Training di apprendimento

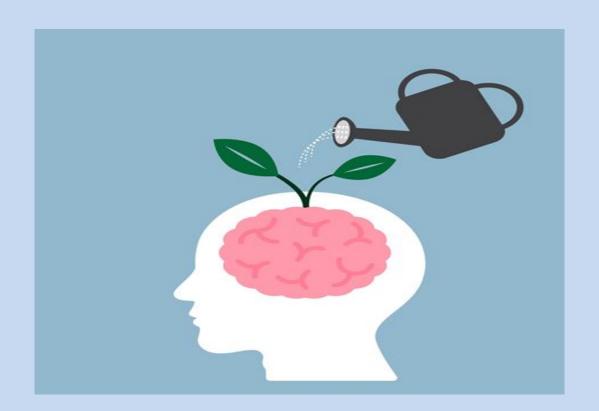


«Sì come il ferro arrugginisce senza uso e l'acqua nel freddo si addiaccia così lo 'ngegno senza esercizio si guasta»

Leonardo da Vinci



I training di apprendimento consentono di rivitalizzare le capacità cognitive



Potenziando le tecniche di apprendimento si contrasta la perdita di memoria



Training di apprendimento

Devono attivare tutti i processi coinvolti nelle funzioni cognitive



I training facendo riscoprire interessi per l'osservazione del mondo che ci circonda, stimolano le capacità di esaminare le informazioni cogliendo i fatti rilevanti



I training, svolgendo esercizi appositamente studiati, contribuiscono a stimolare tutte le funzioni in modo che possano essere preservate o migliorate

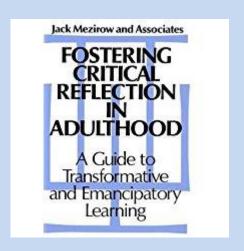


Conoscere la complessa organizzazione del cervello umano può essere d'aiuto nell'elaborazione di metodologie di

apprendimento

Fattori che influenzano l'apprendimento:

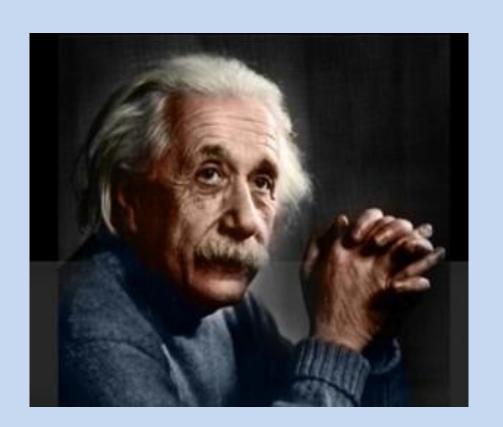
- Riflessione e scambio di opinioni
- Continuità di impegno e concentrazione
- Curiosità ed apertura a scoprire qualcosa di nuovo



Training d'apprendimento

Attenzione

Intelligenza



L'attenzione



E' l'abilità a mantenere impegnata la mente in stimoli salienti escludendo percezioni, pensieri e sentimenti irrilevanti



"L'attenzione regola l'attività dei processi mentali filtrando ed organizzando le informazioni provenienti dall'ambiente allo scopo di emettere una risposta adeguata"



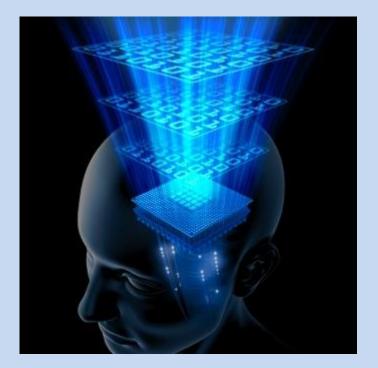
Berti ,1995

Permette di aumentare o diminuire le risorse cognitive impegnate per svolgere adeguatamente uno o più compiti e di mantenere nel tempo la

concentrazione



Consente l'organizzazione delle informazioni provenienti dall'ambiente esterno e la regolazione dei processi mentali



La persona, per elaborare un'informazione, deve trovarsi in uno stato di allerta, attivazione sufficiente a elaborare gli imput ricevuti



L'attenzione è una complessa funzione cognitivo-comportamentale caratterizzata da una varietà di componenti :

selettiva

condivisa

sostenuta

fluttuante



L'attenzione e le sue componenti sono affette da declino



Declina con l'età l'attenzione selettiva



Declina l'attenzione condivisa



Declina l'attenzione sostenuta



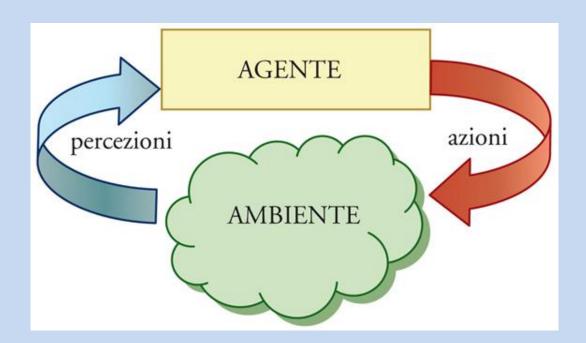
Il decadimento di tali capacità nell'over 60 sembra implicare l'incapacità di distribuire le proprie risorse attentive piuttosto che un deficit complessivo di tale abilità



Intelligenza



"L'intelligenza rappresenta la capacità o disposizione ad utilizzare in modo adeguato tutti gli elementi del pensiero necessari per percepire, riconoscere, impostare e risolvere nuovi problemi"



Édouard Claparède

Dott. Giuseppe Muscianisi

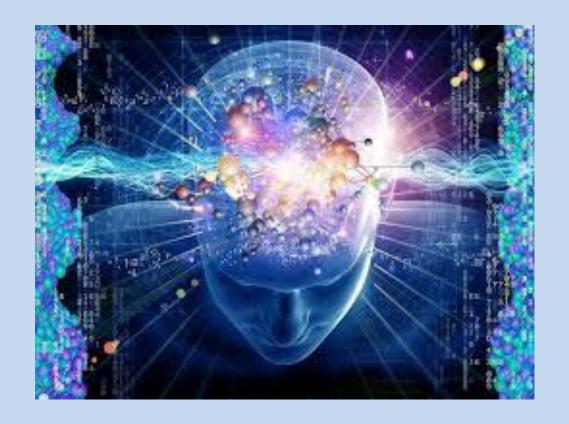
Rappresenta la capacità generale dell'individuo di cogliere e comprendere la realtà e di interagire con essa



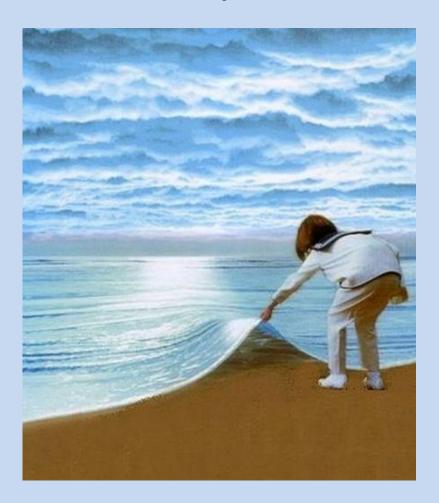
L'Intelligenza è un processo di elaborazione delle informazione che provengono dallo spazio percettivo



E' un insieme di capacità costitutive e necessarie a apprendere e memorizzare



La curiosità è il motore dell'intelligenza in quanto stimola la capacità di osservazione



L'intelligenza dell'over 60 non subisce un declino generale; vengono preservati alcuni processi intellettivi che restano intatti

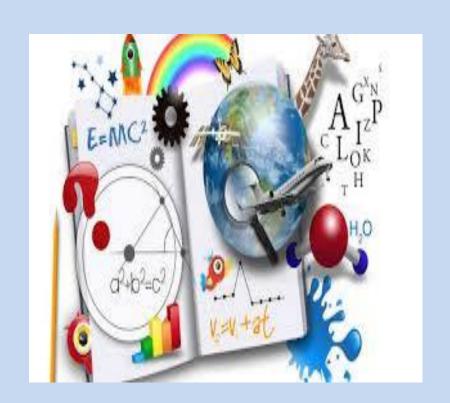


I più recenti studi sull'invecchiamento dei processi intellettivi hanno dimostrato come una delle caratteristiche sia quella di ridurre la gamma delle strategie cognitive utilizzate



intelligenza fluida

intelligenza cristallizzata



L'intelligenza fluida riguarda i processi di base del trattamento delle informazioni.

Si esprime nelle prove che richiedono velocità di organizzazione, agilità mentale, memorizzazione

associativa

Tende a deteriorarsi con l'età



L'intelligenza fluida fa riferimento ad abilità non trasmesse dalla cultura e riguarda, per esempio, il riconoscimento delle relazioni spaziali



L'intelligenza fluida permette di esaminare velocemente le relazioni spaziali e i dati di una percezione



L'intelligenza cristallizzata è collegata alle dimensioni socio-ambientali e culturali ed è influenzata da fattori educativi

Non risente dell'invecchiamento



L'intelligenza cristallizzata si riferisce all'insieme delle conoscenze che l'individuo è riuscito ad acquisire, all'esperienza compiuta nel corso della vita ed è influenzata dall'intelligenza fluida



Riguarda soprattutto la cultura generale, la comprensione linguistica e le relazioni semantiche



L'apprendimento si potenzia innanzitutto curando il **processo di percezione**(intelligenza) e di **attenzione**

