Lettera di Alessandra Cecilia Jacomuzzi

Caro lettore, cara lettrice,
quando ero a scuola sono stata diverse volte “etichettata” dai professori come “quella che non studia” o “quella che non è portata per la matematica”. Eppure, mi ritrovo oggi ad essere docente di neuroscienze e psicologia generale in una delle più prestigiose università italiane. Se davvero fossi stata “colei che non studia”, difficilmente sarei arrivata fino qui e, se davvero non fossi stata portata per la matematica, non sarei in grado, oggi, di destreggiarmi tra le analisi statistiche delle ricerche che conduco.
Forse per questo, nel mio percorso di ricerca, ho sempre avuto interesse a capire quanto queste etichette possano davvero essere veritiere e in che misura possano influenzare la percezione e il rendimento delle persone. E in effetti queste etichette, che così spesso vengono attribuite ai bambini e ai ragazzi a scuola, hanno un peso enorme sull’autostima e, di conseguenza, sul rendimento scolastico. Ma da dove viene questo meccanismo, e come funziona?"
Partiamo dalla considerazione secondo cui l’apprendimento è un processo dinamico. Per molto tempo si è pensato che l’intelligenza fosse una caratteristica stabile e immutabile del singolo essere umano. Si riteneva che il talento fosse qualcosa che ci veniva dato alla nascita e al quale dovevamo rinunciare se non ci era stato donato. Le neuroscienze ci hanno, però, mostrato una storia completamente diversa. Grazie agli studi di neuroimaging, tecniche che ci permettono di osservare il cervello mentre lavora, abbiamo scoperto che questo organo non è affatto fisso e immutabile: al contrario, ha una capacità straordinaria di modellarsi e modificarsi, anche strutturalmente, in risposta agli stimoli che riceve. Questa proprietà si chiama neuroplasticità cerebrale, e cambia radicalmente il modo in cui pensiamo all'intelligenza e all'apprendimento.
C’è un esperimento molto famoso condotto sui tassisti di Londra che ha mostrato come questi, costretti a imparare a memoria la complessa mappa della città, presentino nel tempo un ippocampo più sviluppato rispetto ad altre persone. L’ippocampo, infatti, è una struttura cerebrale fondamentale per i processi di memoria e di orientamento.
Cosa ci dice questo dato? Che il nostro cervello si modifica e si specializza a seconda degli stimoli che gli forniamo. Questo ci permette di capire che il talento non è qualcosa di esclusivamente innato, ma qualcosa che può essere coltivato e allenato. Lo stesso vale per quei ragazzi che vengono definiti “negati per la matematica”: non esiste una mente impermeabile ai numeri, ma esistono menti che non hanno ancora ricevuto gli stimoli giusti, nel momento giusto, nel contesto giusto. Non si nasce negati per la matematica. Potenzialmente tutti possiamo migliorare e raggiungere buoni risultati, a patto di stimolare adeguatamente il nostro cervello.
Il problema è che, non appena ci viene attribuita un’etichetta, il nostro comportamento tende ad adeguarsi a quella definizione. Convinti di essere negati in matematica, smettiamo di esercitarci e di mettere alla prova le nostre capacità. E finiamo così per confermare, attraverso i voti, la convinzione degli adulti che ci stanno intorno; adulti che hanno un peso fondamentale in questo meccanismo.
La psicologia ha mostrato l’esistenza di quello che viene definito effetto Pigmalione: quando un insegnante crede che uno studente sia capace, tende inconsapevolmente a sostenerlo di più, con uno sguardo, una domanda in più, una pazienza diversa, favorendone il miglioramento. Al contrario, aspettative basse si traducono in meno sostegno, meno fiducia trasmessa, e finiscono per confermare proprio le difficoltà che si temevano. Non è malizia: è il modo in cui le aspettative plasmano i comportamenti, spesso senza che nessuno se ne accorga.
Pensare al nostro cervello in termini di neuroplasticità significa spostare l’attenzione dal giudizio sulla persona al processo di apprendimento. Non si tratta più di stabilire chi è bravo e chi non lo è, ma di creare quelle condizioni che permettono a ogni ragazzo di sviluppare appieno le proprie potenzialità.
E qui entra in gioco un altro elemento fondamentale: le emozioni. Il contesto in cui il cervello può svilupparsi in modo più adeguato è infatti un contesto relazionale sano, fatto di cooperazione e

supporto, in cui la competizione e il costante giudizio vengono lasciati fuori dalla classe. Sbagliare senza paura, sentirsi accolti anche quando non si capisce subito: sono queste le condizioni in cui l'apprendimento si consolida davvero, non la pressione del voto o la competizione con il compagno di banco. Pensate a qualcosa che avete imparato nella vostra vita. Non un concetto memorizzato per un esame o una verifica, ma qualcosa che avete capito, imparato e fatto vostro. Molto probabilmente in quel momento c'era un docente, un genitore o un amico, la cui presenza ha rafforzato la vostra stima e la cui capacità relazionale vi ha conquistato. È quello che la ricerca ci dice, e che l'esperienza conferma. Non servono etichette, ma relazioni che permettano a ogni ragazzo di scoprire, allenare e sviluppare le proprie potenzialità. Per quanto mi riguarda, spero, o quantomeno aspiro, ad essere quel tipo di docente per i miei studenti.