

## Lodare troppo i bambini ne minaccia l'autostima

**Pubblicato:** Lunedì 7 Gennaio 2019



Perché il bambino di oggi sia un adulto sicuro di sé da grande, è necessario coltivare la sua autostima. Ma attenzione a non esagerare con le lodi: il risultato ottenuto potrebbe essere esattamente l'opposto.

### ATTEGGIAMENTI DA EVITARE

Secondo uno studio condotto anni fa da psicologi della Columbia University su oltre 400 bambini di età compresa tra i 10 e i 12 anni, **lodi troppo frequenti finiscono col generare ansia, e la tendenza ad evitare i problemi piuttosto che ad affrontarli.**

Equalmente negativo è l'esposizione dei bambini a critiche generali e non costruttive quali "non capisci niente", "non ti sopporto più", "sei sempre il solito".

### CRITICHE SÌ, MA COSTRUTTIVE

Il bambino costruisce la propria autostima quando riesce a raggiungere un obiettivo in autonomia. Quindi più delle lodi sono necessari spazi di autonomia adeguati all'età del bambino e alle sue competenze, in modo che possano crescere gradualmente.

In questo processo di crescita le critiche non vanno evitate, anzi. **Le critiche sono fondamentali, purché costruttive.** Ciò se contengono indicazioni utili a riconoscere l'errore e soluzioni pratiche su come migliorare.

### LA LODE GIUSTA

Le lodi che aiutano davvero i bambini a coltivare la loro autostima, sono quelle che arrivano al raggiungimento di un traguardo. E risultano tanto più efficaci quando si concentrano non sul risultato, ma piuttosto sull'impegno profuso per raggiungere quell'obiettivo.

Altro punto su cui porre attenzione è la capacità del bambino di **dare valore al suo lavoro, chiedendogli ad esempio se ne è contento o soddisfatto.**

di [bambini@varesenews.it](mailto:bambini@varesenews.it)