


Benessere e autostima a scuola

Dobbiamo ampliare la consapevolezza verso la qualità delle nostre azioni, parole e gesti, al fine di costruire una sana autostima nei bambini

 di **Silvia Iaccarino**  2 minuti di lettura 01 marzo 2021

Garantire il benessere dei bambini per gli insegnanti dovrebbe essere uno degli aspetti più importanti nello svolgimento del proprio lavoro

GLI OCCHI DEGLI ALTRI

Tanti sono gli ambiti su cui è necessario portare la propria attenzione per sostenere il benessere dei bambini, qui vorrei prendere in esame il tema dell'autostima.

Essa riguarda l'opinione che ciascuno ha di sé stesso e la qualità di questa opinione è fortemente influenzata dallo sguardo che gli "altri significativi" appoggiano su di noi da quando veniamo al mondo. Il modo in cui gli adulti ci considerano, fin da quando siamo piccoli, diventa la base su cui via via costruiamo il modo in cui noi stessi ci consideriamo. Sentirci amati, amabili, di valore e speciali agli occhi altrui sono pietre angolari su cui il nostro sé va a fondarsi solidamente. Quando, soprattutto da bambini, non sentiamo che i nostri adulti di riferimento sono orgogliosi e "soddisfatti" di noi, il nostro ben-essere può essere messo a repentaglio.

SOSTENERE L'AUTOSTIMA

Poiché i bambini trascorrono a scuola una buona parte delle proprie giornate e gli insegnanti rappresentano figure di riferimento significative nelle loro vite, è chiaro quanto il loro sguardo benevolo sia a sua volta fondamentale.

In che modo possiamo sostenere la costruzione di una buona immagine di sé nei bambini di cui ci occupiamo? La risposta a questa domanda è molto ampia, ma possiamo focalizzarci su alcuni punti basilari.

a) Porre attenzione ai tocchi e ai gesti che rivolgiamo ai bambini, che dovrebbero essere meditati e abitati dalla presenza di un pensiero nutriente nei loro riguardi.

b) Essere consapevoli delle parole che utilizziamo nella relazione educativa: a volte rischiano di scivolare in etichette che incasellano l'intera persona, anziché focalizzare i singoli comportamenti.

c) Riflettere sulle nostre aspettative, sulle consegne e prestazioni che richiediamo, che in certi casi possono non essere in linea con la tappa evolutiva e le reali possibilità dei bambini.