

Educare alle **regole**

Daniele Fedeli (Università di Udine)

Nell'educazione di un bambino, dovrebbe prevalere un atteggiamento autoritario e punitivo oppure un approccio maggiormente permissivo? A quale età è opportuno introdurre un sistema di regole? In che modo possiamo

progettare e implementare un sistema di regole, che possa aumentare le probabilità di ubbidienza da parte del soggetto in età evolutiva? Si tratta di alcuni degli interrogativi che da decenni emergono nell'ambito delle scienze dell'educazione e, al contempo, rappresentano delle sfide aperte sia per gli insegnanti che per i genitori. Nel tempo, sono state fornite risposte differenti, in base all'orientamento pedagogico prevalente: così si è assistito a periodi di autoritarismo, seguiti da fasi di permissivismo. In entrambi i casi, le risposte non sono mai apparse completamente soddisfacenti e i motivi sembrano risiedere in due aspetti basilari. In primo luogo, spesso i bambini non manifestano problemi nella comprensione delle regole, ma nel loro rispetto quotidiano. Ad esempio, sono in grado di dire cosa devono inserire nella cartella per il giorno dopo. Però, al momento

di mettere in atto il piano, procedono in maniera casuale e non controllata: dimenticano un libro, mettono un quaderno che non serve, ecc. L'obiettivo dell'adulto allora non è quello di stilare un elenco più o meno esaustivo di regole,

quanto quello di far compiere al bambino il percorso dalla *conoscenza* delle regole alla loro *applicazione*.

Il secondo elemento da considerare riguarda la coerenza con cui vengono proposte e fatte rispettare le regole. A tal proposito, è fonda-

mentale che genitori e insegnanti si confrontino, al fine di concordare la modalità educativa ritenuta più utile. Ricordiamo che ogni occasione di incoerenza tra adulti diversi induce disorientamento nel bambino. Ad esempio, un giorno viene punito per aver spinto il fratello. Il giorno successivo, a scuola, lo stesso comportamento viene ignorato dall'insegnante. In questa situazione, il bambino non saprà cosa attendersi in futuro: verrà punito se spinge gli altri oppure no? E che tipo di punizione riceverà? Questo tipo di incertezza lo espone a stati di ansia crescenti, il che ovviamente finirà solamente per incrementare i comportamenti di disubbidienza.

LE FUNZIONI DELLE REGOLE

A che cosa servono le regole? Spesso, infatti, di esse prevale una visione puramente limita-

L'educazione alle regole è uno dei temi maggiormente dibattuti in ambito educativo. L'articolo affronta un percorso che cerca di rispondere alla domanda basilare: in che misura possiamo bilanciare autorità e permissivismo?

tiva, in base alla quale vengono identificate con una serie di divieti ai quali il bambino cerca di sottrarsi. Viceversa, se recuperiamo l'etimologia del termine, scopriamo che la parola deriva da *règere*, ossia "guidare". In questo senso, allora, la prima funzione delle regole è quella di *fornire una guida* al comportamento del bambino. Si tratta di un compito critico, soprattutto in soggetti che hanno ancora una conoscenza limitata del mondo circostante. Come si può facilmente intuire, l'assenza di regole significa lasciare il bambino privo di guida, il che aumenta il rischio di comportamenti problematici. Una seconda fondamentale funzione delle regole è quella di *rendere l'ambiente prevedibile*. Spesso, infatti, i bambini manifestano i comportamenti più problematici nel momento in cui non riescono a trovare un ordine e una prevedibilità nel contesto di vita, sperimentando sensazioni di disorientamento e di ansia. In terzo luogo, la presenza di regole condivise è il prerequisito essenziale per *fondare l'appartenenza al gruppo*. Come emerge da numerose esperienze di contratti educativi, condotti anche da chi scrive, uno

Stabilire delle regole significa riconoscere al bambino il diritto alla disubbidienza

dei motivatori principali al rispetto delle regole è la sensazione di far parte di un gruppo dotato di legami sociali e di identità comune. Ultimo, ma non meno importante, la presenza di regole è essenziale per *garantire al bambino il diritto alla disubbidienza*. Sembra paradossale, eppure l'assenza di un sistema di regole pone il bambino nella possibilità di compiere qualsiasi azione e, quindi, nell'impossibilità di infrangere limiti e divieti. Il soggetto in età evolutiva deve talvolta trasgredire, al fine di riconoscere l'esistenza di un limite, che è opportuno non oltrepassare in futuro.

CINQUE PASSI PER IL CONTROLLO DEL COMPORTAMENTO

Vediamo adesso i passi attraverso cui possiamo giungere ad un ambiente regolato in modo razionale, in cui cioè esistano poche ma efficaci regole di comportamento.

PRIMO PASSO: LE MODALITÀ DI FORMULAZIONE DI UNA REGOLA

Quando un bambino non rispetta una regola, siamo spesso portati a ipotizzare una sua presunta oppositività. Tuttavia, in questi casi dovremmo porci anche un altro interrogativo: le regole e gli ordini sono formulati in maniera chiara e comprensibile? A questo proposito, ci vengono in aiuto alcuni accorgimenti pratici:

- 1.** in primo luogo, le regole dovrebbero essere formulate con un tono di voce chiaro e fermo, senza particolare enfasi emotiva;
- 2.** dovremmo usare frasi semplici, evitando tutte le espressioni inutili (ad esempio, gli incisi, le premesse, ecc.), che rischiano solamente di distrarre il bambino;
- 3.** è anche importante evitare affermazioni puramente retoriche. Ad esempio, un'espressione del tipo: "Ti avevo detto di rimettere le tue cose nella cartella, non è vero?", rischia di essere solamente un'evoluzione retorica, che tuttavia non esprime al bambino chiaramente l'ordine che deve eseguire. Invece la nostra frase dovrebbe essere affermativa: "Rimetti le tue cose nella cartella!".

Prima di procedere negli altri passi, è opportuno esercitarsi nella formulazione di ordini e regole adeguate ed efficaci (scheda 1).

SECONDO PASSO: LE MODALITÀ DI SELEZIONE DELLE REGOLE

Un errore frequente nella gestione del comportamento infantile, soprattutto nel caso di bambini particolarmente vivaci, consiste nella moltiplicazione delle regole, dei divieti e degli

ordini. In realtà, soprattutto nel caso di bambini delle scuole primarie, dobbiamo tenere presente che le loro abilità mnestiche consentiranno di tenere a mente e rispettare un numero di regole contenuto. Di conseguenza, dobbiamo stabilire poche regole e veramente necessarie. Ad esempio, è così importante che i bambini si

Un errore frequente consiste nella moltiplicazione di ordini e regole

muovano all'interno della scuola (per andare a mensa o in palestra) in fila per due? Si tratta di una condizione che tende a incrementare i comportamenti distur-

banti: infatti gli allievi costretti in fila tendono a spingersi, a farsi i dispetti, ecc. Sarebbe più utile porre una diversa regola: gli allievi devono imparare a percorrere i corridoi in silenzio o par-

lando sottovoce, in modo da non disturbare le altre classi; che poi vadano in fila per due, per tre o per quattro, forse è del tutto secondario. Un modo per contenere il numero di regole è anche quello di evitare lunghe sequenze di ordini, come ad esempio: "Adesso vai a rimettere a posto la camera, poi fai i compiti e poi preparati per la cena!".

Spesso i bambini hanno difficoltà a ricordare le numerose azioni richieste e pertanto non riusciranno a mantenere un comportamento regolato. È preferibile allora dare singoli e circoscritti ordini: "Metti i giocattoli nella loro cesta". Una volta che l'ordine è stato eseguito, passiamo al seguente: "Prendi adesso i quaderni per fare i compiti" e così via. Proviamo ora a individuare alcune possibili regole per la vita a scuola (scheda 2).

SCHEDA 1 ESERCIZI DI FORMULAZIONE DI ORDINI E REGOLE

Di seguito vengono presentati alcuni esempi di ordini e di regole formulate in modo inappropriato. Proviamo, per ognuno di essi, a individuare l'elemento critico e a riformularlo in maniera più adeguata.

ORDINE O REGOLA	ELEMENTO CRITICO	POSSIBILE RIFORMULAZIONE
<i>Esempio.</i> Non ti avevo già detto che non devi spingere i tuoi compagni?	<i>Viene usata una domanda, invece di un'affermazione, senza indicare le conseguenze della condotta inadeguata.</i>	<i>Non spingere i tuoi compagni. Se succede ancora, salterai la ricreazione.</i>
Continua a interrompere gli altri e vedrai cosa succede.		
Non mi pare proprio questo il modo di comportarsi a scuola. In classe bisogna comportarsi in modo educato, chiaro?		
Sei sempre il solito, bisogna ripeterti cento volte di rimanere seduto.		
Ti ho detto di non urlare. Prima o poi perderò la pazienza.		

TERZO PASSO: LE MODALITÀ DI REITERAZIONE DEGLI ORDINI

Cosa succede quando un adulto dà un ordine e il bambino non lo esegue? Spesso si genera un braccio di ferro infinito, nel quale l'adulto ripete l'ordine più volte, alzando il tono della voce e accompagnandolo con minacce di punizioni. Dal canto suo, il bambino si mostra sempre più oppositivo. Gli esiti di questa escalation possono essere due, ma il risultato educativo è comunque negativo. Da un lato, infatti, è possibile che l'adulto, letteralmente stremato dalla resistenza del bambino, rinunci ad ottenere l'obbedienza all'ordine impartito; in questo modo, però, il comportamento negativo viene implicitamente

premiato. Dall'altro lato, è anche possibile che alla fine il bambino esegua l'ordine, in modo tale da evitare la punizione. Tuttavia, si tratta di una vittoria effimera per l'adulto, che ha dovuto ripetere più volte i suoi richiami, per vederli soddisfatti. Da parte sua, invece, il bambino è riuscito a ritardare l'esecuzione del compito. Questi bracci di ferro possono essere evitati adottando la seguente procedura: l'adulto formula l'ordine in modo chiaro ed operativo, specificando due ulteriori informazioni: il limite di tempo entro cui quell'ordine deve essere eseguito e la conseguenza nel caso di inadempienza. Se il bambino non esegue l'ordine, allora l'adulto deve fornire un segnale d'avvertimento: "Prepara

SCHEDA 2 POCHE REGOLE A SCUOLA

Affinché la gestione della disciplina a scuola sia veramente efficace, è fondamentale porre poche regole, chiare e strettamente necessarie. Di seguito vengono presentate alcune situazioni tipiche della giornata scolastica. Per ognuna di esse, proviamo a scrivere le tre regole fondamentali, rispettando due indicazioni: le regole devono essere formulate in maniera precisa e concreta, specificando il comportamento atteso o vietato; devono essere in forma positiva (ossia ciò che il bambino dovrebbe fare) e non in negativo (ciò che non dovrebbe fare).

SITUAZIONE	REGOLE
All'entrata a scuola	1. _____ 2. _____ 3. _____
A mensa	1. _____ 2. _____ 3. _____
Lungo i corridoi	1. _____ 2. _____ 3. _____
Durante un lavoro di gruppo	1. _____ 2. _____ 3. _____
In palestra	1. _____ 2. _____ 3. _____

Per ognuna delle regole individuate proviamo a immaginare quali potrebbero essere le conseguenze, nel caso dovessimo eliminarla. In questo modo, potremo riconoscere le regole strettamente necessarie ed eliminare quelle inutili e superflue.

il materiale sul banco entro due minuti, altrimenti dopo non andrai a giocare in giardino!”. A questo punto, se il bambino continua nel suo comportamento oppositivo, l’adulto, senza più ripetere l’ordine, provvede a somministrare la punizione annunciata, mantenendo un comportamento emotivamente controllato. Questo approccio presenta numerosi vantaggi: innanzitutto, si evitano quelle continue discussioni tra l’adulto e il bambino, che espongono solamente entrambi a elevati livelli di tensione emotiva. In secondo luogo, adottando il segnale di avvertimento, facciamo sì che la punizione non sia più avvertita come un arbitrio dell’adulto, ma come la naturale conseguenza della decisione di adottare un comportamento piuttosto che un altro.

QUARTO PASSO: LE MODALITÀ DI REAZIONE AI COMPORTAMENTI INADEGUATI

Troppo spesso si cerca di controllare i comportamenti disturbanti del bambino ricorrendo a diverse forme di punizione. In realtà, questa strategia educativa si rivela spesso inefficace o, addirittura, controproducente. È molto più utile ricorrere ad una strategia particolare, che gli operatori chiamano estinzione, consistente nell’ignorare il bambino ogni volta che emette un comportamento inadeguato, che non sia ovviamente pericoloso per sé o per gli altri (ad esempio, urlare, interrompere l’adulto mentre parla, ecc.). Spesso infatti i bambini adottano comportamenti disturbanti per attirare l’attenzione altrui. Conseguentemente, ignorare i comportamenti negativi è efficace, in quanto toglie a quelle condotte la loro utilità. In definitiva, l’estinzione può essere una strategia molto efficace, sono però necessari alcuni accorgimenti:

1. tutti gli adulti che circondano il bambino dovrebbero adottare la stessa modalità educativa;
2. è molto probabile che almeno all’inizio il bam-

bino, quando si vede ignorato, accentui i comportamenti inadeguati. Se l’adulto a questo punto cede, peggiora la situazione. Infatti, il bambino impara che per richiamare l’attenzione altrui è necessario emettere condotte sempre più problematiche.

Ovviamente, quanto detto finora non significa che talvolta non siano necessarie delle punizioni. Tuttavia, se adottiamo un approccio eccessivamente severo, rischiamo di sommergere il bambino di punizioni sempre più dure. Ormai numerose ricerche, condotte in campo educativo, mostrano che l’eccessivo ricorso alle punizioni aumenta i comportamenti disubbidienti, piuttosto che ridurli, attraverso tre meccanismi:

1. la punizione innalza il senso di tensione del bambino, incrementando parallelamente la possibilità di acting-out comportamentali;
2. la punizione crea un desiderio di rivalsa nel bambino, che potrebbe sfogarsi su altri soggetti più deboli di lui (ad esempio, su un fratello minore);
3. infine, l’eccessivo ricorso a metodi punitivi ha come conseguenza il fatto che il bambino cercherà nuovi modi di sottrarsi alla sanzione. In altri termini, la sua attenzione sarà tutta diretta al fuggire la pena, piuttosto che ad apprendere comportamenti positivi.

Ignorare i comportamenti inadeguati si rivela spesso più efficace che punirli

Per tutti questi motivi, il ricorso alla punizione dovrebbe essere molto limitato. Inoltre, evitiamo di punire il bambino per qualsiasi cosa faccia. Piuttosto, concentriamoci su uno specifico comportamento problematico e puniamo solo quel dato atto, in maniera selettiva. Quando quel comportamento sarà stato eliminato, allora potremo concentrarci su un secondo atteggiamento negativo e via di seguito. In questo modo, anche il bambino riuscirà

a comprendere con facilità il collegamento esistente tra un comportamento specifico e la punizione. Tuttavia, potrebbe sorgere una domanda: qual è la punizione più efficace? La risposta, teoricamente semplice, implica spesso un radicale cambiamento di prospettiva educativa. La punizione più significativa consiste infatti nel sottrarre al bambino qualcosa di gradito. Se però non premiamo i suoi comportamenti positivi, non sapremo cosa sottrargli in caso di condotte problematiche. Compriamo allora l'ultimo passo del nostro percorso.

QUINTO PASSO: LE MODALITÀ DI REAZIONE AI COMPORAMENTI ADEGUATI

Premiare un bambino quando emette un comportamento adeguato dovrebbe costituire la regola di base dell'educazione. Solo in questa maniera possiamo ottenere un incremento dei comportamenti positivi. Ovviamente non dobbiamo cadere nel facile equivoco di identificare i premi con un giocattolo o un dolce. Piuttosto, numerose esperienze educative dimostrano che i rinforzatori più significativi per i bambini sono i seguenti:

- l'attenzione dell'adulto, che il bambino è disposto ad ottenere anche sotto forma di punizione se non riesce a suscitarsela con le sue condotte positive;
- i segni di affetto e di stima;
- il riconoscimento di ruoli di responsabilità, come, ad esempio, qualche incarico affidato dall'adulto;
- la possibilità di svolgere attività gradite (ad esempio, giocare a calcio);
- infine, la possibilità di scegliere alcuni aspetti del proprio contesto di vita, come il posto a mensa o in aula.

Affinché questi rinforzi siano efficaci, però, dobbiamo rispettare alcune regole. In primo luogo, dobbiamo erogare il rinforzo non appena

è stato emesso il comportamento adeguato. Se aspettiamo troppo, infatti, il bambino non sarà più in grado di cogliere il collegamento tra l'azione compiuta e il premio ricevuto. In alcuni casi, possiamo temporaneamente sostituire

Premiare i comportamenti adeguati costituisce la regola di base dell'educazione

il premio con dei segnali (come un gettone, un punto segnato sul quaderno, ecc.) che a momenti prestabiliti potranno essere scambiati con rinforzatori graditi. In secondo luogo,

dobbiamo adottare dei riconoscimenti specifici. Ad esempio, è del tutto inutile dire continuamente al bambino: "Ma che bravo!", "Quanto sei intelligente", ecc. Infatti, oltre a suonare come frasi di circostanza, non permettono di comprendere quale specifico comportamento viene apprezzato. Evitiamo anche atteggiamenti eccessivamente enfatici: "Sei eccezionale!", "Fantastico!", ecc. Piuttosto, cerchiamo di essere molto precisi: "Il tuo compito è fatto molto bene", "Sei stato bravo a rimettere in ordine i tuoi quaderni", ecc. Infine, premiamo il bambino soprattutto per l'impegno profuso, più che per il risultato in se stesso. Alcuni genitori sono abituati a fare dei regali al figlio, quando ottiene dei voti positivi a scuola. Si tratta di una pratica rischiosa. Infatti, i risultati scolastici non sono del tutto sotto il controllo dell'allievo, ma dipendono anche da altri fattori: la fortuna di ricevere le domande cui si sa rispondere, l'umore più o meno benevolo dell'insegnante, ecc. Premiare il bambino solo in base ai voti ottenuti, allora, rischia di indurre in quest'ultimo una vera e propria ansia da prestazione. Infatti, si chiede il bambino, cosa succederà se non ottengo il buon voto? Per evitare questa evenienza, allora, potrebbe ricorrere anche a espedienti poco accettabili, come ad esempio copiare da un compagno. Invece, il bambino deve es-

sere premiato quando si impegna (ad esempio, quando studia per un determinato lasso di tempo senza distrarsi). L'impegno, infatti, è sotto il controllo del bambino stesso. Inizialmente, potremo richiederli uno sforzo limitato (20 minuti), passando poi a richieste più esigenti (30 minuti, 1 ora, ecc.).

CONCLUSIONE

L'educazione dei bambini è oggi molto più complessa che in passato, per una serie di ragioni: in primo luogo, esistono molteplici sistemi di valori, che spesso entrano in conflitto; inoltre, l'azione formativa delle tradizionali agenzie educative (scuola e famiglia) viene fortemente contrastata da messaggi spesso contraddittori inviati dai mass media; infine, la riduzione della cosiddetta "efficacia collettiva" compromette l'esistenza di sistemi di monitoraggio condivisi da adulti differenti, col rischio di porre il bambino in ambienti incoerenti. Di fronte a queste sfide, è fondamentale che genitori e insegnanti collaborino in modo sempre più efficace, al fine di implementare sistemi di regole razionali e funzionali.

INDICAZIONI BIBLIOGRAFICHE

Il tema delle regole e della gestione della disciplina è stato oggetto di testi classici, come il volume di Brazelton, professore emerito ad Harvard, o del manuale di Meazzini sulla gestione della classe.

- **Barkley R.A., Benton C.M. (2007)**, *Figli irrequieti. Come migliorarne il comportamento*, Armando, Roma.
- **Brazelton T.B., Sparrow J.D. (2003)**, *Il tuo bambino e la disciplina. Una guida autorevole per porre "limiti" a vostro figlio*, Raffaello Cortina, Milano.
- **Meazzini P. (1978)**, *La conduzione della classe*, Giunti, Firenze.

LE PAROLE DELLA PSICOLOGIA

- **Acting-out:** indica generalmente un comportamento improvviso, motivato da uno stato di forte alterazione emozionale.
- **Efficacia collettiva:** indica la condivisione, da parte degli abitanti di una comunità, di un insieme di valori comuni (ad esempio, la sicurezza nelle strade), nonché delle modalità utili per salvarli.
- **Rinforzatore:** indica un qualsiasi elemento in grado di aumentare la probabilità di emissione di un comportamento.

PER APPROFONDIRE

La sindrome di Pierino di Daniele Fedeli
Giunti, Firenze (2006)

Elogio della disciplina di Bernhard Bueb
Rizzoli, Milano (2007)

Il dibattito sull'educazione alle regole è oggi particolarmente vivo, soprattutto in considerazione dei numerosi episodi di aggressività e di bullismo che sembrano affliggere la scuola odierna. Il tema viene affrontato da prospettive diverse, ma integrabili. Da un punto di vista strettamente tecnico, il volume *La sindrome di Pierino* guida nell'approccio educativo ai bambini più irrequieti e vivaci, illustrando le strategie più efficaci per ottenere un comportamento regolato.

Adotta una prospettiva differente, quasi filosofica, il volumetto intitolato significativamente *Elogio della disciplina*, nel quale l'autore, rifacendosi anche alla propria esperienza personale, sottolinea con enfasi (forse eccessiva) la necessità di una maggiore severità educativa.

