tono confidenziale: "Mamma, hai dimenticato le forbici in giro. Forse è meglio conservarle, perché il nonno potrebbe farsi male". Saggiamente, metteva una toppa alla mia eterna distrazione e nello stesso tempo mi suggeriva che i grandi sono i primi che devono rispettare le regole comuni, altrimenti non possono pretendere che lo facciano i più piccoli. Questa è la seconda esigenza fondamentale dei ragazzi: i genitori devono esprimere un'autorevolezza che deriva dalla credibilità personale. Questo non significa che essi siano perfetti, ma che avvertano e rendano evidente la continua tensione verso la testimonianza sapiente delle leggi che fondano la persona umana. La vera disciplina è tutta in questo impegno.