

Cos'è l'educazione.....	4
Otto modi per dare forza all'educazione.....	6
Educazione è donare amore.....	8
Educazione è poter litigare.....	9
Educazione è sapere ascoltare.....	10
Educazione è porre limiti.....	11
Educazione è dare spazio	12
Educazione è mostrare sentimenti	14
Educazione è avere tempo.....	16
Educazione è infondere coraggio	17
Consigli e aiuto per le famiglie	18
Indirizzi	19

Introduzione

Parlare di educazione è molto attuale. Alcuni affermano che è in crisi, e lo dimostrano con gli esempi, infatti qQuali colpevoli sono citati – a seconda dei casi – maestre ed educatori, genitori, politici, i media oppure il mondo nel suo insieme. Cosa dicono però coloro che, giorno per giorno, educano? L'educazione sta veramente così male? Che significato ha nel mondo mediatico attuale? E... non ha forse anche dei lati belli?

A queste domande gli autori, hanno cercato di dare una risposta, con un opuscolo. Gli specialisti di Norimberga hanno evidenziato otto modi fondamentali per una “educazione forte”. Il Forum Prevenzione ne ha acquistato i diritti per la diffusione in Alto Adige, ed il testo è stato adattato per la realtà locale. Con questo opuscolo vogliamo presentarvi gli “Otto modi ...per dare forza all'educazione”.

Esso è pensato come punto di riferimento e d'aiuto nel quotidiano, per genitori e famiglie, ma anche per tutti coloro che, professionalmente, in volontariato o privatamente hanno a che fare con bambini e ragazzi.

Il Team del Forum

Cosa è l'educazione?

Innanzitutto l'educazione non riguarda esclusivamente i genitori, ma è un compito sociale di tutti. L'educazione dovrebbe sostenere i bambini e i ragazzi sotto molti aspetti: per decidere della loro vita, per confrontarsi con le sfide, per vivere le relazioni, per sopportare i contraccolpi, per accettare opinioni altrui, e molto di più.

Assieme al cibo e ai vestiti per i bambini e ragazzi sono altrettanto importanti l'affetto, la sicurezza e la possibilità di scoprire il mondo. Dell'educazione però fa parte anche la possibilità di discutere insieme e di confrontarsi con gli adulti, ciò rende loro possibile l'acquisizione del sapere e della capacità di fare. I bambini devono poter fare le proprie esperienze ma necessitano anche di un accompagnamento costante e fidato.

I bambini e i ragazzi nel loro ambiente hanno molti modelli: i genitori a casa, gli/le educatori/trici al nido, all'asilo, a scuola, o nei centri giovani, e anche altre persone che incontrano nel quotidiano. Anche i personaggi dei media spesso hanno per i giovani un notevole influsso come modelli da imitare. I più importanti comunque, sono sicuramente gli adulti con i quali convivono.

Il loro comportamento è perciò particolarmente rilevante, infatti essi sono i maggiori responsabili del bene dei loro figli. Educazione significa perciò, avere dei doveri ma anche dei diritti: così come i bambini hanno diritto a buone condizioni di vita, anche i genitori hanno diritto ad essere sostenuti nelle loro necessità dalla comunità.

I genitori necessitano ...

di buone condizioni di base: di condizioni abitative adeguate, di posti di lavoro sicuri, di aiuti finanziari, di buone possibilità assistenziali per i figli e di un contesto sociale che favorisca la famiglia.

di sostegno: i genitori hanno il diritto ad un po' di sgravio di tanto in tanto. A volte le famiglie possono sostenersi a vicenda; sono importanti gli amici, i colleghi, i parenti e i vicini di casa; per essere vicini alla famiglia con comprensione, consigli e fatti. A volte le famiglie non sanno più come comportarsi nell'educare i figli e possono trovare diverse offerte di aiuto a livello individuale presso i consultori famigliari, il servizio psicologico, il telefono per genitori. Offerte per genitori quali corsi, formazioni o seminari, sostengono le famiglie nell'educazione quotidiana.



L'educazione è un processo vivo ed avvincente. A volte può essere faticoso e frustrante ma prevalentemente da soddisfazione. Essa è importante per la società, infatti con un'educazione attenta e chiara il mondo ottiene di più dai suoi bambini e ragazzi, ed essi ottengono di più dal mondo.





8

modi... per dare forza all'educazione

Come si presenta una "educazione forte"? I genitori possono ormai scegliere tra moltissime riviste e libri pieni di buoni consigli. Non vogliamo proporre anche noi un altro libro sull'educazione ma, offrire in maniera sintetica e semplice otto punti fondamentali, che contengono le caratteristiche essenziali per una "educazione forte".

EDUCAZIONE È...

...regalare amore
...poter litigare
...saper ascoltare
...porre limiti
...dare spazio
...mostrare sentimenti
...avere tempo
...infondere coraggio



EDUCAZIONE È...

...Regalare amore

Regalare amore ad un bambino significa accettarlo così com'è, e anche dimostrarglielo. Bambini e giovani hanno bisogno di questo sentimento di sicurezza per sviluppare la fiducia in loro stessi e per imparare a conoscere, senza paure, le loro forze e debolezze. A volte, però, per un genitore può essere difficile mostrare amore; come si fa allora, a regalare amore?

La forma più immediata per regalare amore è la vicinanza fisica, il calore e il contatto. Un abbraccio, grattare dolcemente la schiena, il contatto visivo gentile, delle spintarelle o pacche sulle spalle: ogni bambino sa riconoscerne il significato. Quando diventano più grandi cercano nuove forme di contatto. Gli adolescenti con il tempo cercheranno altre persone da baciare e abbracciare. A volte però gli piace anche essere coccolati dai genitori. Avere tempo, mostrare interesse e consolare, dimostra al bambino quanto i suoi genitori lo amano. Dite al vostro bambino che gli volete bene e che ne siete orgogliosi, indipendentemente da particolari risultati raggiunti. Regalare amore non significa però che gli adulti non possano richiedere la loro tranquillità, o che non possano proibire qualcosa ai bambini.

2



EDUCAZIONE È...

...Potere litigare

In ogni famiglia ci sono liti. Durante le liti è permesso anche alzare la voce. Imporsi, dire “no”, sopportare le tensioni, riconoscere i bisogni degli altri, convincere, cedere, trovare compromessi e riappacificarsi: i bambini esercitano importanti capacità sociali durante i litigi. A litigare s’impara: per gestire o risolvere un conflitto, e non far sorgere nuove tensioni, si dovrebbero osservare alcune regole:

Non ci sono temi tabù. È importante che i bambini possano esternare le proprie opinioni e anche i sentimenti, come antipatia o rabbia, senza essere puniti. Gli adulti, in una lite, detengono in ogni caso il potere; per questo motivo non dovrebbero ferire i bambini con le parole o con altre forme di violenza, ma prendere sul serio le loro richieste. Anche dopo un litigio, possono persistere convinzioni diverse. Rispettare le opinioni degli altri insegna ai bambini e ai genitori ad essere tolleranti. I bambini possono litigare tra loro senza che intervengano immediatamente degli adulti; se però diventano scorretti verso i più deboli dovrebbero essere esortati dolcemente, ma con fermezza, al rispetto dell’altro. Gli adulti sono dei modelli importanti. Se i bambini vedono come gli adulti gestiscono in modo rispettoso i conflitti, a loro volta imparano ad affrontarli positivamente. In famiglia i bambini soffrono dei conflitti non esplicitati, dei litigi che implicano violenza e dei rimproveri che feriscono. A seconda dell’età del bambino, gli adulti possono spiegargli il motivo della lite, senza spingerlo a prendere una posizione in merito. Poter fare pace è altrettanto importante che poter litigare. Se ad un litigio non vi è soluzione, i genitori possono stare vicino ai loro bambini con dei consigli. Per le liti in famiglia è importante la riappacificazione prima di andare a coricarsi.

3



EDUCAZIONE È...

...Saper ascoltare

Ascoltare significa prestare attenzione a qualcuno e considerare i suoi desideri. Gli adolescenti, che giornalmente fanno nuove esperienze e devono orientarsi nel mondo, necessitano in particolar modo dell'ascolto da parte degli adulti. In ogni famiglia dovrebbero esservi regolarmente delle opportunità per conversare; consiglio di famiglia, oppure rituali come la cena in comune. Nel caso dei bambini un buon momento potrebbe essere quello in cui si mettono a letto. Ascoltare può essere molto difficile ma ricordatevi che:

Alle volte, alla fine di una frase seguono delle informazioni inaspettate, perciò lasciate terminare di parlare gli altri. **Commenti o consigli frettolosi non sono d'aiuto. I bambini si sentono più presi sul serio se i genitori elaborano delle soluzioni insieme a loro.** Per evitare malintesi si dovrebbe verificare di aver capito bene. **Una buona conversazione sopporta poche distrazioni, perciò spegnete la televisione e lasciate pure squillare il telefono!** I bambini che raccontano troppo dettagliatamente le loro esperienze possono essere fermati nel flusso di parole, mentre i bambini che sono piuttosto calmi dovrebbero essere esortati a parlare, in particolar modo se sembrano più taciturni del solito.



EDUCAZIONE È...

...Porre limiti

Porre limiti, e tenerli costanti, è il compito più importante per molti genitori, ma anche la sfida più grande dell'educazione. Bambini e adolescenti sono maestri nati se si tratta di testare la pazienza e la coerenza dei genitori. I bambini necessitano di limiti per due motivi: il primo è la protezione dai pericoli dentro e fuori casa; il secondo è che regole sensate e chiare danno sicurezza al bambino. A volte agli adulti riesce difficile agire contro la volontà dei bambini, ma per genitori e figli, alla fine, è più semplice sapere dove sono posti i limiti. Come sempre dovrebbero valere certe regole di gioco:

I limiti vanno fissati in maniera molto chiara. Gli adulti dovrebbero dapprima pensare bene sul perché stabiliscono una certa regola. I bambini più grandi comprendono meglio una regola o un divieto, se gli adulti spiegano loro il motivo della stessa. Chi pone limiti dovrebbe vivere in modo coerente; ciò non significa che papà e mamma debbano coricarsi pure loro dopo la fiaba della buonanotte, ma che nella pulizia regolare dei denti sono il migliore esempio. Porre limiti e poi non mantenerli, non ha alcun senso, mentre la coerenza dimostra affidabilità e dà ai bambini la sensazione di essere presi sul serio. Se un bambino oltrepassa dei limiti stabiliti, gli adulti dovrebbero reagire chiaramente e unitamente. I bambini sanno a cosa vanno incontro se le regole stabilite da mamma, papà ed altri coinvolti nell'educazione sono simili nei punti principali, anche se educano in modo differente. A volte un chiaro "no" o un rimprovero, non sono sufficienti. Se sono necessari dei castighi, allora dovrebbero essere in relazione diretta alla situazione. I bambini comprendono molto bene le "punizioni logiche". Anche i genitori devono attenersi a dei limiti nell'educazione. Ogni forma di violenza è vietata, anche quella psichica, come il rifiuto d'attenzioni amorevoli. Nessuna regola è senza eccezioni. Abolire una regola che risulta insensata, o adattarla ad una situazione cambiata, non significa la fine dell'educazione. Bambini e adolescenti non perdono subito il rispetto dei limiti posti dai genitori, se per una volta possono rimanere alzati più a lungo.



EDUCAZIONE È...

5 ...Dare spazio

I bambini hanno bisogno di spazi propri. Dall'età di un anno conquistano sempre maggiori spazi: apprendono a mangiare da soli, ad andare in bagno, a restare separati dai genitori per periodi più lunghi, a gestire la paghetta e molto di più. Gli spazi sono molto importanti per una vita indipendente e responsabile. Per sostenere i genitori nella scelta della misura tra distacco e protezione, essi dovrebbero pensare a quanto segue:

I nuovi spazi vanno sperimentati. Ragazze e ragazzi che sono inseriti nel quotidiano familiare apprendono molto per la loro vita futura. Chi ha sempre potuto gettare uno sguardo sopra la spalla della mamma e del papà, presto sarà in grado di leggere la cartina di una città o di prepararsi da mangiare. **I bambini apprendono a poco a poco a gestirsi in autonomia.** Se i bambini delle elementari sanno maneggiare una piccola mancia settimanale, gli adolescenti possono gestire un proprio conto, sul quale i genitori versano mensilmente il denaro per le piccole spese. Un incentivo in più per la loro autonomia potrebbe essere quello di stabilire anche un budget da gestire per accessori scolastici, abbigliamento ecc. Alcuni tipi d'assistenza danno ai bambini la sicurezza nello sperimentare nuovi spazi. La prima corsa dall'amica che abita dall'altro lato della città non è così minacciosa per l'undicenne, e meno snervante per i genitori, se la ragazza può far uso di un cellulare, o di una carta telefonica. **Sulle questioni dei gusti le differenti generazioni non sempre sono d'accordo.** Si tratti di passatempi, di tendenze delle pettinature o di amici, i figli dovrebbero poter decidere essenzialmente da soli – fintanto che i limiti posti dai genitori non siano superati. La tolleranza ha i suoi limiti quando si tratta del benessere del bambino. **Iniziare a fumare non da nessuno apporto allo sviluppo dell'adolescente.** Nella pubertà molti adolescenti pretendono grandi spazi di libertà, persino coloro che sembravano miti si possono trasformare in ribelli contro le regole istituite dai genitori. In questo periodo, per evitare che perdano il senso della realtà, le ragazze e i ragazzi hanno bisogno di imparare l'esperienza che non esiste nessuna libertà senza limiti. D'altro canto i genitori dovrebbero aiutarli a percorrere le proprie strade e a diventare adulti.

EDUCAZIONE È...

...Mostrare sentimenti

Amore e gioia, tristezza, dolore, rabbia – i sentimenti fanno parte della vita in famiglia. I bambini mostrano in modo differente i loro sentimenti; alcuni dimostrano amore abbracciando affettuosamente, mentre altri preferiscono fare un bel disegno per la persona amata. Per i bambini nell'età dello sviluppo è importante riconoscere i sentimenti come tali:

I bambini possono esprimere i propri sentimenti siano essi positivi o negativi. Ogni bambino deve poterlo fare a modo suo, che sia plateale o riservato. I tempi nei quali ai ragazzi non era permesso piangere, e le ragazze non potevano sfogarsi a correre, sono fortunatamente passati. **A volte gli adulti trovano inadatti gli sfoghi emozionali dei bambini, e si può senz'altro esortare i piccoli all'autocontrollo, devono però sapere che ad essere inappropriato non è il sentimento, bensì il comportamento.** I bambini desiderano che i loro sentimenti siano presi sul serio, di fronte a piccole o grandi catastrofi non riescono a sorvolare sulle cose come molti adulti. A ciò si reagisce meglio con la pacatezza. **Molte ragazze e ragazzi preferiscono tenersi dentro ciò che li tocca, ma se sembrano particolarmente introversi o silenziosi, i genitori dovrebbero scoprirne il motivo, perché fa bene scaricare un peso dal cuore.** Anche nel mondo dei sentimenti i piccoli apprendono dai grandi. Anche i genitori possono mostrare ai bambini i loro sentimenti, spiegandoli in maniera adatta all'età. I bambini non si fanno ingannare, ma si spaventano se percepiscono che qualcosa bolle in pentola e non ricevono spiegazioni. Nemmeno i genitori sono immuni a scatti di collera inopportuni, in questo caso è importante chiedere poi scusa, un errore ammesso non è debolezza!



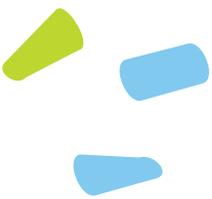


7
EDUCAZIONE È...

...Avere tempo

Giocare, parlare, leggere, scoprire il mondo – i bambini apprendono molto per il loro futuro con attività comuni in famiglia, e il tempo trascorso insieme solidifica il rapporto tra genitori e bambini. Molti bambini ed adolescenti desiderano che i loro genitori trascorranò più tempo con loro.

Passare tempo insieme non è necessariamente collegato ad attività costose: un'escursione in montagna, un giro in bici con tutta la famiglia, sono attività che per i ragazzi significano molto. I passatempi in comune offrono una buona opportunità per trascorrere insieme il tempo libero. E' soprattutto nel quotidiano che i bambini necessitano di tempo ed attenzione, e si può unire l'utile al dilettevole: i lavori di casa svolti insieme possono essere un'occasione piacevole, se non sono vissuti come un'imposizione. Alcune famiglie, a volte, spengono completamente i "mangia tempo" come la televisione o la playstation, e le ore libere guadagnate si possono riempire con molte buone idee. I genitori dovrebbero prestare attenzione ai loro bambini specialmente quando ne hanno bisogno, come quella volta che i compiti a casa sono particolarmente difficili o la bicicletta non funziona più. I rituali, come la storia della buona notte prima di addormentarsi, sono magari un po' dispendiosi in termini di tempo, ma molto importanti per i bambini. I genitori che, a causa di impegni lavorativi, hanno meno tempo per la famiglia, non devono sentirsi in colpa. L'importante è occupare le ore disponibili insieme utilizzando il buon senso. Se il tempo è poco possono, a volte, subentrare anche i nonni, la zia o gli amici.



EDUCAZIONE È...

...Infondere coraggio

Per tutte le cose nuove che apprendono, e per i doveri che si assumono, passo dopo passo, gli adolescenti necessitano di un bel po' di coraggio e di fiducia in se stessi. Allora imparano ad assumersi responsabilità e ad imporsi, e non si lasciano scoraggiare facilmente dagli altri. Per sviluppare coraggio e fiducia in se stessi, ragazze e ragazzi hanno bisogno di due cose: soddisfazione per ciò che hanno costruito e approvazione da parte degli altri. Come possono i genitori incoraggiare i propri figli?

I ragazzi vogliono essere amati quali persone, e non per le loro prestazioni, ma così come si lasciano velocemente incoraggiare, si lasciano anche avviliti; gli adulti dovrebbero trattarli con la dovuta sensibilità. **Chi vuole acquisire coraggio, necessita d'esperienze di successo; se i bambini provano qualcosa di nuovo possono permettersi di fare anche degli errori, e non si lamenteranno quindi di graffi o altre piccole conseguenze. I bambini sono incoraggiati se possono svolgere piccoli compiti e assumersi responsabilità.** I bambini hanno bisogno di lode, ma non sempre la sola prestazione merita riconoscimento, a volte lo merita lo sforzo per raggiungere un obiettivo. Le lodi vanno ben dosate, altrimenti non avranno più nessun valore quando sarà il momento di apprezzare un successo. **Piccoli aiuti prevengono l'inutile stress nel bambino. Ad esempio già al momento dell'acquisto potete scegliere abiti che anche i più piccoli sono già in grado di mettersi da soli.** Anche qui vale la regola secondo la quale gli adulti che concedono la possibilità d'errore ai bambini, potranno permettersi di farne a loro volta.

Consigli ed aiuto per le famiglie

Nessuno può e deve essere una “macchina educativa”. Il padre perfetto o la madre infallibile sono piuttosto un incubo per i bambini. Perciò auguriamo coraggio alla famiglia imperfetta; tutti i genitori, prima o poi, raggiungono i loro limiti; in questi momenti è utile qualcuno che li ascolti, gli infonda coraggio e dia loro lo spazio di cui hanno bisogno.

Ammettete a voi stessi quando siete giunti alla fine delle vostre forze. Non è motivo di vergogna, bensì un primo passo coraggioso.

Concedetevi ogni tanto una vacanza dal quotidiano educativo. A volte basterebbe prendersi alcune ore per sé – senza bambini – per andare in piscina, per seguire dei corsi o per incontrarsi con amici. Anche la relazione di coppia va curata in modo che funga nuovamente da slancio per tutta la famiglia.

Andate incontro agli altri se avete bisogno di sostegno; vicini di casa, parenti o amici, ma anche gli uffici di consulenza vi aiuteranno.

Traquillamente da casa potete telefonare per consigli e sostegno al “Telefono per genitori”. Personale competente è a disposizione per rispondere alle vostre domande sull’essere genitori. Il numero di telefono è 800 892 829 con orario da lunedì al sabato dalle ore 10.00 alle ore 12.00 e da lunedì a venerdì dalle ore 18.00 alle ore 20.00. Qui inoltre trovate anche indirizzi e numeri telefonici di altri enti e centri di consulenza.

Speriamo di potervi sostenere nel vostro compito con questo opuscolo. Vogliamo aggiungere ancora due punti agli “otto modi per dare forza all’educazione”: una porzione di sano intelletto ed un’abbondante presa di umorismo. In questo modo il quotidiano educativo si può progettare con tranquillità.



“Nessuno può e deve essere una “macchina educativa”. Il padre perfetto o la madre infallibile sono piuttosto un incubo per i bambini.



Indirizzi

Per domante sull'educazione i **consultori familiari** esistenti in provincia sono un aiuto importante. Potete trovare consulenza e sostegno presso l'**Assistenza Socio-pedagogica di base**, presente all'interno dei distretti sociali delle comunità comprensoriali e dell'Azienda Servizi Sociali di Bolzano e presso il **Servizio Psicologico** dell'Azienda Sanitaria.

L'**Ufficio Famiglia** della provincia è competente circa la formazione e l'accompagnamento delle famiglie in Alto Adige. Sensibilizza tramite i propri progetti sul tema "famiglia", in particolare sul rapporto di coppia e le competenze educative, fa conoscere le offerte esistenti mettendo in collegamento le amministrazioni, associazioni e organizzazioni che operano nel settore della formazione alle famiglie.

Chi siamo

Il Forum Prevenzione è una struttura di riferimento per tutte le persone e le istituzioni che desiderano realizzare progetti di prevenzione iniziative d'informazione ed aggiornamento sui temi dell'educazione in generale, della dipendenza, dei comportamenti a rischio dei giovani, della violenza, dei disturbi alimentari. Il Forum Prevenzione mette a disposizione numerose offerte di opuscoli e libri presso la sua biblioteca specialistica.

Le vostre idee, opinioni e anche critiche sull'opuscolo "Otto modi... per dare forza all'educazione", per noi sono molto importanti. Saremmo quindi molto contenti di un vostro riscontro.

Forum Prevenzione

Tel 0471 324 801
info@forum-p.it
www.forum-p.it

Idea e prima pubblicazione Ufficio della gioventù della città di Norimberga, Campagna Educazione con l'alleanza per la famiglia, promosso dal Ministero bavarese del lavoro e dell'ordine sociale, della famiglia e delle donne.

Con il gentile sostegno dell'Assessorato alla Sanità e alle Politiche Sociali e dell'Ufficio Famiglie della Provincia di Bolzano – Alto Adige.