

Cervello e apprendimento

Lo confesso [John Medina](#) è uno dei miei miti, tra le varie cariche e attività è il direttore del Center for Applied Learning Research della Seattle Pacific University e ha dedicato questo libro: "**Il Cervello istruzioni per l'uso**" a tutto quello che si sa del cervello ed è importante per l'apprendimento. Ho sempre pensato che occuparsi di formazione e insegnamento senza avere un minimo di cognizione su l cervello sia un po' come occuparsi di software senza avere un'idea di come funzioni un PC, certo non devi diventare un esperto di hardware ma almeno penso che uno debba avere un'idea generale di come funzioni.

Il libro è di facile lettura, pieno di aneddoti esplicativi e ... miracolo, per ognuno dei dodici

capitoli che sviluppa parte dalla teoria, la esemplifica in casi pratici e **propone degli accorgimenti o dei suggerimenti su come sfruttare le conoscenze sul cervello e l'apprendimento in un'aula** di insegnamento o di formazione.

Fatto ancora più incredibile (visto il panorama generale) J. Medina applica le sue conoscenze scientifiche sulla relazione tra cervello e apprendimento ai materiali didattico promozionali che produce, per chi fosse curioso di seguito c'è un suo video sulle differenze cerebrali tra uomo e donna (in inglese, ma si può comprendere la qualità anche senza dominare la lingua) che trovo possa essere considerato un Benchmark per la produzione di video didattici, anche perché realizzato con mezzi alla portata di tutti quelli che producono video corsi.

Gli argomenti trattati sono 12 e tutti rilevanti per l'apprendimento molti hanno risvolti utili al docente:

- Come l'evoluzione umana abbia fatto sì che **apprendimento e relazione** siano interconnessi,
- come e perché il ogni individuo, a livello cerebrale, è diverso dagli altri,
- come funziona **l'attenzione**, un capitolo fondamentale, avere l'attenzione dei partecipanti o dei discenti è la base, con dati sperimentali sulla durata dell'attenzione massima, **10 minuti!**, (sic) e come rimediare,
- come funziona la memoria a breve termine o, se volete, dopo quanto tempo devo **ripetere un tema perché sia ricordato**,
- memoria a lungo termine, come aiutare il consolidamento del ricordo,
- influenza (pessima) dello **stress sull'apprendimento**, dove alcuni manager troveranno dei buoni argomenti per calmarsi quando stanno spiegando qualcosa che deve essere appreso!
- come e perché **stimolare più sensi contemporaneamente**,
- la supremazia della vista,
- le differenze di genere, forse non lo sapete ma alla luce di molti studi i cervelli di **uomo e donna** appaiono molto diversi e, guarda caso, complementari,

altri sono applicabili a livello individuale come:

- l'importanza dell'esercizio fisico per la longevità della capacità di apprendere,
- Il rapporto tra sonno e memorizzazione
- L'ultimo capitolo è dedicato alla più bella e importante capacità umana: un'ininterrotta, vorace e meravigliosa curiosità: l'arte di farsi domande e di cercare la risposta.

Quest'ultimo capitolo mi ha fatto riflettere, come chiunque so che non c'è niente di meglio di un partecipante o uno studente che vuole, a volte disperatamente, trovare una risposta alle sue domande.

Buona lettura, fatemi sapere nei commenti cosa ne pensate.

[Scarica adesso l'eBook gratuito "Stare in aula".](#)

[Per restare aggiornato sulle novità e ricevere la nostra newsletter clicca qui](#)

[Vuoi un corso o del coaching di formazione formatori? Scrivici](#)