

Insegnare e imparare con la PNL

BESTSELLER INTERNAZIONALE · BESTSELLER INTERNAZIONALE · BESTSELLER INTERNAZIONALE

*Il nuovo libro
del co-creatore
della PNL*

RICHARD BANDLER

IL PADRE DELLA PNL

KATE BENSON

COME USARE LA
PROGRAMMAZIONE NEURO-LINGUISTICA
PER MIGLIORARE L'APPRENDIMENTO



UNICOMUNICAZIONE
ALESSIO ROBERTI

11.

Conquistare la classe

**L'istruzione non è riempire un secchio,
ma accendere un fuoco.⁽¹⁾**

William Butler Yeats

In questo capitolo

- Scopri il segreto del rapport superveloce
- Crea potenti stati di apprendimento con i tuoi studenti
- Controlla le variabili in classe
- Scopri come ancorare ottimi stati di apprendimento



Concatena gli stati tra loro per guidare gli studenti verso un apprendimento più facile, piacevole e duraturo. L'altro giorno, Anne, un'insegnante di scuola elementare in pensione di grande esperienza, ha detto "In oltre 35 anni di insegnamento non ho mai chiesto una volta alla mia

classe "Volete imparare qualcosa oggi?" Ci sono molti modi per ottenere impegno e coinvolgere i ragazzi nell'apprendimento: porre questa domanda non è uno di questi! Se un bambino non volesse partecipare, passerei tutta la notte a pensare a strategie diverse per coinvolgerlo nell'apprendimento domani."

Che grande esempio di tenacia nell'insegnamento! Speriamo che gli insegnanti freschi di laurea possano tutti imparare qualcosa da Anne e dalla sua determinazione a coinvolgere i suoi studenti. Con questo tipo di tenacia e le abilità discusse in questo capitolo, ogni insegnante può avere una classe entusiasta e felice. Nell'ultimo capitolo hai imparato come creare ottimi stati per te stesso. Questo è importante perché la chiave per portare i tuoi studenti nei migliori stati di apprendimento è andarci tu per primo e provare in prima persona le sensazioni che desideri per i tuoi studenti. Per poter creare stati di apprendimento utili ed efficaci per i tuoi studenti occorre prestare attenzione ai minimi dettagli delle tue interazioni con loro. Spesso, gli insegnanti sono alla ricerca del Santo Graal che risolverà tutti i loro problemi in un colpo solo. Vogliono che qualcuno dica loro "Ecco qui: se fai QUESTO, la tua classe farà esattamente quello che vuoi." Invece, è la totalità dei minimi dettagli che fa la differenza. I dettagli non sono insignificanti, anzi sono assolutamente cruciali per coinvolgere gli studenti e fare la differenza!

Predisporre il gruppo

Raccogli un numero qualsiasi di individui in uno spazio e questi formeranno dei gruppi, così come accade per qualsiasi classe che venga lasciata indisturbata e priva di supervisione. Potresti aver notato il modo in cui si formano varie alleanze e come, a volte, qualcuno rimanga escluso. I gruppi, come sai, generano una propria identità e una volta costituiti si organizzano attorno a insiemi di norme, comportamenti e “stati” accettati. Ed ecco che entra in scena l’insegnante, per provare ad assumere il controllo del gruppo!

Quindi suggeriamo di spostare l’attenzione dal controllo del gruppo alla gestione del processo di formazione del gruppo. Sia che tu stia incontrando un gruppo per la prima volta o che tu li veda regolarmente, fare in modo di trovarti al centro del gruppo, come asse portante, ti dà il controllo degli stati e dei comportamenti all’interno del gruppo. Invece di imporre il controllo, andrai a determinare le sensazioni, i pensieri e i comportamenti più utili a supportare l’apprendimento dei tuoi studenti. Come afferma John La Valle, presidente della Society of NLP®, “Una classe non è una democrazia; è una dittatura benevola!” Il tuo compito è quello di guidare l’apprendimento: l’insegnante è il leader del gruppo e dovrebbe posizionarsi al centro.

Per posizionarti al centro del gruppo, ci sono molte variabili chiave oltre al contenuto e alla pianificazione delle lezioni di cui puoi assumere il controllo. Tra queste trovi il tuo stato, il tuo linguaggio, la tua comunicazione non verbale e, in una certa misura, l’ambiente in cui insegni. Prestando attenzione a ciascuna di queste variabili, non solo entri in relazione con i tuoi studenti, ma gestisci anche le dinamiche del gruppo. Nella letteratura sulla PNL si parla molto di rapport. Il rapport è un concetto molto semplice e può essere sintetizzato come la presenza di fiducia e cooperazione in una relazione. Si tratta di far sapere all’altra persona che hai capito qualcosa della sua mappa del mondo nel momento presente. È utile nell’insegna-

mento, perché ci consente di andare incontro agli studenti lì dove si trovano inizialmente e di guidarli verso stati migliori e decisioni più intelligenti per massimizzare l'apprendimento. Il rapport non è, tuttavia, essenziale in tutte le situazioni. C'è chi afferma che per influenzare il cambiamento in un'altra persona sia prima necessario instaurare rapport. Questo non è corretto: se hai bisogno di rapport ci sono modi per ottenerlo. È utile sapere come costruire rapport e come interromperlo. Ci sono momenti in cui essere in rapport e momenti in cui non esserlo!

Creare linee di luce

Un momento essenziale per costruire una forte connessione personale e un rapport sincero con ogni studente è nei primi secondi del vostro incontro. È il momento in cui puoi creare la prima connessione con ciascuno studente prima che i membri del gruppo abbiano il tempo di stabilire le proprie connessioni reciproche. Questo ti porta al centro del gruppo come persona con la maggiore influenza per determinare gli stati che l'intero gruppo utilizzerà per l'apprendimento. Una volta che i membri del gruppo iniziano a conoscersi, creeranno connessioni (più o meno forti) tra loro, ma il punto di riferimento principale per il gruppo rimarrà tu, quindi la tua capacità di influenzare lo stato del gruppo inizia proprio in quei primi istanti. Gli studenti diventano i raggi della ruota attorno al tuo asse.

Quanto pensi che ci voglia per creare rapport? Cinque minuti? Dieci? Abbiamo letto molti libri che sostengono di sì. La verità è che possono bastare anche pochi secondi: un'ottima notizia quando hai di fronte un gruppo di 20 o 30 studenti.

Per instaurare rapport con i tuoi studenti, apri semplicemente i tuoi sensi e prendi nota di ciò che sta accadendo per loro proprio in quel momento. Ad esempio, se uno studente sembra orgoglioso del suo nuovo taglio di capelli, fagli i complimenti. Se uno studente arriva trafelato, incerto di trovarsi nel posto giusto, rassicuralo e digli "Ben fatto, sei nel posto giusto!" Cer-

to: molti insegnanti lo fanno già spontaneamente, ma pochi sono consapevoli di quanto sia importante. Spesso, l'attenzione degli insegnanti è catturata dalle loro esigenze di insegnamento, come preparare il materiale per la lezione o interagire con qualche congegno tecnologico, e perdono una preziosa opportunità.⁽²⁾

Considera la differenza tra porre la tua attenzione su te stesso e portarla verso gli altri.

Il rapport super-veloce nasce dall'attenzione verso gli altri

Una volta che hai stabilito il rapport con ogni individuo, puoi iniziare a “ricalcare” il gruppo. Questo significa rispecchiare lo stato di un'altra persona o di un gruppo sia verbalmente sia con la tua comunicazione non verbale in modo da poter condurre gli studenti verso stati che favoriscano realmente l'apprendimento.

Quando chiediamo agli insegnanti in formazione “Come vuoi che siano i tuoi studenti in classe?” le loro risposte includono invariabilmente parole come attenti, calmi, ricettivi, in ascolto, partecipi, interessati e ben educati. Come sarebbe il tuo elenco? Nota quanto siano passivi alcuni di questi stati.

L'apprendimento è un processo attivo!

Indipendentemente dal fatto che il loro impegno risulti più o meno ovvio dai loro comportamenti esterni, la verità è che non vogliamo assolutamente che i nostri studenti siano passivi. Vogliamo che siano coinvolti nel processo di apprendimento attraverso stati di interesse, esplorazione, sfida, risate, entusiasmo, curiosità e talvolta persino rumore! Questi sono stati attivi, come attivo è il processo di apprendimento.

Talvolta l'apprendimento attivo è molto evidente per gli altri, ma altre volte potrebbe esserlo di meno. Mentre te ne stai lì a leggere questo libro, un osservatore che si dovesse concentrare unicamente sul tuo comportamento esterno potrebbe presumere che il tuo sia uno stato passivo. Presta però bene attenzione ai tuoi comportamenti interni, a ciò che sta accadendo dentro di te. Provi entusiasmo o curiosità mentre leggi? Stai facendo paralleli con le tue esperienze passate o immaginando situazioni future? Qualunque sia la tua reazione e interazione con le nostre parole, probabilmente non sei né distaccato né privo di emozioni.

Le nostre priorità per l'apprendimento sono che le persone si trovino fisicamente a loro agio (calde, nutrite e asciutte), che si sentano al sicuro e che siano in condizione di ridere facilmente. Alle persone piace ciò che si ripete o che è simile ad altre cose note perché questo le fa sentire a proprio agio, ma imparano attraverso le differenze. Quindi gli stati che crei dovrebbero creare un senso di sicurezza sufficiente a consentire alla persona di correre il rischio di apprendere qualcosa di diverso. Inoltre vedi di portare enfasi e una misura di spettacolarità nell'apprendimento, così che rimanga impresso come qualcosa di veramente insolito. Potresti avere una diversa priorità per gli stati più utili ai tuoi studenti e questo è un bene: la chiave è che devi essere sistematico.

Considera in quali stati vuoi che si trovino i tuoi studenti in un qualsiasi momento della lezione. Se potessi sceglierne tre dal seguente elenco, quali sceglieresti?

**CALMA | CURIOSITÀ | ENTUSIASMO | FASCINAZIONE
CREATIVITÀ | FOCUS | FRUSTRAZIONE | TENACIA**

Come potresti creare in primo luogo quegli stati in te stesso, in modo da poterti poi condurre il gruppo?

Sarebbe molto dispendioso in termini di tempo se dovessimo creare in classe gli stati favorevoli all'apprendimento ogni volta da zero. È molto più utile poterci basare su scambi preceden-

ti e riaccedere agli stati in modo rapido e semplice. È fantastico quando ti rendi conto che sei diventato così bravo a costruire stati di apprendimento che hai creato un'ancora superveloce per cambiare istantaneamente lo stato dei tuoi studenti, senza dover passare attraverso il processo di creazione di un nuovo stato utile per l'apprendimento.

Quindi, come si fa? Abbiamo già accennato al concetto di ancora nell'ultimo capitolo e questo è il momento di approfondire la cosa. Un'ancora è il processo di associazione tra una risposta interna e uno stimolo esterno. Creiamo ancora in modo da poter riaccedere a uno stato in qualsiasi momento ce ne sia bisogno e attingere così una risorsa come la curiosità o la determinazione. Uno stimolo attivato in un dato canale sensoriale o sistema rappresentazionale ricrea un'esperienza in quel sistema e anche negli altri.

Possiamo ancorare gli stati nel momento in cui si presentano, oppure possiamo indurli in modo da poter facilmente riportare i nostri studenti in quegli stati ogni volta che è utile farlo. Se i tuoi studenti ridono e si divertono o sono affascinati da qualcosa, ancora quello stato per potervi riaccedere in un momento successivo. Se non sono nel giusto stato, crea tu l'occasione per farti una risata o per sentirsi bene e poi ancora la loro risposta.

Alcune persone confondono questo processo con il sistema usato da Pavlov con i suoi cani, ma non è così. Gli esseri umani hanno la capacità di apprendere con un unico stimolo, quindi la ripetizione costante non è affatto necessaria, come invece accadeva nel modello di Pavlov. Inoltre, Pavlov era alla ricerca di associazioni fisiologiche esterne, mentre noi siamo interessati a riaccedere agli stati interni.

Come creare e ancorare un ottimo stato di apprendimento

Innanzitutto, decidiamo quale risposta intendiamo ottenere. Stabilito ciò, andiamo a creare quello stato di apprendimento con una storia, una battuta o un aiuto visivo e prestiamo bene attenzione alle risposte non verbali della persona o del gruppo, in modo da saper riconoscere il momento giusto per ancorare lo stato: è un processo di calibrazione. Lo stimolo esterno può trovarsi in uno qualsiasi dei sistemi rappresentazionali (visivo, auditivo o cinestesico) o in qualsiasi loro combinazione. Ovviamente, le ancore possono anche essere olfattive e gustative. In classe, tuttavia, le ancore più facili da usare sono auditive e visive, incluso una particolare ancora visiva in cui si crea l'associazione con un preciso punto nella stanza, nota come ancora spaziale.

Le ancore non sono un'invenzione della PNL: esistono naturalmente. I creatori della PNL hanno semplicemente notato il processo, prestato attenzione a cosa facessero esattamente le persone e iniziato a utilizzare le ancore in modo sistematico. Pensa a quanto facilmente viene evocata una particolare sensazione o un certo stato quando senti l'odore del pane appena sfornato o ascolti un brano musicale che ti riporta indietro nel tempo, a un luogo e a una sensazione particolare. Immediatamente rivedi le immagini del luogo e della persona con cui ti trovavi. Questo è più di un semplice ricordo, perché le forti sensazioni a cui riaccedi sono reali nel momento presente. Oppure pensa alla tua risposta quando qualcuno mette il dito indice in verticale davanti alle labbra. Ti viene in mente un tono di voce che ha su di te un effetto particolare? Un sopracciglio alzato? Hai mai sentito qualcuno chiamare un bambino (con il tuo stesso nome di battesimo, ovviamente) con lo stesso tono di voce che tua madre o tuo padre usavano con te? Hai notato come questo ti ha riportato immediatamente indietro nel tempo e ti sei sentito subito di nuovo bambino a tua volta?

Fai già capire ai tuoi studenti che è il momento di rispondere alzando la mano usando come segnale la tua mano che si alza, senza aggiungere altre parole? Quali altre ancora stai già usando? Magari una certa espressione del viso o indicare un punto particolare nella stanza? Ripensa per un momento a quali stati specifici sarebbero più utili per i tuoi studenti in momenti diversi della lezione. Magari ti piacerebbe provassero una curiosità silenziosa, una determinazione irrefrenabile, un senso di fascinazione per l'argomento o uno stato gioioso? Quando stai in piedi davanti a loro, di fianco alla cattedra o davanti alla lavagna, in quali stati entrano i tuoi studenti adesso? Questo è lo stato o la combinazione di stati che hai già ancorato a te in quel punto. È quello che desideri, oppure potresti sostituirlo con qualcosa di ancora migliore?

Recentemente abbiamo avuto modo di osservare una lezione molto istruttiva per chi desidera creare rapidamente e facilmente ottimi stati di apprendimento e ancora per recuperare questi stati in un momento successivo. È una classe di adolescenti, il clima è di disinteresse generale ed è l'ultima lezione della giornata. L'insegnante, si trova già in classe, impegnata nei preparativi dell'ultimo minuto, in attesa dell'arrivo degli studenti. I ragazzi entrano adagio in classe, in gruppetti di due e tre. Alcuni girano per la classe, altri si siedono al loro posto preferito. Indossano cappellini da baseball e felpe col cappuccio, e alcuni hanno le cuffiette incollate alle orecchie. La maggior parte di loro sta chiacchierando. Jane è in fondo alla classe, al suo solito posto.

Dopo un po' l'intera classe è seduta e l'insegnante dice "Buongiorno a tutti, cominciamo." Chiede agli studenti di togliere il cappellino, tirare giù il cappuccio e sfilare le cuffie, poi introduce l'argomento con l'elenco degli obiettivi della lezione. Questo processo ha richiesto ben cinque minuti e gli studenti, sebbene ragionevolmente collaboranti, rimangono distaccati dall'apprendimento e concentrati sulle proprie faccende.

Parlando con l'insegnante dopo la lezione, abbiamo avuto modo di discutere alcune delle variabili illustrate in questo ca-

pitolo. In modo semplice, ma sistematico, l'insegnante ha apportato alcuni aggiustamenti chiave per la lezione successiva e il risultato è stato alquanto diverso.

Questa volta, l'insegnante usa i pochi minuti a disposizione prima dell'arrivo dei ragazzi per far partire un brano musicale che ha scelto con segnale per l'inizio della lezione. Poi accede a uno stato di disponibilità e accoglienza e, presa posizione all'ingresso dell'aula, saluta ogni studente con un sorriso e un commento adatto a ciascuno. "Ciao Dawn, è bello vederti arrivare in orario oggi." "Come va, George?" "Alex, tira giù il cappuccio così posso vedere quel viso impertinente. Wow, magnifico!" Sorride a Freddie, che ha su le cuffiette, e muove le labbra senza proferire suono fino a quando lui le toglie, quindi ad alta voce conclude "...e questa è la cosa più importante da ricordare!" Ancora sorridente, saluta gli altri studenti. "Ciao Amy, come sta il tuo cane?" "Jane, vorrei il tuo aiuto oggi quindi siediti nei primi banchi, per favore. So per certo che oggi farai un figurone" (Jane ha fatto parecchia confusione negli ultimi banchi la settimana precedente).

Una volta entrati tutti, l'insegnante si porta al centro del suo spazio, spegne la musica e dice "Okay, oggi ho in serbo una super sorpresa per voi." Poi fa silenzio, con uno sguardo di anticipazione sul viso. Il tempo totale per raggiungere questo stato è di 3 minuti, nei quali ha ottenuto un silenzio totale e una bella sensazione per la classe e un senso di anticipazione per la lezione.

La nostra regola d'oro nell'insegnamento è **mai fare una sola cosa per una sola ragione**. È semplicemente uno spreco di energia! Ogni frase può essere sia un'istruzione per un'attività sia un modo di evocare uno stato. Ogni attività può raggiungere più obiettivi e le piccole cose fanno una grande differenza. Cosa è riuscita ad ottenere l'insegnante nei primi 3 minuti? Vediamolo insieme.

La musica. Se fino ad ora non ne hai mai fatto uso, ti possiamo assicurare che la musica sa creare un cambio di stato automati-

co. Può creare sorpresa o trasmettere un messaggio attraverso il ritmo, la melodia o il testo. Quando usi la musica con regolarità, gli studenti risponderanno a ciascun brano in modo diverso e potrai attivare a tuo piacere la risposta riproponendo il giusto brano. Quindi la musica diventa la tua ancora per lo stato evocato. Immagina cosa significa avere un tuo pezzo di apertura e uno di chiusura della lezione, che puoi anche variare occasionalmente per creare un effetto sorpresa o per attivare uno stato particolare, come un rilassamento profondo o la predisposizione alla riflessione. Spegnerne la musica segnala un altro cambio di stato, indicando che è il momento di ascoltare l'insegnante.

Saluto alla porta. Lo scopo è stabilire rapport con ogni studente e chiarire il tuo ruolo primario nella classe. Significa anche aiutare gli studenti a sentirsi bene con se stessi e con te, cosa che probabilmente li rende più cooperativi nei confronti tuoi e della lezione. Il saluto è inoltre il segnale che stanno entrando nel tuo spazio, dove la relazione principale è con te. Questo momento è anche un'opportunità per gestire alcune delle cose che potrebbero altrimenti ostacolare l'apprendimento. Quando indicazioni e suggerimenti vengono dati in modo positivo, il valore dell'individuo è mantenuto intatto. Con questo non vogliamo dire che usare lo spettro di conseguenze spiacevoli sia sbagliato in assoluto; anzi, a volte è necessario. In PNL la chiamiamo motivazione "via da" perché la motivazione deriva dal pensare a ciò che è indesiderato e da cui ci si vorrebbe allontanare. Tuttavia, quando presti attenzione a muoverti "verso" qualcosa è più semplice salvaguardare il rapport, soprattutto se le tue richieste sono accompagnate da una qualche osservazione che dimostri il tuo apprezzamento e rispetto per la persona. In più, questa modalità orienta il cervello di chi riceve la comunicazione nella giusta direzione! (Lo esploreremo più avanti nel libro).

Lo spazio didattico. La parte della classe in cui si trovano lavagna e cattedra costituisce già da sé un'ancora spaziale. Stando in piedi in quello spazio, l'insegnante attiva automaticamente le

risposte alle ancore ad esso associate. Sfortunatamente, questo spazio attiverà anche altre ancore, create da altri insegnanti. Ricorda che questo è il *tuo* spazio, quindi usalo per massimizzare l'esperienza di insegnamento e apprendimento: assicurati di ancorare e rinforzare solo i migliori stati di apprendimento!

Per catturare l'attenzione di una classe occorre molto più che impartire istruzioni: non è solo **quello** che dici, ma **come** lo dici ad avere un impatto. La tua voce è uno strumento portentoso: il tuo tono di voce può comunicare il tuo stato in pochi istanti e anche la tua capacità di influenzare gli stati dei tuoi studenti viaggia con la tua voce. Un suono non si percepisce soltanto con le orecchie, ma forma un'esperienza sensoriale, vibrazioni dell'aria che avvolgono la neurologia dell'ascoltatore, quindi puoi usare la tua voce per suscitare gli stati desiderati come la curiosità e l'anticipazione. Puoi dare enfasi alle parole, in modo che quando dici "curioso" suoni "cuuurrriooso?" con un tono interrogativo alla fine. Siamo certi che tu sia già conscio del fatto che parole emozionanti usate con un tono di voce emozionante sappiano emozionare, proprio come parole calme e un tono di voce calmo creano calma. Se gli studenti non entrano immediatamente nello stato desiderato, continua con una storia usando un tono di curiosità o entusiasmo. Puoi essere ancora più elegante se a ciascuno stato associ espressioni del viso o gesti differenti e specifici.

Molti insegnanti dedicano alcuni minuti a conversare con gli studenti di cose di loro interesse per creare rapport. Esauriti questi pochi minuti di "divertimento," l'insegnante dice "Va bene, basta, è ora di andare avanti con un po' di lavoro," spesso con un tono di rassegnazione. Questo è un grande spreco, perché hai sciupato l'opportunità di utilizzare gli stati che hai appena condiviso con gli studenti. È molto più utile collegare lo stato che hai appena creato all'apprendimento che sta per accadere e questo è davvero facile da fare. Ecco due esempi su cui riflettere.

“Ieri sera ci siamo goduti la vittoria della nostra squadra del cuore, quindi ora vediamo come conquistarci la nostra vittoria con una gara di Geografia.”

Oppure

“Che ne dite di risolvere un mistero della biologia proprio come ha fatto il Detective X alla TV ieri sera?”

Portare i tuoi studenti in uno stato davvero speciale in modo che siano pronti per imparare è solo il primo passo. Quello a cui puntiamo è concatenare più stati, così da poter condurre gli studenti rapidamente e facilmente da uno stato all’altro, a volte passando per un senso di esitazione o di frustrazione, fino a un posto migliore. Peter, un dirigente scolastico che ha partecipato a un nostro corso di PNL per insegnanti, ha condiviso una sua stupenda strategia per evocare e ancorare uno stato in modo particolarmente efficace. Come insegnante di esperienza, Peter ha ben chiara l’importanza di creare curiosità, ma non si era reso conto di quanto fosse importante essere sistematico. Quello che fa è mettere da parte oggetti strani per stupire una sua classe di terza elementare. Quando trova un oggetto interessante, lo mette in una scatola che tiene in classe e chiede agli studenti di indovinare cosa ci sia nella scatola. Arriva in classe, scuote un po’ la scatola in modo che il contenuto faccia rumore, e chiede “Chi indovina cosa c’è nella scatola?” Subito interessati, i bambini iniziano a fare ipotesi e più esagerate diventano le ipotesi, più i bambini si incuriosiscono. Peter li stuzzica dicendo “No, non è il naso del signor Brown,” e poi “No, non è il mio cane,” ecc. Dopo un minuto o due chiede chi vorrebbe vedere cosa c’è nella scatola. Tutte le mani si alzano. Prende Martha e dice “Dai un’occhiata, ma non farlo vedere a nessun altro.” Lei sbircia dentro e fa “Ooooh.” Grazie a questo processo, i ragazzi nella classe di Peter compiono un percorso che va dall’interesse, attraverso la curiosità, fino all’entusiasmo e all’anticipazione. La scatola lasciata in bella vista davanti alla classe diventa un’ancora visiva ogni volta che Peter ha bisogno di riaccedere allo stato di entusiasta curiosità con i bambini.

Ora, la cosa interessante di questo esempio è che quando Peter lo ha condiviso con gli altri insegnanti al corso di PNL, ha ottenuto da loro la stessa reazione. Non appena Peter ha usato la sua voce da “Cosa c’è nella scatola, bambini?” e il viso gli si è illuminato di curiosità gli altri partecipanti al corso sono immediatamente regrediti ai loro 8 anni! Hanno suggerito risposte con l’entusiasmo dei bambini e sono tornati al loro stato di apprendimento ottimale fatto di divertimento, curiosità e abbandono.

Peter era completamente congruente durante il processo e con questo intendiamo dire che tutte le sue convinzioni, strategie e comportamenti interni erano pienamente allineati e rivolti verso uno stesso risultato desiderato (in questo caso, evocare e ancorare degli stati). E la vuoi sapere una cosa? La scatola nemmeno c’era! Al corso Peter si è limitato a mimare il gesto di tenerla tra le mani e scuoterla, e lo ha fatto in modo così congruente che la nostra immaginazione ha creato la scatola. Quindi, tutto si allinea e il risultato è elegante.

A volte, tutto ciò che un insegnante deve fare per creare stati eccellenti nei suoi studenti è trasudare e dimostrare con sicurezza e congruenza lo stato desiderato in modo che diventi contagioso. Anche i più diffidenti e provocatori verranno conquistati. Tuttavia, passare dal sentirsi distaccati al provare entusiasmo in un’unica mossa può essere difficile, una distanza troppo grande per poterla colmare in un solo passo. In tal caso è meglio procedere per stati successivi, un passo alla volta, dallo stato attuale dei tuoi studenti a quello desiderato per un apprendimento ottimale. Questo processo prende il nome di **stati concatenati**. Una sequenza tipica è la seguente.

NOIA —→ **ESITAZIONE** —→ **CURIOSITÀ** —→
FRUSTRAZIONE —→ **DACCI DENTRO!**

Quindi il nostro compito è ricalcare lo stato attuale e da lì guidare gli studenti passo dopo passo fino a raggiungere con loro uno stato ottimale all’apprendimento.

Come lo facciamo? Beh, se hai studenti che arrivano in classe annoiati e disinteressati, inizia col ricalcare la noia e ancorarla rivolgendoti loro con voce annoiata e sbadigliando mentre lo fai. Assumi una posizione vistosamente rilassata, magari tutto afflosciato da un lato, e crea un'ancora visiva e spaziale per questo stato. Il passo successivo è creare uno stato di esitazione, di "forse non è una buona idea," magari parlando di qualcosa di disgustoso, come mangiare una pizza ammuffita: qualcosa da cui si terrebbero alla larga, che li faccia esitare. Fai una faccia disgustata e spostati in un nuovo punto della classe mentre lo fai. Quindi, passa alla curiosità parlando di qualcosa di strano visto alla TV o usando un oggetto come una borsa con su scritto "Non aprire." Ancora questo stato con un "Ooooh" di curiosità mentre indichi la borsa o l'oggetto che hai preparato.

Lo stato successivo da evocare e ancorare è la frustrazione. Perché? Perché questo è il tuo meccanismo di propulsione! Per arrivare a questo stato, di' loro che si divertiranno a lavorare insieme... ma non ancora! Ripetilo alcune volte: Adesso... ma non ancora. Adesso, ma non ancora. Più ti senti frustrato, più è probabile che tu ti ci butti a capofitto appena ti si presenti l'opportunità.

Per concludere, crea uno stato di "irrefrenabile entusiasmo." Per evocare questo stato, tutto ciò che devi fare è parlare di qualcosa che i tuoi studenti vorrebbero davvero: quel delizioso dessert sul carrello dei dolci, l'ultimo iPad o un cellulare top di gamma, vincere X Factor...

Puoi ancorare questi stati in molti modi diversi. Puoi usare uno sguardo, un gesto, un tono di voce. Se lo desideri, puoi ancorare questi stati ciascuno in un punto diverso della stanza: stai in piedi nel punto desiderato mentre crei lo stato che vi desideri associare. Una volta ancorati gli stati in questo modo, puoi rievocarli facilmente spostandoti avanti e indietro nella stanza. Molti insegnanti della scuola primaria utilizzano già questo processo senza nemmeno rendersene conto. Pensa al tavolo della curiosità, al tappeto delle storie, alla sedia monella! Sono tutti esempi di ancore spaziali in cui uno stato parti-

colare viene associato a un punto preciso della stanza, tanto che i bambini vi accedono automaticamente ogni volta che tornano in quello spazio.

Ogni volta che vuoi portare i tuoi studenti in uno stato particolare, ti basterà tornare in quell'esatto punto della classe, usare esattamente gli stessi gesti, la stessa espressione facciale, lo stesso tono di voce, oppure ricordare la storia che hai raccontato quando hai creato l'ancora. Fallo e vedrai tu stesso come una qualsiasi di queste azioni è sufficiente per riportare i tuoi studenti in quello stato.⁽³⁾

Una volta create le ancore e stabilita la sequenza che conduce da uno stato al successivo fino allo stato più proficuo per il loro apprendimento, il trucco consiste nel concatenare gli stati in modo che la sequenza venga eseguita automaticamente. Ciò significa che invece di dover ripercorrere ogni volta tutti gli stati, attivandoli uno a uno, sarà lo stato iniziale, ad esempio la noia, ad attivare la sequenza e a condurre gradualmente verso la curiosità, oppure la confusione che porta rapidamente a uno stato di comprensione. Ripetere la sequenza più e più volte, sempre più velocemente, dà agli studenti la capacità di spostarsi da un luogo svantaggioso a un luogo favorevole dove poter raggiungere i risultati desiderati e sentirsi bene.

Ora, forte di un linguaggio adeguato, curando il tuo tono di voce, i gesti e le espressioni del viso, nota a che punto i tuoi studenti entrano nello squisito stato di apprendimento che stai evocando e usa gli strumenti illustrati in queste pagine per ancorare quello stato. Se hai creato delle ancore spaziali, portati semplicemente da un punto al successivo e a quello dopo ancora, e fallo rapidamente.

La verità è che stai sempre comunicando qualcosa, quindi scegli ciò che è meglio per il tuo gruppo e ricordati di andarci tu per primo! Ricorda, non puoi non comunicare. Ci sono infinite opportunità di creare meravigliosi ed efficaci stati di apprendimento, quindi fatti avanti, fallo con intenzione e divertiti ad avere successo!

Sommario

In questo capitolo hai imparato a riconoscere molte delle variabili utili per creare ottimi stati di apprendimento per i tuoi studenti. Potresti non essere consapevole della facilità con cui ora puoi ancorare questi stati nella tua classe e consentire ai tuoi studenti di accedere nuovamente ai migliori stati per favorire l'apprendimento. Ora puoi concatenare gli stati in un contesto di classe e condurre in modo rapido e semplice gli studenti da stati poco utili come la noia verso stati di produttivo apprendimento come la curiosità e la motivazione.

Riferimenti

1. Attribuita a William Butler Yeats (1865-1939)
2. In uno studio di Matrix (Theory into Practice Ltd) sulle valutazioni attribuite ai formatori dai partecipanti, la variabile chiave tra una valutazione eccellente (punteggio pieno) e una molto buona (un voto in meno) si è dimostrata essere il focus di attenzione del formatore al momento dell'ingresso in aula. Laddove l'attenzione era rivolta ai partecipanti, il formatore ha ottenuto una percentuale maggiore di "eccellente." Dove l'attenzione era rivolta alla tecnologia e ai preparativi per la lezione, il formatore ha ricevuto più valutazioni "molto buona."
3. Per un esempio di ancore cinestesiche e auditive vedi i primi due minuti del video <https://richardbandler.com/snake>

Attività

Attività 1

Prenditi qualche momento per rilassarti e ricordare i momenti in cui hai imparato davvero bene e ti è piaciuto imparare. Quali sono gli stati più favorevoli al tuo apprendimento? Ecco un elenco per aiutarti. Cerchia quelli che funzionano per te.

Vivacità	Consapevolezza	Interesse		Ricettività
Sonno- lenza	Apertura	Fascino	Curiosità	
Flessibilità	Fantasia	Frustrazione	Calma	Determinazione
Creatività	Pragmatismo	Risate	Rilassamento	
Fiducia	Paura		Gioia	Entusiasmo
Impegno	Motivazione	Chiarezza	Comfort	

Aggiungi pure qualsiasi altro stato di tuo interesse, anche se non compare nella lista. Ora dedica qualche momento a riflettere su come puoi attivare sistematicamente questi stati nei tuoi studenti.

- Dove puoi posizionarti?
- Quali parole esprimono meglio lo stato?
- Quali storie puoi raccontare?
- Quali espressioni facciali puoi usare?
- Quale tonalità esprime lo stato?
- Quali oggetti puoi usare?

Attività 2

Scegli un argomento che tratterai nei prossimi giorni e cogli ogni opportunità per generare ottimi stati di apprendimento.

Presta attenzione alle piccole cose che fanno la più grande differenza. Ricorda le diverse risposte e reazioni dei tuoi studenti. Cosa vuoi portare avanti nella prossima lezione?

Annota qui sotto le tue osservazioni.

OPPORTUNITÀ	STATO	ATTIVITÀ