Autostima e apprendimento

Webinar, venerdì 21 maggio 2021

Relatore: Margherita Canale Degrassi

"Autostima" e "apprendimento" sono senza alcun dubbio tra i termini più ricorrenti nello *scolastichese* e di certo noi tutti li abbiamo spesso usati, ma forse non sempre cogliendone il pieno significato.

E' proprio con una prima riflessione semantica su questi due vocaboli che è iniziato il denso Webinar "Autostima e apprendimento", appunto, tenuto da Margherita Canale con cui si è chiuso il ciclo di aggiornamento proposto da UCIIM-Trieste per il corrente anno scolastico. Ed è stata una vera e propria chiusura in bellezza, con una conversazione non solo densa per riflessioni e spunti operativi ma anche estremamente delicata, connotata da un reale atteggiamento di ascolto delle esigenze, ricchezze, ritmi di crescita, potenzialità dei nostri studenti.

Autostima, allora.

Certamente non significa montarsi la testa o credersi chissà chi, tutt'altro: è piuttosto l'insieme dei giudizi che ognuno dà di sé, la valutazione positiva di se stessi, basata sulla consapevolezza del proprio valore, dei propri punti di forza. Importante l'elemento della "consapevolezza": perché, per avere autostima, non è sufficiente avere capacità, bisogna anche esserne coscienti. Non è, come ben si vede, un'operazione semplice: necessita di una realistica conoscenza di sé. Ed anche, se la si vuol radicare più profondamente, del concetto antropologico dell'intrinseco ed inalienabile valore di ciascuno in quanto essere umano. Va quindi curata ed educata anche perchè un elemento indispensabile per il benessere psicologico dell'individuo.

Per "apprendimento", invece, usualmente si intende l'acquisizione permanente di contenuti, abilità e comportamenti necessari ad un migliore adattamento all'ambiente. Con una sottolineatura: è autentico quando è interiorizzato, quando i valori che lo motivano sono stati fatti propri e quindi diventa patrimonio personale e non necessita più di un controllo esterno.

Fatta una certa chiarezza sui termini, qualche considerazione: innanzi tutto che l'autostima è un processo dinamico in continua evoluzione ed è sempre potenziabile ed migliorabile, a qualsiasi età. I piccolissimi, ad esempio, non sono ancora in grado di elaborarla, vivono in dipendenza del grado di accoglienza che sentono in famiglia e la loro percezione di sé è quella che di loro hanno i familiari. Con la scuola il discorso cambia perché cominciano ad essere richieste certe prestazioni: diventa necessario un graduale percorso di autoconoscenza, sostenuto da opportuni e incoraggianti *feed back.* Attenzione però: la conoscenza di sé e la conseguente autostima deve essere fondata sulla verità: no, dunque, a incoraggiamenti benevoli ma fondati sul nulla, di circostanza; sì invece a alla messa in luce di punti di forza che il bambino non ha focalizzato, ma realmente ha. Al contrario, invece, i limiti personali non vanno negati: ma la cosa non deve causare un problema perché anche qualora percepissi in me limiti o mancanze, la mia autostima non deve per questo crollare. In questa fase, però, è bene ribadirlo, sta all'adulto valorizzare il giovane, i suoi tratti positivi, le risorse, le potenzialità su cui far leva per instaurare una sinergia positiva perché soggettivamente è molto difficile autovalutarsi. Saranno proprio gli incoraggiamenti, l'ottenimento di risultati positivi, magari piccoli, che motiveranno a impegnarsi ancora. La frustrazione porterebbe solo al rifiuto del compito.

Illuminante, a questo proposito, il breve spezzone di "La strada" di F. Fellini che Margherita Canale ha proposto. Il protagonista, Zampanò, interpretato da uno strordinario Anthony Quinn, dovendo insegnare ad una impacciata Gelsomina (Giulietta Masina) a suonare il tamburo, non trova di meglio che umiliarla, zittirla, addirittura colpirle le caviglie con un bastoncino ad ogni errore senza, ovviamente, ottenere nessun risultato apprezzabile. Eppure quanti indizi di creatività gli aveva dato lei sia nel momento in cui aveva indossato il cappello, sia nell'impugnare i bastoncini, che nelle spiritose movenze… tutti ignorati, frustrati. Esempio fin troppo evidente, crudele addirittura, di rapporto educativo del tutto sbagliato e azzeramento dell'autostima. All'opposto, straordinario e commovente, il passaggio in "Goodbye Mr. Holland" di S. Herek in cui l'insegnante di musica riesce a sbloccare una delusa e piangente allieva facendo leva non su sue presunte capacità di clarinettista, che al momento sembrano proprio mancare, quanto… sui suoi capelli rossi, ovvero sull'unico elemento apprezzato nella sua famiglia, famiglia composta, per aggiunta, tutta di geni in cui l'unico elemento incapace sembra essere proprio lei. *"Mio padre dice che hanno il colore del tramonto". "Ecco… pensa ai tuoi capelli, suona.... il colore del tramonto…"* E Gertrude ce la fa. "E' un film", ha commentato Margherita Canale, "certo, un film, però: a volte anche far leva su punti di forza del tutto estranei al compito in questione può aiutare a superare l'ostacolo, aggirandolo. Impuntarsi sulla difficoltà spesso non dà alcun risultato."

Prima di concludere e lasciar spazio alla condivisione di esperienze, ancora qualche spunto operativo: sulla lode e sulle strategie per età in relazione all'autostima.

La lode.

E' elemento indispensabile nella sinergia educativa positiva. Attenzione però al tipo di lode. Quella che coinvolge tutta la persona (la cosiddetta "valutativa complessiva"), seppur apparentemente gratificante, in realtà non fa crescere, anzi: crea aspettative e ansia da prestazione. Non solo: farà nascere nel soggetto una reale paura dell'errore perché non ammette fallimenti in quanto, così come un primo risultato positivo ha promosso tutta la persona, così un'eventuale successiva *défaillance* la farà crollare interamente. Molto valida invece quella "apprezzativa, specifica, mirata" che innanzi tutto tiene ben separato il prodotto dal suo autore (anche se l'elaborato è riuscito male, ciò non significa che tu come persona per questo fallimento non vali nulla) e poi, nel prodotto stesso, valorizza il positivo ma del pari indica anche il manchevole lasciando aperta la porta a correzioni migliorative e anche a eventuali successivi fallimenti. Interessante a questo proposito l'esperimento condotto dall'Università di Stanford che ha proposto a un gruppo di 24 bambini un compito a carattere creativo. La metà, lodata al termine del lavoro in modo valutativo complessivo, poi posta davanti ad una critica in una seconda fase non è stata in grado di sopportarla ed ha abbandonato il compito. I bambini del secondo gruppo, sottoposti a lode apprezzativa e specifica, nella seconda fase si sono dimostrati ben disposti, collaborativi ed hanno terminato il compito assegnato apportando i miglioramenti del caso.

Strategie per età.

0-6 anni, scuola dell'infanzia: come già accennato, in questa fase è più appropriato parlare di fiducia in sé più che di autostima. La percezione di sé è magica, gli adulti onnipotenti, e si vive nella loro considerazione. Una buona abitudine è quella di verbalizzare il sé, oggettivare quanto si vive e si prova. Molto valido l'affidamento di piccole responsabilità, piccoli incarichi. Le norme da seguire siano poche e chiare.

7-12 anni, scuola primaria. E' la fase in cui cresce l'importanza del gruppo e il gioco si fa di squadra. La collaborazione e l'aiuto reciproco sono fondamentali per accrescere l'autostima come pure l'accettazione di piccole sfide. Ma è altresì importante avere aspettative realistiche. Sempre importante verbalizzare, esprimere, oggettivare ciò che accade. Le richieste continuino ad essere poche, chiare, realizzabili. E si sostengano i bambini nel portare a termine i compiti: dà soddisfazione. Si promuova l'iniziativa, dà gioia. Si sottolineino più l'impegno profuso che i risultati effettivamente raggiunti.

Adolescenza: è il periodo in cui l'autostima è fisiologicamente bassa e ciò porta ad indifferenza, passività, anche aggressività. L'adulto deve esserci ma senza imporsi, rispettando l'intimità: è l'età del rapporto (e confronto) con i pari. Vanno sapientemente dosate responsabilità e libertà, e favorito il protagonismo.

A conclusione della sua ricca e delicata relazione Margherita Canale ha proposto una bella slide: una simpatica scaletta in cui su ogni gradino compare, in diversa postura, un bambino, ciascuno con un suo fumetto. Dal primo che afferma "non voglio farlo", al secondo "non posso farlo", al successivo "voglio farlo"… gradualmente si arriva ai " come farlo?", " proverò a farlo" " posso farlo", "lo farò…", per arrivare finalmente all'ultimo " Sì, l'ho fatto!!"

Percorso di formazione della volontà.

Questione di… autostima *(Marina Del Fabbro)*

.