

Daniela Lucangeli 5 LEZIONI LEGGERE SULL'EMOZIONE DI APPNDERE

INTRO

DANIELA LUCANGELI

- donna di scienza
- professore ordinario di Psicologia dello sviluppo, prorettore dell'Università di Padova
- presidente dell'Associazione Nazionale per gli Insegnanti Specializzati (CNIS)
- membro dell'International Academy for Research in Learning Disabilities (IARLD)
- autore di numerosi contributi scientifici nazionali ed internazionali
- ha dedicato molte energie per CREARE UN PONTE DIRETTO TRA RICERCA E SCUOLA

SCOPO

- BENESSERE DI STUDENTI, DOCENTI E CAREGIVERS
- SCIENZA SERVIZIEVOLE: divulgazione rigorosa ma accessibile in aiuto dei bambini che a scuola non ce la fanno

insegnante

- genitore
- libro da leggere
- cittadina/o interessata/o all'educazione e al futuro dell'istruzione

CORAGGIO

CUORE

"Ho bisogno di coraggio... come state? Attiviamo i neurotrasmettitori del buonumore: datevi un abbraccio di 30 secondi che avvil il circuito della nostra ossitocina" (D. Lucangeli)

I. LA SCUOLA DELL'ABBRACCIO

esiste un legame stretto tra ciò che la persona impara e le emozioni che prova mentre lo fa

"MI TOGLI CHE MI FANNO MALE?"

- un organismo è fatto di tante funzioni che lavorano insieme
- SINCRONICITÀ**: nel cervello tutto si può attivare in contemporanea, in misura ed intensità diverse a seconda dello scopo di attivazione nessun atto della vita psichica è isolato

WARM CONDITION

- nuovo filone di ricerca: studia il rapporto tra cognizione ed emozioni
- i nostri circuiti, all'interno dei due emisferi, lavorano in modo armonico e sincronico
- pensieri, emozioni, sentimenti scorrono in continuazione l'uno sull'altro

AD OGNI ATTIVITÀ COGNITIVA CORRISPONDE UN TRACCIATO EMOZIONALE

- il cervello, mentre pensa, sente

MECCANISMO DI RICERCA

- le emozioni positive provocano reazioni intense al fine di CONTINUARE A RICERCARE LE COSE CHE CI FANNO SENTIRE BENE
- la memoria che viene tracciata di dolore, porta il soggetto ad evitare in futuro tutte le situazioni simili a quella sperimentata

MEMORIA DELLA PAURA

- l'essere umano è strutturato per avvertire ed evitare ciò che può nuocere e mettere in pericolo
- ALERT**: REGOLATORE PRIMORDIALE= alla base dell'istinto di sopravvivenza attraverso le generazioni

LE EMOZIONI SCRIVONO NELLA MEMORIA

- le emozioni scrivono nella memoria l'informazione legata al processo cognitivo
- LE NOZIONI SI FISSANO NEL CERVELLO ASSIEME ALLE EMOZIONI

DURANTE L'APPRENDIMENTO

- PAURA DEGLI ERRORI**: tutto quello che il bambino impara con paura, ansia, angoscia genera un **CORTOCIRCUITO**= memorie che tengono il b. in costante allerta e che gli dicono: "Scappa che ti fa male/Non sei all'altezza"
- EMOZIONI DI ALERT**: portano al rifiuto e alla fuga
- CORTOCIRCUITO EMOZIONALE**: genera l'IMPOTENZA APPRESA INCEPPA L'APPRENDIMENTO
- LA BENZINA DELL'APPRENDIMENTO**: **EMOZIONI POSITIVE** tante e frequenti emozioni ad alta intensità (positive) riattivano l'apprendimento la funzione cognitiva può continuare ad imparare

LE EMOZIONI SCRIVONO NELLA MEMORIA

- accende le emozioni positive prosociali
- 30 secondi ed il cervello produce ossitocina (ormone della relazione)
- "io e lo" diventa "Noi" = crea ALLEANZA

ABBRACCIO

- sono i gesti più antichi dell'accudimento, del dare e ricevere affetto
- importanti conseguenze a livello psicofisico:
 - diminuzione del battito cardiaco
 - diminuzione della pressione sanguigna
 - diminuzione del cortisolo
 - aumento dell'ossitocina

CAREZZA E TOCCO

GLI INTERRUPTORI

- SQUARDO E SORRISO**: prima forma di interazione sociale
- risorsa nel cervello dei circuiti di INTERSOGGETTIVITÀ COMUNICATIVA
- potente organizzatore sociale e individualità
- il "Te-ia" cresce attraverso la JOINT ATTENTION (attenzione condivisa)

VOCE

- usare la propria voce per INCORRAGGIARE funzione più di mille rimproveri
- insegnanti: **BISOGNA RE-IMPARARE a COORDINARE la VOCE**
- IL TONO MODIFICA I SIGNIFICATI**

ADULTO ALLEGRO

- RISATA**: induce il cervello a produrre endorfine ridere insieme aiuta a costruire l'identità di gruppo
- fondamentale è conoscere la **POTENZA DI UN APPROCCIO CHE FA SENTIRE IL BENESSERE NELLA FATICA DI APPNDERE**

4. STARE MALE A SCUOLA

STUDIO

- livello di benessere e malessere nelle scuole italiane
- il 73% degli studenti STA MALE e, di questo, il 60% sta male STABILMENTE**

CAUSE

- INADEGUATEZZA DEL CARICO COGNITIVO
- CONTINUO ALERT EMOZIONALE
- NOIA
- EMOZIONI PREDOMINANTI
- SENDO DI COLPA
- DEPRESSIONE IN ETÀ EVOLUTIVA
- MALESSERE DEGLI INSEGNANTI
- carico eccessivo per quantità e qualità

COME ARSINARE E AIUTARE

- portare gli alunni ad un'AUTOREGOLAZIONE EMOZIONALE
- WARM COGNITION
- ANTICORPI CONTRO IL DISAGIO A SCUOLA
- INSEGNANTE ALLEATO ED EMPATICO
- INTELLIGENZA INTERSOGGETTIVA E DISTRIBUITA
- CRESCERE CIÒ CHE SEMINI

3. VERSO IL SUCCESSO SCOLASTICO

DOVERE DELLA SCUOLA

- fare in modo che chi impara TROVI delle buone ragioni per IMPEGNARSI

STUDIARE

- MODIFICA IL PROPRIO SÉ
- NUTRE IL NOSTRO SÉ
- accompagnano il successo scolastico

EMOZIONI

- portano ad un'elaborazione dei contenuti più profonda
- permettono una prestazione scolastica migliore
- INNESSCANO UN CIRCOLO VIRTUOSO
- BENESSERE
- PORTANO
- SPERIMENTANDO IL SUCCESSO
- OSSERVANDO MODELLI
- RICEVENDO INCORRAGGIAMENTO
- si raggiunge
- AUTOEFFICACIA

CAMBIO DI PROSPETTIVA

- NON SONO IO SBAGLIATO
- MA L'APPROCCIO USATO
- FALLIMENTO
- accompagnare i bambini nei loro tentativi per riuscire a fare da soli
- TENTATIVI DI PADRONANZA
- docente=guida lo studente a riconoscere l'errore da solo, così da sentirsi competente
- DIRITTO DI SBAGLIARE
- apprendimento per scoperta, lanciando una sfida interessante ma non impossibile
- CURIOSITÀ ED INTERESSE
- relazione tra azione e obiettivi
- MOTIVAZIONE E AUTODETERMINAZIONE
- portare gli studenti a porsi degli obiettivi personali ed autonomamente determinati

DOCENTI

- si deve vivere per poterlo trasmettere
- continuare a cercare ciò che appassiona
- ENTUSIASMO
- MIRROR NEURONS
- POTERE DEL CONTAGIO EMOTIVO
- PRO SOCIAL THINKING

2. SBAGLIANDO S'IMPARA

il nostro CERVELLO

- ADATTABILE
- PLASTICO
- ciò permette, in caso di difficoltà di apprendimento, di COMPENSARE

NEUROPLASTICITÀ

- è la capacità del cervello di modificare la propria struttura e le proprie funzionalità in risposta all'esperienza
- l'esperienza interviene sul cervello
- i neuroni si modificano se stimolati

PARTE DEL PROCESSO DI APPRENDIMENTO

- ci mostra dove il bambino fatica nel suo percorso di elaborazione delle informazioni
- ERRORE
- deve essere compreso per TROVARE STRATEGIE E SOLUZIONI PER SUPERARE L'OSTACOLO
- CORREGGERE GLI ERRORI
- USARE AL MEGLIO I PROPRI TALENTI

TEMPO-SCUOLA

- determina il modo in cui il cervello trasforma ogni informazione esterna in una propria potenza di funzione
- ALLEATO
- RUOLO
- IN-SEGNARE= segnare in, segnare l'io
- = MISURARE
- VALUTARE
- NO GIUDICARE
- GIUDIZIO SVALUTANTE= dannoso perché genera sofferenza durevole
- CHI INSEGNA

MAESTRO

- professione che aiuta
- ESPOSIZIONE
- FACILITAZIONE
- AIUTO
- INTERVENTI DI AIUTO
- HELPING PROFESSION
- FUNZIONE DI CATALIZZATORE
- deve essere CONSAPEVOLE

INTELLIGENZA DEL BAMBINO

- deve imparare a godere
- FLUSSO IN CONTINUO MOVIMENTO
- assorbire
- rielaborare
- capace di
- restituire
- contenuti in modo creativo e socialmente costruttivo

5. TUTTI BRAVI CON I NUMERI

- è innata
- INTELLIGENZA NUMERICA
- la forma più antica di intelligenza
- esplosione delle funzioni cognitive dell'intelligenza numerica
- primi 5 ANNI di VITA
- traguardo molto importante
- CALCOLATORE NATURALE
- DITA
- FATTI PER CONTARE
- permette all'intelligenza numerica di evolvere, rispettando la sua natura, che è quella di manipolare la quantità
- CALCOLO A MENTE
- valore posizionale
- NATURA VISUO-SPAZIALE
- NUMERI
- mancanza di sinergia tra strutture cognitive e didattiche
- ESPOSIZIONE INSUFFICIENTE
- CAUSE
- DIFFICOLTÀ IN MATEMATICA
- basterebbero 5 minuti al giorno con strategie di calcolo mentale per sviluppare correttamente le strutture cognitive
- MANCANZA DI PROCEDURE CORRETTE
- USO DI PROCEDURE VERBALI