



# LO SVILUPPO DELL'AUTOSTIMA

Lazise, 18 Marzo 2016

**Dott. Alessandro Albizzati**

U.O. Neuropsichiatria  
per l'Infanzia e l'Adolescenza ASST  
Santi Paolo e Carlo MILANO

# IL CONCETTO DI SÈ

---

**È l'insieme di concetti (credenze e conoscenze) che concorrono a formare l'idea che una persona ha di sè**

→ si sviluppa precocemente, tra il primo e secondo anno di vita

→ durante tutta la crescita le idee dei bambini sulle caratteristiche proprie e altrui mutano sino all'**adolescenza**, fase in cui inizia a differenziarsi in modo più stabile l'identità che accompagnerà la persona per tutta la vita



## **Sé percepito**

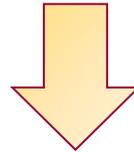
Visione soggettiva di abilità caratteristiche e qualità che l'individuo pensa siano presenti o assenti in lui (Pope, 1988)

## **Sé ideale**

Immagine della persona che un individuo aspirerebbe essere (Pope, 1988)

**«considerazione che un individuo ha di se stesso»  
(Galimberti U., 1999)**

- come si vede
- come si giudica
- valore che si attribuisce



Valutazione soggettiva che si esplica tramite  
un comportamento, una valutazione cognitiva e un'affettività

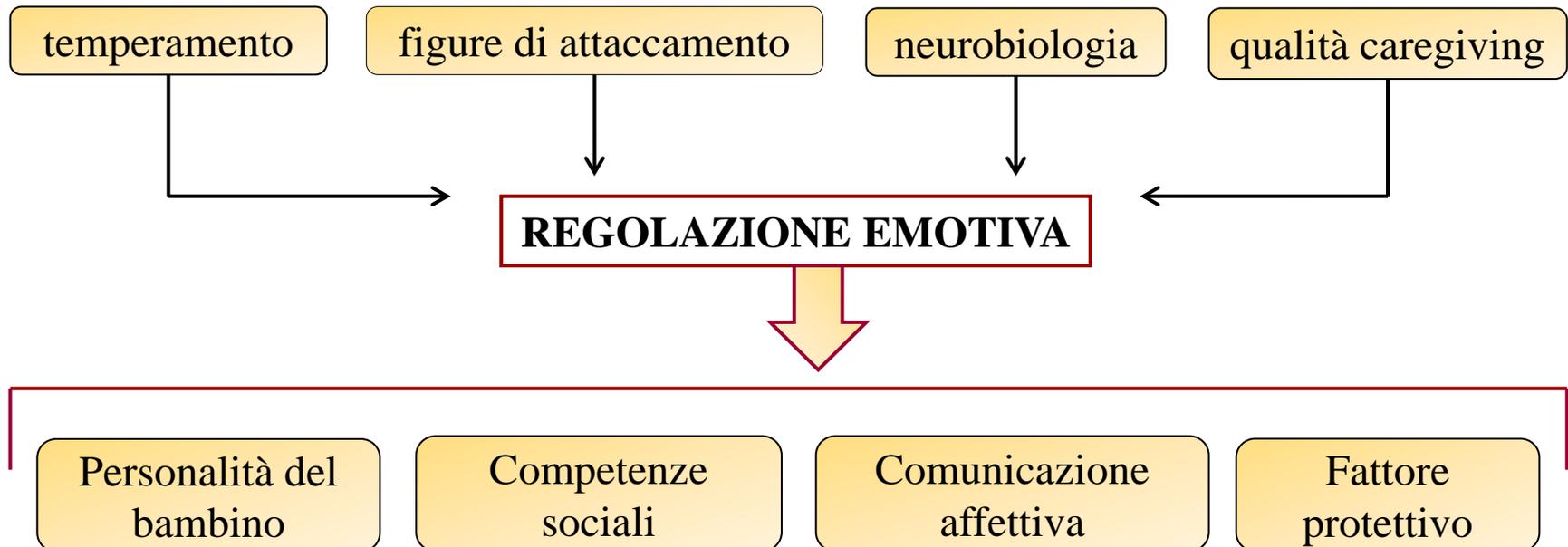
### **Origine autostima:**

- confronto tra sé percepito e sé ideale
- percezione relazione con le figure di attaccamento

## **AUTOSTIMA:** attaccamento e regolazione emotiva

**Primi due anni di vita:** sviluppo di pattern di attaccamento = repertorio innato di comportamenti, che ha come fine quello di mantenere la vicinanza con le figure di attaccamento. (Bowlby)

La ricerca di tale vicinanza consente al bambino di sviluppare capacità di autoregolazione emotiva.



## **AUTOSTIMA:** comunicazione affettiva e intersoggettività

---



**0 - 6 mesi di vita:** condivisione di stati emotivi

**6 - 12 mesi di vita:** condivisione di significati preverbalis e verbali

## AUTOSTIMA: Intersoggettività (Stern)

---

- ⊗ Il bambino sembra essere consapevole della mamma sin dai primi giorni di vita.
- ⊗ Le risposte di conferma e validazione della figura materna sono cruciali per lo sviluppo del senso di sé del bambino.
- ⊗ Il bambino sviluppa, in risposta ai processi di sintonizzazione affettiva del caregiver, un senso del sé-con l'altro.
- ⊗ L'individuo emerge da una “matrice intersoggettiva” che deriva da processi di sintonizzazione affettiva con la madre e altri caregiver.

***“Abbiamo bisogno dello sguardo degli altri per formare e tenere insieme noi stessi”***

(Stern, 2004)

## **AUTOSTIMA:** Intersoggettività – senso di sé

---



## **AUTOSTIMA:** linea di sviluppo

---

### ETÀ DI SVILUPPO

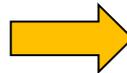
#### **Età prescolare**

Molteplici valutazioni di sé, in relazione a situazioni specifiche ed esperienze concrete



#### **Scuola elementare e media inferiore**

Valutazioni specifiche e generica valutazione globale



#### **Adolescenza**

Valutazione globale, si mantiene nell'età adulta

### VALUTAZIONE DEL SÉ RISPETTO A:

- Ambito sociale (compagni e genitori)
- Competenze cognitive
- Abilità fisiche

- Performances atletiche
- Successo scolastico
- Aspetto fisico
- Accettazione da parte dei coetanei
- Cognizione proprio valore generale

## AUTOSTIMA: linea di sviluppo

---

### ADOLESCENZA

l'**identità** appena abbozzata si gioca nel divario tra il non sapere chi si è e la paura di non riuscire a essere ciò che si sogna



**Identità futura**

Si forma dal riconoscimento dell'altro: - **a scuola**  
- **in famiglia**  
- in altri contesti sociali

Alla sua formazione concorrono: - Autoaccettazione  
- Autostima

**APPRENDIMENTI**  
**MOTIVAZIONE**  
**INVESTIMENTO**

## **AUTOSTIMA:** linea di sviluppo

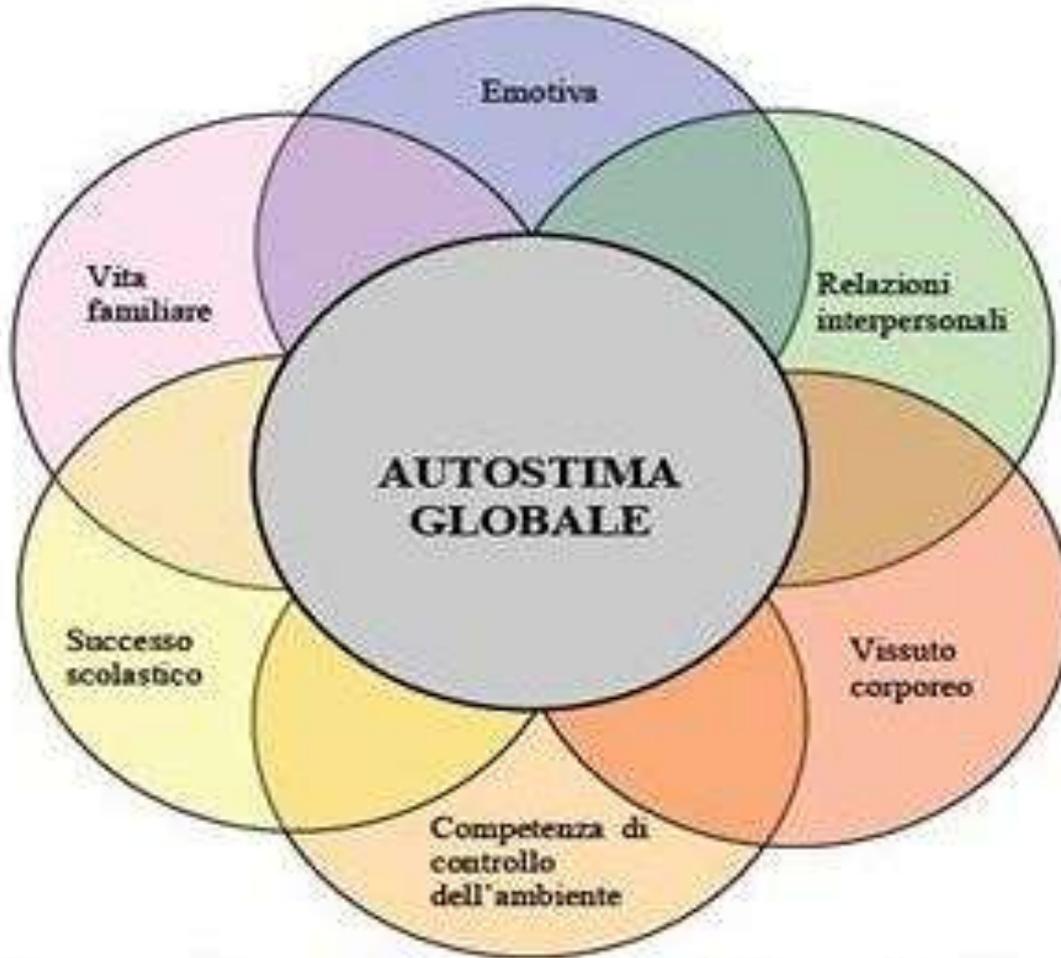
---

*“La scuola non deve mai dimenticare di avere a che fare con individui ancora immaturi, ai quali non è lecito negare il diritto di indugiare in determinate fasi, seppur sgradevoli, dello sviluppo. Essa non si deve assumere la prerogativa di inesorabilità propria della vita; non deve essere più che un gioco di vita”*

**S.Freud, Contributi a una discussione sul suicidio, 1910**

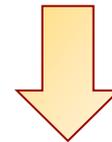
## **AUTOSTIMA:** modello gerarchico multidimensionale

---



### **AUTOSTIMA GLOBALE**

schemi che incorporano le risposte apprese e la valutazione soggettiva di esperienze e comportamenti passati, e che guidano i comportamenti futuri



Auto-valutazione che integra tutte le componenti della propria personalità

## AUTOSTIMA: ambiti di confronto

---

### AUTOSTIMA GLOBALE

```
graph TD; A[AUTOSTIMA GLOBALE] --> B(Ambito immagine corporea); A --> C(Ambito familiare); A --> D(Ambito sociale); A --> E(Ambito scolastico); B --> B1[Soddisfazione soggettiva rispetto al proprio apparire corporeo e relative prestazioni fisiche]; C --> C1[Vissuti soggettivi in quanto membro di un nucleo familiare]; D --> D1[Considerazione di sé nella relazione con gli altri in funzione del bisogno di socialità]; E --> E1[Valutazione delle proprie capacità e successi, e misura della percezione soggettiva degli stessi];
```

**Ambito  
immagine  
corporea**

Soddisfazione  
soggettiva  
rispetto al proprio  
apparire corporeo e  
relative prestazioni  
fisiche

**Ambito  
familiare**

Vissuti soggettivi in  
quanto membro di  
un nucleo familiare

**Ambito  
sociale**

Considerazione di  
sé nella relazione  
con gli altri  
in funzione del  
bisogno di socialità

**Ambito  
scolastico**

Valutazione delle  
proprie capacità e  
successi,  
e misura della  
percezione  
soggettiva degli  
stessi

# **AUTOSTIMA:** quadri psicopatologici: DCA, umore, ansia



DSM-5  
2013

## **STATO DI ANSIA** libera e anidetica

### **Disturbi del comportamento alimentare**

- Disturbo evitante/restrittivo dell'assunzione di cibo
- Anoressia nervosa
- Bulimia nervosa
- Disturbo da binge-eating

### **Disturbi depressivi**

- Disturbo depressivo maggiore
- Disturbo depressivo persistente
- Disturbo disforico premestruale

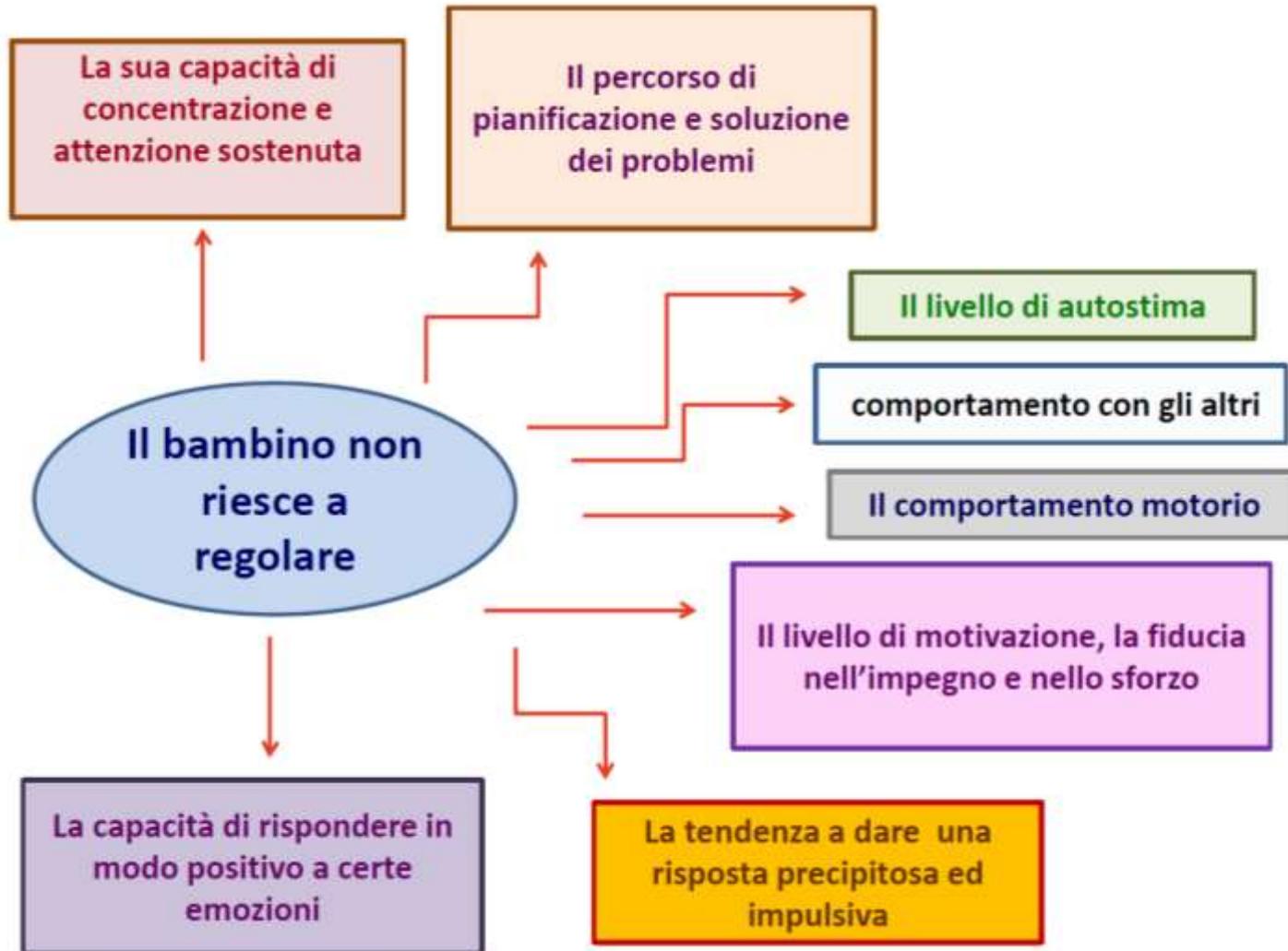
### **Disturbi d'ansia**

- Disturbo d'ansia di separazione
- Mutismo selettivo
- Disturbo d'ansia sociale
- Disturbo d'ansia generalizzata

# AUTOSTIMA: quadri psicopatologici: Disturbi del neurosviluppo



DSM-5  
2013



*Oggi i riferimenti tradizionali – i miti, gli dei, i valori – sono stati erosi dal disincanto del mondo. La razionalizzazione scientifico-tecnica ha prodotto l'indecidibilità delle scelte ultime sul piano della sola ragione. Il risultato è il politeismo dei valori e l'isostenibilità delle decisioni, la stessa stupidità delle prescrizioni e la stessa inutilità delle proibizioni..... Sotto la calotta d'acciaio del nichilismo non vi è più virtù o morale possibile.* Franco Volpi *il Nichilismo*