

---

# Educare i bambini alla Autostima

Alcuni semplici consigli per aiutare i bambini a sviluppare l'autostima e la positività

---



---

# Educare alla Autostima tramite la Competenza

L'autostima è un costrutto psicologico importante. Esso è ritenuto correlato a diverse variabili che coinvolgono aspetti di personalità (bellezza, intelligenza, capacità, etc.), aspetti professionali e scolastici (performance, risultati, impegno, reazione agli insuccessi, etc.), aspetti relativi alla socialità. Infine, l'autostima è ritenuta correlata alla stessa Felicità.

Ma sarà vero? E, nel caso, è possibile aumentare l'autostima per ottenere tutti i benefici ad essa correlati?

Dalle ricerche scientifiche sappiamo che l'autostima non è fortemente correlata a variabili come l'Intelligenza, la bellezza o la socialità ma, invece, dipende in larga misura dal sentimento di *competenza*.

Sentirsi competenti significa poter utilizzare le proprie qualità (motorie, sensoriali, cognitive, relazionali) per svolgere dei ruoli sociali (figlio, fratello, allievo,...) che aiutano ad inserirsi piacevolmente in un ambiente lavorativo o familiare e a sviluppare delle relazioni gratificanti con delle persone significative. Quindi, sentimento di competenza, benessere e partecipazione sociale sono intimamente legati.

Il sentimento di competenza è importante per affrontare le piccole e grandi sfide quotidiane, permette di allenarsi e di perseverare davanti alle difficoltà. In altre parole, sentirsi competenti fa diventare realmente competenti.

Lo Staff di HURACT  
e del Centro Ergoterapia Pediatrica



# 1

## Esercitarsi con il W.W.W.

Le sensazioni positive verso un oggetto o una persona fanno sì che ci avviciniamo ad essa, ad esempio il profumo di un fiore. Quelle negative fanno sì che ci allontaniamo.

Emozioni spiacevoli come la paura, la tristezza, la rabbia sono la nostra prima linea di difesa da minacce esterne. La paura è solitamente interpretata dall'uomo come il segnale di un pericolo, la tristezza di una perdita, la rabbia di una invasione del nostro spazio.

Se pensiamo alla storia evuzionistica dell'uomo ci rendiamo subito conto che pericolo, perdita, intrusione, rappresentavano minacce alla sopravvivenza fisica dell'individuo e della specie.

La selezione naturale ha promosso lo sviluppo di emozioni negative nell'uomo perché generavano risposta di lotta o fuga o sottomissione di fronte ai pericoli (la presenza di un animale feroce etc), funzionali per la sopravvivenza e l'incolumità. Lotta, fuga, sottomissioni sono azioni rapide e deci-

se, in cui tutta l'attenzione si focalizza su alcuni specifici elementi e solo su quelli.

In un famoso esperimento, viene mostrata una fotografia di un paesaggio naturale contenente una macchia ambigua al centro e viene chiesto alle persone di discernere cosa secondo loro rappresenta la macchia sfuocata sullo sfondo: è un orso o un cespuglio di fragole?

Immaginiamo un soggetto A e un soggetto B.

A afferma che è un orso, non si muove dal luogo in cui si trova. Il soggetto B ritiene si tratti di un cespuglio di fragole e va a prenderselo tornando tutto contento (erano proprio fragole!!).

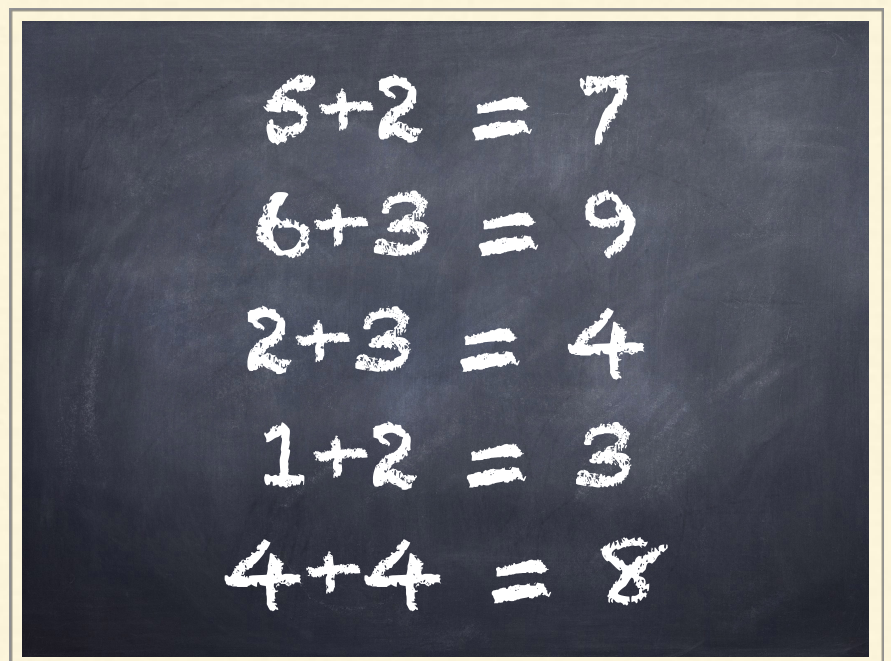
Si ripete la situazione...e ancora una volta la positività di B gli permette di ottenere una gratificazione. Finché alla terza volta B va a prendersi le fragole ma ahimé si trattava di un orso...e non torna più indietro. Secondo voi l'evoluzione quale emozione avrà rinforzato nel tempo?

Oggi viviamo in un contesto ambientale dove meno frequentemente ci accade di essere minacciati nella nostra sopravvivenza fisica, ma quello che accade è che spesso attiviamo questi meccanismi automatici "emozione spiacevole=reazione di attacco/fuga" anche quando non sarebbe affatto necessario.

Ad esempio abbiamo paura di affrontare qualcuno che critica il nostro operato o che pensiamo potrebbe criticarlo e reagiamo con comportamenti di attacco oppure evitiamo il confronto. Ci sentiamo minacciati e mettiamo in gioco antichi meccanismi appresi, pur senza arrivare a sfoderare lance e fionde.

Ma è proprio così vero che tendiamo a metter la nostra attenzione su ciò che è negativo e non funziona? A leggere il mondo esterno in termini di ciò che non va? Possiamo funzionare in modo diverso?

Guardate la seguente figura, e pensate se c'è qualcosa che vi colpisce.



Le ricerche dimostrano che se vengono mostrate a dei soggetti una sequenza di 5 espressioni matematiche, 4 delle quali esatte e una errata, le persone tendono prevalentemente a commentare la sequenza dicendo "c'è una espressione sbagliata" e non "ci sono 4 espressioni corrette".

---

Le persone tendono a notare ciò che non funziona rispetto a ciò che funziona.

E' curioso osservare che quando il rapporto tra equazioni sbagliate/corrette si inverte (su 5 espressioni 1 è corretta e 4 sono sbagliate), le risposte più comuni diventano "ci sono 4 espressioni sbagliate" invece che "c'è una espressione corretta".

Il problema probabilmente va anche ricercato nel fatto che la nostra società tende a premiarci ogniqualvolta troviamo la soluzione a un problema, individuando l'errore e talvolta tutto ciò può essere estremamente utile. Tuttavia più diventiamo bravi a individuare errori e cose negative, più perdiamo di vista quelle positive, proprio quelle che alimentano la nostra felicità.

Possiamo pensare come questo meccanismo entri in gioco a livello professionale non solo quando sono coinvolti lavori il cui compito si basa sulla "caccia all'errore" (si pensi a professioni che si fondano sul controllo, ad esempio contabile o medico) ma anche in ambito educativo.

Per fortuna abbiamo la possibilità di allenare il nostro cervello ad analizzare il mondo esterno andando alla ricerca delle cose positive, di ciò che funziona.

E' noto il classico esercizio della Psicologia Positiva denominato WWW (What Went Well) che suggerisce di trasformare questa

abilità in una abitudine, scegliendo un orario, sempre lo stesso, e scrivendo la lista delle cose positive che sono accadute durante la giornata.

La stessa cosa potrebbe essere fatta con vostri bambini: all'atto dell'addormentamento chiedete loro di raccontarvi cosa durante la giornata è andato bene e quale è stato il loro contributo alla realizzazione di questo momento positivo.

Un altro simpatico modo per favorire questo allenamento è di iscriversi a qualche social network, come "Happier", dove tutti gli utenti comunicano, quando lo desiderano, ciò che hanno vissuto di positivo...oppure ognuno può sbizzarrire la sua fantasia!

Come dice Shawn Achor, "Il segreto non è quello di rifiutare gli elementi negativi sempre e comunque, ma avere un senso dell'ottimismo ragionevole, realistico e sano. L'atteggiamento mentale ideale non è incurante del rischio, ma dà la priorità alle cose positive; e ciò avviene non solo perché ciò ci rende più felici, ma perché è esattamente quello che genera altre cose positive".



## 2 Rinforzo positivo e Mindset

Quante volte hai detto a tuo figlio “Sei stato bravissimo” o “Sei stato veramente bravo a fare questi compiti / suonare questo strumento / fare questo sport”?

È noto come il rinforzo positivo, l'apprezzamento, aiuta i bambini sia a raggiungere i loro obiettivi che a migliorare il loro senso di autostima.

Il concetto di rinforzo positivo non è nuovo nella pratica educativa così come in quella organizzativa.

Si tratta, infatti, di una strategia di apprendimento basata sull'associazione sistematica di determinate azioni o reazioni con conseguenze piacevoli. Esso è stato studiato dai lavori di Watson, Thorndike e Skinner. La conseguenza positiva, ovvero il rinforzo positivo (premio) tende ad aumentare la frequenza di emissione di un comportamento.

Ad esempio, se ad un bambino che in un compito di matematica fa 9 espressioni su dieci corrette si sottolinea la sua bravura, invece di focalizzarsi troppo sull'unico errore, allora è molto più probabile che egli tenda a fare meglio la pros-

---

sima volta, in modo da essere ancora gratificato.

Questo approccio è generalmente corretto e funziona.

Tuttavia esiste un diverso modo di dare rinforzi positivi che è molto più efficace sia in termini di obiettivi raggiunti sia in termini di sviluppo dell'autostima dei bambini.

Partiamo da una constatazione: diversi studi mostrano che le persone che hanno alte performance apprendono alla stessa velocità di quelle meno performanti. La differenza è che le persone che raggiungono grandi performance spendono, mediamente, molto più tempo ad allenarsi e/o a studiare e/o a praticare l'attività rispetto alle persone che hanno performance meno elevate.

In altre parole, a parità di contesto e capacità iniziali, è l'allenamento che fa la differenza, in termini di tempo speso ad imparare. Quindi, se ciò è vero, allora anche il rinforzo positivo dovrebbe essere indirizzato alla tenacia dell'allenamento piuttosto che al raggiungimento del risultato.

Questa conclusione sembrerebbe in parte contro-intuitiva in quanto, ad esempio, all'interno delle organizzazioni siamo abituati a ragionare in termini di MBO (Management By Objective) e, quindi, a premiare i risultati.

Ma vale anche in campo educativo?

In un famoso esperimento, la psicologa Carol Dweck divise 400 studenti in due gruppi e diede loro lo stesso puzzle da completare.

Dopo il termine del loro lavoro, il primo gruppo venne rinforzato positivamente per i loro risultati con un "Wow, siete davvero bravissimi!" mentre il secondo gruppo venne rinforzato positivamente per il loro impegno con un "Wow, siete davvero tenaci!"

A questo punto a entrambi i gruppi fu chiesto di scegliere con quale test proseguire l'esperimento, tra uno più facile e uno più impegnativo. Solo un terzo dei membri del primo gruppo scelse il compito più difficile (per la paura di mettere in dubbio la loro bravura con un fallimento) contro il 90% del secondo gruppo, che era stato rinforzato sulla tenacia.

Nel test di follow-up il primo gruppo (i "bravi") mostrò un declino delle performance del 20% rispetto al secondo gruppo (quelli "tenaci") che esordì, al contrario, con un incremento del 30%.

E tutto ciò solo basandosi su un piccolo rinforzo positivo costituito da poche parole.

In definitiva, per chi lavora nel settore dell'educazione e ha a cuore l'autostima del bambino, oltre che il suo apprendimento, il suggerimento è quello di focalizzare il rinforzo positivo sulla tenacia, sull'impegno,

---

sulla determinazione nel perseguire l'obiettivo piuttosto che sul risultato raggiunto.





---

# 3

## Gruppi e classi eccellenti

Nella nostra mente sembra pesare di più un commento negativo rispetto ad uno positivo. Ciò è stato dimostrato dallo psicologo Marcial Losada che per anni si è occupato di comprendere i fattori che influenzano le performance dei team.

Marcial Losada è il direttore esecutivo di Meta Learning e padre della "Losada Line". Gli studi e le ricerche che ha condotto sulle dinamiche dei team lo hanno portato a concepire un sistema unico e scientificamente provato per sviluppare team caratterizzati da performance elevate.

Il sistema che ha elaborato parte dall'osservazione delle dinamiche relazionali/comunicative rilevate in diversi team e mira all'individuazione di quegli elementi capaci di prevedere prestazioni elevate.

In pratica Losada ha "registrato" gli atteggiamenti positivi e negativi codificando come positivo l'uso di parole e comportamenti che dimostravano supporto, incoraggiamento, apprezzamento e come negativo le espressioni verbali e non che dimostravano disapprovazione, sarcasmo o cinismo. Ha

---

rilevato inoltre la numerosità delle domande volte a comprendere meglio situazioni e interlocutori nonché le affermazioni a sostegno dei punti di vista degli altri; ha poi osservato gli atteggiamenti che dimostravano concentrazione su ciò che è altro da sé.

Dall'incrocio tra l'andamento della curva delle performance con il rapporto tra positività e negatività, Marcial Losada ha identificato, tramite una formula matematica, che esiste un punto critico in cui i team diventano altamente performanti, prosperano e sviluppano una resilienza elevata.



Il valore chiave è 2,9013 e indica appunto il rapporto tra interazioni positive e negative necessarie affinché un gruppo di lavoro abbia successo.

Tradotto in altri termini significa che servono circa tre commenti, espressioni o esperienze positive per bloccare gli effetti debilitanti e bloccanti di un commento, espressione o esperienza negativa.

E' interessante riflettere su quanto, anche nella pratica educativa, questo rapporto tra feedback positivi/negativi sia importante da perseguire e come invece più spesso molti siano orientati a sottolineare ciò che non funziona piuttosto di quello che funziona.

Occorre quindi indirizzare strategicamente, secondo le nostre finalità educative, i feedback positivi che, sempre sinceri e onesti, è bene siano rivolti non solo al risultato ma anche e soprattutto all'impegno, alla tenacia dimostrata. In questo modo si otterrà un triplice risultato: si rinforzerà il raggiungimento dell'obiettivo, si rafforzerà lo spirito di team o di classe e, infine, si riequilibrerà in modo realistico l'attenzione verso quello che funziona, verso il positivo. Insomma, renderà i nostri bambini o i nostri collaboratori un poco più efficienti e un poco più felici.



# 4

## ERGOtrucchi

Cosa succede nel caso dei bambini?

Di natura i bambini sono interessati ed entusiasti nelle nuove sfide, prendono delle iniziative e perseverano davanti alle difficoltà. Quando hanno successo, il sentimento di competenza viene rinforzato e affrontano spontaneamente sfide più complesse.

Al contrario, se sperimentano il fallimento, possono entrare in un circolo vizioso: la prestazione scadente genera una diminuzione del sentimento di competenza, che a sua volta provoca della frustrazione, il bambino cerca di evitare le attività simili a quella in cui ha fallito, quindi evita di allenarsi e la prestazione resterà scadente o addirittura peggiorerà.

Se un bambino ha delle difficoltà, motorie, cognitive o comportamentali, è importante che esse vengano riconosciute e prese in considerazione dagli adulti che lo accompagnano nella crescita. È importante che il bambino non sia giudicato pigro o pasticcione, ma che venga riconosciuto il suo im-

---

pegno e lo sforzo che quotidianamente fa, per un risultato spesso inferiore a quello di altri bambini.

Se vogliamo aiutare i bambini a crescere nell'autostima, dobbiamo vegliare che sperimentino il successo, che andrà a nutrire il loro sentimento di competenza. Dobbiamo premiare i loro sforzi e il loro impegno. Ma come fare concretamente, nella vita di tutti i giorni?

Vi proponiamo dieci ERGOtrucchi, semplici e utilizzabili nella relazione con i vostri bambini.

## **ERGOtrucco numero 1**

**Adatta le tue aspettative a ciò che tuo figlio potenzialmente potrebbe dare.**

- Secondo l'età cronologica.
- Secondo il suo grado di competenza.

Crescere richiede tempo. I bambini imparano al loro ritmo, seguendo delle tappe di sviluppo. Ad esempio, a 6-8 mesi tutti i bambini lasciano cadere gli oggetti per terra, e si aspettano che gli adulti li raccolgano; questo permette loro di scoprire che gli oggetti, anche se spariscono dal loro campo visivo, continuano ad esistere. È inutile sgridarlo, perché si tratta di un comportamento caratteristico e utile per i bambini di quell'età, e non lo fa per farvi un dispetto. Sgridare un bambino maldestro perché

rovescia l'acqua mentre si versa da bere, non servirà che a farlo preoccupare di più; sgridare un bambino iperattivo perché si muove continuamente in classe, non lo farà stare più fermo. Per permettergli di raggiungere le nostre aspettative dobbiamo porre delle aspettative ragionevoli, che siano raggiungibili per lui. Anche le responsabilità vanno attribuite progressivamente: non è perché è nato un fratellino o una sorellina, che il primogenito è diventato, di colpo, grande e responsabile!

## **ERGOtrucco numero 2**

**Premia le iniziative anche quando sai che non funzionerà!**

- «Interessante questa idea: proviamola insieme e vediamo se funziona!»
- Permettigli di esplorare e anche di fare dei (piccoli) errori.

Insegnare a vostro figlio a prendere delle iniziative, e saper esprimere le sue idee, è un investimento che darà i suoi frutti durante la vita intera. Per capire come funziona il mondo e per essere efficaci nelle loro azioni, i bambini hanno bisogno di passare da tre tappe: l'ideazione, la pianificazione e la realizzazione, e di riflettere sul funzionamento delle cose. Come genitori possiamo essere di valido aiuto, a patto di stare a guardarli e aiutarli a capire, senza impedire loro di provare e senza spiegare loro come

---

funziona. Esplorando, faranno dei piccoli errori che li aiuteranno a migliorare le loro strategie e a trovarne delle altre più efficaci.

## **ERGOtrucco numero 3**

### **Suddividi ogni sfida in piccole (e raggiungibili) tappe**

- Permetterà a lui di non fare tutto giusto o tutto sbagliato.
- Permetterà a te di dirgli «bravo» più spesso.

Molti bambini sono spaventati dai compiti e dalle attività lunghe o che percepiscono come complesse. Per mantenere viva la loro attenzione e la loro motivazione, aiutalo a frazionare le attività in tante piccole tappe. Per esempio, proponigli di scrivere soltanto due frasi, ben curate, e poi di venire a mostrartele, oppure di risolvere una riga di calcoli e poi le controllate insieme. Questo permetterà a lui di concentrarsi meglio e a te di incoraggiarlo più volte, mantenendo vivi il suo impegno e la sua motivazione.

## **ERGOtrucco numero 4**

### **Rendi normale il fatto di avere delle difficoltà.**

- Parla delle difficoltà che hai avuto da piccolo.

- E di quelle che hai da grande.
- Rifletti ad alta voce, trova delle soluzioni davanti a lui.

Spesso i bambini che sono più in difficoltà si sentono soli e un po' diversi. A loro sembra che gli altri bambini hanno bisogno di meno sforzo o di nessuno sforzo per fare attività che loro percepiscono come impossibili. Sono convinti che noi adulti non abbiamo difficoltà o hanno l'illusione che nella vita abbiamo potuto fare tutto ciò che desideravamo. Parlare delle nostre difficoltà da piccoli, li farà sentire meno soli. Se parliamo delle nostre piccole difficoltà quotidiane e ad alta voce riflettiamo a come risolverle, diamo loro un esempio di strategie che potrebbero utilizzare anche loro.

## **ERGOtrucco numero 5**

### **Lavora con lui, non al posto suo e non contro di lui**

- Devi essere il primo a pensare che ce la farà.
- Dagli fiducia, battetevi insieme contro le difficoltà.

Il primo impulso di ogni buon genitore, è quello di proteggere il proprio bambino. Questo è necessario nei momenti di pericolo, ma non sempre davanti alle difficoltà. Valuta l'attività, predisponi alcuni aiuti se ti sembra indispensabile ma poi dagli fidu-

---

cia e prova a non fare niente al suo posto. Se tu non hai fiducia nelle sue capacità, è come se mettesti sulla sua strada un ostacolo in più. Se fa degli errori non vergognarti di lui, ma ricordati che non fa apposta; e soprattutto digli, almeno una volta, la verità: che lo amerai qualsiasi errore faccia.

## **ERGOtrucco numero 6**

### **Scegli bene l'attività.**

- Per passare al di là dei suoi limiti avrà bisogno di un'attività rassicurante, motivante e poco rischiosa.

Il tuo obiettivo è farlo sentire competente? Non lo raggiungerai durante i compiti.

Tutti noi siamo più motivati all'azione davanti alle attività piacevoli, che abbiamo scelto e che pensiamo di riuscire a realizzare. Scegli delle attività che è in grado di fare e che possano interessarlo, rendile interessanti e ludiche. Queste ti serviranno per migliorare la sua stima di sé, che gli sarà utile per affrontare delle attività progressivamente più difficili.

Il suo problema è contare? Compera una scatola di caramelle colorate e proponigli di contare quante ce ne sono di ogni colore. Il suo problema è fare i calcoli? Dagli la paghetta settimanale e andate insieme al chiosco. Il suo problema è scrivere? Fate delle foto ad animali strani e poi trasforma-

tele in cartoline da inviare ai nonni o agli amici.

## **ERGOtrucco numero 7**

### **Giudica le azioni, non la persona**

- Evita le frasi come «Sei cattivo» o «Di te non ci si può fidare».
- Sorveglia il tuo linguaggio.

Le frasi che i genitori o gli insegnanti dicono, restano impresse nella mente dei bambini. Anche se siamo arrabbiati, quando ci permettiamo di dire a nostro figlio che è cattivo, dobbiamo renderci conto che lui molto probabilmente ci crederà. In alcuni casi addirittura potrà crederci al punto di identificarsi in ciò che abbiamo detto, e assumere veramente i comportamenti che ci infastidiscono. Eppure come genitori o docenti in alcune situazioni dobbiamo fermarlo. A volte è soltanto una questione di frasi: dire «Sei come la zia Geltrude», che in famiglia è reputata per il suo carattere antipatico, è diverso che dire «Non fare come la zia Geltrude, che a tavola critica sempre il pranzo». Ad esempio, per bloccare un comportamento sgradevole o pericoloso, frasi come «Così non si fa!» aiutano il bambino a fermarsi, senza che la sua persona venga giudicata.

Passata la bufera, chiediamoci se lo abbiamo aiutato a capire che quello che ha fatto

---

non andava bene, oppure se l'abbiamo denigrato o ferito. In questo caso, chiedergli scusa potrà aiutarlo a capire che possiamo essere arrabbiati senza che questo diminuisca il suo valore.

## **ERGOtrucco numero 8**

### **Dissocia azione e riflessione**

- Non parlare tutto il giorno della sua difficoltà.
- Nei momenti di crisi ci si calma, dopo si parla.

Durante una crisi, c'è poco posto per le parole e per la saggezza. Prima ognuno ha bisogno di calmarsi, noi per primi. Fate una pausa quindi, e poi ci sarà tempo per ridiscutere a bocce ferme dei punti di vista di ognuno. A volte è necessario dire che NOI abbiamo bisogno di una pausa per calmarci, piuttosto che mettere LUI in camera, che è una cosa molto vicina a una punizione. Se il bambino ha delle paure, o un problema, non è necessario parlarne tutto il giorno, magari sottoponendolo a un interrogatorio continuo. Cerchiamo invece di arginare la discussione, scegliamo un quarto d'ora al giorno per parlarne, e il resto del tempo lasciamogli vivere i suoi momenti di spensieratezza.

## **ERGOtrucco numero 9**

### **Evita i confronti**

- Ricordati che ha delle mancanze, ma ha anche dei punti forti.
- Non potrà competere con le stesse armi degli altri, ma potrà sviluppare delle competenze in altri campi.

I bambini fanno già dei confronti con i fratelli, con i vicini e con i compagni. Osservare gli altri bambini permette loro di giudicare se l'attività è fattibile, quindi di assumere il rischio di provare, ma estremizzare il confronto potrebbe dar loro l'impressione che tutti sanno fare meglio, o con meno sforzo. Fargli notare che il figlio dei vicini è più bravo di lui in matematica, non lo aiuterà né a essere migliore a scuola, né a studiare insieme a lui. Noi genitori abbiamo tendenza a pensare che i figli degli altri si comportano in modo più educato dei nostri, o hanno dei risultati migliori a scuola. Eppure, il nostro ruolo è di sostenerli nelle loro mancanze, ma anche e soprattutto di riconoscere e appoggiarci sui loro punti di forza, fare in modo che diventino bravissimi nelle potenzialità che hanno o che stanno emergendo.

---

## **ERGOtrucco numero 10**

### **Rievocate insieme i suoi successi passati**

- «Mi sembra che una volta eri riuscito, come avevi fatto?»
- Quando qualcosa riesce bene, evocate il perché.

Alcuni bambini davanti alle difficoltà, fanno fatica a capire o anche solo a ricordarsi ciò che potrebbero fare per risolvere la situazione. Se vogliamo sostenere l'emergere di strategie efficaci dobbiamo sottolineare le azioni positive, fissarle nella memoria in modo che il bambino possa riutilizzarne almeno una parte la prossima volta che si troverà in una situazione simile a quella che ha già superato. Pur con le migliori intenzioni, ognuno di noi ha tendenza a parlare per più tempo e in modo più approfondito delle difficoltà che dei successi.

Eppure, i successi sono quelli che ci spingono a migliorare e imparare nuove abilità; festeggiamoli insieme!



---

## Gli organizzatori



---

La Scuola di Lugano HURACT è specializzata nel training e coaching manageriale.

HURACT dispone di un consolidato catalogo di corsi professionali e organizza seminari ed eventi all'interno delle organizzazioni volti a promuovere nelle Human Resources (HR) l'approccio alla Positività ed alla cultura del Work-Life Balance.

Per informazioni [www.huract.ch](http://www.huract.ch)

Il Centro Ergoterapia Pediatrica CEP è specializzato nell'aiutare i bambini ad affrontare e a superare le loro difficoltà quotidiane e scolastiche.

Da più di 10 anni offre terapie, consulenze e formazione a bambini, insegnanti e genitori.

Più informazioni ed altri ERGOtrucchi sul sito [www.ergoterapiapediatrica.ch](http://www.ergoterapiapediatrica.ch)