

L'UTILITÀ' DEI LIMITI E DELLE REGOLE

- **FANNO SENTIRE AL SICURO** Sono punti di riferimento; binari entro i quali canalizzare le proprie energie!
Sapere che qualcuno è disposto ad affrontare con fermezza anche momenti sgradevoli nel nostro interesse ci fa sentire protetti!
- **FANNO CRESCERE FORTI** I limiti e la frustrazione che si sperimenta (sempre ragionevole e commisurata in relazione all'età e alle capacità del bambino), il dovere aspettare/rinunciare aiuta il bambino a sviluppare ed utilizzare le proprie risorse; a imparare ad essere flessibile; a cercare delle alternative; ad essere creativo!
Il rendersi conto di riuscire a 'costringersi' è un primo passo verso la fiducia nella propria capacità di superare le difficoltà.
- **FAVORISCONO L'AUTOREGOLAZIONE**, la capacità di controllarsi e di adattarsi alla vita sociale e relazionale!

COERENZA EDUCATIVA

I genitori con i loro rimandi forniscono al bambino un'immagine di chi è lui e di chi sono loro!

- Se le risposte al suo comportamento sono **COERENTI E CHIARE** il bambino sviluppa una visione solida e sicura di ciò che è consentito/proibito; sicuro/pericoloso.
- Se le risposte trasmettono messaggi **AMBIGUI** (o per una visione del mondo diversa tra genitori, o perché lo stesso genitore dice delle cose ma non le mantiene con i fatti) il bambino svilupperà:
 - insicurezza e confusione perché non saprà mai se la sua richiesta verrà accolta o meno;
 - irritabilità ed ansia perché anche quando ottiene qualcosa temerà sempre che gli possa venire tolto.

I bambini preferiscono gli esiti prevedibile anche se non sono quelli desiderati!

COSTANZA

La costanza è fondamentale anche quando siamo stanchi o annoiati altrimenti la regola verrà messa continuamente in discussione e il bambino faticherà ad interiorizzarla!

N.B. ATTENZIONE A PUNIZIONI E CASTIGHI Possono risultare utili solo se a regole chiare ed esplicite segue un castigo altrettanto chiaro e **PREVEDIBILE** che possa aiutare il bambino a riflettere ed imparare!

Per estinguere un comportamento è comunque preferibile ignorarlo, affiancando questa modalità di intervento al rinforzo positivo di tutti i segnali che vanno nella direzione del comportamento che vogliamo aumentare!

STILE EDUCATIVO AUTOREVOLE

Lo stile educativo autorevole, dei genitori che:

- esercitano un controllo sul figlio dandogli limiti e regole
- mantengono un rapporto affettuoso ed empatico con il figlio mostrando sollecitudine e calore affettivo
- comunicano con chiarezza
- si aspettano dal figlio un comportamento maturo e pongono compiti al figlio in questa direzione

si è rivelato essere il più efficace nel promuovere autoregolazione, fiducia nelle proprie capacità, responsabilità e cooperazione!

COMUNICARE DELLE REGOLE NEL MODO MIGLIORE

- **ESPRIMERE LE REGOLE AL POSITIVO** aiuta a pensare in positivo, a infondere fiducia nel bambino e nelle sue capacità e a comunicare delle aspettative positive!
- **ESSERE SINTETICI E NON PARLARE TROPPO** la ripetizione continua non è efficace! Meglio parlare con dolcezza e fermezza una sola volta.
- **ESSERE CONCRETI**
- **DARE REGOLE NEL MOMENTO GIUSTO** anche in un momento piacevole di condivisione perché verranno associate ad un clima positivo!
- **DARE POCHE REGOLE** ma mantenerle con coerenza e costanza!