

IL LAVORO METACOGNITIVO PER FAVORIRE L'ATTENZIONE DI TUTTA LA CLASSE

Silvana Poli (Psicologa, Gruppo MT - Università di Padova)
Adriana Molin (Psicologa, Gruppo MT - Università di Padova)

Il problema dell'attenzione a livello di classe è sempre esistito, ma assume, una particolare salienza al giorno d'oggi. Può essere affrontato da più punti di vista: quello dell'insegnante, di ciò che può fare per aiutare gli studenti a selezionare e a focalizzarsi sugli aspetti rilevanti dell'attività scolastica, e quello dello studente che può, attraverso la riflessione metacognitiva imparare a conoscersi meglio e quindi assumere un atteggiamento strategico verso lo studio. Con lo scopo di promuovere negli alunni una maggiore conoscenza e consapevolezza del proprio funzionamento cognitivo è stato messo a punto un programma di intervento didattico, l'attuarsi all'interno della classe con modalità individuali e/o collettive, a seconda delle abitudini di lavoro. L'attività didattica che si basa su strategie di tipo metacognitivo, intende promuovere un maggiore controllo ed efficienza dell'attività cognitiva e comportamentale, come è stato evidenziato da tempo da molti autori, tra cui Brown e Palincsar (1986), Kaniet e Aram (1993), Cornoldi et al. (1996).

L'apprendimento presuppone sempre un'attività mentale individuale che può essere influenzata più o meno positivamente dal contesto scolastico.

All'interno della classe il lavoro intellettuale è esposto a fattori di disturbo molto notevoli, rappresentati, a volte, dal fluttuare degli eventi non in sintonia con i personali ritmi di apprendimento, dalla presenza di compagni che possono distrarre, da fattori personali. In situazioni di studio individuale o di piccolo gruppo sono certamente minori le variabili che possono abbassare il livello di attenzione, che è legato allo stato di vigilanza. Un aumento di questo stato favorisce il miglioramento della prestazione, sebbene un livello troppo elevato la influenzerebbe negativamente. Infatti per ottenere buone prestazioni attentive, nei compiti intellettuali, è importante regolare l'attivazione mentale ad una misura intermedia. Il compito stesso esercita un'influenza sul livello di attivazione attentiva: un compito troppo facile e ripetitivo lo fa diminuire, mentre la novità del materiale e la variazione nelle modalità di presentazione lo fanno aumentare. Una certa vivacità nella classe, è un fattore importante nel mantenimento di uno stato attentivo appropriato.

Un altro degli aspetti rilevanti dell'attenzione in classe è la capacità di concentrare le proprie risorse cognitive quasi esclusivamente sulle informazioni selezionate. L'attenzione focalizzata viene tradizionalmente paragonata ad un fascio di luce orientato su di un unico punto. Molto spesso informazioni inizialmente escluse dal focus attentivo poiché giudicate poco importanti, vi hanno successivamente accesso essendosi modificate le condizioni di partenza. Osservando il nostro comportamento, non è possibile scindere l'attenzione selettiva da quella focale, in quanto esse operano in modo sinergico e coordinato. Sulla capacità di mantenere l'attenzione influisce in maniera rilevante il tipo di compito: un compito divertente e piacevole riesce a mantenere più attive le risorse cognitive degli studenti.

Nell'apprendimento scolastico l'attenzione intesa come meccanismo di autoregolazione del funzionamento cognitivo riveste un ruolo fondamentale, come del resto in tutte le attività umane, dato che la mancanza di attenzione esclude da un apprendimento di tipo intenzionale, qual è quello richiesto a scuola.

In effetti molti alunni con difficoltà attentive manifestano anche un ritardo nell'apprendimento. Numerose ricerche in questo settore affermano che circa il 40% dei soggetti con disattenzione presenta anche difficoltà di apprendimento (DuPaul e Stoner, 1992) ovvero ha prestazioni scolastiche inferiori alla media pur avendo un buon livello intellettuale.

L'insegnante può servirsi di numerosi sostegni per guidare l'attenzione degli alunni verso gli obiettivi tipici dell'apprendimento e sostenere le potenzialità degli alunni che possono essere sviluppate se opportunamente sollecitate. L'integrazione di questi due poli del continuum insegnamento-apprendimento è quello che si propone "Attenzione metacognizione", un programma dedicato ai bambini, ma gestito e curato dagli insegnanti.

Il programma "Attenzione e metacognizione" è adatto a bambini dagli otto agli undici anni. È una proposta di tipo educativo che favorisce soprattutto il controllo e la gestione consapevole dell'attività cognitiva. Risulta particolarmente utile per quei soggetti in cui si osserva scarsa attenzione, poca propensione ad essere costanti, a seguire le istruzioni e a completare i compiti.

Il training si attua in una situazione ecologica, all'interno della classe.

Sulla base dell'analisi del punto di partenza e delle osservazioni dell'insegnante, viene definito come utilizzare il programma considerando i bambini soggetti attivi in apprendimento, in grado di capire e, quindi, di scegliere le strategie cognitive più funzionali a sé e alla situazione.

In un contesto scolastico, realizzare il trattamento dovrebbe ridurre il problema della scarsa generalizzazione che spesso dimostrano i training cognitivi insegnati ai bambini in altri contesti. Il programma affronta l'attenzione in tutte le sue componenti e nei suoi legami con la motivazione, la comprensione e la memoria, e si pone come obiettivo trasversale dell'insegnamento e, in quanto tale, si giustifica nella sua destinazione curricolare.

Il programma è articolato in componenti specifiche dell'attenzione ed è preceduto da alcuni strumenti di osservazione e di autoanalisi su alcuni aspetti cognitivo-comportamentali relativi sia agli alunni e sia agli insegnanti.

Sono stati individuati e sviluppati tramite schede, gli aspetti dell'attenzione e la ricerca sperimentale e lo studio sui disturbi da deficit attentivo hanno evidenziato come essenziali (Bagnara, 1984; Kirby e Grimley, 1989). Ad essi è stata aggiunta un'aura rilevante ai fini di una maggiore consapevolezza e di un più efficace controllo dei propri processi cognitivi, quella dei segnali di distrazione.

Le aree individuate sono quindi:

- a) attenzione selettiva ovvero la capacità di orientarsi all'interno di un campo percettivo visivo-uditivo;
- b) attenzione focalizzata: concentrazione;
- c) attenzione mantenuta, la dimensione temporale dell'attenzione implicata nel completamento dei compiti assegnati;
- d) attenzione divisa: la capacità di distribuire le risorse attentive a secondo della situazione e il rapido spostamento dell'attenzione (shift) ovvero la flessibilità delle risorse attentive;
- f) segnali di distrazione che giocano sulla consapevolezza delle proprie caratteristiche cognitive.

Ogni area sviluppa un itinerario specifico che parte da un momento iniziale di riflessione su come i vari tipi di attenzione influiscono sullo svolgersi delle attività e passa alla esemplificazione di strategie adeguate alla gestione e al controllo del proprio funzionamento cognitivo. Sono stati creati due personaggi, Palla e Filo, che sono i protagonisti di tutte le schede. I personaggi sono connotati diversamente per aiutare i bambini a comprendere meglio le relazioni tra attività cognitiva, azioni/comportamenti e risultati.

Bibliografia

- Bagnara S. (1984), "Attenzione e processi cognitivi", Bologna, Il Mulino;
- Brown A.L. e Palinesar A.S. (1986), Poor Readers: "Teach, don't label", in U. Nzisser a cura di The school of achievement of minority children, Hillsdale, NJ, Erlbaum;
- Cornoldi C. (1995), "Metacognizione e apprendimento", Bologna, Il Mulino.
- Cornoldi C. et al., (1996), "Impulsività e autocontrollo", Trento;
- Erickson Di Nuovo S. (2000), "Valutazione e potenziamento dell'attenzione" (software), Trento;
- Douglas V.I., (1983), "Attentional and cognitive problems; in M. Rutter (a cura di), "Developmental neuropsychiatry", New York, Guilford Press;
- DuPaul G.J. e Stoner PA, (1992), "ADND in the schools", New York, Guilford Press;
- Kaniel S.E. e Aram D., (1993), "Developmental impacts vs meta.attention instructions"; "International Journal of Cognitive Education and Mediated Learning", vol. 2, n.3, pp. 11-10-121;
- Kirby E. e Grimley L.,(1989), "Disturbi dell'attenzione e iperattività", Trento, Erickson;
- Marzocchi G.M., Molin A, Poli S. (2000), "Attenzione e metacognizione", Trento, Erickson.