

## COSA FARE SE ...

... il bambino ha un'autostima molto bassa?

### **Autostima e disturbi dell'apprendimento dei bambini**

L'autostima dei bambini con disturbi dell'apprendimento si è dimostrata inferiore rispetto ad altri bambini. È importante riconoscere gli sforzi che il bambino potrebbe aver compiuto a scuola e cercare di trovare opportunità per essere orgoglioso del proprio successo.

#### **Cose che puoi fare:**

Ecco l'elenco delle idee che puoi applicare in classe:

- Offri ai bambini delle scelte e non obbligarli mai a partecipare ad attività in cui hanno difficoltà (ad esempio una gara di ortografia o l'attività di lettura ad alta voce)
- Assicurati che la tua classe sia un posto sicuro dove fare errori
- Non proteggerli eccessivamente e non fare tutto per loro
- Assegna al bambino alcune responsabilità all'interno della classe in modo che gli altri possano vedere le sue abilità
- Introduci attività non di gruppo durante l'intervallo in modo che il bambino possa partecipare
- Apprezza lo sforzo, non importa se vincono o perdono
- Incoraggia la pratica per sviluppare le competenze
- Offri loro nuove sfide e incoraggia la loro curiosità
- Sii specifico e sincero nel tuo feedback
- Incoraggia un'immagine corporea sana e favorisci le attività sportive

#### **Alcuni esempi di attività:**

- Su di me: frasi di completamento sull'autostima. Questo esercizio aiuta i bambini a identificare i propri tratti e caratteristiche positive e riconoscere i loro risultati. Consiste in 6 frasi che i bambini dovrebbero riempire scrivendo, disegnando, attaccando le immagini:
  - Ero davvero felice quando ...
  - Qualcosa che i miei amici amano di me è ...
  - Sono orgoglioso di ...
  - La mia famiglia era felice quando ...
  - A scuola, sono bravo a ...
  - Qualcosa che mi rende unico ...