



## AUTOSTIMA NEI BAMBINI: “QUANDO MANCA L’APPLAUSO. COME AIUTARE I NOSTRI FIGLI AD AFFRONTARE L’INSUCCESSO” (2015) – RECENSIONE

[RSS FEED](#)  
0 COMMENTI

ARGOMENTI

Psicologia

SI PARLA DI

Autostima · Bambini e Adolescenti

Open School - Studi Cognitivi

SCRITTO DA

Marina Morgese



SONO CITATI NEL TESTO

Gilardi Roberto

CATEGORIE

Recensioni

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

Newsletter

CONSIGLIACI SU FACEBOOK



*‘Quando manca l’applauso’ di R. Gilardi espone come si coltiva l’**autostima nei bambini** e nei ragazzi e come valorizzarli, anche nelle battute d’arresto*

ID Articolo: 122287 - Pubblicato il: 24 giugno 2016

di Marina Morgese

# QUANDO MANCA L’APPLAUSO

Come aiutare i nostri figli  
ad affrontare l’insuccesso

Messaggio pubblicitario



Corso di Laurea Triennale in Psicologia  
Corso di Laurea Magistrale in Psicologia Clinica

Condividi



A fronte dei tanti consigli pratici per accrescere l'**autostima nei bambini**, abbiamo anche sufficienti vademecum su come affrontare quelle situazioni in cui l'**autostima** viene scalfita da esperienze negative? Come aiutare i piccoli a mandare giù un boccone così amaro per la loro età e digerirlo? Un aiuto prezioso è raccolto del libro *'Quando manca l'applauso. Come aiutare i nostri figli ad affrontare l'insuccesso'*.

Marina Morgese – OPEN SCHOOL, Studi Cognitivi Milano

Navigando nel web è facile trovare siti internet in cui si dispensano consigli su come aumentare l'**autostima nei bambini**. Inutile negarlo, viviamo nell'epoca dell'autoaffermazione, raggiungere un certo successo personale, quasi senza lasciare spazio a sconfitte e fallimenti, è diventato uno scopo primo in molti di noi e dunque sarebbe bene preparare il terreno anche ai più piccoli, in modo che siano pronti a sentirsi sicuri di sé e in grado di affrontare meglio il mondo.

Cosa sia l'**autostima**, è difficile spiegarlo in poche parole, ma la definizione più accreditata in letteratura è quella di Battistelli che la definisce come un *'Insieme dei giudizi valutativi che l'individuo dà di se stesso'*. Cooley e Mead invece, danno una definizione di **autostima** meno concentrata sul singolo individuo e più relazionale, essi la definiscono come un prodotto che scaturisce dalle interazioni con gli altri, che si crea durante il corso della vita come una valutazione riflessa di ciò che le altre persone pensano di noi.

Messaggio pubblicitario

Tra le interazioni più importanti nel corso della crescita troviamo naturalmente quella con i genitori, a queste si aggiungono quelle con gli insegnanti e con i pari. Ecco così che si creano, in un continuo influenzarsi a vicenda, aspettative su ciò che l'individuo vorrebbe essere e ciò che gli altri gli suggeriscono di dover essere: queste aspettative si uniscono, quasi fossero tasselli di un puzzle, arrivando a definire il Sé ideale di ognuno di noi.

L'**autostima** è tanto maggiore quanto più il Sé reale (ciò che realmente siamo) si avvicina al Sé Ideale (ciò che vorremmo essere).

Un'**autostima positiva** è considerata il fattore centrale di un buon adattamento socio-emozionale, essa è connessa a un funzionamento personale più efficace: per esempio la **depressione** è stata collegata a uno stile cognitivo che comporta una valutazione eccessivamente critica e negativa del Sé (Beck, 1976).

Un'**autostima sana** è stata sempre considerata importante nei bambini perché è in età infantile che si gettano le basi delle percezioni di Sé che si avranno nel corso della vita. La competenza socio-emozionale che deriva da un'autovalutazione positiva può essere una forza che aiuterà a evitare al bambino gravi problemi futuri (Pope et al, 1993).

MESSAGGIO PUBBLICITARIO



HAI UNA DOMANDA?



SEGUICI SU TWITTER

Segui @stateofmindwj

EVENTI IN PROGRAMMA



Modena Italia, 24/06/2016 (18:30 - 20:30)  
**La terapia metacognitiva : un modello per il trattamento di ansia e depressione, Studi Cognitivi Modena**



Mestre Venezia Italia, 02/07/2016 - 03/07/2016  
**Diagnosi e terapia dell'obesità: dai modelli biologici, educativi e psicoterapeutici alle applicazioni cliniche multidisciplinari - Mestre Venezia, Luglio 2016**

MESSAGGIO PUBBLICITARIO

Capita a volte, però che il divario tra Sé Ideale e Sé Reale si amplifichi, generando un abbassamento del livello di autostima.

Una persona con **bassa autostima** essenzialmente sarà una persona convinta che ci sia poco in lei di cui andare fieri, una **bassa autostima** può essere limitatamente dannosa se influisce negativamente solo su poche parti del concetto di sé correlate agli aspetti importanti della propria vita (Pope et al, 1993).

Eppure noi tutti, prima o poi, facciamo i conti con un punto d'arresto, un momentaneo stop alla nostra autoaffermazione, e spesso le prime esperienze le si fanno da bambini: un brutto voto a scuola, un battibecco con un amico e così la distanza tra il Sé reale e il Sé ideale viene improvvisamente ad estendersi, non senza conseguenze negative sulla vita emotiva e relazionale dei più piccoli.

## Autostima nei bambini: 'Quando manca l'applauso'

Ritornando al punto di partenza dell'articolo, la domanda sorge abbastanza spontanea: a fronte dei tanti consigli pratici per accrescere l'**autostima nei bambini**, abbiamo anche sufficienti vademecum su come affrontare quelle situazioni in cui l'**autostima** viene scalfita da esperienze negative? Come aiutare i piccoli a mandare giù un boccone così amaro per la loro età e digerirlo?

Un aiuto a mio avviso estremamente prezioso è raccolto del libro '*Quando manca l'applauso. Come aiutare i nostri figli ad affrontare l'insuccesso*'.

Il libro, scritto da Roberto Gilardi ed edito da **Franco Angeli**, espone in poche e scorrevoli pagine cosa si intende per **autostima**, come si costruisce e come si "coltiva" l'**autostima nei bambini** e nei ragazzi e dunque come valorizzarli. E le battute d'arresto alla costruzione della **stima di sé**? L'autore mostra anche cosa significa insuccesso e soprattutto come rendere l'insuccesso costruttivo per la crescita di adulti e ragazzi.

Frase emblema del libro è: *Se vuoi costruire **autostima** in tuo figlio insegnagli a fare una torta.*

Il libro si divide in cinque capitoli: partendo dalle basi, l'autore non lascia i lettori soli a navigare nel mare delle idee confuse sul concetto di **autostima** e sul processo in cui l'**autostima nei bambini** prende forma. Gilardi fa chiarezza sul tema, concentrandosi soprattutto sugli **oggetti di stima**, criteri sui quali misuriamo la valutazione di noi stessi. Già da queste prime righe, si evince un pratico suggerimento ai lettori: mettersi in guardia dalle generalizzazioni valutative di noi stessi e degli altri. Sentirsi di '*Non valere nulla*' oppure sentirsi '*un figo*' non sono altro che fraintendimenti, essi non corrispondono alla realtà, sono astrazioni generali effettuate su aspetti particolari (prendere 6 in matematica non significa essere un buono a nulla). L'autore pone così l'attenzione ai diversi **oggetti di stima** con cui misuriamo noi stessi: dall'aspetto fisico alle competenze, dai valori all'amore per se stessi.

Messaggio pubblicitario

Ecco che il secondo capitolo offre una mappa orientativa (con tanto di illustrazione e di *Voi siete qui*) per aiutare i lettori a destreggiarsi nel duro tentativo di aiutare i più giovani a recuperare una buona **stima di sé** nonostante esperienze ed ambienti avversi. Il capitolo si apre con una lunga lista di domande avanzate da alcuni genitori all'autore del libro, nel corso di alcuni incontri in un Liceo Artistico. Le voci e le domande sono dunque quelle di veri genitori e insegnanti alle prese con i problemi dei propri figli e dei propri alunni, l'autore prende spunto da queste, cercando di fornire delle risposte: è così che viene presentato anche il modo in cui stendere un buon piano d'azione e tutte le diverse



SEGUI IL CANALE YOUTUBE



Iscriviti al canale [State of Mind](#)

MESSAGGIO PUBBLICITARIO

CHI STA VISUALIZZANDO QUESTA PAGINA

2 utenti

## CERCHI UN TERAPEUTA?



modalità di sostegno all'**autostima dei bambini** e dei ragazzi che si possono offrire quando non "si riceve l'applauso".

Il terzo capitolo sposta l'accento su come siano le influenze altrui a decretare il successo di una persona e, per rendere la lettura più scorrevole, l'autore propone qui (come in molte altre parti del libro) un racconto molto divertente di come siano le aspettative genitoriali, e dell'ambiente esterno in generale, a fare di un povero bambino una macchina da guerra spronata a bruciare in fretta tutte le tappe.

Ridendo si riflette, ci si riconosce negli aneddoti e, forse, si riesce a fare qualche mea culpa.

Il quarto capitolo affronta più da vicino il tema dell'insuccesso e del fallimento, anche qui corredato da numerose storie e aneddoti. L'autore va oltre i racconti, però, e dedica diverse pagine delineando i principali modi con cui gli adulti possono aiutare i più giovani ad affrontare un insuccesso: accoglienza, comprensione, correzione, revisione.

Il libro si chiude con un ultimo capitolo, a mio avviso sublime, che mette a confronto successo ed esistenza e, per far ciò, l'autore racconta e si fa narratore di ciò che penserebbe un lettore anziano, molto in là con gli anni, mentre legge le prime pagine del libro '*Quando manca l'applauso*'. Per chi ha una visione diversa della vita, meno legata all'affanno dell'affermarsi e forse più attraccata a ricordi e rimpianti, come cambia il concetto di successo? Che peso ha l'esistenza e la consapevolezza di essere solo una parte infinitesimale dell'universo sulla valutazione di noi stessi dopo un fallimento?

Lungo tutto il libro si assiste a un dialogo tra l'autore e la propria coscienza che, quasi a rappresentare un lettore impaziente, da libero sfogo a domande e frecciate rivolte allo scrittore, aiutandolo però a seguire un filo del discorso lineare e una presentazione degli argomenti assolutamente non dispersiva. Che sia una metafora di come dalle pressanti aspettative degli altri si può ricavare anche qualcosa di positivo per il proprio cammino?

Consiglio la lettura del libro a tutti i professionisti che lavorano con bambini e adolescenti e soprattutto ai genitori: l'autore riesce a far riflettere senza colpevolizzare nessuno, offre una visione più ampia delle risorse personali che ognuno può attivare per non lasciarsi scoraggiare dagli insuccessi. Un esempio di risorsa per sostenere il processo di fortificazione dell' **autostima nei bambini** e nei ragazzi? Come dice la frase emblema del libro: fare una torta! Preparare un dolce insieme significa:

“*...dedicare tempo, e dedicare tempo significa trasferire valore, quel valore e quell'amore per sé che magicamente prende corpo e si cementa nell'animo di una persona che sente di essere importante, di avere valore ed essere degno di amore, attenzione e tempo dedicato.*”

VOTA L'ARTICOLO



(voti: 1, media: 5,00 su 5)

Argomento dell'articolo: [Psicologia](#)

Si parla di: [Autostima](#), [Bambini e Adolescenti](#), [Open School - Studi Cognitivi](#)

Scritto da: [Marina Morgese](#)

Sono citati nel testo: [Gilardi Roberto](#)

Categorie: [Recensioni](#)

Articolo consigliato dall'autore