

Le life skills



Come crescere bambini e ragazzi organizzati e autonomi

Organizzazione e bambini, usare le competenze trasversali

L'Organizzazione Mondiale della Sanità indica dieci competenze essenziali che ciascuno, sin dalla giovane età, dovrebbe possedere per affrontare efficacemente le sfide grandi e piccole della vita di tutti i giorni.

Queste competenze per la vita (*life skills*) sono la consapevolezza di sé, la capacità di gestire le proprie emozioni e lo stress, la capacità di comunicare in modo efficace, di vivere relazioni soddisfacenti e di essere empatici, il pensiero creativo e il pensiero critico, la capacità di prendere decisioni e di risolvere problemi.

Aiutare i propri bambini a sviluppare queste abilità significa aiutarli a diventare persone compiute e consapevoli e offrire loro degli strumenti che permettano loro di agire, muoversi e occupare nel mondo lo spazio che desiderano, nel modo in cui lo desiderano.

Il modo migliore per farlo, vale sempre, è **il buon esempio**.

Consapevolezza di sé, pensiero creativo e problem solving – il loro spazio.

La cameretta dei bambini non dovrebbe essere affollata di mobili e oggetti ma essere dotata solo del necessario perché possa evolversi con loro. Se gli spazi vengono riempiti troppo sarà più difficile il cambiamento naturale a cui lo spazio deve andare incontro con il passare del tempo, di pari passo con la loro crescita.

Il bambino che sperimenta la libertà di cambiare i propri spazi è **in contatto con la consapevolezza di sé** e delle proprie mutate e mutevoli esigenze.

Troppe soluzioni preconfezionate alla noia dei nostri bambini (troppi giochi, troppi gadget) tolgono loro la libertà di “inventarsi qualcosa”: la noia è percepita come uno spauracchio, da evitare a tutti i costi. Al contrario, la noia è un dono, un'opportunità ormai rara da cogliere per **trovare delle soluzioni in autonomia** e siamo certi che il bambino a cui viene lasciata la possibilità di annoiarsi userà la fantasia, esercitando così **pensiero creativo** e **problem solving**.

Gestione delle emozioni, pensiero critico e capacità di prendere decisioni, comunicazione efficace, empatia – le loro cose

Quando arriva il momento di mettere in ordine, la tentazione dei genitori è farlo al posto loro: si fa più in fretta e il risultato è soddisfacente, perché corrisponde ai canoni dell'adulto. Tuttavia questa non è la soluzione migliore per i bambini: se non vengono coinvolti non troveranno interesse per il riordino, che è invece un momento importante per diversi motivi. Innanzitutto per imparare a collaborare, stimolati da richieste espresse attraverso l'utilizzo di una **comunicazione efficace** (non dando indicazioni rigide ma mettendosi in ascolto) e sempre tenendo conto delle loro esigenze.

Se i genitori decidono a monte dove riporre i giochi e come ordinarli, probabilmente i bambini non troveranno una corrispondenza con le proprie categorie mentali e di conseguenza non rispetteranno l'ordine assegnato. Coinvolgerli nello scegliere dove tenere le loro cose dà loro invece la possibilità di **prendere delle decisioni** in merito a ciò che possiedono usando il **pensiero critico** e ad entrare in contatto con **le proprie emozioni**, di cui gli oggetti sono spesso espressione (ecco perché il distacco da alcuni oggetti può essere difficile: alcuni di essi sono legati a ricordi, emozioni, eventi). **L'empatia** aiuterà mamma e papà a mettersi nei loro panni quando avranno difficoltà a separarsi da un vecchio giocattolo, basterà sentire come loro si sentono rispetto a “quella felpa speciale” che non riescono a mettere via.

L'organizzazione personale è il fil rouge che unisce tutte le competenze per la vita.

Imparare a organizzarsi, a organizzare e gestire i propri spazi e le proprie cose nella quotidianità, con flessibilità e leggerezza aiuta a crescere bambini e ragazzi indipendenti e autonomi.

Germana Chiricò

www.sito.it <https://www.semplicementeorganizzare.it/>

Facebook <https://www.facebook.com/semplicementeorganizzare>

Instagram <https://www.instagram.com/germanachirico/>

Linkedin <https://www.linkedin.com/in/germana-chiric%C3%B2-a8724311a/>