



AUTOSTIMA **LO SVILUPPO DELLA** **FIDUCIA IN SE STESSI**

Incontro con la Psicologa dello Sport

Dott.ssa Alessandra Mosca

Giovedì 08 Febbraio ore 21.00

L'evento è stato moderato dalla Psicologa dott.ssa Alessandra Mosca

Quello svoltosi ieri sera presso la sala stampa "Sabatino D'Angelo" è stato un incontro interattivo, con la partecipazione di genitori e istruttori, in cui si è cercato di dare tutti insieme una definizione dell'autostima, ovvero un paradigma che deve essere costruito giorno dopo giorno attraverso strategie cognitive, e che non scaturisce esclusivamente da esperienze interne individuali, ma si genera soprattutto dalle esperienze ambientali che il bambino sperimenta nel corso della sua vita.

L'autostima è profondamente influenzata dai feedback che i bambini ricevono da chi gli sta intorno e per poter essere idonei alla crescita devono essere equilibrati e contenere informazioni utili. Per lavorare sullo sviluppo dell'autostima in maniera equilibrata ed efficace, dunque, è importante improntare un tipo di didattica formulata su prove ed errori attraverso il problem solving, ed è determinante un orientamento al compito e non al sé, non alla vittoria ma al miglioramento; è importante, infine, un'adeguata struttura del rinforzo cercando di trovare delle alternative alle ricompense materiali.

Ufficio Stampa