



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI DI TRIESTE

# PSICOLOGIA PER L'INSEGNAMENTO

Mariachiara Feresin, PhD

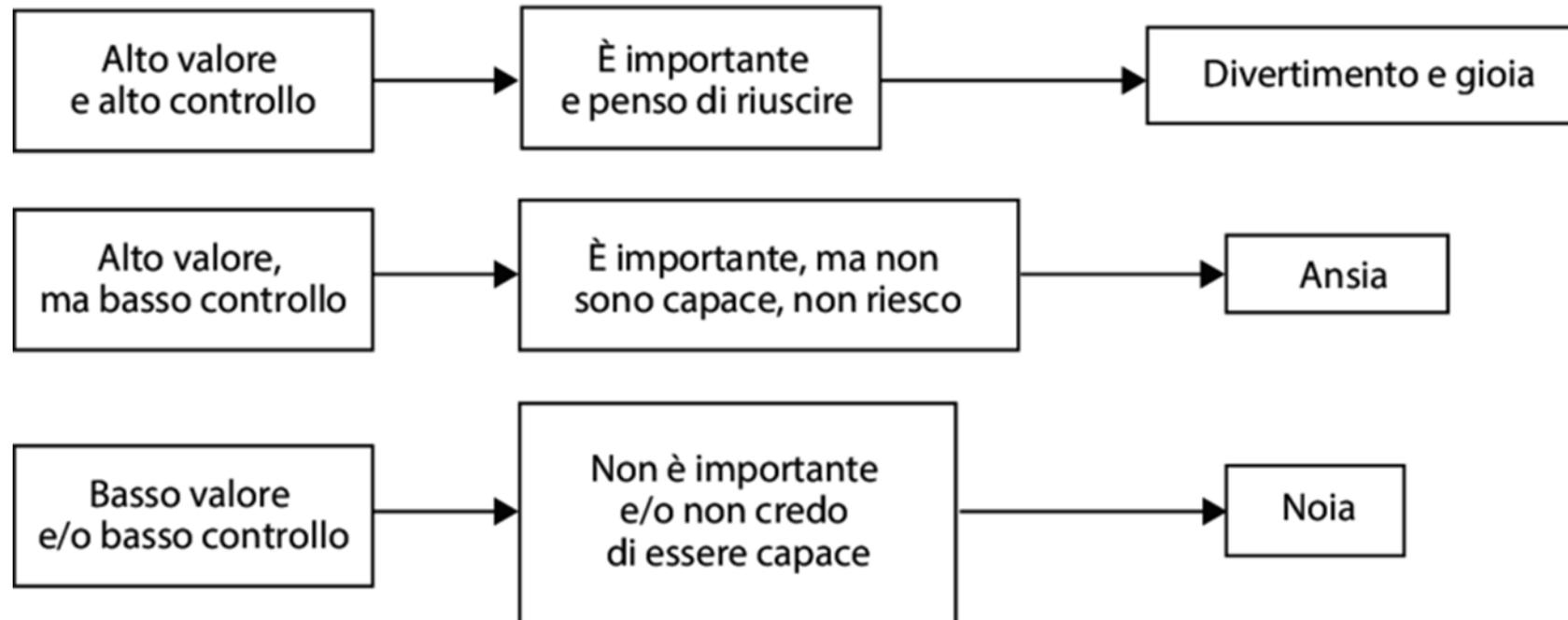
[mariachiara.feresin@units.it](mailto:mariachiara.feresin@units.it)

# EMOZIONI

# L'origine delle emozioni: la teoria controllo-valore

Pekrun [2006]

- A seconda dei livelli di percezione di controllo (percepire di essere capaci e di riuscire) e di valore (riconoscere importante la riuscita, il compito) emergono le emozioni di piacevolezza, ansia o noia



# L'origine delle emozioni: la teoria controllo-valore

Pekrun [2006]

- È importante sostenere le due percezioni di valore e di controllo
- Ciò può avvenire agendo sugli antecedenti distali:
  - istruzione
  - supporto all'autonomia
  - comunicazione di obiettivi, aspettative e valori da parte dell'ambiente

# Le emozioni si trasformano: la teoria comunicativa

- Le emozioni servono principalmente a comunicare agli altri le nostre impressioni e intenzioni
- Comunicano significati a noi stessi
- Ci offrono una interpretazione della situazione
- Le reazioni emotive ci dicono cosa è importante per noi
- Le emozioni servono a comunicare agli altri le nostre impressioni e intenzioni
- La teoria spiega perché ci si sente tristi o impauriti o arrabbiati
- Illustra quanto l'obiettivo percepito e la meta influenzino le nostre emozioni
- Mostra che la rabbia o l'ansia sono espressioni di «interesse» mettendo in evidenza quanto l'obiettivo sia importante per noi

# Le emozioni piacevoli

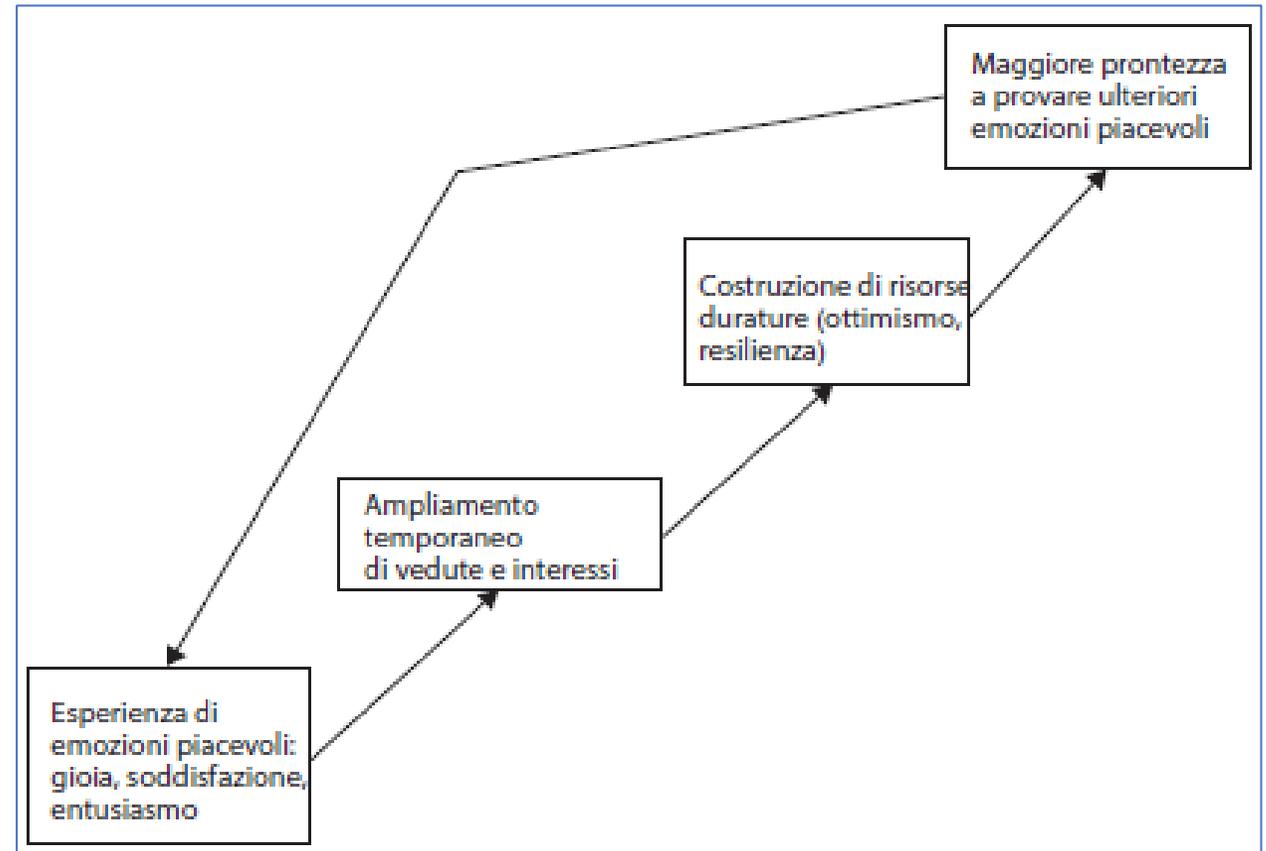
Gioia, entusiasmo, piacere, soddisfazione

- Sono fondamentali per il benessere e per aiutare a elaborare e affrontare il vissuto emotivo più spiacevole
- Ci rendono pronti a vivere esperienze, a leggere, interpretare e reagire alle situazioni in modo da provare ancor più emozioni piacevoli

# Le emozioni piacevoli

## *La spirale di positività*

L'ambiente può fare la differenza, trasmettendo convinzioni, valori, attitudini che amplificano la percezione di essere capaci e di valere, con ciò favorendo la «gioia di imparare». È questo il caso dell'entusiasmo.



# L'entusiasmo

- «Un fuoco dentro» è l'etimologia di *entusiasmo*
- *Essere entusiasti* significa essere carichi di positività e avere voglia di comunicare ciò che ci rende così attivi
- L'entusiasmo manifestato viene percepito dagli studenti, ne cattura l'attenzione e favorisce un vissuto emotivo piacevole che, a sua volta, facilita l'apprendimento [Moè 2016]

# Indicatori dell'entusiasmo

## Collins [1978]

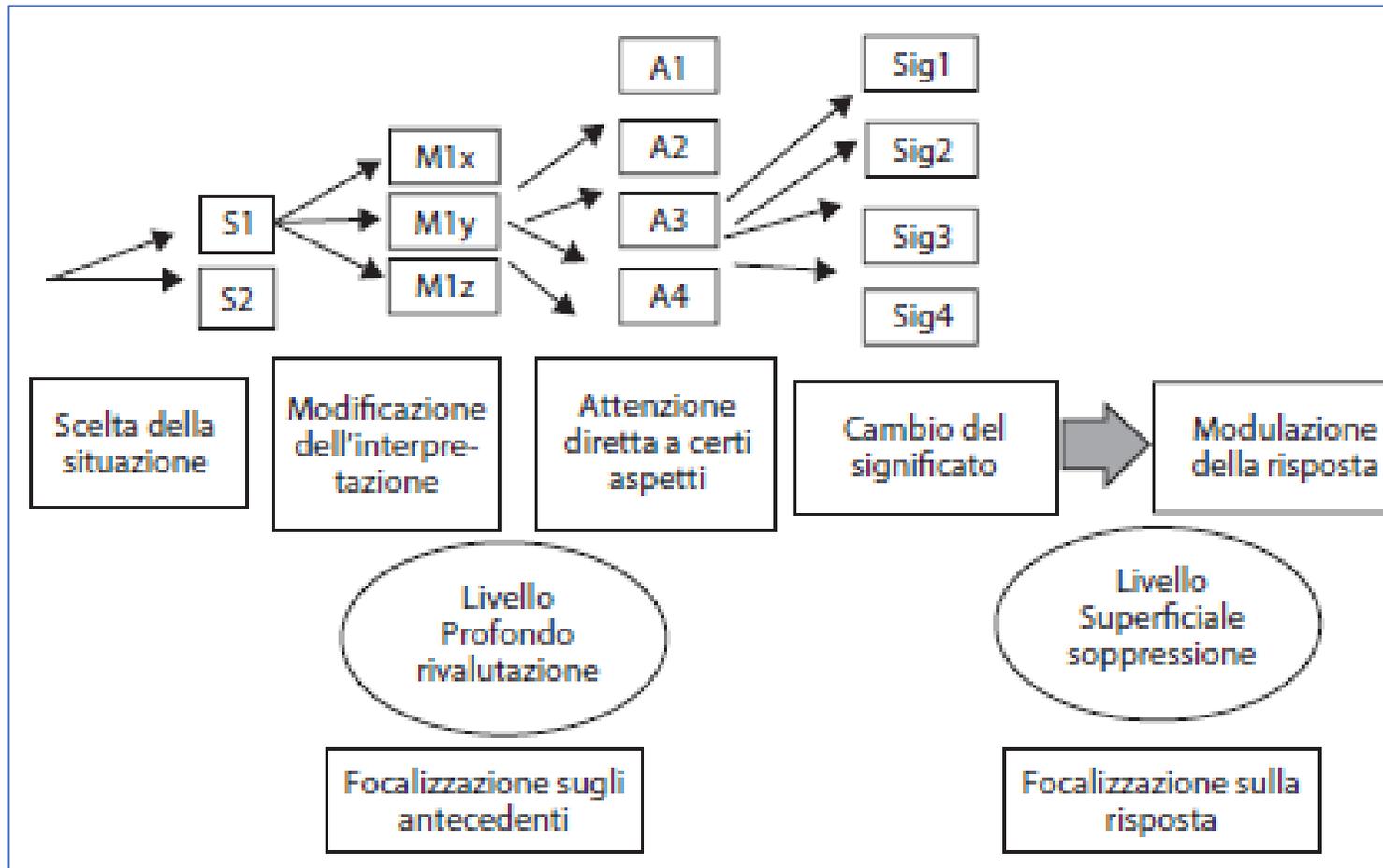
Voce	Rapida, variata, verso l'alto, con cambi improvvisi e importanti, ritmica, intonata
Occhi	Aperti, luminosi, scintillanti, scattanti, danzanti
Gesti	Frequenti, ampi, variati nel ritmo, riguardanti tutto il corpo
Volto	Espressioni facciali variate: tristezza, gioia, riflessione, fiducia, sorpresa
Parole	Molto descrittive e varie, molti aggettivi
Atteggiamenti	Esuberante, prontezza nell'accettare idee e sentimenti degli altri, nell'incoraggiare, sostenere e non intimorire

# Conoscere e controllare le proprie emozioni

- Può capitare di dover «regolare» cioè controllare le proprie emozioni (spesso le spiacevoli) per renderle funzionali ad affrontare la situazione
- Tale processo di regolazione ha un costo che prende il nome di «*emotional labor*» (*costo del controllo emotivo*)

# Conoscere e controllare le proprie emozioni

## Il modello di Gross [2001]



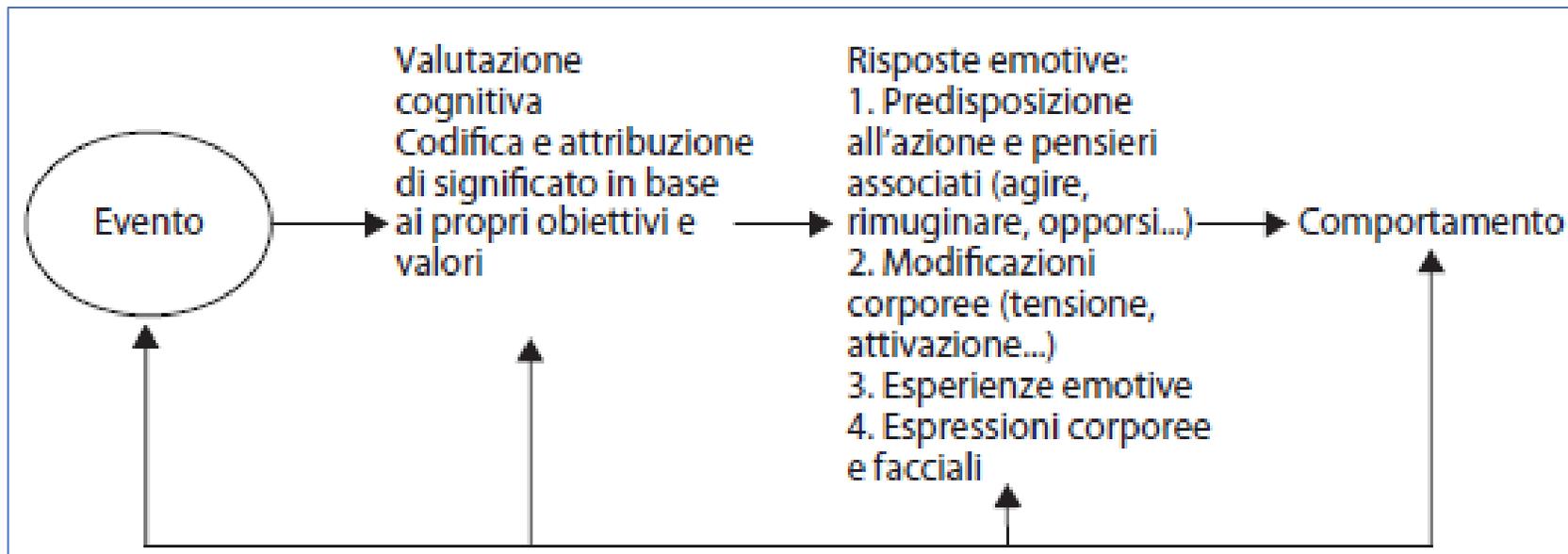
# Conoscere e controllare le proprie emozioni

- È interessante comprendere anche ciò che causa le emozioni, ovvero i precursori
- Sembrerebbe che non siano gli eventi di per sé a emozionarci, ma fattori individuati nella codifica e nell'interpretazione
- Interessante il modello di origine delle emozioni proposto da Frijda [2007]

# Conoscere e controllare le proprie emozioni

- Secondo Frijda [2007] ciò che ci accade (evento) attiva una riflessione (valutazione cognitiva) che può generare risposte emotive ed eventualmente comportamenti

***Centrale, quindi, è l'aspetto cognitivo***



# Applicare

È importante:

- far sentire competenti e accrescere l'importanza assegnata al compito perché favoriscono la piacevolezza e riducono ansia e noia
- agire sull'ambiente (insegnanti e genitori) affinché riescano a trasmettere aspettative di riuscita e far apprezzare l'importanza di imparare
- individuare modalità e contesti per favorire un vissuto emotivo piacevole
- rendere consapevoli che i compiti possono non piacere subito, ma che affrontandoli poi si proveranno coinvolgimento e soddisfazione
- provare gioia e mostrarsi entusiasti nel trasmettere le conoscenze
- valorizzare la tendenza a vedere la situazione da più punti di vista e attraverso modalità maggiormente orientate al processo e al cambiamento anziché al giudizio

# **SOCIALIZZAZIONE E APPRENDIMENTO**

## Il supporto sociale alla maturazione e all'apprendimento

- La presenza di un'altra persona, mentre il bambino sviluppa i primi apprendimenti, aiuta a sviluppare la capacità di autoregolazione e perfezionare le acquisizioni, attraverso feedback e aiuti ricevuti
- **Conforto affettivo e relazionalità** sono motori importanti per l'apprendimento

# L' apprendimento osservativo

## La teoria dell'apprendimento sociale di Albert Bandura [1973; 1977]

- ha descritto l'apprendimento (da lui chiamato modellamento, **modeling**) che si riscontra osservando il comportamento di un altro individuo che ha la funzione di modello
- per osservazione, possiamo apprendere comportamenti positivi, ma anche quelli negativi (es. bobo doll experiment <https://www.youtube.com/watch?v=RRi5xMHQ5pA> )
- richiede che l'osservatore diriga l'attenzione verso un modello nel quale deve identificarsi
- questo processo di identificazione è legato ad aspetti affettivi e al gioco di ruoli o personaggi rappresentati dall'osservato

# Il bisogno di relazione

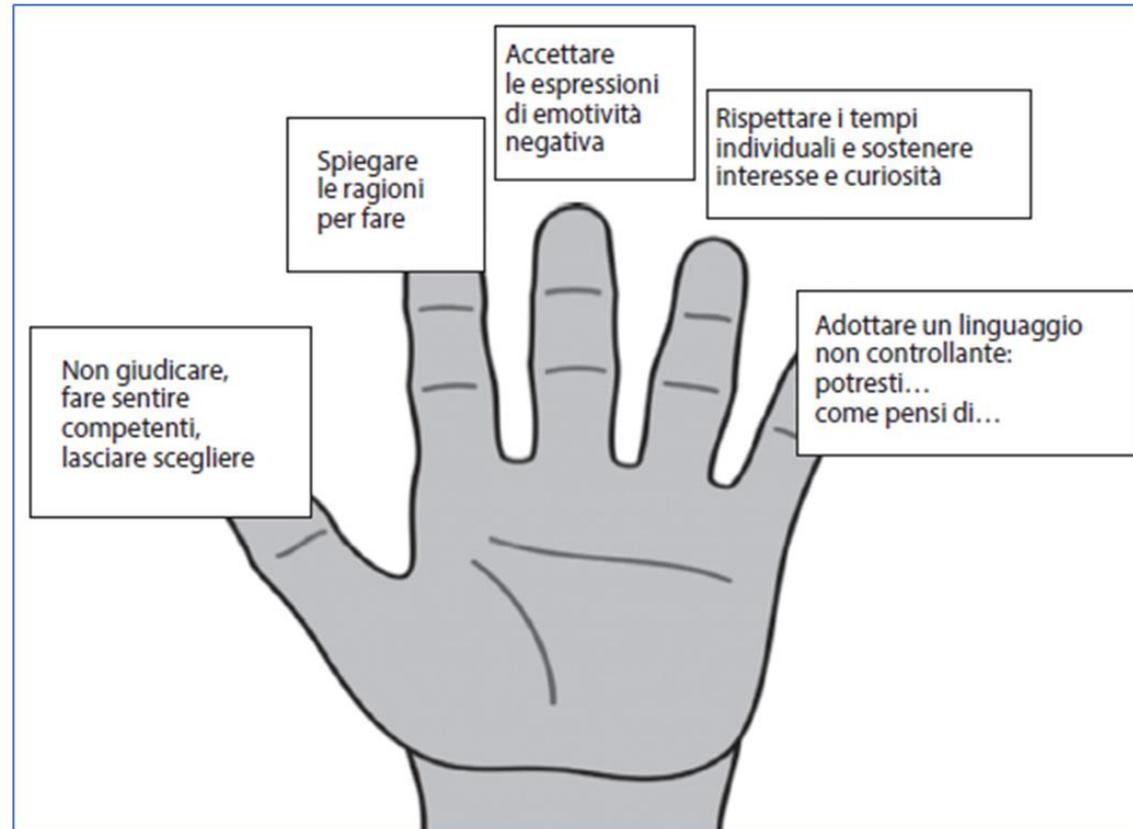
Secondo la ***Self-Determination Theory (SDT)*** di Ryan e Deci [2000]

- è cruciale il soddisfacimento e la non frustrazione di tre bisogni innati, fondamentali e universali:

	Bisogno	Soddisfazione	Frustrazione
1	Relazione	Sentirsi accolti e accettati, sostenuti negli sforzi	Esperire un senso di non connessione o di esclusione
2	Competenza	Riuscire, percepire di sapere come fare	Sentire di non essere capaci, di non avere strumenti per riuscire
3	Autonomia	Poter scegliere come organizzare la propria attività	Sentire di essere obbligati a fare delle cose, senza possibilità di gestirle e magari anche non capendo le ragioni per farle

## Il bisogno di relazione

- Prima di tutto è importante creare un ambiente *caring*, che faccia sentire accolti per i tentativi di costruire la propria motivazione
- Reeve (2009) ha proposto cinque modalità che dovrebbero caratterizzare questo ambiente

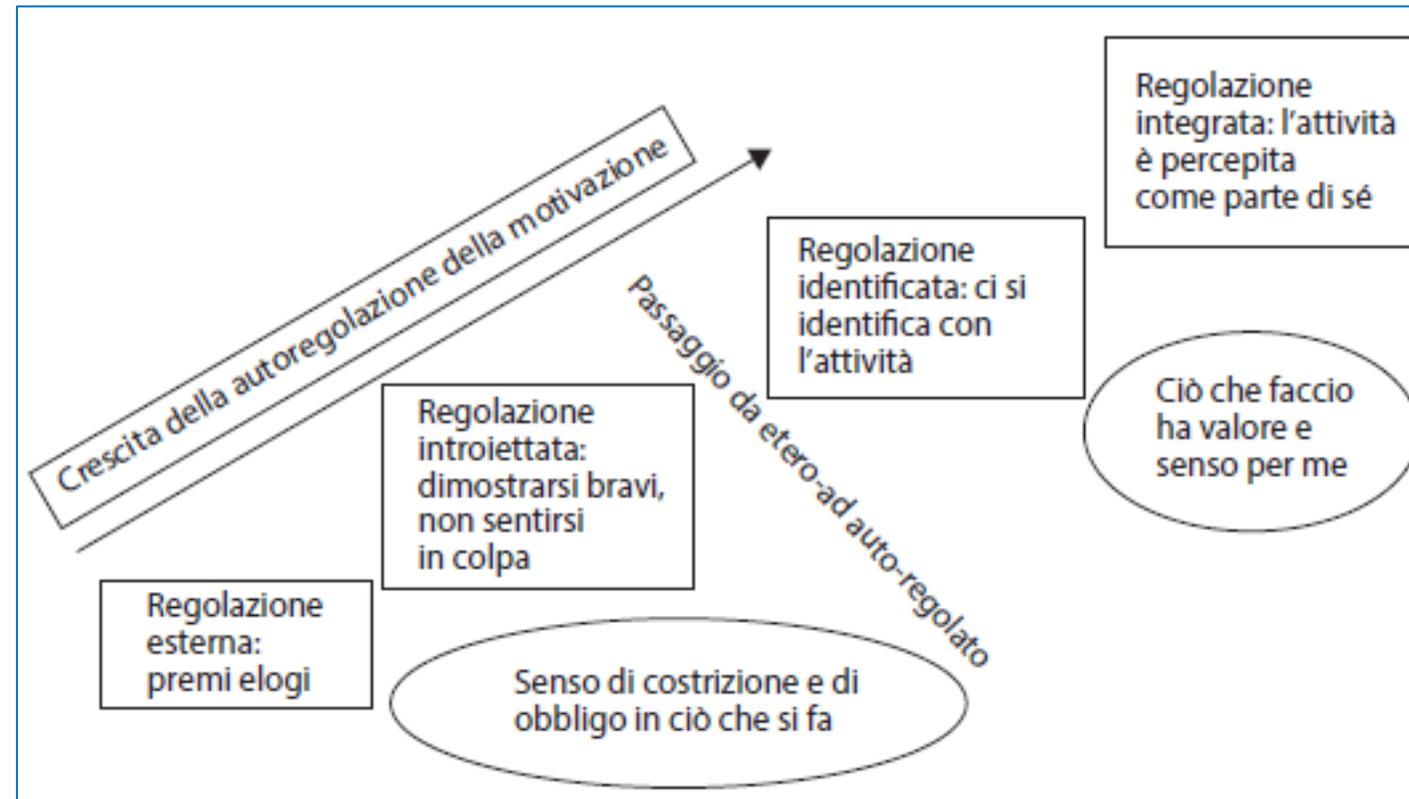


# Ambienti supportivi e autoregolazione

## L'autoregolazione:

- consiste nella capacità di gestire da sé strategie e motivazioni funzionali alla riuscita
- saper svolgere compiti e attività considerati importanti e a cui si dà valore
- per acquisirla si attua un processo di «internalizzazione» che consiste in gradi diversi di regolazione del proprio agire (da etero-regolata ad auto-regolata)

# Ambienti supportivi e autoregolazione



- È importante il ruolo della struttura data dall'ambiente definita come: chiarezza negli obiettivi, nelle strategie, nelle modalità, nei limiti, nei risultati attesi e anche come disponibilità a fornire feedback costruttivi

## Obiettivi sociali

- Con «obiettivo sociale» s'intende uno scopo rivolto agli altri, e quindi non solo e unicamente al fine individuale del proprio apprendere
- Tali obiettivi possono agire sinergicamente con gli obiettivi di apprendimento oppure anche entrare in conflitto
- Questi obiettivi, trasmessi dall'ambiente, possono essere fatti propri dagli studenti

Orientamento	Scopo	
	Appartenenza	Valutazione
A sé	Approvazione da parte del gruppo e senso di inclusione	Compiacere e assecondare, non dispiacere e fare ciò che gli altri si aspettano e/o non nuoce loro
Agli altri	Solidarietà e senso di vicinanza e identificazione con un gruppo	Essere membro produttivo e utile di un gruppo, di cui favorire il benessere

# Autostima

- Con il termine s'intende la valutazione e valorizzazione globale di sé, significa piacersi e anche ritenersi capaci
- Alla base ci sono due dimensioni parafrasabili in:
  - «io posso» (*self-competence*) che è la percezione di competenza e di auto-efficacia
  - «io valgo» (*selfliking*) che è la convinzione di valore e di importanza data al compito e al sé che apprende

# Autostima

Meccanismi che possono promuovere o bloccare la crescita dell'autostima:

- **reflected appraisal** (mi valuto sulla base della considerazione degli altri)
- **contingent self-worth** (valgo e mi sento apprezzato se ottengo buoni risultati)
- trasmissione di convinzioni **self-defining** (i risultati dicono chi sono)
- **self-enhancing** (le eventuali difficoltà mi consentono di migliorare)

# Rappresentazioni di sé

## Discrepanze ed emozioni associate

- L'ambiente sociale (gli altri) possono trasmettere visioni di sé non in linea con le personali rappresentazioni e questo può determinare vissuti emotivi positivi o di vulnerabilità
- Ad es. la discrepanza fra chi sono e chi sento dovrei essere risulta essere una forte spinta motivazionale

Discrepanza	Aumentano	Diminuiscono
Sé presente e sé ideale (personale): non sono come vorrei	Tristezza, insoddisfazione	Allegria, piacere, sorpresa
Sé presente e sé imperativo (per sé): non sono come credo di dover essere	Ansia, senso di colpa	Serenità
Sé presente e sé ideale (per gli altri): non sono come vorrebbero che io sia	Paura, agitazione	Senso di sicurezza
Sé presente e sé imperativo (per gli altri): non sono come vogliono che io sia	Vergogna	Gioia

# L' apprendimento mediato socialmente

Modalità didattica	Effetto positivo
Coinvolgimento in momenti decisionali	Produce responsabilità congiunta
Sperimentazione partecipata	Favorisce esperienza diretta e costruzione conoscenza
Dialogo con l'insegnante (che pone domande)	Promuove discussione, critica costruttiva e approfondimento di significati
Produzione di materiali creativi, a esito non definito	Consapevolezza del proprio lavoro
Cooperazione con ruoli definiti	Valorizza, potenzia e distribuisce l'expertise

## L' apprendimento mediato dai compagni

- Si parla di apprendimento mediato dai compagni per tutte le occasioni in cui un certo apprendimento è stato possibile grazie al fatto che lo studente collaborava (cooperava) con altri studenti
- È importante promuovere l'**agentività**, ovvero la percezione di essere protagonista della costruzione delle proprie conoscenze

## L' apprendimento mediato dai compagni

La partecipazione attiva può implementarsi attraverso:

- **brainstorming** (esprimere in un gruppo le idee spontanee su un certo argomento)
- **perspective taking** (porsi dal punto di vista dell'altro: cosa avresti fatto se fossi stato al suo posto?)
- l'uso sociale del **pensiero narrativo** (raccontare le proprie scoperte e conoscenze)

## L' apprendimento mediato dai compagni

L'atteggiamento dell'insegnante dovrebbe essere:

- aperto e caratterizzato da un'attenzione rivolta a ciascun alunno e a ogni argomento prodotto
- mirato a capire ciò che ognuno vuole esprimere
- volto a favorire la relazione empatica fra sé e l'alunno e fra gli alunni stessi

# Altre strategie di apprendimento cooperativo

- **Team-building:** “costruzione del gruppo”
    - aiutare i bambini a fare squadra, ad aiutarsi tra di loro a svolgere compiti insieme
    - ascolto, mediazione e solidarietà
    - Esempio di attività che può essere utilizzata con bambini per fare rendere conto che «insieme è meglio»: *Comporre un disegno.*
  - **Jigsaw:** “puzzle”
    - PRIMA FASE  
La classe viene divisa in «gruppi base», eterogenei di 4 o 5 allievi.  
Ad ogni alunno del "gruppo base", viene affidato una competenza specifica.
    - SECONDA FASE  
«Gruppo tecnico». In questa fase ogni alunno diventerà competente di quello specifico ambito.
    - TERZA FASE  
Si ritrovano i "gruppi base", in cui adesso ciascun allievo è "esperto" di una fase del lavoro e di questa sua conoscenza deve rendere partecipi i compagni che ne sono privi. Viene svolto il lavoro dato in consegna
- <https://www.jigsaw.org/>

## Altre strategie di apprendimento cooperativo

- **Group Investigation:** metodo di strutturazione della classe in base al quale gli studenti lavorano in collaborazione a piccoli gruppi per esaminare, sperimentare e comprendere i propri argomenti di studio
  - Fase 1: La classe stabilisce i sotto-argomenti e si organizza in gruppi di ricerca
  - Fase 2: I gruppi pianificano le loro ricerche
  - Fase 3: I gruppi conducono le loro ricerche
  - Fase 4: I gruppi pianificano le loro presentazioni
  - Fase 5: I gruppi effettuano le loro presentazioni
  - Fase 6: Insegnante e studenti valutano le presentazioni
  
- Queste tecniche favoriscono la responsabilizzazione e la costruzione di gruppi efficaci

# Applicare

È importante:

- che l'insegnante sia «paziente» e rispetti gli sforzi dei singoli
- evitare di fare pressione e consentire l'espressione di emozioni anche di rabbia, noia o che sottolineano difficoltà
- indicare obiettivi, strumenti, risultati attesi perché aiuta a capire cosa si vuole ottenere e quindi a individuare modalità autonome per pianificare il lavoro
- fare sentire di essere accettati, utili e capaci
- provare gioia e mostrarsi entusiasti nel trasmettere le conoscenze
- valorizzare forme di collaborazione che portino a costruire assieme la conoscenza
- valorizzare il «diritto all'insuccesso» e l'utilità dell'errore, facendo percepire che si può migliorare che si può imparare a partire dai propri errori