

4 COSE CHE DOVRESTI ASSOLUTAMENTE SAPERE SULL'AUTOSTIMA DEI BAMBINI.



WWW.DIDATTICAPERSUASIVA.COM

Conoscere come si sviluppa una buona autostima nei bambini ci permette di comprendere quali sono le cose da evitare per affossarla. Ma sai da cosa viene influenzata? Sai quali sono i fattori determinanti che ne permettono un sano sviluppo?

**UN'AUTOSTIMA SANA È CONSIDERATA IMPORTANTE
NEI BAMBINI, PERCHÉ È IN ETÀ INFANTILE CHE SI
GETTANO LE BASI DELLE PERCEZIONI CHE SI
AVRANNO DI SÉ NEL CORSO DELLA VITA.**

Dunque, sapere come e da cosa viene influenzata un'autostima forte e robusta è importantissimo per noi docenti, per logica, dovremmo essere noi tra i loro primi promotori e non i loro peggiori detrattori. Nell'articolo che stai per leggere scoprirai quali sono i fattori che la influenzano e come dovremmo comportarci di fronte ad un bambino con una bassa autostima.

Devi sapere che in psicologia dell'età evolutiva un'**AUTOSTIMA POSITIVA È CONSIDERATA IL FATTORE CENTRALE DI UN BUON ADATTAMENTO SOCIO-EMOZIONALE**; in questo semplice schema vediamo quali sono i fattori principali che ne generano il suo potenziamento o che possono essere il suo peggior demolitore.



Prima di andare avanti facciamo chiarezza su che cos'è l'**AUTOSTIMA**?

L'AUTOSTIMA È IL RAPPORTO TRA COME SIAMO E COME VORREMMO ESSERE.

È in sostanza il risultato di una valutazione su noi stessi che facciamo sulla base di criteri costruiti sui confronti delle nostre caratteristiche con quelle degli altri o in alternativa, sulla nostra efficacia rispetto alla risoluzione di difficoltà o problemi.

L'AUTOSTIMA È LA COSTRUZIONE PROFONDA DI SENTIRSI ADEGUATI ALLA VITA E ALLE SUE RICHIESTE.

E' fiducia nelle nostre capacità di pensare e di superare le sfide fondamentali della vita. Il **valore della stima** sta nel fatto che ci **permette di reagire alle sfide** e alle opportunità in modo più appropriato, sapendo sfruttare le nostre risorse.

Naturalmente, anche le diverse esperienze della vita hanno un peso: l'immagine di sé si costruisce vivendo i successi ed elaborando gli insuccessi, fino a crearsi nuove prospettive.

Una sana autostima porta alla razionalità, al realismo, all'intuito, alla creatività, all'indipendenza, alla flessibilità, alla capacità di gestire i cambiamenti, al desiderio di ammettere e correggere gli errori, alla cooperazione.

Una bassa autostima porta all'irrazionalità, alla cecità nei confronti degli eventi e della realtà, alla rigidità, alla paura di ciò che è nuovo o diverso, a una conformità o a una ribellione fuori luogo, a comportamenti sulla difensiva o troppo condiscendenti o di controllo, alla paura e all'ostilità verso gli altri.

Dopo aver compreso meglio che cosa sia l'autostima, passiamo a guardare nel dettaglio i 4 pilastri che influenzano l'autostima, quelli osservati precedentemente nello schema iniziale:

L AUTOSTIMA E' INFLUENZATA DA 4 AMBITI PRINCIPALI:

- **AMBITO FAMILIARE.**
- **AMBITO SCOLASTICO.**
- **AMBITO SOCIALE/INTERPERSONALE.**
- **IMMAGINE CORPOREA.**
- **AMBITO FAMILIARE**

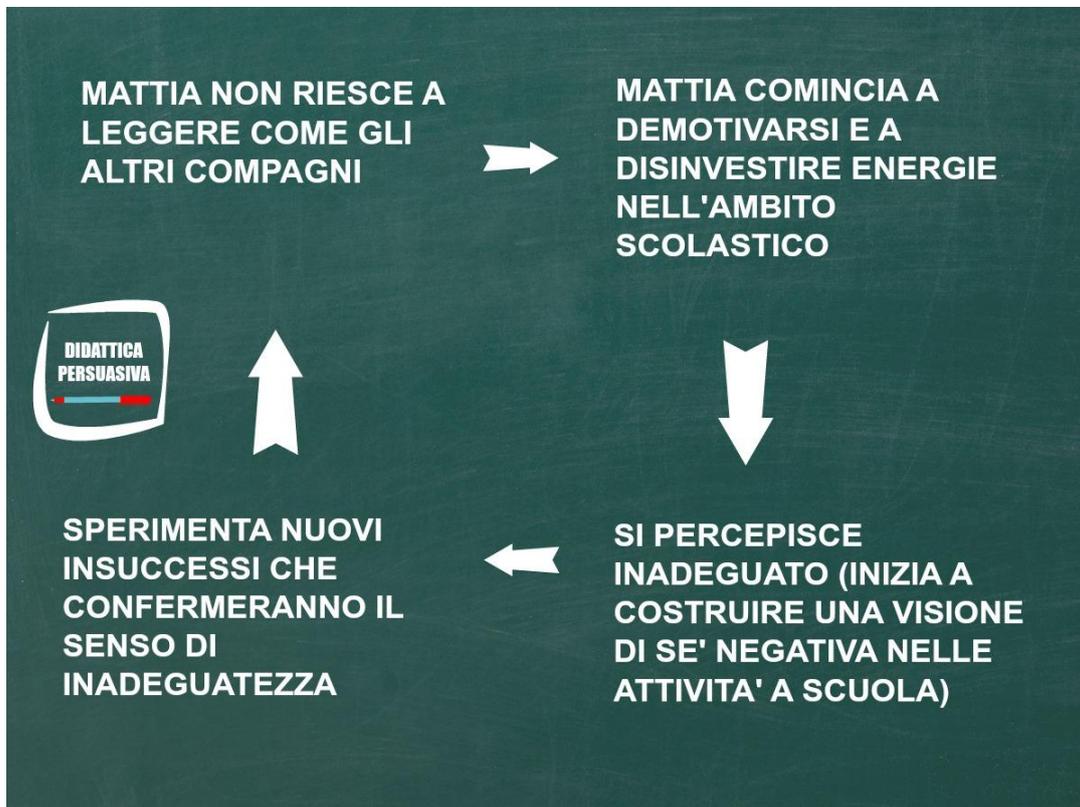
La propria autostima non è innata, ma è generata da un processo percettivo, che si sviluppa nell'osservare e nell'ascoltare i genitori in primis, imitando i loro comportamenti, ponendoli al centro del proprio interesse e vissuto. Il bambino vive e sente proprio sia l'orgoglio che la delusione che i genitori vivono nei suoi confronti ed attraverso questi atteggiamenti lentamente costruisce l'immagine di sé.

AUTOSTIMA E FUNZIONAMENTO SCOLASTICO

Molti studi hanno messo in evidenza come il funzionamento scolastico rappresenti uno dei fattori più importanti in grado di condizionare l'autostima, noi come docenti e come ex studenti dovremmo saperlo. Oltre a essere una componente base della salute mentale, l'autostima appare associata ai successi scolastici.

PERFORMANCE SCOLASTICA E AUTOSTIMA SI TROVANO QUINDI IN UN RAPPORTO INTERATTIVO

Ti faccio un esempio concreto per capirlo meglio: cosa può accadere se un Disturbo Specifico di Apprendimento non viene riconosciuto?



AMBITO SOCIALE/INTERPERSONALE.

Allorché i bambini hanno sviluppato una serie di idee su come sono, è probabile che comincino a comportarsi con maggiore frequenza in modi conformi al proprio concetto di sé, provocando negli altri feedback tali da avvalorare ulteriormente l'immagine che si sono creati di sé stessi

Questo è quello che viene definito **L'EFFETTO PIGMALIONE** è conosciuto anche con il nome di **“profezia**

auto-avverante” o come **effetto Rosenthal** dal nome dello psicologo tedesco che per primo parlò di questo fenomeno.

Si tratta di una forma di **suggestione** psicologica per cui le persone tendono a conformarsi all'immagine che altri individui hanno di loro, sia essa un'immagine positiva che negativa. Per fare un esempio pratico, basta citare l'esperimento condotto dallo stesso **Robert Rosenthal** e dalla sua equipe che sottoposero alcuni bambini di una scuola elementare a un test d'intelligenza. Dopo il test, in modo casuale, vennero selezionati alcuni bambini ai cui insegnanti fu fatto credere che avessero un'intelligenza sopra la media.

La suggestione fu tale che, quando l'anno successivo Rosenthal si recò presso la scuola elementare, dovette constatare che, in effetti, il rendimento dei bambini selezionati era molto migliorato e questo solo perché gli insegnanti li avevano influenzati positivamente con il loro atteggiamento, inconsapevoli del fatto che fosse tutto legato alla suggestione.

**IN QUESTO MODO IL GIUDIZIO DEGLI ALTRI DIVENTA
UNA PROFEZIA CHE SI AUTO-AVVERA RIGUARDO AL
CONCETTO DI SÉ DEL BAMBINO E AL SUO
COMPORTAMENTO.**

Bassa autostima e rischio psicopatologico.

Le frustrazioni conseguenti alle difficoltà di apprendimento possono ridurre il livello di autostima del bambino e aumentare il rischio di disturbi emotivi-psicologici:

- ansia,
- enuresi,
- disturbi del comportamento,
- instabilità psicomotoria,
- depressione ...

IMMAGINE CORPOREA

Le difficoltà scolastiche sono a volte associate a un quadro di instabilità psicomotoria. L'instabilità può far parte di uno stato reazionale a una situazione ansiogena o problematica per il bambino.

RICORDIAMO CHE QUANTO PIÙ IL BAMBINO È PICCOLO, TANTO PIÙ FACILMENTE IL SUO MODO DI ESPRIMERE UN DISAGIO O UNA TENSIONE PSICHICA PASSA PER IL CORPO

Ma quale aiuto per i bambini con bassa autostima?

Innanzitutto non negare l'esistenza del problema, ma restituire il significato alla sofferenza dovuta agli insuccessi precedenti, non minimizziamoli né facciamo finta che non esistano. Una bassa autostima si è creata in un tempo molto lungo e abbiamo bisogno di tempo perché questa possa essere orientata nuovamente verso il riconoscimento delle proprie potenzialità, piuttosto che verso le proprie mancanze.

Dobbiamo intervenire, perché si eviti la sua cristallizzazione che si tramuta spesso in una reazione di difesa, dovuta alla ferita insanabile della propria identità che si traduce spesso in: “Non ci riesco non ne vale la pena”.

LE TRE CATEGORIE PIÙ IMPORTANTI SULLE QUALI PUOI LAVORARE SONO:

- **AIUTA IL BAMBINO AD AVERE CONSAPEVOLEZZA PRECOCEMENTE DELLA PROBLEMATICIA;** “HAI UN CARATTERE TIMIDO, MA PUOI IMPARARE AD ESSERE DIVERSO SE LO DESIDERI”.
- **EVITA DI ALIMENTARE L’INSTAURARSI DI UNA DINAMICA DI VERGOGNA/COLPA, SOTTOLINEANDO IN MANIERA ERRATA I SUOI FALLIMENTI, QUESTO PUÒ PREGIUDICARE ANCHE L’ACCETTAZIONE DI OGNI AIUTO.**
- **INCORAGGIALO A SPERIMENTARE LA CAPACITÀ DI AGIRE SULLA REALTÀ ESTERNA PER MODIFICARLA. SPINGILO A FARE POSSIBILMENTE CIO’ IN CUI RIESCE MEGLIO PER POI AVVICINARLO A COSE MENO GRADITE.**

Gli interventi sul bambino che devi mettere in campo devono essere di rassicurazione e di sostegno, affinché egli possa superare i sentimenti di inadeguatezza e di frustrazione ed acquisire una maggiore fiducia in sé stesso. Incoraggialo sì, ma non facendogli credere di essere invincibile, fai sì che abbia

uno sviluppo armonico, ma che conservi pure aree di vulnerabilità sulle quali possa ragionare autonomamente e sviluppare strategie di auto-efficacia.

Noi possiamo fare molto per far crescere e sviluppare una buona autostima. E se fossimo noi la loro ultima grande occasione per capirlo? E se fossimo noi la loro ultima opportunità che incontreranno per cambiare in meglio?

Se hai voglia di confrontarti con me, contattami pure sulla mia pagina Facebook: **DIDATTICA PERSUASIVA** e se desideri avere altri aggiornamenti dal blog ricordati di iscriverti.

IO SONO DALL'ALTRA PARTE DELLA RETE.

Buon lavoro.