


# Potenziamento Funzioni Cognitive

nel bambino e nel ragazzo




Dott.ssa Marta Manelli  
Dott. Dario Zamboni




Con questo e-book vogliamo presentare un importante progetto rivolto a tutti i genitori che desiderano aiutare i propri figli a potenziare le loro funzioni cognitive. Tra queste ad esempio: memoria, ragionamento strategico, abilità linguistiche, abilità di calcolo, attenzione, comprensione dei bisogni, "lettura" degli atteggiamenti altrui e problem solving.

È ormai evidente che per vivere nella società attuale e futura, basata sullo sviluppo tecnologico, è e sarà sempre più necessario aver maturato ottime capacità di elaborazione delle informazioni, sensoriali e di contenuto, che provengono dalla realtà esterna.


Questa capacità di elaborazione avviene nel Sistema Nervoso Centrale e, al pari dei muscoli, può essere allenata e potenziata attraverso specifici strumenti e training.






Vista l'elevata elasticità e ricettività del Sistema Nervoso Centrale tipica della giovane età, il progetto che abbiamo perfezionato è rivolto prevalentemente, ma non solo, ad una fascia di età compresa tra i 4 e i 15 anni.


La modalità più efficace per il raggiungimento degli obiettivi scelti, trattandosi di partecipanti molto giovani, è quella ludica. È importante però non confondere la modalità ludica con l'apprendimento ludico che viene invece utilizzato in alcune scuole. Con questo progetto infatti non trasformeremo una materia in un'attività ludica, ci avvarremo invece di specifici strumenti ludici - giochi intelligenti - aventi regole e caratteristiche tali per cui il bambino o il ragazzo, sotto la guida di un professionista, sviluppi o apprenda una determinata abilità in un ambiente adeguato a lui dedicato.





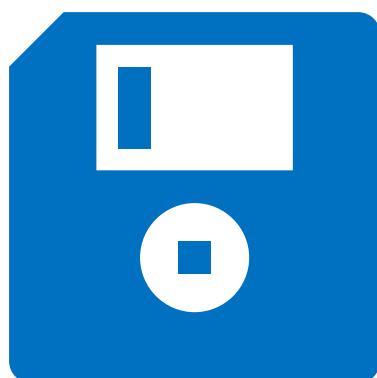
Il motivo di questa scelta è che fin dalla preistoria l'uomo ha sviluppato gli aspetti della socialità attraverso il gioco e, spingendosi oltre, è possibile intendere tutte le attuali interazioni umane come un grande gioco a cui ognuno di noi ogni giorno partecipa attivamente.

I vantaggi che si ottengono dipendono dalla specifica funzione che si è scelto di incrementare. Vediamole nel dettaglio.



## MEMORIA:

a seguito di una prima fase di valutazione, in cui ha saputo stabilire cosa è importante, e quindi da ricordare, da cosa non lo è, il bambino o il ragazzo svilupperà la capacità di richiamare alla memoria gli aspetti per lui significativi. In questo modo non avrà un sovraccarico di elementi da memorizzare, ma saprà filtrare ciò che percepisce in base a scale di utilità. Questo è un tipo di competenza particolarmente adatta per lo studio.



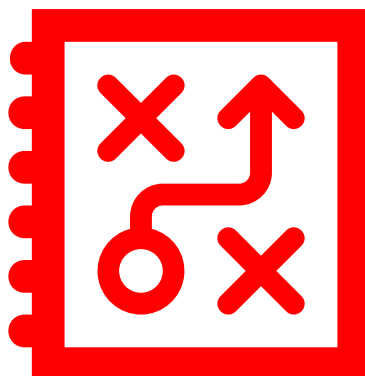
## **ABILITÀ LINGUISTICA:**

il bambino o il ragazzo potenzierà la propria abilità linguistica arricchendo il proprio lessico e, di conseguenza, la propria capacità di attribuire nomi sempre più specifici a ciò che osserva o con ciò con cui interagisce. Il lessico di una persona rappresenta il suo modo di pensare e quindi la sua modalità di interpretare ciò che lo circonda e di descriverlo agli altri.



## **ABILITÀ DI CALCOLO:**

con questa abilità non viene inteso il semplice saper eseguire delle operazioni, bensì imparare come, a partire da certi numeri e con certe funzioni di calcolo, riuscire a sviluppare più calcoli aventi tutti risultati validi. Si tratta di una competenza molto utile per sviluppare l'elasticità mentale e capire come, da una certa condizione di partenza, si possano sviluppare più situazioni, tutte ugualmente valide.



## **"LETTURA" DEGLI ATTEGGIAMENTI ALTRUI:**

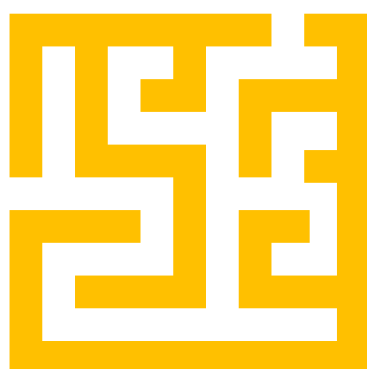
con questo obiettivo, il bambino o il ragazzo, svilupperà la capacità di comprendere le espressioni, gli atteggiamenti, i comportamenti non verbali degli altri e, sulla base di questi, rispondere con comportamenti che siano efficaci al raggiungimento dei propri obiettivi. Tutto questo mantenendo sempre con l'interlocutore una relazione matura e non conflittuale.





## **PROBLEM SOLVING:**

questo percorso di apprendimento aiuta il bambino o il ragazzo a sviluppare una forma mentis improntata alla risoluzione dei problemi in modo efficace. Nelle varie situazioni della vita quotidiana, il soggetto saprà, a partire da elementi iniziali di varia natura, organizzarli in modo intelligente per ottenere il risultato desiderato con il minor dispendio di tempo ed energie.



## **ATTENZIONE:**

saper dare attenzione a ciò che realmente serve e, se necessario, saperla mantenere nel tempo senza distrarsi, è un'abilità in grado certamente di fare la differenza. È possibile percepire tantissimi elementi, ma se non si focalizza con l'attenzione, si avrà una percezione confusa e disordinata della realtà. Il bambino o il ragazzo che incrementa le proprie capacità attentive, riesce a filtrare i dati sensoriali in base ai propri bisogni ed è in grado di porre attenzione ai particolari.



## RAGIONAMENTO STRATEGICO:

saper valutare il contesto in cui si agisce, sia esso scolastico, di lavoro, sportivo o di altro tipo e agire di conseguenza per ottenere gli obiettivi desiderati, è alla base del ragionamento strategico. L'apprendimento di questa abilità permette al bambino o al ragazzo di sviluppare una modalità di pensiero che ponga l'accento sugli obiettivi che vuole ottenere a partire dalle risorse che ha a disposizione. Non si crea quindi aspettative basate sulla fortuna, ma obiettivi da raggiungere con le proprie capacità.



## COMPrensione dei Bisogni:

attraverso l'insegnamento dell'ascolto interiore, il bambino o il ragazzo impara ad ascoltare se stesso, i propri bisogni e le proprie necessità. Impara inoltre ad ordinarli per importanza e soprattutto impara ad esprimerli. Sviluppa altresì la capacità di capire che anche gli altri hanno dei bisogni e delle necessità che devono essere esaudite e che talvolta devono essere aiutati in questo processo. Così facendo si sviluppano doti di leadership.




Al termine del percorso di apprendimento potenziativo, il bambino o il ragazzo, oltre allo specifico miglioramento offerto dal corso prescelto, otterrà anche un fondamentale vantaggio aggiuntivo: un significativo incremento dell'autostima.

L'autostima, ossia la capacità di saper riconoscere, valutare ed utilizzare le proprie potenzialità, è un aspetto fondamentale nella vita di ciascun individuo e per questo è indispensabile svilupparla fin dalla più giovane età. Un bambino con bassa autostima sarà sempre insicuro, incerto, incapace di far valere il proprio punto di vista e i propri bisogni, sarà sempre passivo rispetto alla realtà che lo circonda, agli eventi e soprattutto nelle relazioni interpersonali con i coetanei.

Tutti aspetti che poi vengono trasportati all'adolescenza e all'età adulta, poiché una bassa autostima purtroppo non scompare come i denti da latte. Fondamentale quindi, attraverso l'ausilio di professionisti, permettere al bambino o al ragazzo di sviluppare una forma mentis con una buona, e valida autostima.

Attraverso la valutazione dei propri comportamenti, un bambino sarà capace di correggere se stesso in caso di errore, oppure di sapersi valorizzare quando ha raggiunto l'obiettivo prefissato, dandosi feedback positivi.

Un bambino o un ragazzo con capacità cognitive e autostima potenziata, avrà tutti gli strumenti per raggiungere i traguardi che si prefigge distinguendosi brillantemente dal contesto in cui vive ed avrà una vita emotiva serena ed appagante.



Per informazioni  
o chiarimenti contattaci!

cell. 338 5370290

mail: [psicologiapotenziativa@gmail.com](mailto:psicologiapotenziativa@gmail.com)

Riceviamo presso lo studio di Psicologia potenziativa a  
San Zeno Naviglio (BS).

