



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

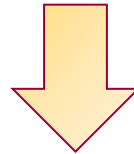
Visione soggettiva di abilità caratteristiche e qualità che l'individuo pensa siano presenti o assenti in lui (Pope, 1988)

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

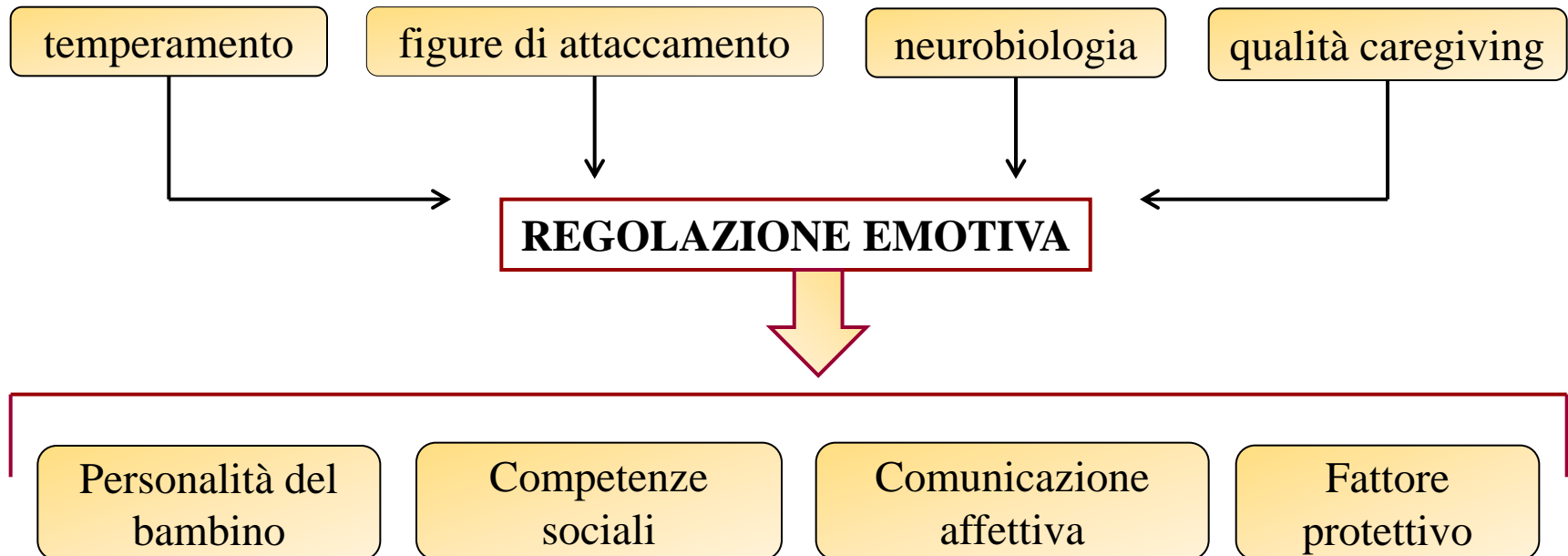
Origine autostima:

- 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 preverbali 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

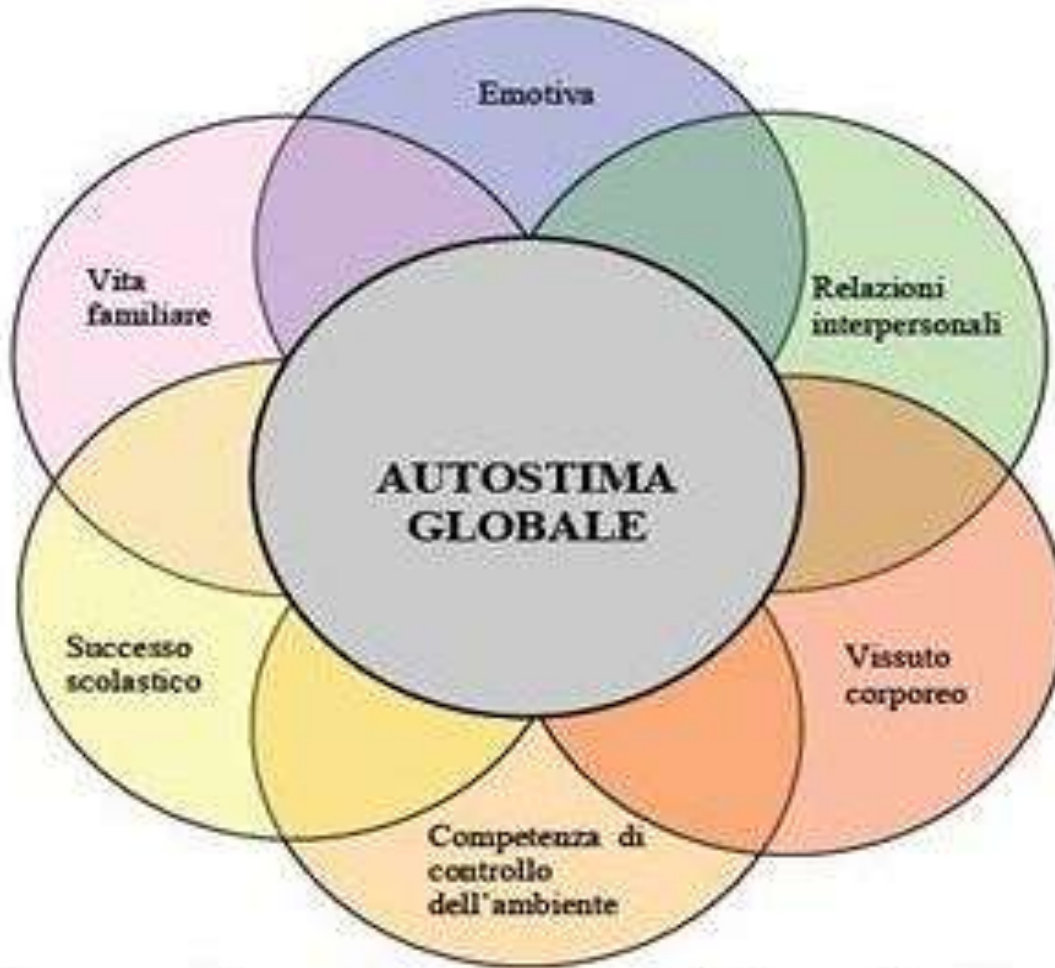
APPRENDIMENTI
MOTIVAZIONE
INVESTIMENTO

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

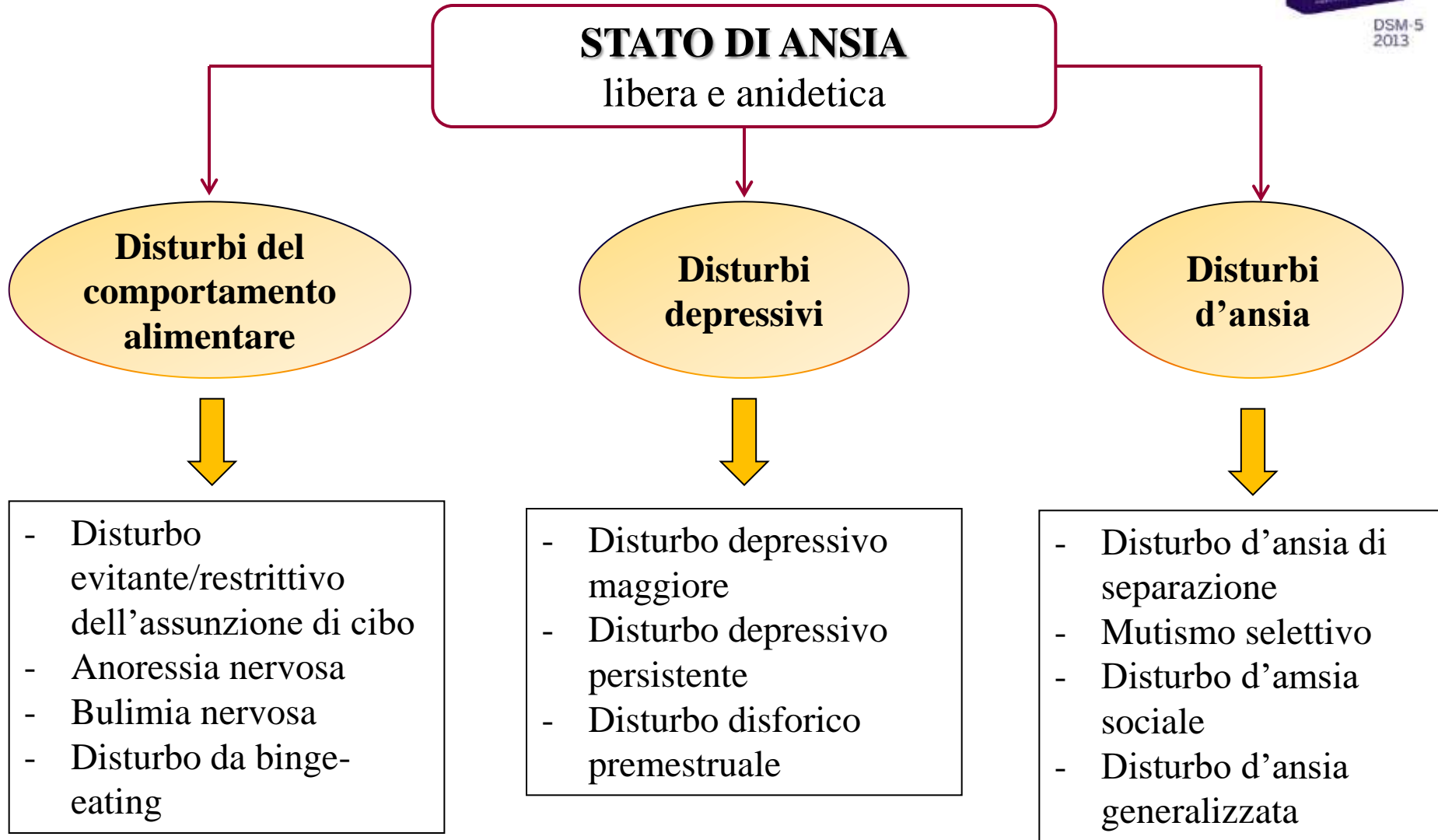
**Ambito
sociale**

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

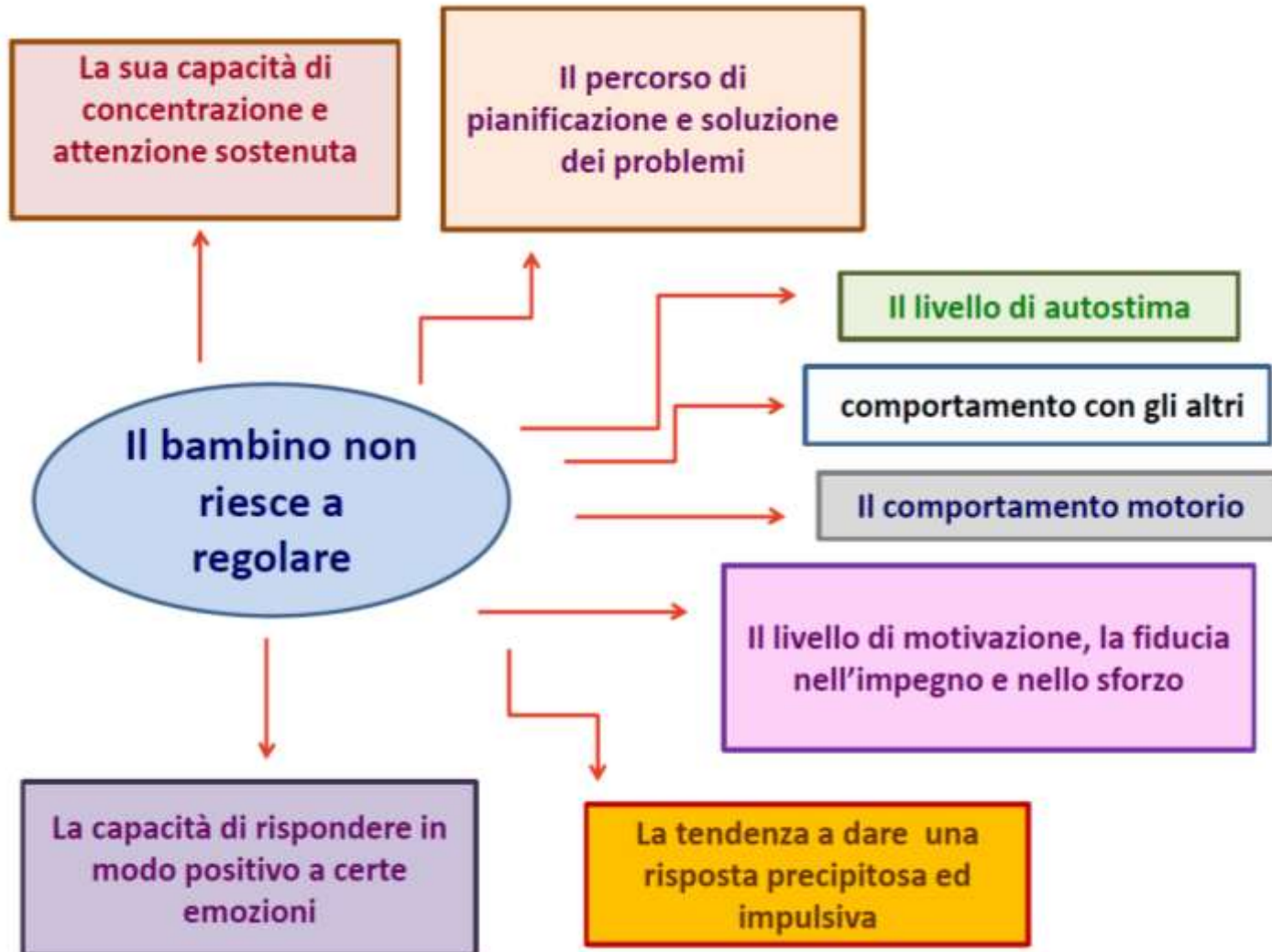
AUTOSTIMA: quadri psicopatologici: DCA, umore, ansia



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*