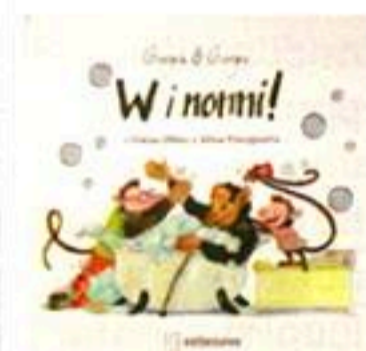


# Fatti aiutare in casa da tuo figlio

Lo dice uno studio scientifico americano. I bambini che danno una mano nei lavori domestici crescono con più grinta e autostima. E per cominciare non è mai troppo presto

di Alessia Cogliati — @alessia.cogliati  
disegni di Chiara Ghigliazza

«Ciao, mi chiamo Giorgio. Oggi io e il mio papà facciamo il bagno al nonno». Inizia così *W i nonni!*, il libro di Cristina Obber e Silvia Vinciguerra per bambini dai 3 anni (Settenove Edizioni, 13,50 euro). La storia parla di una famiglia in cui la mamma lavora, il papà fa la spesa, la figlia gioca a calcio, il nonno prepara una festa per la nonna e Giorgio lo aiuta a farsi bello. «Il tema è quello della cura reciproca in famiglia e della condivisione dei compiti domestici» dice Cristina Obber, scrittrice tra le fondatrici di Rebel Network, la rete di attiviste per i diritti delle donne. «In un Paese come l'Italia in cui, secondo l'Ocse, vige il divario più alto tra le donne e gli uomini sul lavoro "non pagato" (cura dei figli, degli anziani e della casa) è importante intervenire subito nell'educazione dei bambini». Gli studi confermano. Una ricerca americana durata tre anni e condotta dalla Brown University su un campione di 46.000 famiglie ha accertato che i bambini a cui vengono affidati compiti domestici sviluppano più degli altri grinta e resistenza di fronte agli ostacoli nella vita. Al contrario, se il tempo libero viene speso davanti a uno schermo (della tv o del tablet) nei piccoli si



## Storia di una famiglia moderna

*W i nonni!* è l'ultimo libro di Settenove, una casa editrice che si occupa di prevenire la discriminazione e la violenza di genere con saggi, albi illustrati, racconti e percorsi di educazione nelle scuole (settenove.it).

registra un peggioramento nella capacità di prendere sonno, rapportarsi con gli altri e mantenere il controllo delle emozioni. «Collaborare, sentirsi responsabili di qualcosa, sapere che si è degni della fiducia di mamma e papà è un prezioso rinforzo per l'autostima dei nostri figli» spiega Elena D'Urso, pedagoga e autrice di *I bambini devono fare da soli. Senza mai sentirsi soli* (Edicart, 14,90 euro). «Molti genitori li ritengono troppo piccoli per apparecchiare la tavola o svuotare la lavastoviglie. La verità è che sono in grado, magari con tempi diversi dai nostri». Lo stesso vale anche per le interazioni all'interno della famiglia. Spesso si tende a pensare che i bambini non possano essere d'aiuto. Invece, chiedere loro di infilare la giacca al nonno o insegnare al fratellino come si allacciano le scarpe li allena alla relazione e a gestire i rapporti che avranno con gli altri da adulti. Cerchi qualche idea per mettere in pratica questi consigli? Regala ai tuoi figli i libri *Mettiamo a posto!* e *100 attività Montessori dai 18 mesi* (L'ippocampo, da 6,90 euro). Nella pagina accanto, invece, trovi sei compiti da affidare loro in casa per spingerli a darsi una mano e farli crescere.



## Svuotare la lavastoviglie

A 3 anni un bambino ha una buona dimestichezza nell'afferrare gli oggetti. La mamma, allora, può chiedergli di passarle un piatto o un bicchiere (no ai coltelli). Il piccolo, gratificato dalla fiducia concessa, vorrà fare bene e diventerà più consapevole delle proprie capacità. Attenzione: due o tre piatti bastano, altrimenti il compito si fa troppo lungo.



## Piegare i vestiti

È un esercizio che allena la logica, la capacità di coordinare i movimenti e la manualità fine. Per iniziare la mamma può mettersi di fianco al bambino per mostrargli come si fa. Il figlio imita i gesti uno per uno e, pian piano, diventa autonomo. Poi, può sistemare le cose che non vanno stirate nei cassetti giusti.



## Mettere tutto in ordine

I genitori lo chiedono da subito, ma fino a una certa età i bambini sistemano due giochi e il resto lo lasciano in giro. A 7 anni, abituati a controllare i quaderni e l'astuccio a scuola, hanno interiorizzato il concetto di ordine. E, se in cameretta ci sono contenitori e ripiani, possono decidere da soli dove e come disporre le loro cose.



## Cambiare il rotolo di carta igienica

Ricordarsi di controllare che la carta non sia finita, sapere dove si trova il nuovo rotolo e infilarlo nel modo giusto sul gancio: sono azioni che un bimbo di 4 anni può portare a termine con successo. Così si sente parte attiva nella famiglia.

## Occuparsi della differenziata

La plastica nel sacco sul balcone, le bucce di banana sotto il lavandino, il giornale nella carta: i bambini sono concreti e metodici. Sanno che ogni cosa deve andare al suo posto e per loro la raccolta differenziata è un divertimento. In più, sentono di far del bene all'ambiente. Dopo gli 8 anni, possono portare i sacchi anche fuori casa.



## Caricare la lavatrice

Per prima cosa vanno spiegate le azioni più semplici come dividere i capi bianchi da quelli colorati. Poi, bisogna dare due o tre indicazioni chiare su quanto detersivo usare e quale programma scegliere. Se nel lavaggio qualcosa cambia colore, niente drammi: il bambino deve sapere che anche se fa un errore i genitori hanno sempre fiducia in lui.