

INDICE

INTRODUZIONE.....	1
CAPITOLO 1 – DEFINIZIONE E COSTRUTTI.....	5
1.1	Introduzione.....5
1.2	Autostima.....5
1.2.1	Definizione del Costrutto.....5
1.2.2	Lo Sviluppo di Sé e dell'autostima.....7
1.3	Autoefficacia.....10
1.3.1	Definizione del costrutto.....10
1.3.2	L'origine dell'autoefficacia.....11
1.4	Ottimismo.....13
1.4.1	Definizione del costrutto.....14
1.4.2	Imparare l'ottimismo.....15
1.5	Life Skills.....16
1.6	L'importanza nell'ambito scolastico.....18
CAPITOLO 2 – IL TRAINING.....	21
2.1	Struttura generale degli incontri.....21
2.2	Incontri.....22
2.3	Training per la scuola primaria.....27
2.3.1	Tappa 1.....27
2.3.2	Tappa 2.....28
2.3.3	Tappa 3.....29
2.3.4	Tappa 4.....31
2.3.5	Tappa 5.....32
2.3.6	Tappa 6.....34
2.3.7	Tappa 7.....35
2.3.8	Tappa 8.....36
2.3.9	Tappa 9.....36
2.4	Training per la scuola secondaria di I grado.....38
2.4.1	Tappa 1.....38
2.4.2	Tappa 2.....39

2.4.3	Tappa 3.....	41
2.4.4	Tappa 4.....	43
2.4.5	Tappa 5.....	45
2.4.6	Tappa 6.....	46
2.4.7	Tappa 7.....	48
2.4.8	Tappa 8.....	49
2.4.9	Tappa 9.....	49

CAPITOLO 3 – FASCICOLO SCUOLA PRIMARIA.... 53

**CAPITOLO 4 – FASCICOLO SCUOLA SECONDARIA
DI I GRADO.....71**

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI.....89