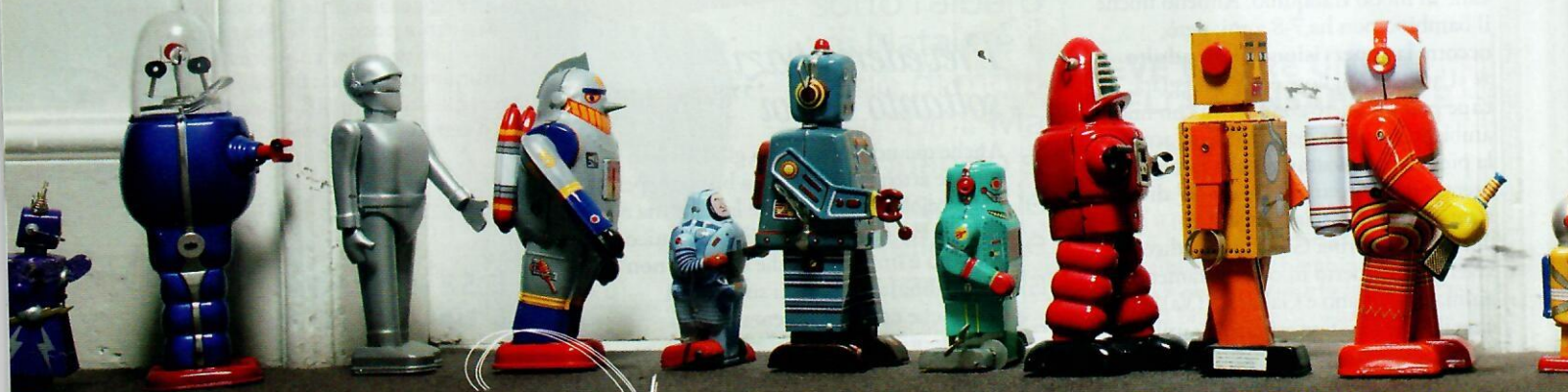


METTIAMO *in ordine!*

Imparare a **organizzare il proprio ambiente** da piccoli significa acquisire un'abilità che porterà vantaggi anche nella vita adulta: la competenza logica che **dona calma e sconfigge il caos**

I bambini che rispettano gli spazi propri e degli altri e che sanno mettere ordine **sono più felici** e, da adulti, vivono una condizione di maggior serenità ed equilibrio. Lo rivelano le ricerche della saggista e scrittrice giapponese Nagisa Tatsumi e alcuni studi dell'università di Tokyo, dove l'arte del riordino sta diventando materia di studio. Perché saper riorganizzare gli ambienti e le cose, come sostengono le neuroscienze, **attiva le capacità di problem solving**, memorizzazione e attenzione.



Ogni 3 mesi eliminare il superfluo

La causa principale del disordine sta nel fatto che nelle case ci sono troppe cose: giochi, vestiti, oggetti. Proprio per questo è difficile organizzarsi.

★ Ogni tre mesi occorre selezionare con i figli il "di più" ed eliminarlo, distinguendo tra le cose che contano davvero e quelle che non servono. Se da molti mesi un dato oggetto non è più utilizzato, non va conservato. Mentre lo si butta via, bisogna capire perché ha smesso di essere interessante o utile.

★ Questa abitudine va stimolata fin da quando il bambino comincia a essere un po' più autonomo. Infatti, già da piccoli, è importante imparare a fare spazio a se stessi e agli altri per vivere più felici.

ESSERE SEMPRE COERENTI

Se si è deciso di eliminare il superfluo ogni tre mesi, la norma va mantenuta. Così si apprende a essere fedeli agli impegni e si indirizza l'attenzione sull'obiettivo, senza lasciarsi distrarre.

★ Sapersi concentrare sugli obiettivi è un allenamento mentale che, alla lunga, presenta molti pro: abitua a non lasciare inevasi i compiti e a stabilire una scala delle priorità. Questo metodo è utile anche per pianificare in anticipo le mosse necessarie per svolgere un compito.

Decidere dove mettere gli oggetti

Dai 3 ai 6 anni, i bambini entrano a pieno titolo nell'infanzia e cominciano a dire: lo faccio da solo!

★ In questa fase bisognerebbe rivolgere loro domande come: dove pensi sia meglio mettere i tuoi vestiti? E le calze? Si procede, poi, a sistemare le cose, suggerendo ai figli l'uso delle parti dell'armadio più facilmente accessibili.

★ Il tono non deve essere di imposizione. La frase corretta da dire è: "Penso che sarebbe meglio fare in questo modo, sei d'accordo?"

OGNI COSA VA AL SUO POSTO

Questa abitudine permette di capire qual è il luogo idoneo per ogni oggetto, ma anche per ogni persona. Un lavoro logico molto utile per svolgere qualsiasi tipo di scelta o attività.

★ Bisogna spiegare ai figli perché è meglio non riporre le calze nella parte alta dell'armadio o l'abbigliamento della scorsa stagione in quella bassa. Questo aiuta a saper individuare i giusti obiettivi e cercare gli strumenti e i metodi per raggiungerli.



Suddividere e raggruppare

Durante gli anni della scuola è importante imparare a classificare e tenere in ordine il **materiale scolastico**: libri di testo con libri di testo; volumi di consultazione con volumi di consultazione; cancelleria con cancelleria.

- * I libri dovrebbero stare nella prima fila dello scaffale davanti alla scrivania, le fotocopie e le dispense nel contenitore appoggiato sopra al piano di lavoro; il gruppo dei quaderni e degli appunti nel cassetto più alto della scrivania.

SEGUIRE IL MOTTO: "FACILE DA ESTRARRE, FACILE DA RIPORRE"

Mai essere approssimativi nella scelta della collocazione. Quando bisogna riporre, **occorre ragionare**. Domandarsi: quando uso quel libro e quel quaderno? Se non si trova il materiale velocemente, si perde tempo.

- * Seguendo questo metodo si impara a organizzarsi, cioè a **coordinare un complesso di elementi** in relazione fra loro, e a individuare quali sequenze di attività sono migliori, come pianificarle, quale programma di massima è necessario elaborare.

L'IMPORTANZA DI GENERALIZZARE

L'organizzazione precisa delle proprie cose permette di acquisire la capacità di generalizzare. Che cosa vuol dire? Il ragazzino diventa consapevole dell'importanza di coordinare vari elementi che costituiscono un insieme e applica questo apprendimento in altri ambiti: studio, sport... Non solo: chi è capace di organizzare il proprio spazio sa anche **strutturare il proprio tempo** ed eseguire in ordine logico varie mansioni.



Creare nuovo spazio

Mettere ordine significa anche lasciare spazi liberi. Nella cameretta, a un certo punto, spunteranno trenini, case delle bambole, felpe lasciate in giro... No, non va bene! La regola dovrebbe essere quella di non lasciare nulla "in giro" o, peggio ancora, sul pavimento.

- * Si possono fare delle eccezioni: la casa delle bambole può stare un po' di tempo (una settimana, un mese) fuori dall'armadio, mettendo bene in chiaro che non è possibile andare oltre quel periodo. Inoltre, giochi e vestiti non devono mai invadere il passaggio oppure lo spazio dei fratelli e dei familiari.

EVITARE L'EFFETTO ASSEDIO

Se si hanno troppe cose in giro si rischia di sentirsi in trappola, in ostaggio degli oggetti che possono dare inquietudine e non consentono un sereno adattamento all'ambiente.

- * Mantenere liberi degli spazi favorisce il riposo e migliora la concentrazione per studiare e fare i compiti senza distrazioni.

da leggere

Impara l'arte...

Nel libro si trovano tanti consigli per indirizzare i bambini verso il riordino della cameretta e delle zone della casa condivise con i familiari. Ogni suggerimento è accompagnato da esempi e regole che consentono di metterlo in pratica. Una delle norme più importanti: già dopo i tre anni, mai abbandonare gli oggetti nelle aree comuni della casa, soprattutto corridoio, soggiorno, cucina.



L'arte di insegnare il riordino ai bambini
di Nagisa Tatsumi
ed. Vallardi
13,90 euro

→ LA "LEZIONE" DEL RIORDINO È SEMPLICE:

DARE PIÙ SPAZIO ALLE PERSONE E MENO ALLE COSE