

UTOSTIM



A

A

The image shows a horizontal line representing a beam or seesaw. The word "UTOSTIM" is written in a large, black, sans-serif font across the top of the beam. Below the beam, there are two triangular shapes, each labeled with the letter "A", representing fulcrums or supports. The beam is slightly curved, dipping down towards the center where the fulcrums are located.

Crescere sicuri di sé: come favorire l'autostima dei bambini

CONFERENZA

con Anna Maggetti Jolidon, psicologa e psicoterapeuta

“L'autostima è la conoscenza e l'esperienza di quello che siamo. Si riferisce a quanto conosciamo di noi stessi, e a come consideriamo ciò che sappiamo. La stima di sé può essere considerata come un pilastro, una base di sostegno. Chi ha un sano senso di autostima ha anche un senso di completezza, ed è in generale soddisfatto di sé. Una sana autostima significa «Mi sento bene, ho un valore perché esisto...»”

(da: Jesper Juul, *Il bambino è competente: valori e conoscenze in famiglia*, Milano, Feltrinelli, 2003)

**Biblioteca cantonale
Bellinzona**
Viale Stefano Franscini 30a
CH-6501 Bellinzona

