

**Bambini**



# 8 strategie anti sconfitta

**L'autostima, in chi cresce, si costruisce poco a poco. Un libro insegna come**  
di Gloria Riva

**U**na nota sul diario, un brutto voto, l'ultimo posto a una gara: le piccole sconfitte sono grandi tragedie per un bambino. Ma vanno affrontate, «perché il peggior errore è fingere che nulla sia successo». Parola di Roberto Gilardi, formatore e professore in Scienze della formazione all'Università di Trento, autore di *Quando manca l'applauso. Come aiutare i nostri figli ad affrontare l'insuccesso* (Franco Angeli editore). Nel libro Gilardi sostiene che il "palazzo" dell'autostima dei propri figli si costruisce su otto pilastri. Primo, la legittimazione: l'insuccesso va riconosciuto, è inutile reagire dicendo «sù, non prendertela, non fa nulla», meglio condividere la gravità del momento negativo. Poi il *modeling*. La reazione che un bambino ha di fronte a una "catastrofe" spesso è spiccicata a quella dei genitori. Mamma si abbuffa di dolci perché al lavoro è andato tutto storto? Probabilmente il suo bimbo farà la stessa cosa. Terza regola, usare la narrazio-

ne: recuperare storie di brutti anatroccoli diventati cigni aiuta i piccoli ad avere fiducia in se stessi. Fondamentali sono anche le rassicurazioni: «Ok, questo compito è andato male, ma se lavorerai sodo vedrai che il prossimo andrà meglio». Ecco come le parole di conforto vanno indirizzate al futuro. Altro atteggiamento importante è l'immedesimazione: è solo quando riesce a capire cosa passa nella testa del figlio che un genitore potrà essergli di aiuto. La sicurezza, inoltre, si trasmette con l'accompagnamento: una sfida è più facile da affrontare con qualcuno al fianco, il papà, la mamma o l'amico del cuore. Mentre la divergenza è la fantasia che mamma e papà devono avere per trovare una strada diversa: la matematica è una noia mortale? Servono idee per renderla divertente. Infine, a volte è necessaria una "ricostruzione" per ritrovare la motivazione e l'entusiasmo iniziale. Funziona, per esempio, di fronte al crollo di una passione, per esempio per lo sport o la musica.

1. Piumino ultra leggero con cappuccio removibile. Herno (370 euro). 2. Corto cardigan di mohair, Liu Jo Junior (99 euro). 3. Abitino di seta stampata, Twin-Set Simona Barbieri (da 164 euro). 4. Anfibi di vernice a fiori, Primigi (da 59,90 euro). 5. Stivaletti di suède, Hogan Junior (190 euro). 6. Bassotto di peluche, Harmont & Blaine (19,50 euro). Still-life Paolo Bramati. Servizio Francesca Izzi.

Foto di Getty Images

