

Attenzione e metacognizione: un programma per sviluppare la consapevolezza attenta in classe

Adriana Molin Silvana Poli
IRSSAE VENETO – MESTRE (VE)

Sono sempre più numerosi i bambini che dimostrano qualche difficoltà nell'adattarsi ai tempi scolastici, ai ritmi di apprendimento soprattutto a livello degli otto-undici anni. Il non prestare attenzione per il tempo necessario alla esecuzione dei compiti, essere spesso con "la testa tra le nuvole", essere precipitosi nelle risposte quando i quesiti sono ambigui e richiederebbero una riflessione, sono tutti indicatori di comportamenti degli alunni poco autoregolati alle situazioni di contesto. La capacità di acquisire abilità di autoregolazione del proprio comportamento che consentono di adattarsi all'ambiente, si sviluppano durante gli anni della scuola elementare e consentono ai bambini di esprimere al meglio le potenzialità cognitive.

Purtroppo alcune caratteristiche dei modi di vivere di oggi non favoriscono questo processo evolutivo. Ambiente familiare in cui i genitori - molto spesso - sono più attenti agli aspetti affettivi che normativi della vita del figlio (Scabini, 1998), contesti di vita ultrastimolanti da un punto di vista cognitivo, ma che, proprio per questo, attivano processi in cui è privilegiata la risposta rapida, l'analisi non approfondita, predispongono ad uno stile di elaborazione cognitiva che male si accorda alle necessità dell'apprendimento scolastico, caratterizzato dalla sistematicità e dalla intenzionalità ad apprendere.

Il quadro che si presenta agli insegnanti è piuttosto variegato: da un lato molti bambini che mostrano lievi difficoltà a prestare attenzione e qualche caso di bambini che mostrano veri e propri disturbi attentivi, a volte associati a tratti di impulsività, dall'altro la necessità di creare le condizioni ottimali per un proficuo apprendimento.

Per questi motivi abbiamo ritenuto importante predisporre un training che consentisse un'attività di potenziamento di questo meccanismo di regolazione della funzionalità cognitiva qual è l'attenzione in modo da prevenire eventuali situazioni di scarso coinvolgimento all'interno della classe. Il training riguarda il lavoro in classe e quindi prende in considerazione sia l'insegnamento che l'apprendimento. Si articola in sezioni di approfondimento e analisi/valutazione dei processi attentivi - questionario per insegnanti, questionario per alunni e prove specifiche - e in una sezione operativa che prevede materiale didattico differenziato per obiettivi.

Il training "Attenzione e metacognizione" per gli alunni tende a sviluppare le diverse componenti implicate nei processi attentivi attraverso la riflessione sui propri processi cognitivi e la ricerca delle modalità che consentono una maggiore gestione dei processi di controllo.

Il punto di partenza riguarda la conoscenza di questo processo alla base della funzionalità cognitiva, il riconoscere - ad esempio - che l'attività "attentiva" non riguarda solo la scuola, ma tutto quello che si fa. I passi successivi sono il riconoscere che a scuola è necessaria una maggiore intenzionalità, uno sforzo consapevole per dirigere le proprie risorse cognitive verso l'obiettivo di apprendimento, l'imparare a trovare strategie di sostegno e supporto all'attività cognitiva per superare quei momenti di impasse in cui tutti incappano. Infine diventare consapevole degli intrecci tra stati fisici e psichici ed impegno cognitivo vuol dire imparare a gestirsi meglio, ritrovare al proprio interno le risorse per arrivare agli obiettivi che ci si è posti, acquisire maggiore fiducia nelle proprie capacità.

Il materiale è rivolto a bambini dagli otto agli undici anni e, rispetto ad altri trattamenti in uso nei disturbi di apprendimento, ha la particolarità di prevedere un lavoro all'interno della classe, condotto dalla stessa insegnante, utilizzando quindi quei fattori di ordine sociale e contestuale che tanto influenza hanno nell'apprendimento.