

# SOMMARIO

*Ai genitori che imparano  
insieme ai loro piccoli:  
perché le prime parole  
non siano solo suoni,  
ma segni d'amore da  
condividere e custodire  
per sempre.*

© 2025 red!  
www.rededizioni.it

Fotografie e video abbinati ai QR code: Giusy Padula  
Disegni: Freepik e Adobe Stock

Stampa: ABO Grafika d.o.o. - Slovenia

Tutti i diritti sono riservati. La riproduzione e l'utilizzo, anche parziale, dei contenuti di questo libro, sotto qualsiasi forma, per qualsiasi uso e con qualsiasi mezzo, compresa la fotocopiatura sostitutiva dell'acquisto, sono rigorosamente vietati, salvo autorizzazione degli aventi diritto e dell'editore.

red! è un marchio Il Castello Srl  
Via Milano 73/75 – 20007 Cornaredo (MI)  
www.ilcastelloeditore.it

<b>COME LEGGERE QUESTO MANUALE</b> .....	4
<b>Parte I Un po' di teoria</b> .....	5
1. INTRODUZIONE ALLA LINGUA DEI SEGNI PER BEBÈ UDENTI .....	6
2. ORIGINI DELLA LINGUA DEI SEGNI PER BEBÈ.....	11
3. LINGUA DEI SEGNI ITALIANA (LIS) VS LINGUA DEI SEGNI PER BEBÈ.....	16
4. COME I SEGNI TI AIUTERANNO A RIDURRE LA FRUSTRAZIONE DEL TUO BAMBINO .....	19
5. COME I SEGNI TI AIUTERANNO A SVILUPPARE IL LINGUAGGIO DEL TUO BAMBINO .....	24
6. BENEFICI A LIVELLO COGNITIVO E MOTORIO DELLA LINGUA DEI SEGNI PER BEBÈ .....	30
7. POSSO DIRTÌ NO: LINGUA DEI SEGNI PER BEBÈ E CONSENSO .....	36
8. LINGUA DEI SEGNI PER BEBÈ E SVEZZAMENTO .....	42
9. BENEFICI DELL'INTRODUZIONE DELLA LINGUA DEI SEGNI AL NIDO E NEI CONTESTI EDUCATIVI .....	47
<b>Parte II Come insegnare la lingua dei segni per bebè</b> .....	55
10. QUANDO INIZIARE .....	56
11. COME INIZIARE .....	59
12. LA COSTANZA È IL VERO SEGRETO .....	65
13. COME CORREGGERE I BAMBINI E I GESTI INVENTATI .....	67
14. QUANDO E COME SI ABBANDONANO I SEGNI .....	71
15. ERRORI DA EVITARE .....	75
16. LE DOMANDE CHE FORSE TI STAI FACENDO .....	79
<b>Parte III I segni in pratica</b> .....	83
17. SEGNI PER LA FAMIGLIA .....	86
18. SEGNI PER L'ALIMENTAZIONE ..	92
19. SEGNI PER IL CAMBIO DEL PANNOLINO .....	117
20. SEGNI PER L'ASILO NIDO .....	122
21. SEGNI PER GLI ANIMALI .....	131
22. SEGNI PER I COLORI.....	136
23. SEGNI PER LE EMOZIONI .....	142
24. SEGNI PER I LUOGHI .....	147
25. ALTRI SEGNI.....	153
<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	158
<b>INDICE DEI SEGNI</b> .....	159



## COME LEGGERE QUESTO MANUALE



Prima di iniziare, voglio spiegarti brevemente com'è strutturato questo libro e come puoi leggerlo al meglio, in base a ciò che cerchi.

Il manuale è diviso in tre parti. La prima è quella più teorica: nei capitoli iniziali ti racconto da dove nasce la lingua dei segni per bebè, perché è uno strumento potente e naturale, cosa dice la scienza a riguardo e quali benefici può portare nel rapporto con tuo figlio.

Ma se sei in un momento della vita in cui hai bisogno di andare subito al pratico, puoi anche saltare direttamente alla seconda parte, dove troverai indicazioni concrete su *come* iniziare, quali segni proporre per primi, come introdurli nella tua routine quotidiana ecc. La terza parte, infine, è ancora più operativa: troverai i segni che ho selezionato con tanto di foto, descrizione e QR code per vedere i video.

Quindi sì, puoi iniziare anche da lì, non succede niente. Ma il mio consiglio è questo: leggi comunque anche la prima parte, magari un po' alla volta. Ti aiuterà non solo a capire meglio *che cosa stai facendo*, ma anche *perché lo stai facendo*. E questo “perché” sarà fondamentale nei momenti in cui ti sentirai stanca, quando ti sembrerà che non funzioni o quando qualcuno ti chiederà se ha davvero senso insegnare dei segni a un bambino così piccolo.

La motivazione, la costanza e la fiducia si costruiscono anche con la conoscenza. E se avrai voglia di approfondire, ti assicuro che questo metodo ti darà molto più di qualche gesto: ti darà uno strumento di relazione, di ascolto e di connessione autentica con tuo figlio.

Buona lettura e buon viaggio.

*Fabiola*

## PARTE I UN PO' DI TEORIA

Troverai ripetutamente nel testo la parola “bambino” o “figlio”, ma naturalmente ognuno potrà leggerla come *bambina, figlia, piccolo, piccola, cucciolo, cucciola, amore ecc.* secondo le proprie esperienze e preferenze, senza sottintendere nessuna connotazione di genere.

ta una soluzione concreta, accessibile, alla mia portata. È stato un modo per comunicare meglio con mio figlio, per ascoltarlo, per capirlo, per fargli sentire che le sue emozioni e i suoi bisogni avevano valore, anche prima delle parole.

Proprio per rispetto verso la comunità sorda e verso il valore linguistico e culturale della LIS, in questo libro ho scelto di non approfondire quel tema. Non avendo una formazione specialistica, credo non sarebbe corretto trattarlo in modo superficiale. La LIS merita uno spazio dedicato e andrebbe affrontata con la guida di professionisti qualificati.

Il mio intento, invece, è offrire un'esperienza concreta, utile e realistica a genitori come me: genitori che desiderano migliorare la comunicazione quotidiana con i propri bambini, che cercano strumenti semplici ma efficaci per ascoltarli e accompagnarli nella crescita, che vogliono partire da subito da una base di rispetto, reciprocità e ascolto. Con la consapevolezza che, anche se non si tratta di una lingua vera e propria, la lingua dei segni per bebè può essere un ponte straordinario tra due mondi: quello dei bambini che ancora non parlano e quello degli adulti che vogliono davvero capirli.

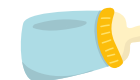


### Ricorda che...

La lingua dei segni per bebè e la LIS (Lingua dei Segni Italiana) sono strumenti molto diversi: la LIS è una lingua vera e propria, con una grammatica complessa e una cultura profonda; la lingua dei segni per bebè è invece un metodo semplice e temporaneo che aiuta il bambino udente a comunicare prima di imparare a parlare. Pur prendendo spunto dalle lingue dei segni ufficiali, usa gesti semplificati e adattati alle capacità motorie dei più piccoli.

Non serve imparare la LIS per utilizzare la lingua dei segni per bebè, anche se può essere una scelta educativa preziosa e complementare.

## 4. COME I SEGNI TI AIUTERANNO A RIDURRE LA FRUSTRAZIONE DEL TUO BAMBINO



Per anni, i bambini sono stati trattati quasi come contenitori da riempire. Non li si guardava davvero. Si pensava che bastasse nutrirli, tenerli al caldo, farli dormire e proteggerli dai pericoli. Come se non fossero ancora delle *persone*, ma una specie di bozza, una versione in attesa di diventare qualcos'altro. E così, i loro bisogni emotivi, le loro sensazioni, i loro stati d'animo semplicemente non venivano considerati.

Qualche tempo fa, sul mio profilo Instagram, ho aperto proprio questo dibattito: *era davvero meglio prima, come molti sostengono?*

Nel video mostravo un'immagine d'archivio, proveniente da un ospedale inglese del 1916. In uno dei frame si vedono due o tre infermiere che vestono dei neonati, uno dopo l'altro, come se fossero su una catena di montaggio. Nessuno sguardo, nessuna parola, nessuna dolcezza. Solo gesti veloci, meccanici. I bambini piangevano, ma sembrava che nessuno li sentisse davvero. L'obiettivo era “portare a termine il compito”, non relazionarsi con quei corpi piccoli che urlavano. Eppure, in mezzo a quelle urla, c'erano esseri umani. C'era chi aveva freddo, chi aveva paura, chi forse aveva appena finito di nascere. Ma tutto questo non aveva importanza. Il pianto era considerato un suono generico, senza significato, come se facesse parte della “dotazione base” del bambino. Era rumore, non comunicazione.

E per molto tempo, il pianto è stato proprio questo: rumore. Un rumore da spegnere, da ignorare o da zittire con qualche trucco.

Non si pensava che il bambino volesse *dire qualcosa*. Non si pensava che *sentisse qualcosa*.

Mi si è spezzato il cuore la prima volta che ho visto il documenta-

rio di James Robertson (trovate degli spezzoni anche su YouTube e lo avevo pubblicato anch'io sulla mia pagina) intitolato *A Two-Year-Old Goes to Hospital*. Mostra una bambina di circa due anni ricoverata da sola per una settimana. Nessuna mamma, nessun papà accanto. Solo infermiere e stanze e persone sconosciute. E il profondo disagio che questo le ha causato. Negli anni Cinquanta, non era prassi, né obbligo che un bambino ricoverato in ospedale potesse avere la madre o il padre accanto. Anzi, era comune che i genitori dovessero salutare alla porta e poi andarsene, lasciando il bambino solo per tutta la durata della degenza e tornare durante il periodo di visita.

Robertson filmò bambini piccoli ricoverati da soli, che all'inizio piangevano, cercavano la mamma. Poi, dopo ore, giorni, si spegnevano emotivamente. Apparivano apatici, silenziosi, assenti. Era come se si fossero arresi. Sotto quel video, nella mia pagina, sono arrivate centinaia di testimonianze dolorose da parte di persone che avevano vissuto situazioni simili da bambini, e che non le avevano mai davvero superate.

Ci vollero ancora molti anni e molte battaglie prima che ai bambini venisse riconosciuto un diritto tanto semplice quanto essenziale: quello di non essere lasciati soli.

Oggi in Italia questo diritto è sancito anche nella *Carta dei diritti dei bambini e degli adolescenti in ospedale*, che garantisce, per esempio, la presenza continua di un genitore durante il ricovero. Ma non è sempre stato così. E il fatto che ci sia voluto così tanto per riconoscere una cosa tanto ovvia ci dice qualcosa: per moltissimo tempo, non siamo stati capaci di ascoltare e vedere davvero i bambini.

Non affrettiamoci a dire: "Eh, vabbè, altri tempi". Perché *ancora oggi*, nonostante i progressi, ci portiamo dietro quel vecchio sguardo.

Ancora oggi tanti adulti vedono il bambino come un contenitore. Qualcuno senza volontà propria, senza una reale soggettività.

Quanti ancora parlano di *capricci*, quando ormai sappiamo bene (lo dice la letteratura scientifica sull'età evolutiva) che i capricci non esistono? Ma anche, banalmente, quanti di noi parlano ai bambini come in realtà non parlerebbero a nessun adulto?

Fortunatamente qualcosa sta cambiando, e se stai leggendo questo

libro è perché tu sei un genitore che fa parte del cambiamento. Stai leggendo questo libro perché vuoi capire, probabilmente ti informi, ti fai domande, segui pagine di professionisti come la mia. E questo è già una piccola rivoluzione rispetto al passato.

Oggi infatti sempre più genitori, educatori, operatori si pongono domande che prima non erano nemmeno immaginabili: *Cosa sta sentendo? Cosa vuole dirmi? Come posso aiutarlo a esprimere quello che prova, anche se non ha ancora le parole?*

Queste domande sono un primo passo. Ma c'è una cosa che ancora molti faticano a comprendere: un bambino piccolo non può regolare da solo ciò che prova. E soprattutto, non può comunicarlo facilmente.

Ed è proprio qui che nasce la frustrazione.

Perché immagina cosa voglia dire sentire qualcosa intensamente (fame, rabbia, paura, bisogno di attenzione) e non riuscire a comunicarlo. Non trovare il modo. Non sentirsi capiti.

Quando diciamo che un bambino *non sa gestire quello che sente*, non è una metafora: è un dato biologico. Il cervello di un neonato e di un bambino nei primi anni di vita è ancora in costruzione, in particolare nella sua parte più "razionale": la corteccia prefrontale.

È quella che ci permette, da adulti, di dire "ok, adesso mi calmo", "aspetta, rifletto", "non ha senso arrabbiarsi per questa sciocchezza".

Ma nei primi anni questa parte del cervello è immatura, poco connessa alle aree più primitive ed emotive, come l'amigdala, che invece è già perfettamente attiva e reattiva fin dalla nascita.

Risultato?

Il bambino sente tutto. Ma non sa filtrare, regolare, gestire. Ogni emozione, anche piccola, può travolgerlo. Ha fame? È come se stesse morendo di fame. Ha paura? È una paura totale. Ha bisogno della mamma? È un bisogno urgente, assoluto. E se in quel momento non riesce a dirlo, o nessuno lo capisce, scatta la frustrazione.

In questa fase della vita, il bambino non può ancora autoregolarsi. Ha bisogno dell'adulto per farlo. L'adulto è, in un certo senso, la sua corteccia prefrontale esterna.

È chi sta lì con calma mentre lui piange. È chi lo contiene senza sgridare.

È chi dà un nome a quello che sta provando: “Sei arrabbiato perché non riesci a mettere il coperchio, vero?”.

È chi non nega l'emozione, ma la riconosce. E ogni volta che questo succede, il bambino impara. A piccoli passi, costruisce dentro di sé gli strumenti per riconoscere, nominare, gestire le emozioni.

È qui che entra in gioco la lingua dei segni per bebè

Perché un bambino che può *segnare* un'emozione, una richiesta, un disagio, non ha sempre bisogno di passare attraverso una crisi o un pianto per farsi capire.

Un bambino che può fare il segno di “acqua” non ha bisogno di piangere per dieci minuti prima che qualcuno indovini cosa vuole.

Un bambino che può fare il segno di “paura”, o di “aiuto”, o di “ancora”, ha a un ponte. Un codice. Un modo per farsi ascoltare prima di disperarsi.

Certo con il tempo anche noi poi diventiamo sempre più bravi a indovinare e cogliere segnali, ma domandati quante volte succede che il tuo bambino, quando vuole qualcosa, inizi prima con il pianto perché è come se avessi interiorizzato che così tu lo capirai? Quante volte invece capita che tu stessa non riesca a interpretare i suoi segnali, le sue parole confuse?

È questo ovviamente può creare frustrazione per entrambi.

Quindi capirsi attraverso i segni senz'altro aiuta entrambi a non sentirsi frustrati, a comunicare meglio e, comunicando meglio, a costruire più sicurezza.

Attenzione però, su questo voglio essere molto chiara. Usare i segni non vuole dire eliminare ogni momento difficile (come dicevo i bambini sono ancora immaturi e incapaci di controllare certe emozioni), ma vuole dire offrire al bambino e al genitore uno strumento concreto per prevenire certe difficoltà e per affrontarle meglio.

Vuole dire che anche se ha solo 12 mesi, può comunicare “voglio ancora”, “non mi piace”, “aiutami”.

E questo riduce drasticamente i momenti di pianto inconsolabile, di rabbia, di incomprensione. Significa fargli vivere la sua quotidianità con più serenità. Significa costruire un senso di fiducia nel genitore. *“lo posso farmi capire. I miei genitori mi ascoltano e mi capiscono.”*

Rifletti un attimo: come ti senti quando hai un problema e il tuo partner o un tuo amico non capisce quello che provi e quello di cui hai bisogno?

Recentemente ho vissuto un periodo veramente difficile in cui ho provato in mille modi a spiegare a mio marito quanto io mi sentissi infelice nonostante fondamentalmente avessi tutto quello di cui avevo bisogno, un bambino bellissimo, sano, un uomo che mi ama, una casa sicura e confortevole e una stabilità economica. Eppure la solitudine, la mancanza di aiuti con mio figlio, la lontananza dalla mia famiglia iniziavano a pesare notevolmente e lui non riusciva a capire come una babysitter e un'uscita ogni tanto non riuscissero a colmare quel vuoto.

Sentire invece che la mia migliore amica mi comprendeva profondamente, perché era madre anche lei, parlarne apertamente, lamentarmi senza sentirmi un'ingrata mi faceva sentire decisamente meglio.

Questi per noi possono essere momenti isolati, ma per un bambino sono quotidianità. Quindi immagina quanto possa fare la differenza offrire uno strumento capace di aiutarli a comunicare tutto il mondo che ora sappiamo hanno dentro.



### Ricorda che...

Nei primi anni di vita, i bambini provano emozioni intense ma non hanno ancora gli strumenti per comunicarle in modo chiaro. Questo genera frustrazione, sia per loro che per chi li accudisce. La lingua dei segni per bebè riduce questo divario: permette al bambino di esprimere bisogni, desideri ed emozioni prima delle parole, rendendo la comunicazione più semplice e diretta, riducendo così la frustrazione sia del bambino che del genitore.

## 23. SEGNi PER LE EMOZIONI



Quando il bambino non riesce a esprimere cosa prova, spesso lo fa con il corpo: urla, piange, si irrigidisce. I gesti, in questo caso, non servono a “educare”, ma a offrire uno strumento. Mettere un nome visivo a ciò che accade dentro di sé permette al bambino di iniziare un percorso di alfabetizzazione emotiva. È un modo per sentirsi visti, accolti e compresi, anche quando non si riesce a parlare, e mette le basi per l’empatia, per riconoscere anche negli altri queste stesse emozioni.

È molto importante accompagnare questi segni con espressioni del viso adeguate alle emozioni che rappresentano.

### ANNOIATO



Porta l’indice della mano destra vicino alla narice, con il palmo rivolto in avanti e le altre dita piegate. Poi ruota leggermente l’indice su se stesso portandolo in avanti, mantenendo un’espressione annoiata.

### ARRABBIATO



Porta la mano destra ben aperta davanti al viso, con il palmo rivolto verso di te. Allontanala leggermente mentre chiudi la mano, unendo le punte delle dita. Accompagna il gesto con un’espressione facciale arrabbiata.

### FELICE



Tieni entrambe le mani aperte con i palmi rivolti verso l’interno. La sinistra all’altezza del petto e la destra vicino al fianco. Muovile verso l’interno con un movimento a ventaglio, accompagnandolo con un’espressione sorridente.