

LA TEORIA INCREMENTALE DELLE CAPACITÀ E LA MOTIVAZIONE NELL'APPRENDIMENTO

Secondo quanto affermano le scienze psicologiche e sociali, tutti noi abbiamo delle nostre credenze e teorie sulle capacità, teorie che vengono definite implicite o "ingenua", in quanto sono rappresentazioni che ci formiamo spontaneamente in base alle esperienze che realizziamo, e delle quali in genere non siamo neanche del tutto consapevoli.

Vi sono alcuni studiosi, tra cui Dweck, che hanno dedicato l'intera carriera allo studio di queste teorie e hanno messo in luce l'effetto che esse producono sulla motivazione e sulle possibilità di apprendimento.

Esistono, in particolare, due diverse teorie implicite sulle capacità e sulla intelligenza:

- **teoria delle capacità statiche o dell'entità:** le capacità e l'intelligenza vengono concepite come un tratto fisso e non modificabile della personalità. Secondo le persone che condividono questa teoria implicita le capacità sono per loro natura fisse e non cambiano se non in minima parte;
- **teoria delle capacità incrementali o dell'accrescimento:** le capacità e l'intelligenza vengono concepite come migliorabili e incrementabili mediante l'apprendimento e l'impegno. Secondo le persone che condividono questa teoria implicita le capacità vengono plasmate dall'esperienza e sono migliorabili attraverso l'impegno.

Ognuno di noi adotta – in genere inconsapevolmente – in modo preferenziale una delle due teorie, con delle differenze di modulazione a seconda delle circostanze che affronta. A seconda degli ambiti di vita (relazioni, lavoro, apprendimento, personalità, ecc...) potremmo adottare in modo marcato una delle due teorie – quella preferenziale –, oppure adottare debolmente l'altra¹.

Queste diverse teorie o rappresentazioni hanno delle conseguenze molto rilevanti sulla motivazione, sull'impegno che si mettono in campo, e, infine, – di conseguenza – anche sui risultati che si conseguono nell'apprendimento.

Le persone con una *teoria delle capacità statiche* interpretano l'insuccesso e le difficoltà che incontrano come un segnale di scarse capacità. L'impegno viene visto con sospetto, perché chi è intelligente non ha bisogno di impegnarsi più di tanto; chi necessita invece di molto impegno dimostra di non essere capace.

Questo tipo di convinzione spinge queste persone a voler dimostrare agli altri di avere abbastanza capacità e intelligenza; fa prediligere i successi facili e garantiti per poter apparire brillanti; fa evitare o abbandonare i compiti ritenuti eventuali fonti di insuccesso, perché qualunque risultato o esito negativo di prove sarebbe un "verdetto" negativo sulle proprie capacità. Questo atteggiamento preclude l'opportunità di apprendere nuove conoscenze e abilità, e scoraggia la voglia di risolvere i problemi e di apprendere. L'attenzione è concentrata sulla prestazione. L'autostima dipende dalla lode che si riceve dagli altri sulle proprie capacità. E' normale che si tratti di una convinzione che predispone all'ansia, a dubitare di se stessi, e a cadute di rendimento; e che limiti le proprie possibilità di apprendimento.

Le persone con una *teoria delle capacità incrementali*, invece, interpretano le difficoltà e gli insuccessi come un feedback sulla propria prestazione, o come un segnale di strategie inadeguate o di impegno insufficiente, e non come un segnale di scarse capacità. L'insuccesso, di conseguenza, diventa uno stimolo per tentare qualcosa di nuovo, fornisce incentivi alla risoluzione, e gli errori forniscono informazioni sulla corretta strategia da perseguire. L'impegno assume di conseguenza un ruolo molto positivo, perché permette di attivare e sviluppare l'intelligenza e le capacità mettendole a frutto nel migliore dei modi.

Questo tipo di convinzione stimola la voglia di imparare, favorisce un atteggiamento di tenacia nella risoluzione dei problemi, fa considerare gli errori come opportunità per raggiungere un miglior livello di padronanza nella prestazione, fa prediligere i problemi più difficili con un senso di sfida, nel tentativo di aumentare la propria autostima. Quest'ultima è legata alla considerazione di se stessi e non dipende dai risultati, bensì dal fatto di essere pienamente impegnati e di usare le proprie capacità nel perseguire un obiettivo a cui si dà valore.

Le persone che condividono questa teoria tendono a porsi in prevalenza **obiettivi di padronanza o di crescita**, volti a migliorare e a sviluppare le proprie capacità e conoscenze. Sono persone che preferiscono, in genere, apprendere cose nuove piuttosto che ottenere buone prestazioni.

Le persone, invece, che condividono la teoria delle capacità come entità fisse, tendono a porsi in prevalenza **obiettivi di prestazione o di conferma**, volti a ottenere giudizi positivi e vincenti sulle proprie capacità evitando quelli negativi. Sono persone che preferiscono, in genere, ottenere buone prestazioni piuttosto che apprendere cose nuove.

L'effetto di queste convinzioni prescinde dalla valutazione che una persona fa della propria intelligenza e delle proprie capacità: se una persona è convinta che le capacità siano delle entità fisse e non modificabili, il

¹ Dweck C.S. (2000) *Teorie del se*, Erickson, Trento

suo assetto motivazionale e comportamentale sarà in buona parte quello descritto sopra, a prescindere dal fatto che essa si consideri molto o poco intelligente.

Su l'effetto di queste teorie sono stati fatti diversi studi e ricerche.

Ad esempio, in uno studio del 1990 Henderson e Dweck hanno misurato la *teoria dell'intelligenza* di un gruppo di ragazzi che iniziavano la prima media, indagando anche sulle loro reazioni all'insuccesso e sul rendimento scolastico della quinta elementare.

Gli studenti in possesso della *teoria dell'entità* si trovarono svantaggiati. Proprio coloro che avevano notevole fiducia nei confronti della loro intelligenza peggiorarono clamorosamente le loro prestazioni, mentre coloro che erano in possesso della *teoria incrementale* migliorarono palesemente: molti studenti appartenenti a questo secondo gruppo consideravano negativamente la propria intelligenza, e ciò nonostante affrontavano con entusiasmo le nuove sfide. Gli studenti del primo gruppo nell'anno successivo riuscirono a migliorare le loro prestazioni rimanendo però sempre ad un livello inferiore a quello raggiunto alle elementari: per ironia della sorte, volendo apparire intelligenti, si ritrovarono svantaggiati proprio per questo motivo².

Si può quindi affermare che queste teorie o convinzioni sono delle profezie che si auto-avverano: *creano* la nostra realtà, non ne sono soltanto un riflesso.

Chi è convinto che le capacità siano delle entità fisse, non si espone a nuove esperienze, si pone obiettivi di prestazione, e rinuncia a possibilità di apprendimento, e crea così di fatto le condizioni affinché le proprie capacità rimangano in buona parte fisse. Chi invece crede che le capacità siano incrementabili, si impegna di più, si pone in prevalenza obiettivi di padronanza, si sforza di realizzare nuovi apprendimenti, e così crea di fatto le condizioni affinché le proprie capacità si accrescano nel tempo.

Quindi, qualunque teoria tu adotti, avrai comunque ragione!

Queste convinzioni non producono effetti soltanto sull'apprendimento, ma in quasi ogni sfera di attività personale.

In un altro studio del 1998 di Knee, ad esempio, condotto su studenti di *college* coinvolti in relazioni sentimentali, gli studenti furono distinti in due categorie: **studenti con una fede nel destino**, ovvero, che ritenevano che le relazioni fossero immutabili e destinate ad essere o a non essere; e **studenti con fede nella crescita**, ovvero che ritenevano che le relazioni siano modificabili, e che si sviluppino nel tempo attraverso l'impegno e la soluzione positiva dei conflitti.

Fu riscontrato che i due gruppi di studenti si comportavano in modo diverso: quelli con *fede nel destino* tendevano a mettere rapidamente alla prova il partner, se la relazione diventava deludente si allontanavano, di fronte ad avvenimenti negativi si disimpegnavano dai problemi e dalla relazione. Quelli con *fede nella crescita*, si impegnavano nel corteggiamento, di fronte a difficoltà cercavano di risolvere i problemi, si sforzavano di consolidare la relazione e di promuovere la crescita personale³.

Queste teorie implicite non sono dei tratti fissi della personalità: possono essere modificate.

Tratto da "Gli 8 passi per apprendere ad apprendere – Coaching per l'apprendimento", di Daniele Mattoni, FrancoAngeli, Milano 2008

² Dweck C.S. (2000) *Teorie del se*, Erickson, Trento

³ Idem