

CHAPTER 6: REGOLE/ESEMPI DI BUON FEEDBACK

REGOLE DI FEEDBACK

Ogni genitore desidera che i propri figli non si arrendano di fronte alle sfide della scuola e della vita. In altre parole, i genitori vogliono che i loro figli siano dotati di una mentalità di crescita quando affrontano le sfide. Motivare e incoraggiare gli adolescenti non è un compito facile. Gli adolescenti attraversano una girandola di emozioni. Non sono disposti ad ascoltare in modo non critico i consigli degli adulti, soprattutto se vengono dati in modo troppo critico e diretto.

I ricercatori che si occupano di mentalità di crescita pongono un'enfasi particolare sul feedback che promuove lo sviluppo di nuove competenze e mantiene un alto livello di impegno.

MENTALITÀ DEI GENITORI, MENTALITÀ DEI FIGLI

Credete davvero che le capacità, la personalità e il talento siano cose che non si possono influenzare? Vi ricordate quanto vi siete sforzati di imparare la fisica e la chimica e non ci siete riusciti? Se vostro figlio ha problemi simili, significa che ha ereditato alcune delle vostre caratteristiche, giusto?

Questa è una delle possibili spiegazioni. Possiamo anche dire che ha imparato e copiato il vostro atteggiamento nei confronti della fisica e della chimica. Se crediamo di non poter fare nulla, non faremo nulla. Gli atteggiamenti e i comportamenti dei bambini sono modellati e imposti dalle parole che i genitori usano.

Quanto spesso usate le seguenti affermazioni quando date un feedback agli adolescenti?

- Sei così intelligente!
- È troppo difficile! Capisco il tuo dolore.
- Per lui è facile. È così intelligente!
- Hai un vero talento per il disegno. È bellissimo!
- È stato davvero difficile. Sono felice che sia finita e che tu non debba farlo di nuovo.
- Non è così difficile. Dovresti risolvere il compito in un minuto.

Tutte le frasi citate contengono elementi di una mentalità fissa della comunicazione. Anche se a prima vista sembrano motivanti e confortanti, c'è una fregatura. Portano con sé un messaggio nascosto

“Non è necessario alcuno sforzo aggiuntivo per raggiungere il proprio obiettivo

Se questi messaggi vengono ripetuti con costanza, i genitori danno un piccolo contributo alla prospettiva della mentalità fissa dei bambini.

GROWTH MINDSET

“If parents want to give their children a gift, the best thing they can do is to teach their children to love challenges, be intrigued by mistakes, enjoy effort, and keep on learning. That way, their children don't have to be slaves of praise. They will have a lifelong way to build and repair their own confidence”.

-Carol S. Dweck

I bambini (soprattutto quelli più piccoli) sono bravissimi a fare il copia-incolla. Quando sentono qualcosa dai genitori, interiorizzano il messaggio. Pensate al papà che usa le seguenti frasi:

- No, no. Io non ballo.
- Non ho alcun talento per quell'attività.
- Perché dovrei imparare a cucinare? È molto più facile ordinare il cibo online.
- L'azienda mi ha mandato al corso di formazione, ma ho rifiutato. Sono troppo vecchio per farlo.

Il linguaggio diventa atteggiamento, l'atteggiamento diventa convinzione e la convinzione diventa verità. Se vogliamo diventare un buon modello di comportamento, dovremmo prestare maggiore attenzione al modo in cui parliamo non solo con i bambini, ma anche tra di noi.

Far sì che lo sforzo faccia parte della conversazione quotidiana è un'altra opzione per i genitori. Quante volte iniziamo la nostra comunicazione sulla giornata a scuola in questo modo:

Papà: "Com'è andata la giornata a scuola?"

Figlia: "È andata bene, papà".

Si può invece provare con una delle seguenti frasi:

- "Cosa hai imparato oggi?"
- "In che cosa ti sei impegnato oggi?"
- "Hai provato qualcosa di completamente nuovo oggi?"
- "Hai commesso degli errori oggi? Quali sono stati?"
- "Domani farai qualcosa in modo diverso? Cosa?"
- "C'è qualcosa in cui vorresti migliorare? Che cosa potresti fare perché ciò accada?"



FORNIRE UN FEEDBACK

Per molti genitori cambiare i modelli di comunicazione è più facile che cambiare le proprie convinzioni. Le tecniche di feedback sono il tema centrale della mentalità di crescita. Non è necessario un grande sforzo per padroneggiarne alcune. Ecco le poche regole per un feedback efficace:

- Se possibile, iniziare con il positivo. Influisce positivamente sull'ulteriore desiderio di ascoltare.

Concentrarsi sul processo, non solo sul risultato ("Ottimo, hai ottenuto il miglior risultato della classe. È davvero qualcosa di speciale" ☑ "Ottimo, hai ottenuto il miglior risultato della classe. Ho notato che ti sei impegnato molto in questa attività. Ben fatto").

Quando si elogia, concentrarsi sull'impegno, non sul talento ("Che partita è stata. Ho sempre saputo che sei un grande talento nel basket" ☑ "Che partita hai giocato oggi. Sono stato così orgoglioso del tuo spirito combattivo quando la tua squadra è rimasta indietro rispetto all'avversario").



Concentrarsi sulle cose che possono essere cambiate, non su quelle che sono fisse ("Credo che il tuo saggio sia meraviglioso. Non so perché gli insegnanti non l'abbiano riconosciuto" ☒ "Il tuo saggio è molto logico e forte nelle argomentazioni. Penso che potresti migliorarlo ulteriormente con una struttura più coerente)

Anche se i nostri adolescenti sono veramente intelligenti e talentuosi, non fa male se si concentrano sullo sforzo e sui miglioramenti ulteriori. Troveranno più soddisfazione nel fare le cose (il processo è molto più arricchente del risultato). Anche le attività scolastiche più difficili diventeranno più gratificanti e coinvolgenti. Con il tempo, si sviluppa l'atteggiamento del "posso" e gli studenti diventano più aperti di mente quando affrontano sfide impegnative..

Attività pratiche:

1. Scegliete un giorno qualunque e scrivete tutti gli elogi e le critiche che avete rivolto ai vostri figli.
2. Alla fine della giornata analizzatevi. Vi siete concentrati più sugli aspetti negativi o su quelli positivi? Vi siete concentrati sullo sforzo o sul talento e sulle capacità?
3. Chiedete ai vostri figli come si sono sentiti quando hanno ricevuto determinati tipi di feedback. Erano disposti a investire più energie e a impegnarsi di più, oppure cercano di mantenere la loro immagine sociale e la loro reputazione?
4. Cercate di riformulare le vostre frasi in un linguaggio basato sulla mentalità di crescita. Siate naturali, perché gli adolescenti potrebbero essere scettici se la vostra comunicazione diventa troppo artificiale.

To Help Develop a Growth Mindset In Your Child....

Say This!	Not That!
"Wow! You really worked hard on this!"	"Look at how smart you are!"
"Why don't we try a different strategy?"	"Maybe you're just not very good at this. Let's do somethin else."
"I had fun watching you do that activity."	"Man, you're a real natural at this!"
"I know this is easy for you, but let's try something more challenging to help grow you brain!"	"You got that done so quickly! Great job!"
"I see you're having a hard time with this. You didn't get it the first try, so why don't we use a different strategy?"	"Nope! That's wrong! Try harder. Maybe if you paid more attention in class and tried harder, you'd get this."
"I know this was difficult, but your hard work paid off. Next time, we're ready for a real challenge!"	"That was way too hard. I'm glad it's over with. I hope we never have to do that again!"

Idea for Poster Came From www.mindsetworks.com

A volte è più difficile fornire la risposta giusta. Anche se ogni bambino è diverso, ci sono alcune linee guida generali che di solito funzionano. Come reagireste naturalmente alle seguenti situazioni?

- Il bambino si è impegnato ma non ha fatto progressi nell'apprendimento.
- Il bambino ha ottenuto un buon risultato per un compito troppo facile.

Confrontate ora le vostre risposte con le seguenti risposte:

- Il bambino si è impegnato, ma non ha fatto progressi nell'apprendimento. Riconoscere l'energia investita. Aiutateli a vedere la (in)efficacia delle strategie e motivateli a provare qualcosa di nuovo. Ad esempio, "È bello vederti lavorare così duramente su un compito così impegnativo. Hai provato diverse cose, ma non tutte funzionano. Quali altre strategie potresti provare?".
- Il bambino ha ottenuto un buon risultato per un compito troppo facile La nostra lode deve riconoscere la parte che vogliamo incoraggiare, indirizzando al contempo la sua energia verso uno sforzo efficace. Potremmo riconoscere il tempo che hanno dedicato al compito. Tuttavia, sottolineiamo anche che l'apprendimento avviene solo quando lavoriamo su compiti che ci mettono alla prova..

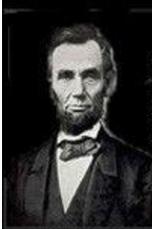


A tutti noi piacciono le storie di successo. Tutti i media sono pieni di storie di persone di successo. I genitori pensano naturalmente che queste persone siano degli idoli a cui i figli devono aspirare. Quello che di solito non sentono è il duro lavoro che sportivi, cantanti, star del cinema, uomini d'affari e scienziati di successo hanno dovuto affrontare per raggiungere il successo. Non conoscono gli errori, i rifiuti e i fallimenti che hanno dovuto superare per raggiungere la grandezza. A volte è utile rompere il mito del successo come qualcosa di lineare e orientato solo in avanti.

- Condividete le vostre esperienze personali. Spiegate cosa è stato difficile per voi e concentratevi su come vi siete rialzati e avete continuato il vostro percorso.
- Chiedete al vostro adolescente chi è il suo modello di riferimento. Cercate su Google la sua storia personale. Scoprite se ci sono stati errori e fallimenti che la celebrità ha dovuto superare. Discutetene con i ragazzi.

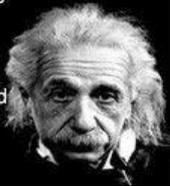
FAMOUS FAILURES

www.TheQuotes.Net



Failed in business three times and failed campaigning seven times prior to becoming President of the United States

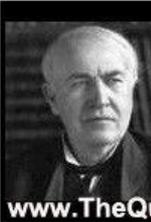
He did not speak until he was four years old. His parents thought he was "sub-normal." He was expelled from school and his teachers described him as "mentally slow,"



Michael Jordan was cut from his high school basketball team for a "lack of skill."

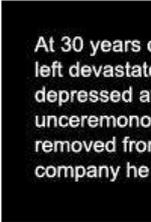


Bill Gates was a Harvard University dropout and his first business, Traf-O-Data, was a failure.



Thomas Edison's teachers told him he was "too stupid to learn anything."

www.TheQuotes.Net



At 30 years old he was left devastated and depressed after being unceremoniously removed from the company he started.

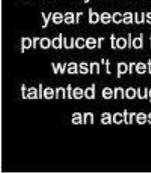
She had a rough and abusive childhood and was fired from her job as a reporter because she was "unfit for TV."



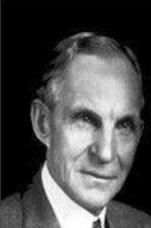
Rejected by Decca Recording studios, who said "we don't like their sound" "They have no future in show business"



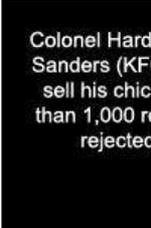
Marilyn Monroe was dropped by 20th Century-Fox after one year because her producer told that she wasn't pretty or talented enough to be an actress.



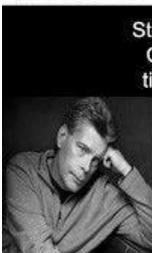
Fired from a newspaper for "lacking imagination" and having "no original ideas".



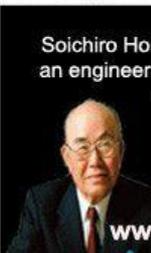
Henry Ford was a failure at three businesses before finally succeeding with Ford Motor Company at age 53.



Colonel Hardland David Sanders (KFC) couldn't sell his chicken. More than 1,000 restaurants rejected him.

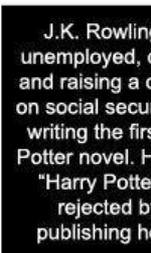


Stephen King's first book, Carrie was rejected 30 times. He proceeded to throw it in the trash.



Soichiro Honda was passed over for an engineering job at Toyota and left unemployed.

www.TheQuotes.Net



J.K. Rowling was unemployed, divorced and raising a daughter on social security while writing the first Harry Potter novel. Her novel "Harry Potter" was rejected by 12 publishing houses.



Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Il presente documento riflette esclusivamente il punto di vista dei partner del progetto e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni in esso contenute.



This work is licensed under [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)