

Per i bambini che si trovano a dover affrontare un nuovo ciclo scolastico, il primo giorno e i primi tempi possono essere piuttosto difficili, specialmente per coloro che, per natura, sono timidi e introversi.

Non di rado, calati in una nuova dimensione che sovverte la routine quotidiana, lontani dal contesto familiare e da mamma e papà, essi vivono la nuova situazione con ansia.

Come alleviare il loro disagio?

Innanzitutto è importante coscienza che se com'è ovvio non esiste una modalità che accontenti tutti, esistono altresì alcuni accorgimenti da utilizzare per facilitare l'approccio e stemperare le difficoltà di questo delicato momento.

A mio avviso **comprensione, accettazione, serenità ed accoglienza** sono le quattro parole chiave su cui occorre concentrarsi. Avete notato che le loro iniziali formano l'acronimo **CASA**? Mi sembra un particolare non da poco: il termine evoca infatti *sicurezza, serenità e libertà* per ciascuno di noi, rivelandosi perciò stesso, decisamente adeguato in questo caso. Quanto più i bambini si sentono sicuri, sereni e liberi nel nuovo contesto, tanto meno traumatico risulta loro il fatidico "passaggio" che implica l'allontanamento dalla rassicurante "casa"

Analizziamo una ad una le quattro parole citate e vediamo in che modo le possiamo trasformare in altrettanti passi sicuri da compiere verso il "grande inizio".

Porsi verso i bambini senza bollare le loro insicurezze ed i loro timori come "esagerati" o, peggio, "insensati" è fondamentale: lasciarli liberi di esprimersi li mette in condizione di gestire le inquietudini, eliminandone il peso interiore; nel contempo, consente loro di elaborare i pensieri che li disturbano, prendendone un'iniziale e, seppur piccola, necessaria distanza. Ciò vale in famiglia, dove mamma e papà, ascoltando e rassicurando, danno prova di **comprendere** e di **accettare lo stato d'animo dei loro bambini** con scambi emozionali autentici ma discreti che non siano particolarmente insistenti o frequenti, rispetto ai bisogni dei piccoli. Vale però anche a scuola dove agli insegnanti spetta il delicatissimo "ruolo ponte" tra l'ambiente familiare e quello scolastico. Se i bambini lo desiderano, racconteranno spontaneamente le loro esperienze ai genitori o ai maestri disponibili all'ascolto, non lo faranno invece in caso di richieste particolarmente insistenti al riguardo. Si farà strada in loro una crescente **serenità**, che li renderà sicuri di poter contare sul supporto emotivo dei grandi e aperti alla condivisione del loro vissuto interiore, abituandoli a gestirlo poco a poco. Si sentiranno **accolti** ed impareranno, a loro volta, l'importanza di **saper accogliere** chi e quanto li circonda: persone, situazioni, relazioni.

Anche rispetto alla *“scuola” intesa come luogo fisico*, i genitori sono i primi a dover trasmettere serenità: come? Per prima cosa considerandola in cuor loro un *luogo sicuro*, in cui ci si può sentire a proprio agio e presentandola come tale ai bambini; poi, associando l’esperienza del primo giorno a qualcosa di bello, magari *festeggiandolo* (non servono “grandi cose”: bastano una merenda speciale, una passeggiata in un luogo amato, o la lettura di un piacevole racconto sull’ argomento); infine, creando un’*attesa positiva*, ad esempio spiegando che a scuola s’impara, si stringono amicizie nuove e ci si può divertire.

Seguire piccoli rituali è un altro ottimo trucchetto per allontanare l’ansia... non solo nei più piccoli. Ad esempio, *organizzare in anticipo il materiale* fa in modo che i bambini lo percepiscano come familiare e li fa sentire grandi, cosa per loro altamente gratificante! *Fare colazione insieme e prepararsi senza fretta* predispone alla tranquillità. *Ricordare loro quanto siamo contenti di vederli pronti per la loro nuova avventura* li rende fieri...

Inoltre, siccome affiancarli nell’approccio con le nuove maestre, con l’ambiente e con i compagni è importante, in “quel” particolare giorno, se si può, sarebbe il caso di accompagnarli in classe: varcare insieme la porta dell’aula diventa un momento di vera e propria condivisione dell’ “iniziazione” scolastica che lega tutte le parti coinvolte: alunni, genitori e docenti.

Detto questo, al di là di tutte le più buone e premurose intenzioni, teniamo tuttavia ben presente un fatto: i bambini non si trovano “per loro libera scelta” ad interfacciarsi con questa nuova e potenzialmente destabilizzante realtà; debbono, per motivi che non dipendono da loro, imparare ad adattarvisi. Le amicizie assumono quindi un ruolo di primaria importanza: rappresentano l’occasione per trovare altri occhi attraverso i quali imparare ad osservare il mondo, altre mani attraverso le quali imparare ad esplorarlo, nuove voci da cui ascoltare tante cose.... insomma, sono un’occasione per rispecchiarsi in un contesto non noto, scoprendo e apprezzando analogie e differenze fra sé e gli altri. Per questa delicata quanto preziosa ragione, ogni bambino deve potersi scegliere gli amici -e prima ancora i compagni di gioco- secondo le sue preferenze, non secondo quelle di mamma e papà, né in base a quelle degli insegnanti. Questi ultimi debbono impegnarsi in un’attenta osservazione delle dinamiche sociorelazionali di ciascun bambino: imparare a conoscerlo, interpretandone il modo di porsi rispetto ai pari e agli adulti di riferimento; adoperarsi per capirne le modalità comunicative verbali e non verbali; le capacità attive e reattive. La famiglia, invece, può favorire gli incontri tra compagni anche al di fuori dell’ambito scolastico. Nei primi giorni di scuola questo diventa importante, perché permette di creare legami e di stringere relazioni. Ottimo quindi il fatto di invitare a casa a giocare o a far merenda uno o più compagni. Altrettanto costruttivo può essere instaurare amicizie tra genitori fuori dall’ambiente scolastico, per agevolare gli incontri e le frequentazioni tra

bambini.

Più facile a dirsi che a farsi? Non semplice, certo. Del resto, aiutare a crescere è la cosa più complicata al mondo... ☐

Per affrontare consapevolmente ma con un po' di leggerezza il primo giorno di scuola e le paure del primo periodo, esistono diversi libri che si rivolgono ai più piccoli: albi illustrati, libri narrati in poche righe di prosa o testi in rima, piacevoli se ascoltati dalla voce di familiari o insegnanti. Ne consiglio alcuni in base alla mia esperienza personale:

["Si va a scuola"](#), di Alberto Pellai;

["Il primo giorno di scuola di Isadora Moon"](#), di Harriet Muncaster;

["Viva la scuola!"](#), di Tony e Zoe Ross;

["Come funziona la maestra"](#), di Susanna Mattiangeli e Chiara Carrer;

["Il primo giorno di scuola"](#), di Nicoletta Costa;

["ScuolAvventura... senza paura!"](#) di Elena Borgarelli.

E voi, avete altri titoli da segnalare in merito? Coraggio: scriveteceli nei commenti qui sotto!

[Maestra Elena](#)

Quanto hai trovato utile questo contenuto?

Clicca sulle stelline per votare

Vota

Punteggio medio 5 / 5. Voti totali: 2

Nessuno ha ancora votato. Potresti essere il primo!



Grazie ☐ Non perdere altri contenuti come questo!

Seguici sui nostri canali social

Siamo spiacenti che tu non abbia trovato utile questo contenuto ☐

Aiutaci a capire perchè!

Secondo te, come potremmo migliorare i nostri contenuti?

Invia consiglio

Compiti finiti? Rilassati con i nostri giochi!

Clicca [qui](#). Buon divertimento!

Tuo figlio ha bisogno di un aiuto in più?

Trova un tutor che possa **aiutarlo con i compiti**, anche da remoto! Clicca [qui](#).

Ti abbiamo aiutato?

Aiutaci a rimanere attivi e a produrre altri contenuti come questo. Basta poco!