



# Fit für die Schule



**Fit für die Schule  
Was kleine Kinder von  
ihren Eltern brauchen**

Erziehungsberatung  
Erziehungsdirektion des Kantons Bern  
Sulgeneckstrasse 70  
3005 Bern

Telefon 031 633 85 11  
[www.erp.be.ch/fit-fuer-die-schule](http://www.erp.be.ch/fit-fuer-die-schule)

## Fit für die Schule

### Cari genitori

---

Il vostro bambino ha tra due a sei anni e a volte vi capita di chiedervi se ha la curiosità e la maturità necessaria per affrontare la vita, ma anche l'asilo e la scuola?

Per tutti i bambini della nostra società, la scuola è un'offerta molto importante, ricca di stimoli per la crescita. E' un diritto, ma anche un dovere – tutti i bambini vanno a scuola. L'apprendimento organizzato in gruppi riesce più facile a quei bambini che vengono a ciò educati sin in età precoce.

Voi come genitori, avete molta influenza sul vostro bambino e potete fare molto per lui sin da adesso! Da esperti in psicologia dell'infanzia vi suggeriamo vivamente le seguenti indicazioni:

### I bambini hanno bisogno di:

---

**Sicurezza,**

un legame sicuro e rapporti fidati e amorevoli in famiglia,

**Esperienze,**

esperienze stimolanti e compiti quotidiani, ai quali possono partecipare e affermarsi sin da piccoli,

**Relazioni,**

un ambiente sociale con altri bambini ed adulti, per diventare consapevoli di sé e riguardosi nei confronti del prossimo,

### I bambini hanno bisogno del linguaggio

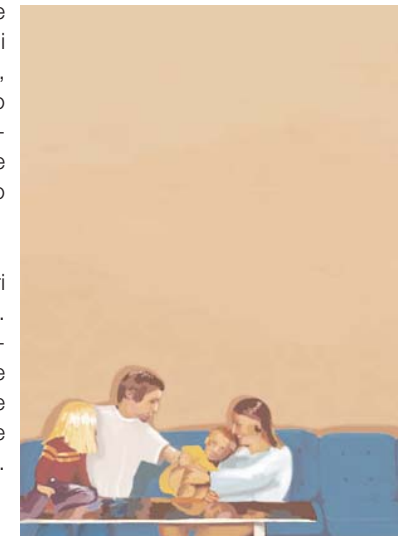
---

Il linguaggio apre la strada verso gli altri e verso l'apprendimento. Viene trasmesso in famiglia sin dalla più tenera età. Attraverso il linguaggio, i bambini partecipano nel creare le relazioni con gli altri e imparano come si parla con gli altri bambini e con le persone adulte. Oppure apprendono, come i disaccordi possono essere risolti attraverso il linguaggio.

Il linguaggio deve essere acquisito e coltivato. I bambini amano i giochi di parole: sperimentano suoni e toni, inventano con delle sillabe senza senso delle parole divertenti, provano significati oppure usano ogni tanto anche delle "parolacce" per provarne l'effetto sugli adulti.

E attraverso il linguaggio che i genitori accompagnano e guidano i propri figli. I bambini imparano ad ascoltare, sentire, ubbidire ed esprimersi. Anche le regole della convivenza sono stabilite attraverso il linguaggio. Le parole dette devono essere ascoltate e comprese. Ciò che viene detto ha valore.

***Il linguaggio è un tesoro prezioso, che voi trasmettete al bambino in questa vita.***



## Fit für die Schule

### Acquisire il linguaggio, coltivare il linguaggio

---

#### **Parlare**

Parlate molto con il vostro bambino, anche quando è ancora piccolo e non ancora in grado di parlare. Riesce a comprendere già tanto. I bambini molto piccoli imitano già delle melodie parlate, rispondendo in questo modo. Nasce così la

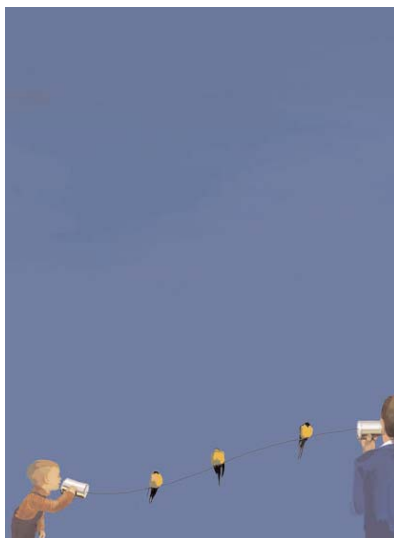
prima forma di dialogo. Nel parlarsi entra in gioco qualcosa di più della semplice trasmissione d'informazioni. Fate attenzione di usare parole pacate e chiare con il bambino ed evitate le parolacce e le umiliazioni. Non s'impara a parlare attraverso la televisione. Troppa televisione e troppo computer danneggiano il linguaggio.

#### **Ascoltare**

Ascoltate attentamente quando il vostro bambino parla. Prendetevi del tempo per ascoltarlo. Accertatevi se ascolta e capisce, quando gli spiegate qualcosa.

#### **Raccontare**

Raccontare delle storie ad un bambino, guardare insieme un libro illustrato, cantare insieme delle canzoni e recitare dei versi risveglia in lui la gioia per il linguaggio e intensifica il legame.



### Fare i compiti, rimandare le pretese

---

#### **Creare delle buone abitudini**

Nella vita quotidiana di una famiglia ci sono molte cose che devono essere fatte. Alcune cose addirittura subito e senza discussione: lavarsi le mani prima di mangiare, vestirsi e andare a fare la spesa, interrompere un gioco interessante e prepararsi per andare a letto o altre cose simili.

#### **Aiutare**

Affidate al vostro bambino fin da piccolo dei piccoli compiti, che inizialmente sbrigherete insieme. Lui ha bisogno di sostegno e di approvazione. Soltanto con il tempo sarà in grado di eseguire i suoi compiti da solo: preparare in parte la tavola, fare ordine, aiutare in casa.

#### **Aspettare**

Ci sono solo poche esigenze o desideri di un bambino che devono essere soddisfatti immediatamente. Tutti devono imparare ad aspettare. Ascoltare quando gli altri non hanno ancora finito di parlare, guardare la TV in base ai programmi. E' importante che un bambino impari queste cose, anche se protesta.

#### **Impegnarsi**

L'apprendimento spesso è faticoso e la via può essere lunga. Bisogna portare a compimento molte cose. Aiutate eventualmente il vostro bambino. Ma ogni tanto fategli anche stringere i denti e sopportare l'impegno. Sperimentare che si è riusciti a sopportare qualche cosa è un'esperienza importante.



## Fit für die Schule

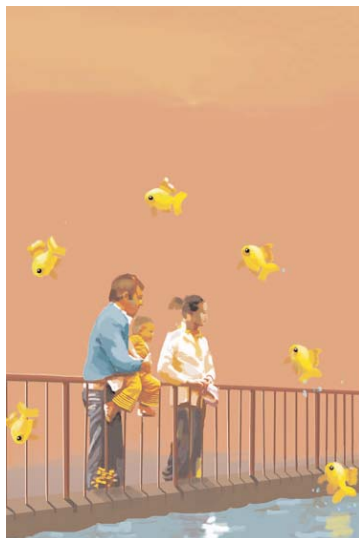
### Fornire sostegno, porre dei limiti!

#### *Dire di no*

Fate comprendere ai vostri figli che esistono dei limiti. In questo modo date loro sicurezza, orientamento e appoggio. I vostri bambini hanno bisogno di regole che ordinano la convivenza. Dire di „no“ non fa danno, ma è una ulteriore prova d'amore da parte dei genitori. Non è possibile esaudire tutti i desideri. Nei grandi magazzini, per esempio, non cedete, anche se il vostro bambino si butta per terra gridando. Se vostro figlio ha imparato sin da piccolo a rinunciare e a superare delle delusioni, dopo, la vita sarà più facile per lui.

#### *Come lo dico al mio bambino?*

Spesso parlare non è sufficiente. Guidate il bambino con inviti e comportamenti chiari e comprensibili, affinché gli sia possibile accettare e vivere le regole. Quando dovete istruirlo o dirli di „no“ usate un tono tranquillo e mettetevi alla sua altezza d'occhi. Potete anche toccarlo con dolcezza quando gli parlate, così il bambino sente con maggior chiarezza che ci si rivolge a lui e che intendete seriamente ciò che dite. Punizioni fisiche e minacce esagerate – come per esempio dirgli di non volergli più bene – pesano sulla relazione tra bambino e genitori, e non sono per nulla indicati.



### Avere fiducia, esigere qualche cosa dai bambini

I bambini comprendono attraverso le proprie esperienze. Per questo gli serve la fiducia dei genitori e occasioni per sperimentare cose nuove e fare degli errori. Premure eccessive e timori rendono il bambino insicuro e gli tolgono la fiducia in sé. Quando si sente a suo agio e sicuro della situazione, ogni bambino è di per sé molto attivo in molteplici cose.

#### *Partecipare, giocare e riposare*

- Ponete regole chiare per le attività e il gioco: lasciate giocare il vostro bambino in un luogo tranquillo e sicuro dove potete impedire atti di distruzione eccessivi e che i bambini si molestino troppo.
- Il vostro bambino è creativo, sperimenta e scopre. Non immischiatevi nel gioco dei bambini, a meno che non superino i limiti posti o se ve lo chiedono.
- Succede qualche volta che i bambini si annoiano. Lasciate che il vostro bambino si annoi, non fornite sempre degli intrattenimenti.
- Ogni bambino, anche se ha fratelli e sorelle, dovrebbe avere tutti i giorni un po' di tempo per giocare da solo, per trovare tranquillità. Non tutto deve essere determinato da «Action und Fun».
- Una volta ogni mezza giornata dedicatevi completamente ai bambini e ai loro giochi, non è necessario che ciò avvenga più spesso. Per il resto del tempo potete coinvolgere i bambini nelle vostre attività: passare l'aspirapolvere, cucinare, fare la spesa etc. Il bambino si orienta verso di voi e non al contrario.



## Fit für die Schule

### Giocare nel gruppo gioco

#### *Io e tu*

Il gioco con altri bambini è fondamentale per un sano sviluppo sociale. Nei giochi regolari con i coetanei, il bambino sperimenta il suo effetto sugli altri. Si esercita nell'occuparsi dell'altro, nell'immedesimarsi o mettersi in secondo piano. Già da bambini piccoli si fanno le prime amicizie.

#### *Rabbia, delusione e riconciliazione*

Nel gioco comune spuntano dei disaccordi. Spesso i bambini piccoli non sono ancora in grado di vedere altra via che la propria e si sentono presto disperati, impotenti o furibondi. Nella maggior parte dei casi i bambini si mettono d'accordo da soli e poco tempo dopo riprendono il gioco, divertendosi. Con la vostra presenza date al vostro bambino sicurezza e appoggio, fornite consolazione, aiutate a superare la rabbia e gli date nuovo coraggio.

#### *Una volta io, una volta tu*

Nel gruppo gioco i bambini imparano dagli altri bambini come ci si sente ad essere una volta il più forte o il più debole, avere una volta il comando o doversi sottomettere, avere qualche volta successo o insuccesso. Vostro figlio deve anche imparare a chiedere scusa, quando ha combinato qualcosa.

Il vostro bambino incontra delle persone e situazioni diverse. Incoraggiatelo ad avere numerosi compagni di gioco e a rispettarli.



### Gli adulti sono degli esempi

Essere genitori significa dimostrare, far vedere, predire, essere d'esempio. Il vostro bambino vi osserva attentamente nella vita di tutti i giorni. Lui ascolta attentamente e ripete. Lui vi guarda e imita ciò che gli è possibile. Durante i primi anni della vita i bambini imparano così la maggior parte e le cose più importanti per tutta la vita. Essi imitano semplicemente ciò che le persone a loro più care e più vicine dimostrano.

Essi imparano per esempio come ci si saluta la mattina presto al risveglio e come si augura la buona notte la sera prima di addormentarsi. Imparano come divertirsi insieme, come si litiga e come ci si riappacificava. Imparano quando si è allegri e quando si è tristi. Imparano cosa è l'umorismo e cosa è la serietà. Imparano come gestire i sentimenti difficili e quelli buoni e come si diventa felici. I buoni esempi forniscono ai bambini un senso di sicurezza e profonda fiducia in se stessi.

***Godetevi il breve tempo durante il quale i vostri bambini hanno così tanto bisogno di voi e possono imparare così tanto da voi.***

Vi auguriamo molta gioia con i vostri figli.

I centri di psicologia dell'infanzia e dell'adolescenza del Cantone di Berna  
[www.erez.be.ch/fit-fuer-die-schule](http://www.erez.be.ch/fit-fuer-die-schule)

