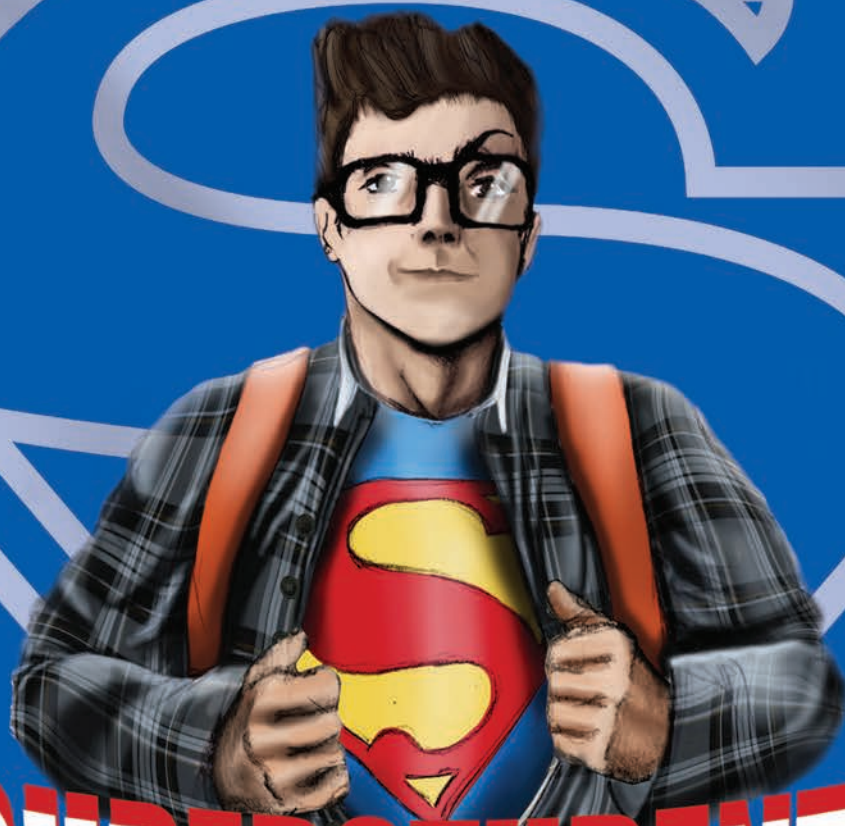


**Rocco Americo**

**Corinna Calatroni**



# **SUPERSTUDENTI**

**COME POTENZIARE LA CAPACITÀ DI APPRENDIMENTO  
E I TALENTI DEI RAGAZZI**

**Illustrazioni di Kala**

*Le Comete FrancoAngeli*

## Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



LeComete

LeComete

Per capirsi di più.  
Per aiutare chi ci sta accanto.  
Per affrontare le psicopatologie quotidiane.  
Una collana di testi agili e scientificamente  
all'avanguardia per aiutare a comprendere  
(e forse risolvere)  
i piccoli e grandi problemi  
della vita di ogni giorno.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati  
possono consultare il nostro sito Internet:  
[www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page  
al servizio "Informatemi" per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

**Rocco Americo**

**Corinna Calatroni**

# **SUPERSTUDENTI**

**COME POTENZIARE LA CAPACITÀ DI APPRENDIMENTO  
E I TALENTI DEI RAGAZZI**

**Illustrazioni di Kala**

*Le Comete FrancoAngeli*

*Progetto grafico di Kala*

1a edizione. Copyright © 2016 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it).*

*A Leonardo e Pietro,  
affinché la conoscenza possa essere  
la vostra migliore compagna di viaggio.*

Se ci siamo lanciati con passione nella meravigliosa sfida di aiutare i ragazzi a potenziare ed esprimere i propri talenti è perché ci siete Voi. Ogni volta che vi vediamo non possiamo fare a meno di pensare a che tipo di persone diventerete. Questo solo voi potrete deciderlo. Noi possiamo solo impegnarci costantemente nel ricercare, sperimentare e trasmettervi le migliori tecniche e metodologie per il miglioramento personale. Speriamo così di farvi il regalo più grande: offrirvi la possibilità di scegliere liberamente cosa volete fare nella vita. Ricordatevi sempre che solo le persone Capaci possono davvero scegliere, per tutti gli altri non c'è scelta e di conseguenza non c'è libertà.

**Godetevi il viaggio ragazzi!**



# Indice

**Ringraziamenti**

pag. 10

## **PARTE PRIMA: ALLENATORI DI TALENTI**

### **1. Guardare al futuro**



- 1.0 Studiando si cresce » 14
- 2.0 Definisci la tua identità - VISION » 18
- 3.0 Traccia la rotta - MISSION » 23
- Mappa “Guardare al futuro”** » 28

### **2. Convinzioni**



- 1.0 Cosa sono le convinzioni e come incidono sulle performance » 32
- 2.0 Questa materia è troppo difficile! » 35
- 3.0 Questa materia è inutile! » 37
- 4.0 Il ragazzo non è portato per... » 39
- 5.0 Mio figlio è proprio come me! » 40
- 6.0 Studiare non è divertente! » 41
- 7.0 Si impara solo dai libri! » 42
- 8.0 L'insegnante è incapace! » 46
- 9.0 L'insegnante ce l'ha con mio figlio! » 47
- 10.0 L'importante è il voto! » 48
- 11.0 Il carattere non si cambia! » 50
- Mappa “Convinzioni limitanti e potenzianti”** » 52

### **3. Attitudini che portano**

#### **al successo nello studio e nella vita**



- 1.0 Sicurezza interiore: il timone di ogni persona » 56
- 1.1 Stimolare i ragazzi a esprimere il proprio punto di vista » 61

1.2	Esprimere ciò che pensiamo evitando di criticare il loro pensiero o le loro scelte	pag. 63
1.3	Promuovere il più possibile l'esperienza senza sostituirci a essa	» 65
2.0	Costanza: il pilastro di ogni successo	» 68
3.0	Responsabilità: il sentimento del potere dei nostri ragazzi	» 70
4.0	Tenacia: l'attitudine a reagire all'insuccesso	» 72
5.0	Il desiderio di migliorare sempre	» 74
6.0	Organizzazione: come focalizzare le energie per andare verso il successo	» 76
	<b>Mappa "Attitudini che portano al successo"</b>	» 78

#### 4. I feedback che fanno crescere

1.0	Il feedback come strumento di crescita	» 82
2.0	Prima il comportamento funzionale, poi quello da migliorare	» 83
3.0	Comportamenti specifici	» 84
4.0	Orientare al futuro	» 87
	<b>Mappa "I feedback come strumento di crescita"</b>	» 90



## PARTE SECONDA: IL METODO BRAIN-ON

### 1. Come funziona il nostro cervello: come impara e come si distrae!



1.0	La soglia di attenzione	» 94
2.0	Le tre fasi del cervello in apprendimento	» 95
3.0	La curva dell'oblio	» 97
4.0	Multisensorialità in azione	» 100
5.0	La relazione tra mente-corpo e spazio	» 102
6.0	Il metodo "BRAIN-ON"	» 104
	<b>Mappa "Come apprende il cervello"</b>	» 106

## 2. Come impostare una sessione di apprendimento!



1.0 Fase 1: Ripasso di contenuti già acquisiti	pag. 110
2.0 Fase 2: Orientare l'attenzione prima di iniziare a studiare	» 112
3.0 Fase 3: Accogliere le nuove informazioni	» 117
3.1 L'importanza di un buon ritmo durante lo studio	» 119
3.2 La spiegazione in classe	» 122
3.3 Lo studio a casa	» 125
4.0 Fase 4: Prima di concludere la sessione di apprendimento	» 128
<b>Mappa "Impostare una sessione di apprendimento"</b>	» 130

## 3. Memorizzare le informazioni

1.0 Un esperimento prima di cominciare	» 134
2.0 Principi per memorizzare	» 141
3.0 Spunti per creare le immagini mentali	» 146
4.0 Memorizzare termini e definizioni o fatti	» 148
5.0 Memorizzare termini stranieri	» 151
6.0 Memorizzare date e numeri	» 154
7.0 Memorizzare testi e discorsi	» 163
<b>Mappa "Memorizzare le informazioni"</b>	» 166



## 4. Studiare con le mappe mentali

1.0 Appunti tradizionali e mappe mentali a confronto	» 170
2.0 Come creare una mappa mentale	» 172
<b>Mappa "Come impostare una mappa"</b>	» 176
3.0 La mappa mentale prima di iniziare a studiare	» 178
<b>Mappa "Regione..."</b>	» 180
4.0 La mappa mentale per prendere appunti	» 182
5.0 La mappa mentale per ripassare	» 184
6.0 La mappa mentale per scrivere	» 185
<b>Mappa "Scrivere con le mappe partendo dalle 5w+h"</b>	» 188
<b>Mappa "Studiare con le mappe mentali"</b>	» 190
<b>Gli autori</b>	» 193

## RINGRAZIAMENTI

Vogliamo ringraziare quelle persone senza il cui contributo quest'opera non sarebbe ciò che è.

In primis un sentito e profondo ringraziamento al Prof. Vincenzo Crupi. Vincenzo ti abbiamo consegnato un seme appena gettato nel terreno e ci hai restituito una pianta agile e solida allo stesso tempo.

Il tuo lavoro ha per noi un valore inestimabile. Grazie.

Che dire della nostra illustratrice Annalisa Calatroni Vasquez (in arte Kala). Abbiamo apprezzato non solo il tuo talento straordinario ma anche la tua capacità di ascoltare le nostre idee e far prendere loro vita attraverso le tue mani. Sei un'artista unica!

Infine vogliamo ringraziare tutti i ragazzi che in questi anni hanno seguito il nostro progetto "Campusdeitalenti.com".

È soprattutto grazie a voi che oggi siamo in grado di distinguere con chiarezza ciò che funziona nello studio da ciò che invece funziona meno. Sono i vostri successi che ci spronano ogni giorno ad andare avanti con tenacia. Continuate così!

*Rocco e Corinna*

Un grazie di cuore a mio marito Rocco. Sei una fonte inarrestabile di idee e il tuo sostegno è per me fondamentale.

Ci sono alcune cose che non si insegnano ma si trasmettono con l'esempio: l'amore per il Sapere è una di queste.

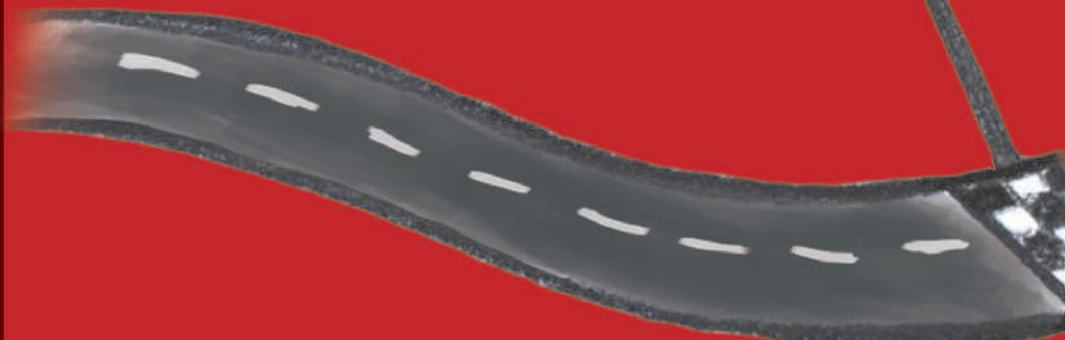
Ai miei genitori, Mitzi e Oreste: con la vostra curiosità e cultura siete sempre stati il mio miglior esempio di amore per il Sapere e con la vostra grande lungimiranza mi avete instradato alle tecniche di memorizzazione. Vi devo molto e non smetterò mai di ringraziarvi.

Grazie anche alla mia eterna compagna di viaggio, mia sorella Cinzia. Con la tua capacità di darmi feedback diretti e sempre sinceri mi hai stimolato a migliorare me stessa.

Nella mia carriera scolastica ho incontrato tanti docenti che facevano il loro lavoro con passione e per questo sono stata fortunata, vorrei però ringraziare in modo particolare il Prof. Fabio Castignoli per essere stato davvero un "Maestro" e avere creduto in me spronandomi a perseverare e a migliorarmi. Lei ha fatto la differenza e ha segnato parte del mio cammino, per questo non sarò mai in grado di ringraziarla abbastanza.

Infine, ma non per ultimi, un grazie ai miei splendidi figli Leonardo e Pietro. La vostra gioia è l'energia che mi spinge a provare a rendere ogni giorno questo mondo un luogo un po' migliore.

*Corinna*



## Domande alle quali troverai risposta:

Come attivare i fattori del successo?

**1.0** STUDIANDO SI CRESCE

Chi vuoi essere veramente?

**2.0** DEFINISCI LA TUA IDENTITÀ - VISION

Come potrai diventare chi vuoi essere?

**3.0** TRACCIA LA ROTTA - MISSION

## STUDIANDO SI CRESCE

“ Tutti i grandi sono stati bambini  
una volta, ma in pochi  
se lo ricordano. ”

*A. de Saint-Exupéry,  
Il piccolo Principe*

Ci piace cominciare questo percorso con una metafora agricola, molto cara al linguaggio della pedagogia: immagina, perciò, di essere un giardiniere, anzi un contadino. Hai spazio nel tuo campo e desideri piantare un albero che cresca sano e forte e produca frutti abbondanti e di qualità.

Chiediti allora: qual è il primo fattore a cui dovrai pensare?

Qual è la prima scelta a cui sei chiamato?

Qual è la decisione che più di ogni altra influenzerà le sorti della pianta?

Sarai d'accordo con noi che si tratta del seme che dovrai piantare.

È il seme che determina l'**identità** della pianta, che stabilisce se sarà un melo o un pero, un arancio o un ciliegio. Una volta sotterrato, non sarà più visibile dall'esterno ma continuerà a esistere: da lui partiranno radici in grado di ancorare l'albero al terreno e di assecondare gli slanci verso il cielo dei rami più alti. Le radici garantiranno la stabilità del tronco nei giorni di tempesta e alimenteranno per sempre ogni parte della pianta.


Anche loro, così come il seme, non saranno visibili dall'esterno, ma continueranno a crescere, a lavorare, ad apportare nutrimento: le radici dell'essere umano sono i suoi **valori**, cioè la parte della personalità che – in modo per così dire sotterraneo – dà slancio e sostegno all'individuo.



Proseguendo nel viaggio alla ricerca di quegli elementi che consentiranno alla tua pianta di crescere e dare frutti, incontrerai la linfa che scorre lungo tutta la pianta e che rappresenta l'energia in grado di dare forza ai rami: la linfa corrisponde alle **convinzioni** delle persone che aiutano i valori a trasformarsi in azioni.

Arrivando alle sommità dell'albero troverai i rami in grado di connettere il mondo interno della pianta con il mondo esterno, di originare frutti ma anche di produrre a loro volta nutrimento. Allo stesso modo gli esseri umani hanno comportamenti, abitudini, azioni, in grado di portare fuori da sé il loro "io" e, al contempo, di alimentarlo.

Infine, in ordine di importanza, prima di poter raccogliere i frutti del tuo albero, dovrai utilizzare le giuste **tecniche** di potatura, le **metodologie** più adeguate e gli **strumenti più efficaci** per aiutare l'albero a esprimere attraverso i frutti il suo pieno potenziale. Ecco allora che le foglie, i fiori e i frutti dell'albero sono soltanto la conseguenza di un lavoro articolato, complesso e invisibile ai più.



Così come i frutti dell'albero, i nostri **risultati** sono spesso gli unici elementi visibili dall'esterno ma sono in realtà figli dell'interazione costante tra la nostra identità (chi siamo), i nostri valori, le nostre convinzioni, i nostri comportamenti/abitudini/azioni e le metodologie, le tecniche e gli strumenti che adoperiamo.


La metafora del contadino sembra calzare a pennello al genitore e all'insegnante: non è casuale che sia una delle più antiche del linguaggio pedagogico. Pensa solo che in latino la stessa parola cultura ("coltivazione") si usa per indicare sia la cura dei campi sia l'istruzione, la formazione intellettuale.

Ogni contadino sa che se desidera ricevere ottimi frutti, se desidera una pianta sana e robusta, deve prendersi cura di ogni suo aspetto. Continuamente deve occuparsi del seme, delle radici, della linfa e dei rami e solo utilizzando buoni strumenti e tecniche potrà ottenere frutti di qualità.

Il contadino, dunque, contribuisce – che ne sia consapevole o meno – a determinare l'identità della pianta; e così noi educatori (genitori o insegnanti) contribuiamo a nutrire i valori e le convinzioni dei ragazzi, prima ancora che i comportamenti e le abitudini. Se a questo ci sottraiamo o non dedichiamo la necessaria attenzione, gli strumenti e le metodologie che utilizziamo non serviranno e il 'raccolto' sarà scarso.

Quando ci troviamo di fronte a un ragazzo come genitori o insegnanti, dobbiamo sempre tener presente che questo ragazzo un giorno sarà una persona adulta e che il nostro lavoro consiste nell'aiutarlo a essere la migliore persona adulta possibile.

Noi insegnanti e genitori, che conosciamo bene il funzionamento delle nostre giovani 'piante', sappiamo che, se vogliamo indurre trasformazioni significative, dobbiamo toccare i livelli più profondi della persona. Ogni volta che siamo in grado di aiutare il ragazzo a definire "chi vuole essere", ogni volta che lo aiutiamo ad avere valori forti e positivi, ogni volta che gli trasmettiamo convinzioni potenzianti, gli assicuriamo il successo nell'immediato e nel futuro.

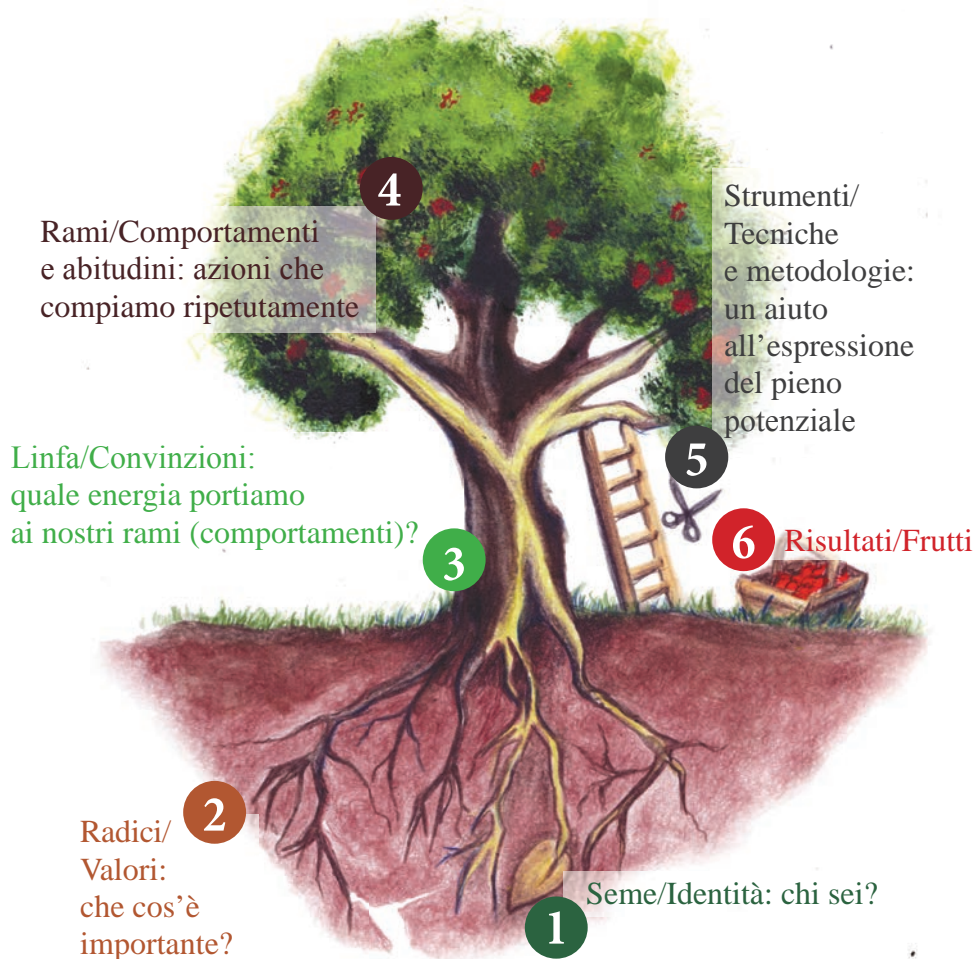


Tutto ciò è ancor più vero perché la nostra identità, i nostri valori e le nostre convinzioni sono pervasive, incidono cioè in maniera duratura in ogni situazione e in ogni contesto. Ciò significa che ogni piccolo cambiamento di tali elementi si tradurrà in grandi trasformazioni dei livelli più visibili (abitudini, metodologie, risultati).

Spesso gli studenti e i genitori che accompagniamo in un percorso di crescita arrivano da noi chiedendoci di insegnar loro qualche "trucco" per rendere lo studio più facile e per migliorare i voti.

Questo naturalmente è possibile, ma crediamo che abbia un'utilità molto più limitata rispetto al valore di un insegnamento importante per la vita oltre che per la scuola. E in più, come abbiamo già detto – per quanto buoni siano gli strumenti che utilizziamo – se non sono supportati da valide abitudini, da convinzioni potenzianti, da valori importanti e da un'identità definita, non daranno i risultati che è giusto aspettarsi.

E proprio come sarà fondamentale far lavorare gli studenti su ciascuno dei fattori di cui parliamo per promuovere il pieno sviluppo delle loro capacità, allo stesso modo sarà determinante che chiunque voglia essere al loro fianco in questo percorso di crescita inizi il cammino partendo da sé. Nei prossimi paragrafi ti aiuteremo a definire in maniera più precisa la tua identità (vision) e la tua missione (mission).



## DEFINISCI LA TUA IDENTITÀ - VISION

Chi sei? Chi vuoi essere? Qual è la tua missione?

Lo sappiamo: è insolito iniziare con delle domande un libro come il nostro, rivolto a genitori e insegnanti con lo scopo di offrire strumenti efficaci per dare supporto ai ragazzi nello studio.

E per giunta queste tre domande sembrano avere un effetto particolarmente destabilizzante sui professionisti dell'Istruzione, e sui presidi in modo particolare. Credo che né io né mia moglie dimenticheremo mai il volto perplessa e contrariato di una Dirigente Scolastica messa di fronte ai tre interrogativi! Era il 2010 quando iniziammo in una Scuola Statale di Milano il ciclo di seminari che hanno portato alla stesura di questo libro. La Dirigente si fece interprete del disagio degli insegnanti esposti ai tre quesiti: "Vi ho chiamati per organizzare un corso di aggiornamento per i miei insegnanti". Questo ripeteva la preside e la frase suonava minacciosa: sembrava voler dare un alt, sembrava indicare che chi è chiamato a insegnare (in questo caso io e mia moglie in qualità di "insegnanti degli insegnanti") deve trasmettere nozioni, non fare domande. È inutile dire che noi non abbiamo rinunciato alla nostra impostazione e che – a dispetto di quanto la Dirigente si sia potuta impuntare nella sua opposizione – abbiamo avuto alla fine ragione.

Da allora abbiamo incontrato tanti altri presidi e insegnanti di tutti i livelli scolastici e supportato centinaia di genitori che desideravano offrire ai loro ragazzi tecniche e metodologie innovative per miglio-

*“Bisogna conoscere se stessi. Anche se questo non servisse a trovare la verità, servirebbe a regolare la propria vita, e non c'è nulla di più giusto.”*

*Blaise Pascal, Pensieri*

rare l'apprendimento. La maggior parte di loro non era abituata a farsi domande sulla propria identità. Alcuni confondevano i compiti legati al proprio ruolo con gli obiettivi che ciascuno dovrebbe porsi. Altri confondevano gli obiettivi di breve periodo (l'anno scolastico per esempio) con la visione a lungo termine (Chi voglio essere nella vita? Qual è la mia missione di vita?). Sinceramente siamo rimasti sorpresi nel constatare che pochissimi tra loro avessero una chiara visione di sé nel lungo termine. Per usare una parola anglosassone oggi molto in voga nelle aziende, pochi di loro avevano definito una propria "vision". Fu grazie a queste esperienze che decidemmo allora di inserire in ogni nostro training una sessione specifica per aiutare le persone a rintracciare la propria vision e la relativa mission. Nei nostri corsi e seminari la proponiamo ancor prima di trattare le tecniche d'insegnamento e di studio perché riteniamo che sia di estrema importanza.

Di conseguenza riteniamo che le migliori tecniche e metodologie, utilizzate senza avere una visione chiara dello scopo (del perché è importante ciò che facciamo, del tipo di genitore o di insegnante che vogliamo essere), aiuteranno solo parzialmente i nostri ragazzi a essere persone migliori.

Comprendiamo che, per chi non è abituato a farlo, possa essere complesso arrivare a definire a livello globale che tipo di persona desidera essere. Sappiamo che qualcuno potrebbe non cogliere ancora il valore di una simile domanda all'interno di un percorso come questo. Allo stesso tempo siamo certi che le persone che hanno una meta chiara e ambiziosa e che tracciano la rotta per raggiungerla sono quelle che, all'atto pratico, riescono a ottenere i risultati migliori e sono più capaci di restare concentrate e motivate anche nelle situazioni meno favorevoli.

Una vision è più di un "obiettivo", è più di un "risultato": è una tendenza. **La vision è appunto la nostra definizione di noi stessi nel futuro**; comprende il nostro ruolo professionale o sociale ma al tempo stesso lo trascende. Tiene insieme il nostro essere oggi nel qui ed ora, organizza i nostri valori e li proietta in una dimensione futura, in un tempo e in uno spazio che forse non avranno fine con noi.

Se ci pensi bene queste sono le domande che si sono fatte le persone che hanno scritto la storia, sono i quesiti che hanno portato i grandi uomini a essere tali.