



Ansia, stress e autostima.

Come guidare i propri figli ad affrontare positivamente
le sfide scolastiche e la relazione con se stessi

difficoltà scolastiche
in particolare valutazioni



Disagio familiare

Visione: CAUSA - EFFETTO



Confusione tra performance scolastica e benessere

Andare bene a scuola vuol dire
star bene?

Una riflessione sulle “difficoltà” scolastiche

Spesso le difficoltà a scuola sono identificate con i voti bassi

I significati del voto

- Il voto come giudizio sulla persona
- Il voto come valutazione di performance
- Il voto come valutazione della relazione studente/insegnante

La famiglia moderna è...

Un sistema la cui forma di comunicazione dovrebbe basarsi su

L'AMORE CONIUGALE
&
L'AMORE GENITORIALE

La scuola moderna è...

Un sistema la cui forma di comunicazione dovrebbe basarsi su

L' APPRENDIMENTO

IL PROFITTO E
LA PERFORMANCE

Confusione tra funzioni

Alla **FAMIGLIA** viene richiesto di prendersi carico della performance scolastica del bambino/ragazzo

Alla **SCUOLA** viene chiesto di prendersi carico della gestione affettiva del bambino/ragazzo

Proposta di fondo

Separare la richiesta di
performance scolastica
dalle aspettative affettive
familiari

Primo lavoro
(su noi stessi)

GESTIRE LA NOSTRA ANSIA

Alcuni motivi dell'ansia del genitore

quando il ragazzo va male a scuola

- Un questione di IMMAGINE
(come mi vedono gli altri adulti, genitori/insegnanti)
- Non reggere la difficoltà (sofferenza?) del proprio figlio
- Non sentirsi un buon genitore, senso di fallimento
- Senso di un futuro disastroso
(idea che risultati scolastici = successo di vita)
- Urgenza di risultato
-

LA DOMANDA

E' possibile stare bene in famiglia e contemporaneamente aiutare i nostri figli nelle sfide scolastiche?

Esempio

Performance

- Prendere 8 in matematica

Competenze

- Sapere osservare
- Sapere ascoltare
- Saper fermarsi
- Saper chiedere aiuto
- Sapersi concentrare
- Saper fare collegamenti
- Saper relazionarsi con gli altri
- Saper gestire la frustrazione
-

ES. **Promuovere l'AUTOSTIMA**

Ovvero il **SENSO DI EFFICACIA**

Allenarsi nell'**AUTO-ORGANIZZAZIONE**

Promuovere **MOMENTI NON STRUTTURATI**

Promuovere il senso di efficacia (autostima)

- Promuovere spazi di **SPERIMENTAZIONE**
- Valorizzare l'**ERRORE**

Valorizzare l'errore

- L'errore è amico della sperimentazione
- L'errore apre prospettive
- Produce conoscenza
-

MOMENTI NON STRUTTURATI sviluppano

- Competenze relazionali
- L'alternanza tra intensità e leggerezza
- L'autoregolazione emotiva
- L'empatia, il senso del limite, la sintonizzazione

Promuovere il le competenze relazionali

- Promuovere spazi di **FREQUENTAZIONE**

AMICIZIA + DIVERTIMENTO

Il ragazzo si sperimenta come persona, senza ricoprire per forza un ruolo. Non c'è impegno, ma amicizia e divertimento.

Le varie riforme scolastiche

dal PROGRAMMA

alle

COMPETENZE

Aiutare il bambino/ragazzo a scuola

Un aiuto indiretto, con risultati che si vedono a medio/lungo periodo

Dalla richiesta di performance alla
costruzione di competenze

COMPETENZE

life skills

- Saper fare delle scelte
- Saper sperimentare (saper rischiare)
- Saper confrontarsi (saper gestire i conflitti)
- Costruire un senso di autoefficacia (fiducia in se stessi, autostima)
- Sapersi esprimere