

# UFFA I COMPITI

17.11.17

**Dr. Cleopatra D'Ambrosio**

Le domande che ci poniamo questa sera sono:

perché i bambini fanno fatica ad imparare?

perché non amano studiare?

perché fare i compiti spesso diventa un mezzo dramma?

Cosa porta i bambini a convincersi di non essere all'altezza?

Perché cercano di evitare le difficoltà o di rinviare?

Immediatamente mi viene in mente il mondo della scuola fatto di giudizi, di note, di voti.

Mi vengono in mente alcuni giudizi degli insegnanti che le insegnanti facevano e fanno:

“potrebbe dare di più ma...”

“è svogliato e non si applica...”

Dobbiamo ricordarci che per il bambino il giudizio, anche se non intenzionalmente diretto verso la sua persona, è tradotto come non sono capace, sono un pasticcione...cioè un giudizio su di lui.

La seconda cosa che dobbiamo ricordare è che il dolore che il giudizio negativo, la sgridata, l'urlata, la sfuriata ecc. producono l'essere umano tende ad evitarlo. Un po' come il fuoco dopo essersi bruciati o la macchina dopo aver fatto un incidente.

Ma cosa ci vuole per studiare, se è così facile e basta solo un po' di buona volontà perché i bambini non si impegnano?

Eppure se analizziamo il **PROCESSO DI APPRENDIMENTO** non pare poi così facile.

I requisiti per un buon apprendimento sono i seguenti:

- consapevolezza delle proprie capacità
- disponibilità allo studio e attenzione
- abilità a prendere appunti
- capacità organizzativa e suddivisione adeguata del tempo
- capacità di lettura
- abilità nel selezionare e riordinare le informazioni
- corretta memorizzazione
- controllo emotivo

Come si arriva a possedere tutte queste capacità?  
Partiamo dall'inizio.

**1)**

**La curiosità** è alla base dell'interesse epistemofilico

Adamo ed Eva

Fase dei perché

Come funziona il mondo. I bambini hanno bisogno di sapere quale differenza esiste tra i maschi e le femmine; come si fanno i bambini; come funziona la lavatrice; come si fa il sugo; come si deve fare per gestire al meglio un conflitto o per non sentirsi escluso dal gruppo d'amici. A chi appartiene il sapere? E' raggiungibile? Cosa ci vuole? A volte i genitori non sono generosi, fanno sentire il bambino inopportuno con la sua curiosità o ancora troppo piccolo. I bambini deducono che il sapere è cosa lontana, non li appartiene, è tabù. I bambini hanno bisogno di sapere cosa pensate di lui, che posto occupa nel mondo per il proprio genitore.

2)

**L'autostima e l'ambizione** sono due aspetti fondamentali.

L'autostima, come dice la parola stessa è il valore che noi ci attribuiamo ovvero che pensieri abbiamo su di noi (sono capace, ce la farò, deluderò i miei genitori)

Essa è in continuo equilibrio ed è il risultato delle evidenze delle nostre azioni, ma anche ciò che gli altri hanno detto e pensato di noi.

E' importante avere una valutazione di sé realistica per poter migliorare.

Spesso i piccoli fanno errori di valutazione o troppo +++ o troppo — —.

Poter avere un buon rapporto con la frustrazione e con l'errore è fondamentale per usare le difficoltà vivendole

come opportunità di crescita e non come degli ostacoli o degli insuccessi.

L'ambizione è il desiderio di crescita e di emancipazione che molte volte viene frustrato dall'idea che è scorretto essere ambiziosi, un po' come è per alcuni scorretto essere egoisti, tanto che dobbiamo sempre metterci l'aggettivo di sano egoismo.

**L'auto-efficacia** è connessa all'autostima ed è la convinzione nelle proprie capacità di organizzare e realizzare il corso di azioni necessario per raggiungere prestazioni attese in un ambito specifico.

E' sorretto da

credenze (non ne ho le capacità, io non sono portato)

stili attributivi (Sono poco fortunato, potevo fare di più.. mi chiederà proprio l'unica cosa che non so..)

interpretazioni (questo compito è troppo difficile)

**3)**

**Motivazione** è influenzata dalla convinzione delle persone circa il suo valore, le sue abilità e competenze, gli obiettivi e le aspettative (successo o fallimento) e i sentimenti positivi o negativi (curiosità, ansia) che derivano dai processi di autovalutazione.

I fattori esterni che influiscono sono:

sostegno sociale,  
sostegno emotivo,  
ricompense ed incentivi.

Secondo Maslow la motivazione segue una scala gerarchica

B. di auto  
realizzazione

B. di stima  
B. di affetto

B. di sicurezza

Bisogni fisiologici

#### **4) GESTIONE DELLE EMOZIONI**

Ansia dell'interrogazione, dell'esame come si manifesta:  
alterazione dei normali parametri fisiologici (frequenza cardiaca, respiratoria accelerati)

Mal di stomaco o di pancia

Tremore alle mani

Rossore e calore al viso

Sudorazione

bocca secca o eccessiva salivazione

...

alterazione del pensiero

blackout mentale

confusione mentale ed esposizione disorganica