

OLTRE IL VOTO

Aiutare la classe
ad affrontare la valutazione

Armando Iacovantuono



EVOLUZIONE
INTERIORE
Coaching



Immagine tratta da Canva



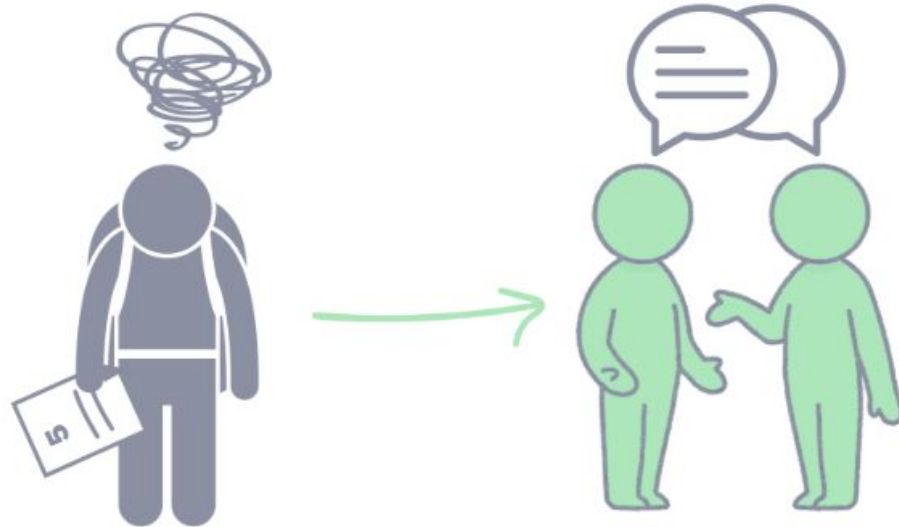
la2

Formazione

ZANICHELLI

Comprendere lo stress legato alla valutazione

Strategie pratiche per la vita in classe



Immagini tratte da Canva

Sondaggio 1

Una parola per dire “verifica”

AnswerGarden

Quale parola associ alla verifica?

Thanks! Type another answer here...

Submit

20 characters remaining

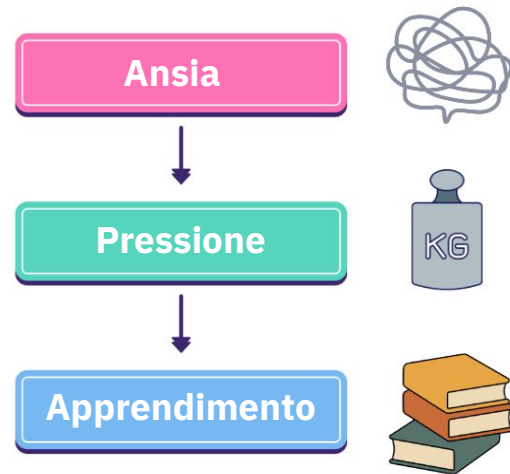
- Clicca sul link in chat
<https://answergarden.ch/5113081>
- Inserisci la tua risposta nella barra (un'emozione, un'immagine o un ricordo)
- Clicca sul bottone **Submit**

Perché parlarne oggi

Ansia, pressione valutativa e impatto sull'apprendimento

Tre aspetti rendono oggi centrale questo tema:

1. Aumento dei vissuti di **ansia**⁴
2. **Pressione valutativa** percepita
3. Effetti su clima di classe e **apprendimento**



Cosa faremo oggi insieme?

Un percorso in tre tappe, dallo stress alla relazione educativa



1.

Capire lo stress
da valutazione

2.

Sostenere
la motivazione

3.

Trasformare
la valutazione
in relazione
educativa





1. Capire lo stress da valutazione

Stress da valutazione

Cosa dicono i dati - evidenze OCSE/PISA⁴

Più ansia = meno rendimento



Le ricerche internazionali evidenziano:

- **ansia da test molto diffusa** (oltre 1 studente su 2);
- **associazione con performance più bassa** (soprattutto quando l'ansia "morde" anche chi è preparato);
- **effetto su motivazione, partecipazione e disponibilità cognitiva** (attenzione/memoria di lavoro sotto pressione);
- **attenzione più fragile**: distrazione digitale frequente in classe (dati PISA 2022).

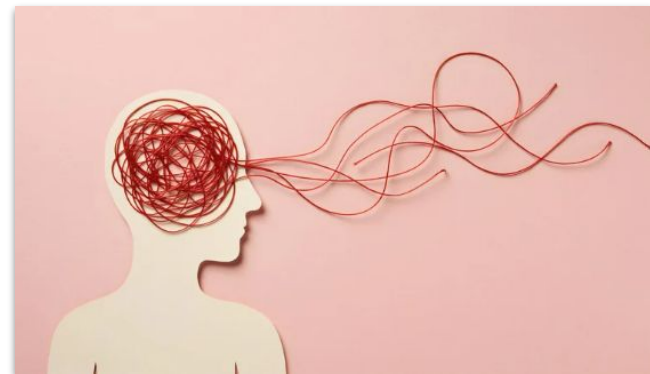
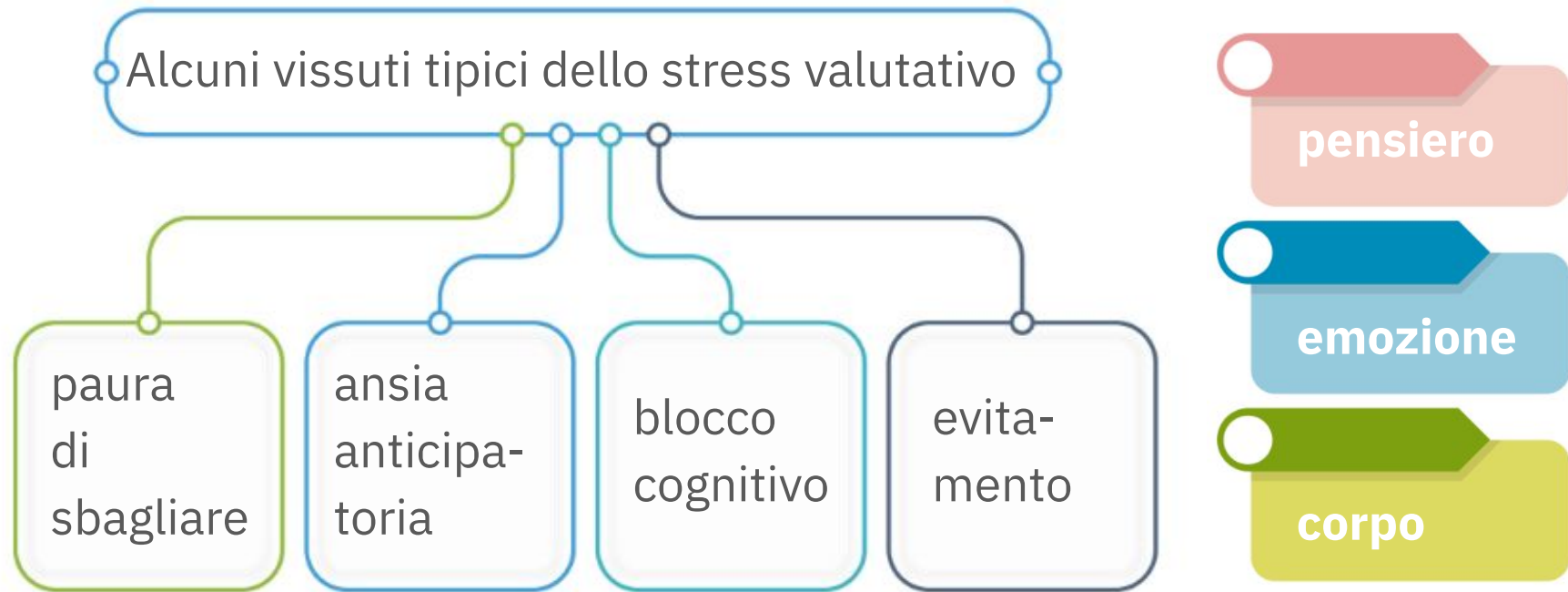


Immagine tratta da Canva

Quando la verifica diventa una minaccia

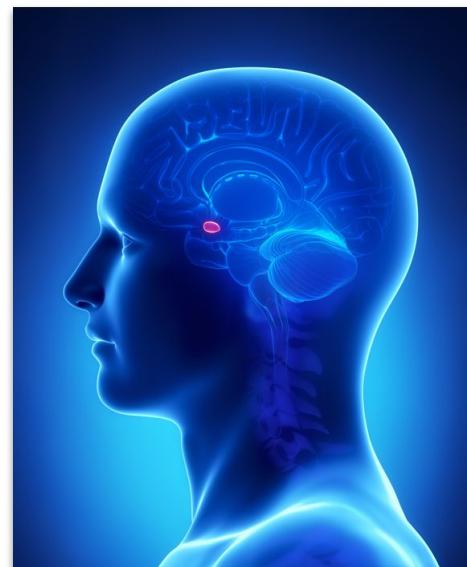
Perché la valutazione può attivare risposte di allarme



Amigdala e apprendimento

Cosa succede nel cervello durante una verifica

Dal punto di vista neurofisiologico accade che:



Momento di immedesimazione

L'esperienza fisica ed emotiva dell'essere valutati



Chiudi gli occhi per 10 secondi.

Visualizza una verifica carica di tensione.

Nota cosa succede nel corpo.

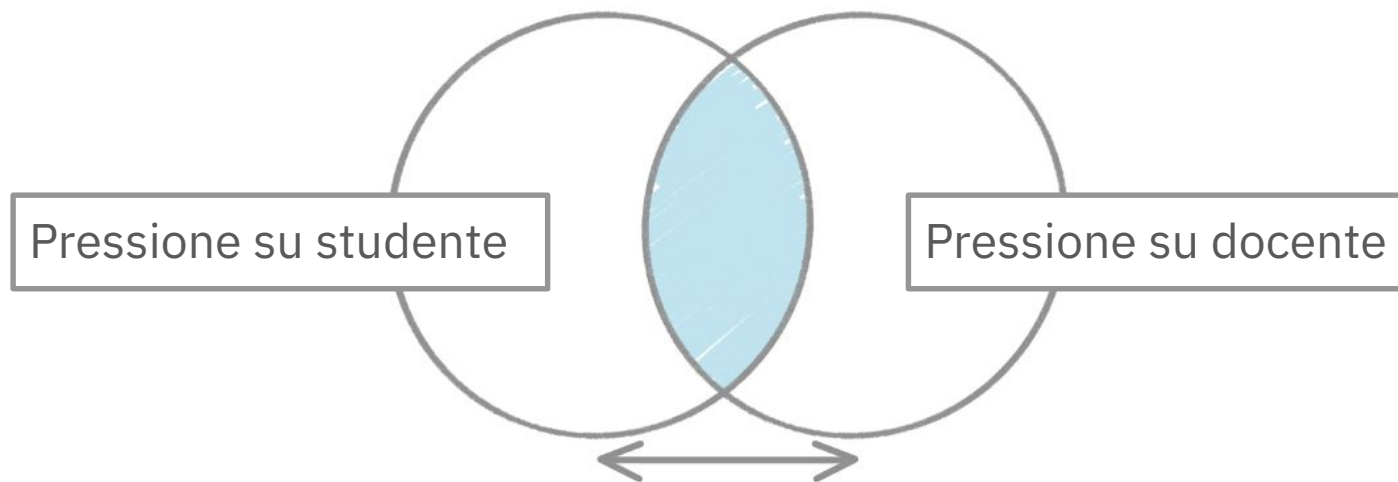


Immagine tratta da Canva

Studenti e docenti: uno stress condiviso


La dinamica relazionale dello stress valutativo

Uno stress che coinvolge **entrambe le parti**.




Una relazione circolare di **tensione** che si amplifica a vicenda (tono, fretta, reazioni).

La videoregistrazione e le slide di un webinar per approfondire





**A scuola
senza stress**

Tecniche di autocura
per insegnanti
consapevoli

 **la Z** **Formazione**

A. Iacovantuono

 **8 aprile 2025**
ore 17:00

 webinar online

ZANICHELLI

Immagine tratta da Canva

<https://formazione.zanichelli.it/webinar/scuolasenzastress>



Ridurre l'ansia, aumentare la presenza

Cosa può fare chi insegna in 2 minuti

Alcune **strategie immediate** per ridurre la tensione in classe:

1. Micro-pausa prima della verifica (20-30 secondi: respiro + consegna)
2. Routine in 3 passaggi: consegna / criterio / tempi
3. Chiusura rapida: 2 domande
4. Linguaggio: poche parole neutre che orientano



Quando il voto diventa identità

Perché molti studenti e studentesse “si sentono” il loro risultato

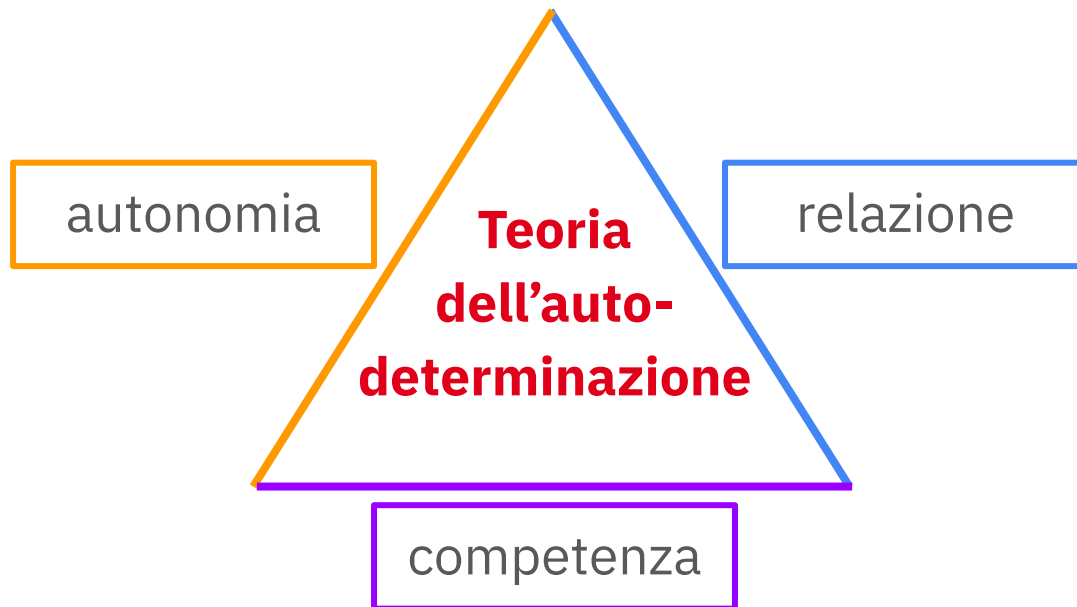
Quando il rendimento scolastico diventa autovalutazione aumentano la paura di sbagliare e l'autovalutazione, mentre **cala la motivazione**.



I tre pilastri della motivazione autentica

Autonomia, competenza, relazione

Secondo la Teoria dell'Autodeterminazione¹, la motivazione cresce quando la **valutazione sostiene i bisogni psicologici di base**.



Il feedback² vale più del voto

Come le parole dell'adulto influenzano la crescita

Le ricerche mostrano che un **buon feedback** sostiene l'apprendimento quando è:

specifico



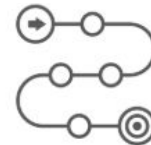
tempestivo



sicuro



orientato al processo



Sondaggio 2

Cosa ricordano di più i ragazzi e le ragazze dopo una verifica?

1.

Il voto

2.

L'errore

3.

Il commento

4.

Altro



2. Sostenere la motivazione

Pedagogia dell'errore⁵

Da minaccia a strumento di apprendimento

L'errore diventa apprendimento quando cambia funzione e lo trasformiamo in un processo⁶.

Non serve moltiplicare le correzioni, ma **rendere leggibile il processo**: cosa funziona, cosa va rivisto, qual è il prossimo passo.



Immagine tratta da Canva



Cosa fare in classe#2

Pratiche semplici per motivare *dentro* la valutazione

1. Criteri trasparenti (rubrica)

Servono a rendere leggibile cosa conta, **prima della prova**.

Riducono l'arbitrarietà percepita, orientano lo studio e aiutano chi studia a capire dove migliorare, non solo "quanto vale".

2. Feedback 1:1 passando tra i banchi (10 secondi: facciamo il punto + prossimo passo)

Serve a personalizzare la restituzione **senza allungare i tempi**.

In pochi secondi chi studia riceve un'informazione chiara su cosa funziona e qual è il prossimo passo, riducendo blocchi e ruminazione dopo la prova.



Cosa fare in classe#3

Pratiche semplici per motivare *dentro* la valutazione

3. Prove *low-stakes*: brevi, peso minimo
Servono a **monitorare l'apprendimento**, non a valutare.
Il feedback è immediato, si allena il **recupero delle informazioni**, si favorisce lo **studio continuo** e si **normalizza l'errore**.
Alcuni esempi: quiz di 5 minuti, domanda a fine lezione (*exit ticket*) o richiesta di spiegare in 5 righe un concetto chiave.
4. *Debrief* finale (2 minuti: cosa/come)
Serve a **chiudere la prova in modo educativo**, non solo valutativo.
Aiuta a separare prestazione e persona, a consolidare cosa ha funzionato e a lasciare un orientamento chiaro per il lavoro successivo.

Quando il feedback² cambia tutto

Cosa succede quando non si usa il voto?

Un esempio di classe che ha usato **feedback descrittivo**³:



maggior
impegno
e tenacia



minore
ansia



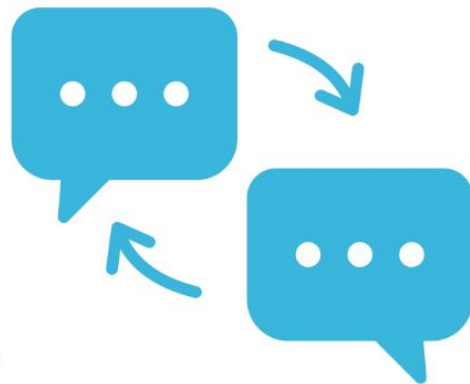
Immagine tratta da Canva

Valutare è parlare

Come trasformare la restituzione in dialogo educativo

Tre domande che trasformano la valutazione in **dialogo**:

Dove sei? → Cosa stai imparando? → Come puoi crescere



Un gesto possibile

Esercizio di autoriflessione



Qual è il primo passo per liberare la motivazione dai voti?
Quale gesto puoi introdurre **da domani** nella tua classe?



Adolescenza: sensibilità amplificata

Il peso del giudizio in una fase evolutiva delicata

Ci sono tre elementi che amplificano l'effetto del giudizio: le **emozioni** vissute in modo intenso, il timore di sbagliare **davanti ai pari** e la maggiore **vulnerabilità** legata all'età.

Sguardi, confronto
e ridicolizzazione alimentano
la **paura di essere giudicati**.



L'amigdala sociale

Quando il cervello interpreta la classe come una platea

La reazione emotiva alla **valutazione pubblica** è di allarme, tensione ed **evitamento**.

Trigger (fattore scatenante) → reazione emotiva



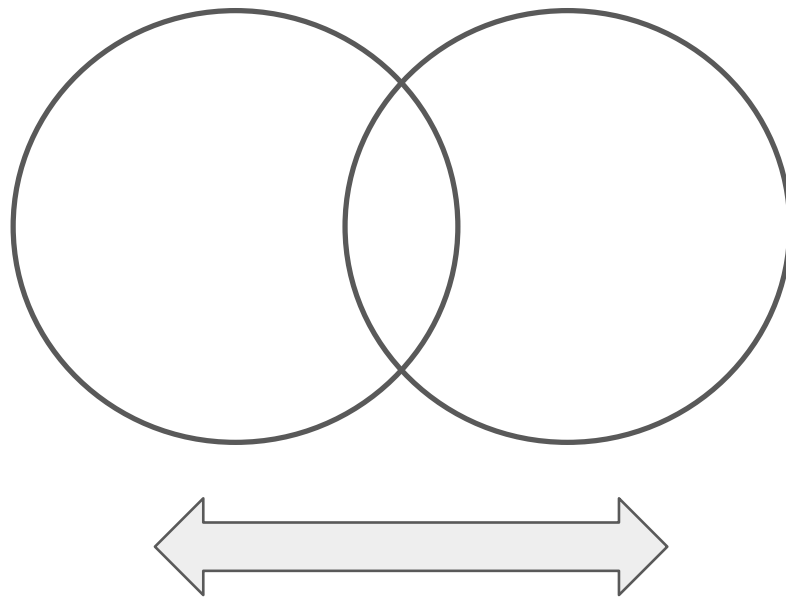
Il gruppo amplifica tutto

Confronto, ruoli fissi, contagio emotivo

Tre dinamiche che amplificano ansia:

- Confronto
- Ruoli rigidi
- Contagio emotivo

Il clima che si crea può aumentare o ridurre la minaccia.



Perché la valutazione fa paura?

Non è solo un compito: è esposizione sociale

Ecco come studenti e studentesse vivono la **valutazione in pubblico**:

Oggi questa esposizione può essere amplificata anche dal **confronto digitale** e dal timore del **giudizio online**⁷.

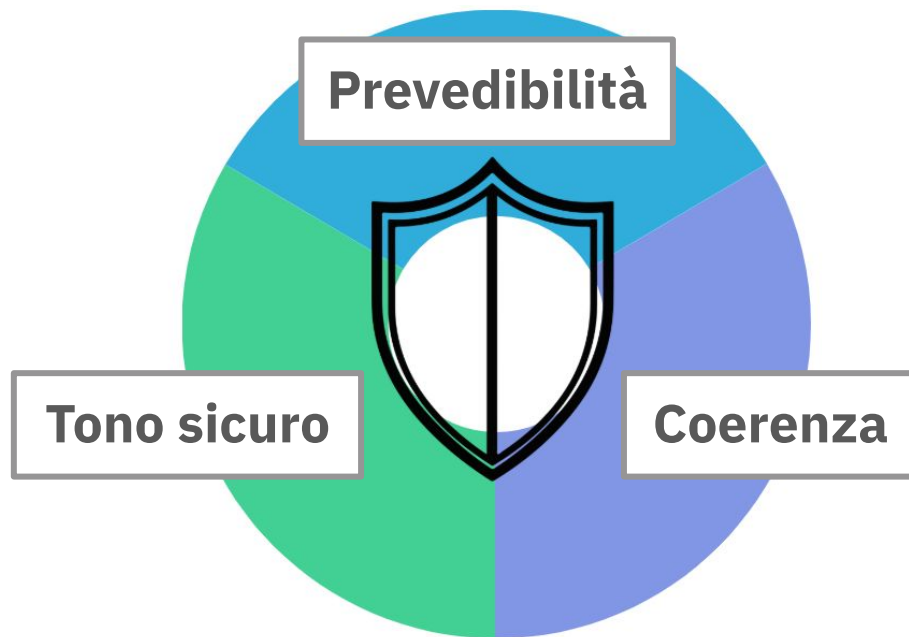


Immagine tratta da Canva

L'insegnante come regolatore emotivo

Stabilità, clima, sicurezza psicologica

Tre aspetti che l'insegnante può modulare attivamente:

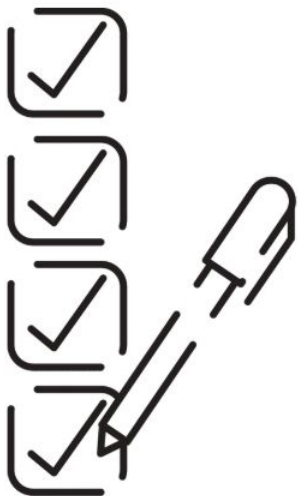




Come gestire le fragilità in classe

Gesti semplici ad alto impatto

Quattro gesti che **riducono** immediatamente **la pressione**:



Normalizzare l'errore

Evitare correzioni **pubbliche**

Stabilire rituali **prevedibili**

Introdurre **varietà** nei ruoli di partecipazione

Sondaggio 3

Quale dimensione crea più fragilità nelle tue classi?

1.

Giudizio

2.

Esposizione

3.

Confronto

4.

Impulsività

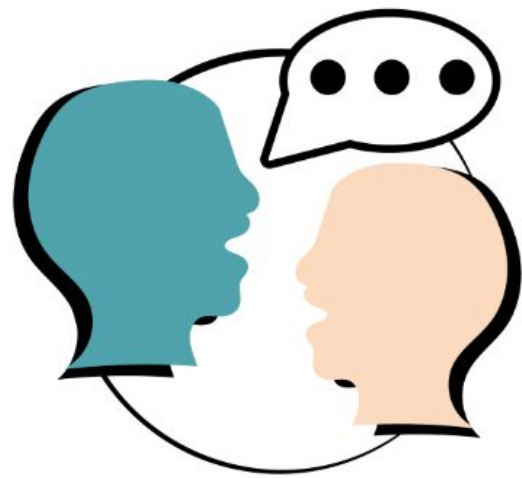


3. Trasformare la valutazione in relazione educativa

La valutazione come incontro

Da giudizio ad accompagnamento educativo

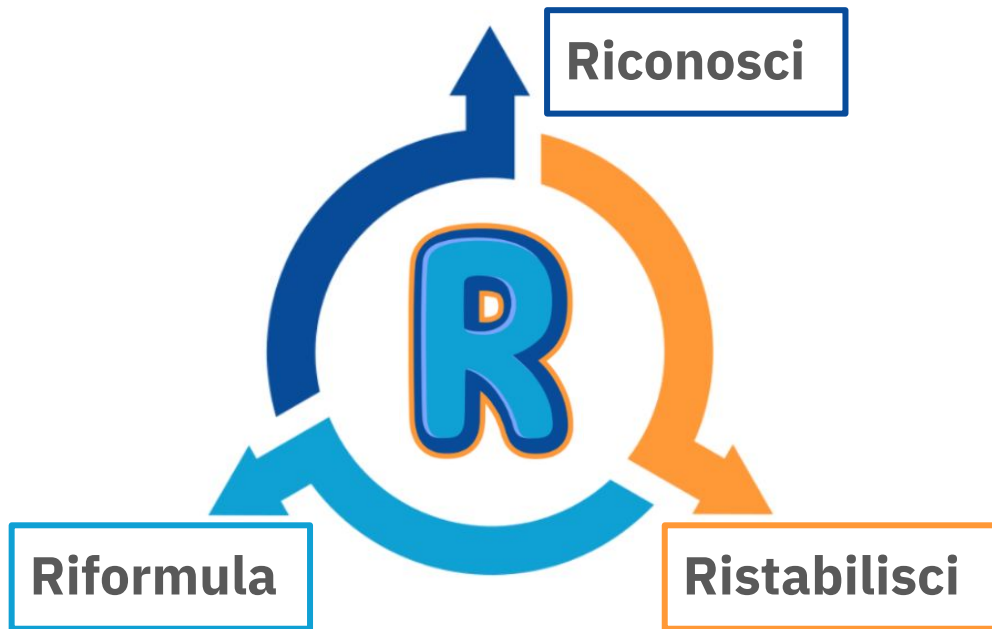
Per trasformare la valutazione in **relazione**, è bene mettere in campo questi elementi:



Il ciclo della valutazione senza stress

Un modello semplice per orientare la pratica

Tre passaggi per una **valutazione più serena**:



Passo 1: Riconoscere lo stress

Normalizzare e creare sicurezza

Tre azioni per riconoscere e normalizzare lo stress:

1. Osserva
i segnali
emotivi

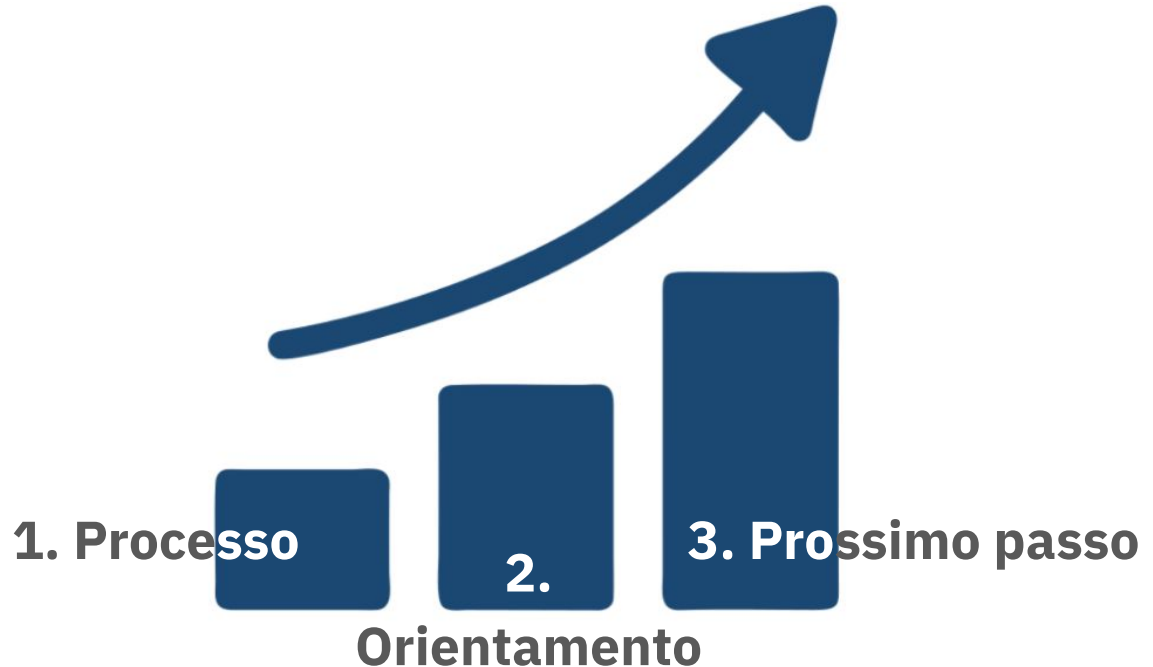
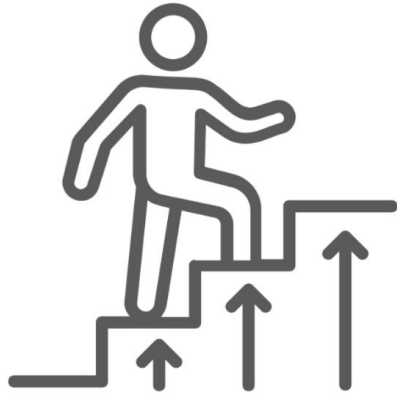
2. Nomina ciò
che sta accadendo

3. Rallenta
il ritmo

Passo 2: Reformulare il feedback²

Spostare l'attenzione dal numero alla crescita

Tre modi per riformulare il feedback in chiave **formativa**:



Un esempio per condividere criteri di valutazione

<p>5 preparazione mediocre</p>	<ul style="list-style-type: none">• Lo studente ha una conoscenza incompleta dei dati essenziali• Coglie con superficialità e approssimazione il significato generale del fenomeno trattato• Si esprime in modo incerto o prolisso o stentato• Non possiede con sicurezza la terminologia essenziale
<p>6 preparazione sufficiente</p>	<ul style="list-style-type: none">• Conosce i dati essenziali per la comprensione dell'argomento• Coglie il significato generale del fenomeno trattato• Si esprime in modo non scorretto, ma non necessariamente secondo un registro adeguato• Usa la terminologia specifica nei suoi elementi essenziali
<p>7 preparazione discreta</p>	<ul style="list-style-type: none">• Conosce i dati essenziali per la comprensione dell'argomento• Coglie il significato generale del fenomeno trattato• Si esprime correttamente e con scioltezza• Usa la terminologia specifica nei suoi elementi essenziali <p>Sa proporre collegamenti tra i fenomeni (secondo l'impostazione data dall'insegnante)</p>
<p>8 preparazione buona</p>	<ul style="list-style-type: none">• Conosce diffusamente i dati• Coglie con precisione il significato del fenomeno trattato• Si esprime correttamente e con scioltezza, fa uso del registro adeguato e del linguaggio specialistico• Sa problematizzare i dati e rielaborarli in modo autonomo• Sa collegare i contenuti di discipline differenti• Sa servirsi delle fonti di informazione in suo possesso

Passo 3: Ristabilire la relazione

Usare parole che aprono possibilità

Come ristabilire un clima di **fiducia** dopo la verifica:

- Tono calmo
- Parola di fiducia
- Direzione chiara





Usare un linguaggio che sostiene

Parole che aiutano chi studia a rientrare nel percorso

Alcune frasi che aiutano a chiudere la valutazione in modo **rassicurante**:

Hai fatto un passo avanti su questo punto.

Qui c'è più solidità dell'ultima volta.

Su questo punto puoi lavorare.

Il prossimo passo è rendere più chiaro questo.

Questo voto non dice chi sei.

Una parola per domani

Chiudere una verifica con fiducia



Quale parola di fiducia sceglierai per chiudere la prossima verifica?



OLTRE IL VOTO

Aiutare la classe
ad affrontare la valutazione



la Z

Formazione



EVOLUZIONE
INTERIORE
Coaching

Armando Iacovantuono Life Coach professionista

www.evoluzioneinteriore.it



Puoi seguire anche:

- [Profilo Instagram](#)
- [Pagina Facebook](#)
- [Canale YouTube](#)
- [Profilo LinkedIn](#)

ZANICHELLI

Grazie per l'attenzione

Domande?



la Z

Formazione

ZANICHELLI

Per approfondire

Bibliografia#1

Articoli e link per approfondire

¹ Motivazione e bisogni psicologici

- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being*. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Germani, S. (2003). *Il supporto all'autonomia nel contesto scolastico: la Self-Determination Theory come approccio per favorire la motivazione degli studenti ad apprendere: primi risultati di uno studio longitudinale*. *QUADERNI DEL DOTTORATO SIRD*. 162-181 ([vedi link](#))
- De Beni, R., Moè, A. *Motivazione e apprendimento*. Il Mulino, 2000.

² Valutazione e feedback

- Black, P., Wiliam, D. (1998). *Inside the Black Box: Raising Standards through Classroom Assessment* (King's College London). Traduzione di lavoro in italiano del testo: [vedi link](#)
- Hattie, J., Clarke, S. *Il feedback in classe. Oltre la cultura del voto*, Erickson, 2025.

³ Valutazione e apprendimento

- Hattie, J., *Apprendimento visibile, insegnamento efficace*, Erickson, 2016.

Bibliografia#2

⁴ Stress, apprendimento e benessere (PISA/OCSE)

- OECD (2017). *P.I.S.A. 2015 Results (Vol. III): Students' Well-Being*.
OECD (2023). *P.I.S.A. 2022 Results (Vol. II): Learning During – and From – Disruption* (sezioni su distrazioni digitali/clima di classe e legami con benessere e performance).
- INVALSI (2024) – Rapporto nazionale P.I.S.A. 2022 ([PDF in italiano](#))

⁵ Pedagogia dell'errore

- Astolfi, J.-P. (1997). *L'erreur, un savoir à construire*. (ESF).

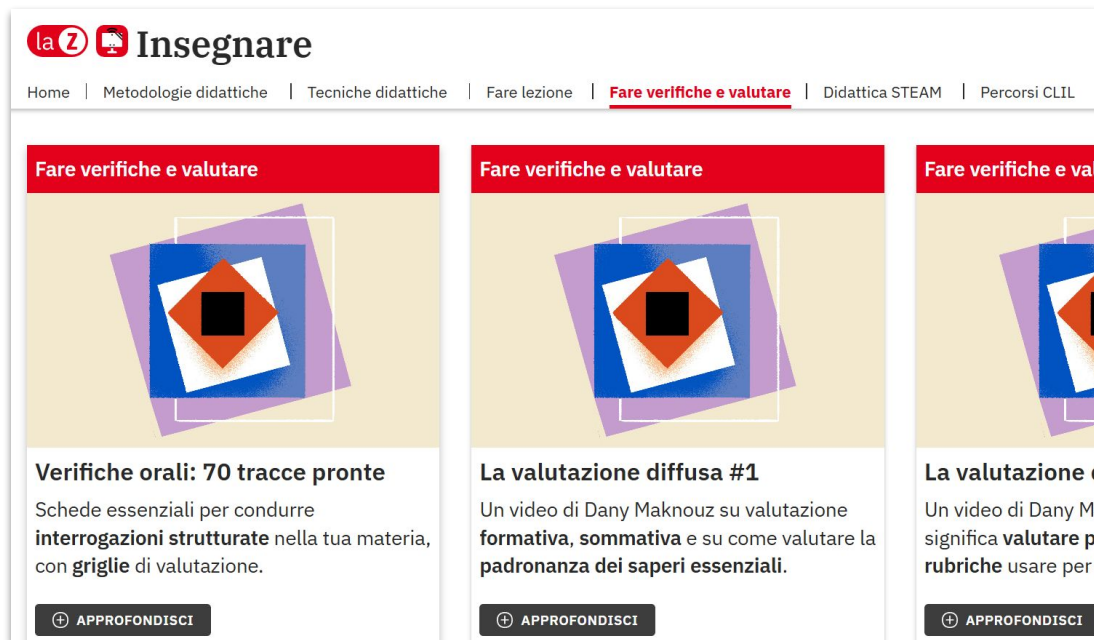
⁶ Negatività, feedback e memoria

- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C., Vohs, K. D. (2001). *Bad is stronger than good*. *Review of General Psychology*, 5(4), 323–370.

⁷ Giudizio online

- PISA 2022: quota studenti “nervous/anxious” senza device e associazione con benessere e performance.
- PISA 2022 Volume II: distrazione digitale e associazioni con punteggi più bassi.
- U.S. Surgeon General Advisory (2023) su social media e salute mentale giovanile (attenzione a confronto sociale, ecc.).

Su **laZ Insegnare**, nella sezione **Fare verifiche e valutare**, trovi 70 tracce pronte per verifiche orali. Sono schede essenziali, con **griglie di valutazione**, per condurre interrogazioni strutturate nella tua materia.



The screenshot shows the 'laZ Insegnare' website interface. At the top, there is a navigation bar with the logo 'laZ Insegnare' and several menu items: 'Home', 'Metodologie didattiche', 'Tecniche didattiche', 'Fare lezione', 'Fare verifiche e valutare' (highlighted in red), 'Didattica STEAM', and 'Percorsi CLIL'. Below the navigation bar, there are three main content cards, each with a red header 'Fare verifiche e valutare' and a decorative graphic of overlapping squares in blue, orange, and purple. The first card is titled 'Verifiche orali: 70 tracce pronte' and describes 'Schede essenziali per condurre interrogazioni strutturate nella tua materia, con griglie di valutazione.' The second card is titled 'La valutazione diffusa #1' and describes 'Un video di Dany Maknouz su valutazione formativa, sommativa e su come valutare la padronanza dei saperi essenziali.' The third card is partially visible, titled 'La valutazione c' and describes 'Un video di Dany Me significa valutare p rubriche usare per v'. Each card has a dark grey button at the bottom with a plus icon and the text 'APPROFONDISCI'.

<https://insegnare.zanichelli.it/>

laZ Griglie è il sito che
permette di creare griglie
di valutazione con pochi clic.

laZ  Griglie

Griglie di valutazione

Valutare per competenze vuol dire progettare per competenze: richiede una didattica attiva e laboratoriale, accompagnata da una valutazione formativa e continua, per la quale servono strumenti adeguati. **laZ Griglie** rende più semplice e strutturata la valutazione per competenze, grazie a descrittori analitici per ogni competenza, graduati per livello. Scegli se valutare le tue attività secondo le competenze previste dalle **indicazioni nazionali**, dalle linee guida per l'**educazione civica** o per l'**orientamento**: in pochi clic puoi creare e scaricare le tue griglie per una valutazione personalizzata. Guarda il video e scopri come funziona.



Indicazioni nazionali per la scuola media (SS1G)

Parti dalle **competenze** previste per il **primo ciclo di istruzione** e seleziona gli **obiettivi** del processo formativo. Crea e scarica la griglia personalizzata adatta al tuo lavoro con la classe.

INIZIA

Educazione civica

Naviga i **tre nuclei didattici** e scegli tra i **12 traguardi di competenze** per le scuole medie e superiori. Crea e scarica la griglia personalizzata adatta al tuo lavoro con la classe.

SCUOLE MEDIE **SCUOLE SUPERIORI**

Orientamento

Parti dai **cinque framework europei** e seleziona le competenze per creare la griglia adatta alle tue attività di orientamento. Integra le **otto competenze chiave** per l'apprendimento con le competenze più analitiche elaborate dall'Unione europea. Crea e scarica la griglia personalizzata adatta al tuo lavoro con la classe.

INIZIA

Hai bisogno di aiuto? [Apri il centro assistenza](#)

<https://griglie.zanichelli.it/>