



***PER-CORSO ALLA SCOPERTA DI SÉ:
PER LO SVILUPPO DELL'AUTOSTIMA E
CRESCITA PERSONALE***

A cura di: Dott.ssa Veronica Rossi

Costruzione dell'AUTOSTIMA

***L'AUTOSTIMA è in continuo cambiamento,
comincia a strutturarsi nei
primi anni di vita e si evolve nel tempo.***

È dinamica e mutevole.

Questo valore non è innato, ma si determina dalle relazioni che *l'individuo interiorizza e rielabora, in particolare quelle con le figure significative (genitori, nonni, fratelli eccetera).*



ATTACCAMENTO e AUTOSTIMA

ATTACCAMENTO INSICURO (EVITANTE/AMBIVALENTE) E DISORGANIZZATO

È caratterizzato da rifiuto, carenza affettiva e trascuratezza che si protrae nel tempo.

Questo genera nei bambini BASSA AUTOSTIMA.



ATTACCAMENTO SICURO

È caratterizzato da un atteggiamento di protezione, sostegno, amore. Attenzione per i segnali e le richieste.

Questo determina nei bambini BUONA AUTOSTIMA.

Lo stile di attaccamento è il TIPO DI LEGAME CHE ESISTE TRA IL BAMBINO E LE FIGURE DI ACCUDIMENTO.

Ora vi chiedo di chiudere gli occhi e pensare a chi ha avuto un'influenza sulla vostra autostima (in positivo e negativo).

Prendete un foglio e scrivete il nome



Contatti

dottoressa.veronicarossi@gmail.com

www.veronicarossipsicologa.com

Grazie per l'attenzione