



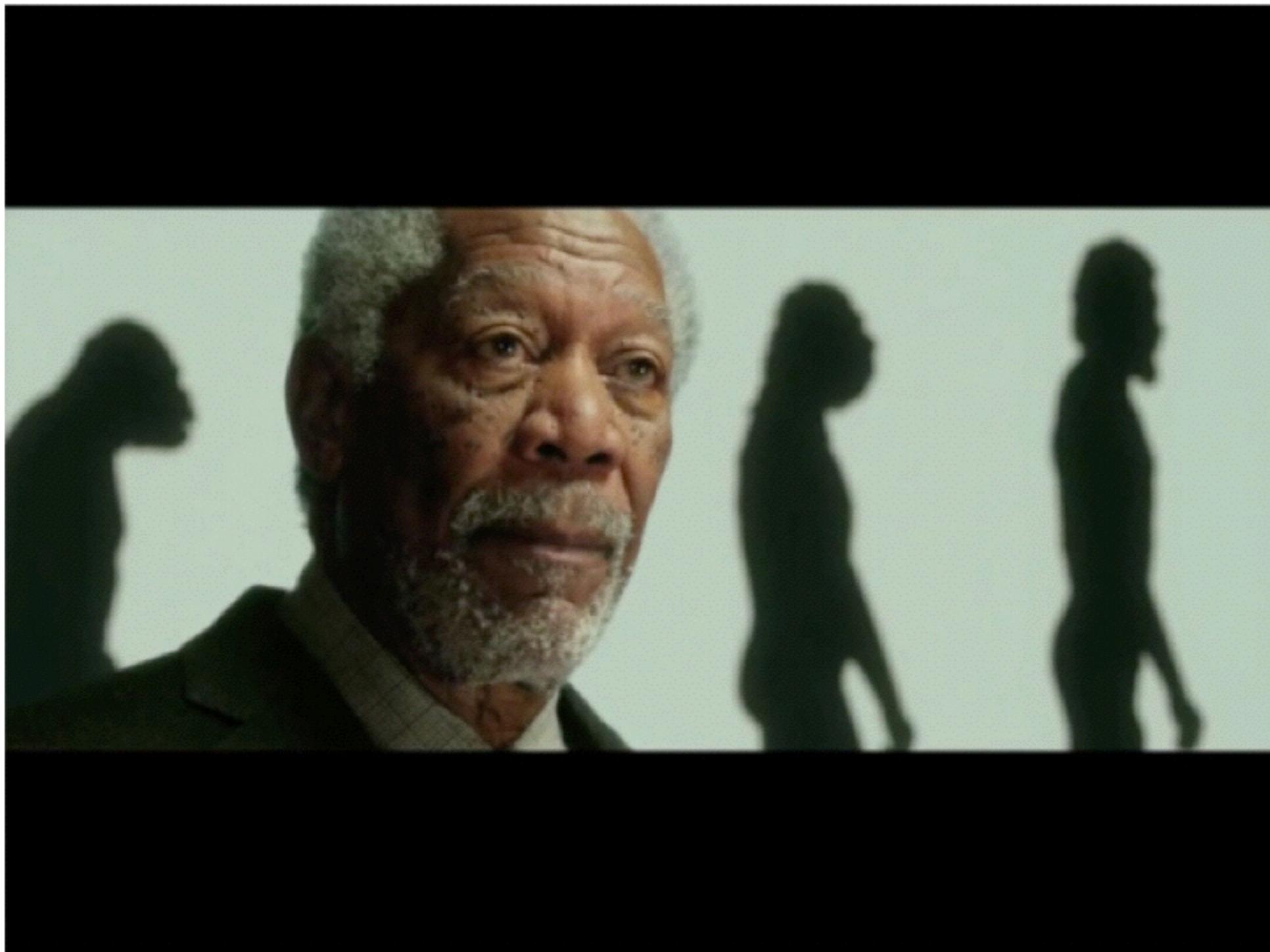
**"Performance e neuroscienze.
Come attivare le potenzialità della mente"**

Andrea Di Martino
[Mental Coach & Emotional Trainer](http://www.andreadimartino.it)
www.andreadimartino.it

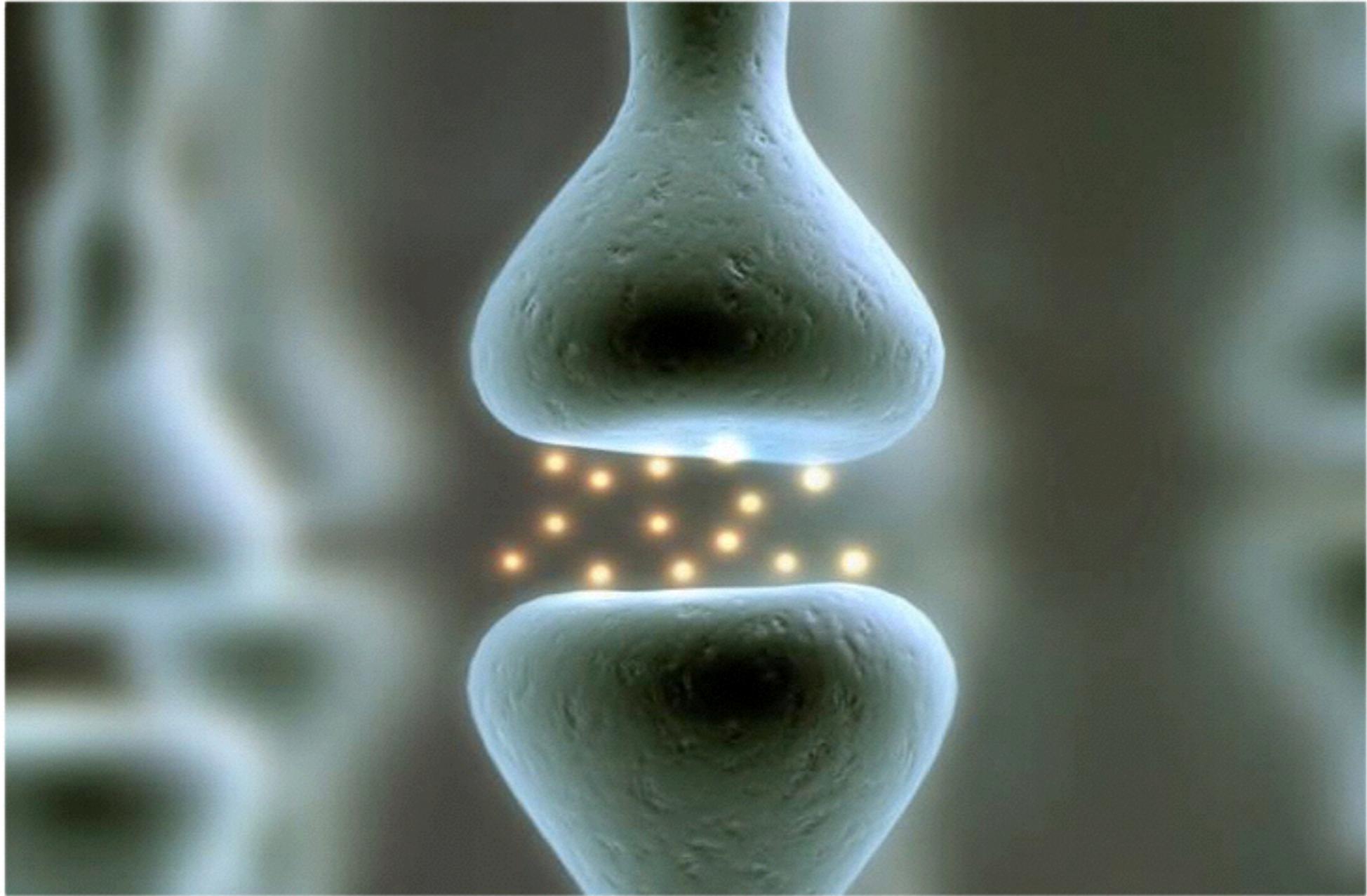
Trainer e Coach Certificato Six Seconds International

ROMA 15 OTTOBRE 2015

Filmato - Neuroni



E' interessante ? Ce ne ricorderemo ?



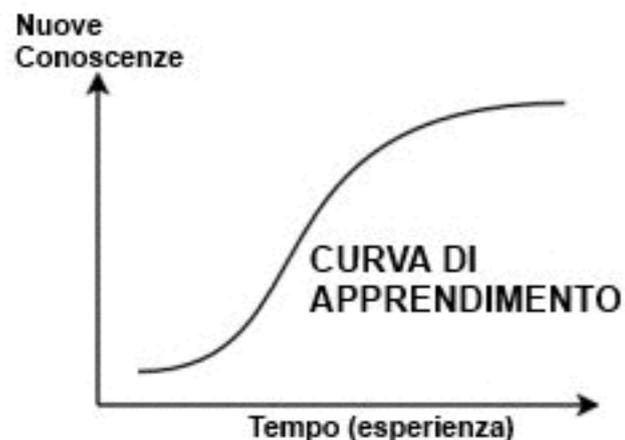


Hermann Ebbinghaus

(Barmen, 24 gennaio 1850 – Breslavia, 26 febbraio 1909)

E' stato uno **psicologo** e **filosofo tedesco**, precursore degli studi sperimentali sulla **memoria**.

Ebbinghaus identificò la **curva dell'apprendimento** e la **curva dell'oblio**.

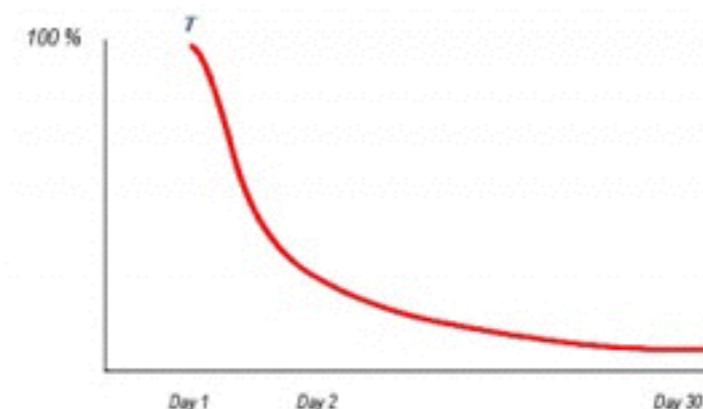


Curva di apprendimento

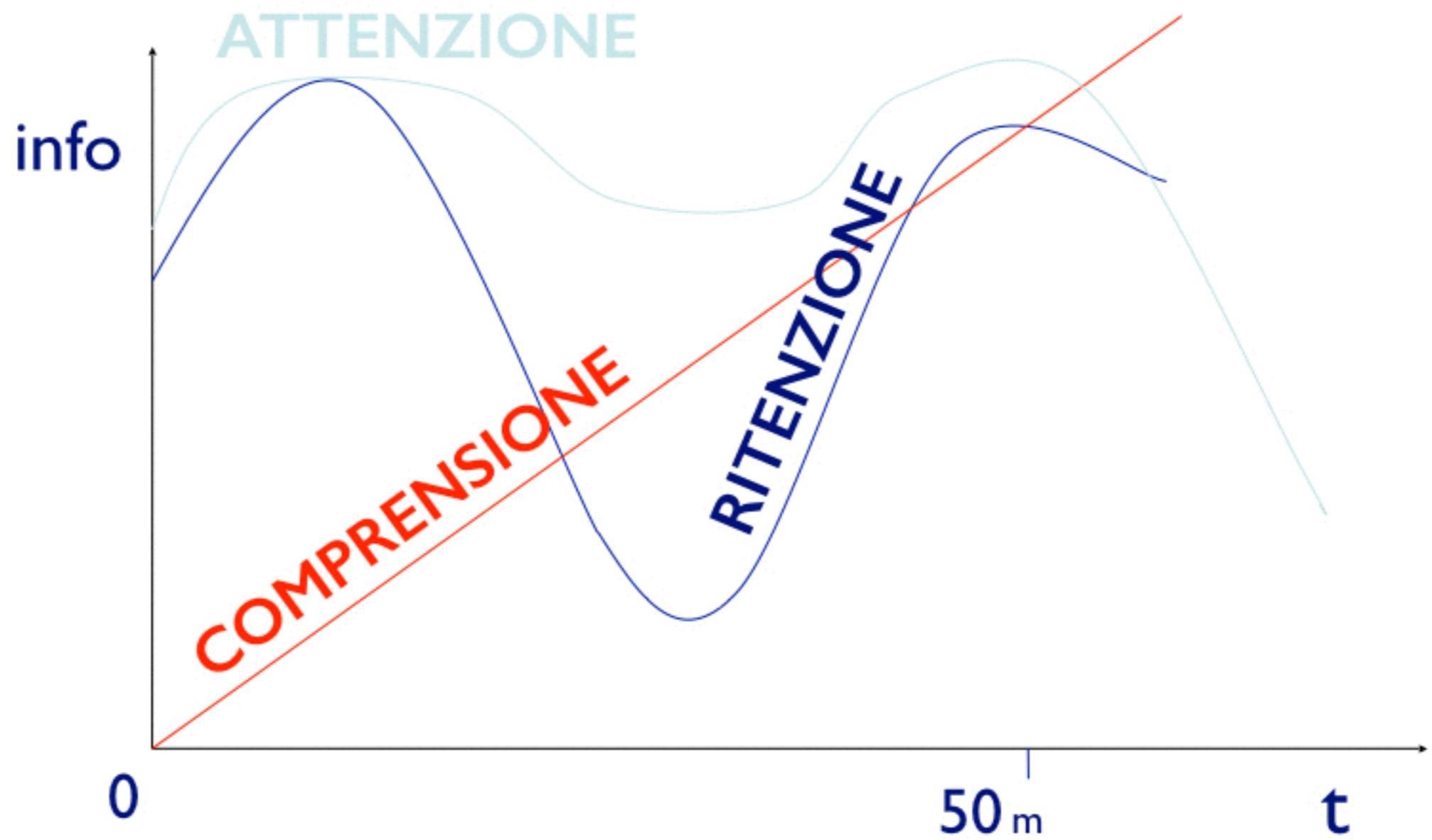
Il termine **curva di apprendimento** (learning curve) indica il rapporto tra tempo necessario per l'apprendimento e quantità di informazioni correttamente apprese.

Curva dell'oblio

Ebbinghaus teorizzò la "curva dell'oblio" e l'"effetto di spaziatura" ovvero il fatto che la **memorizzazione a lungo termine** di una informazione è più facile quando essa viene ripetuta poche volte su tempi lunghi anziché molte volte su tempi brevi.



Le curve nei cicli di Apprendimento



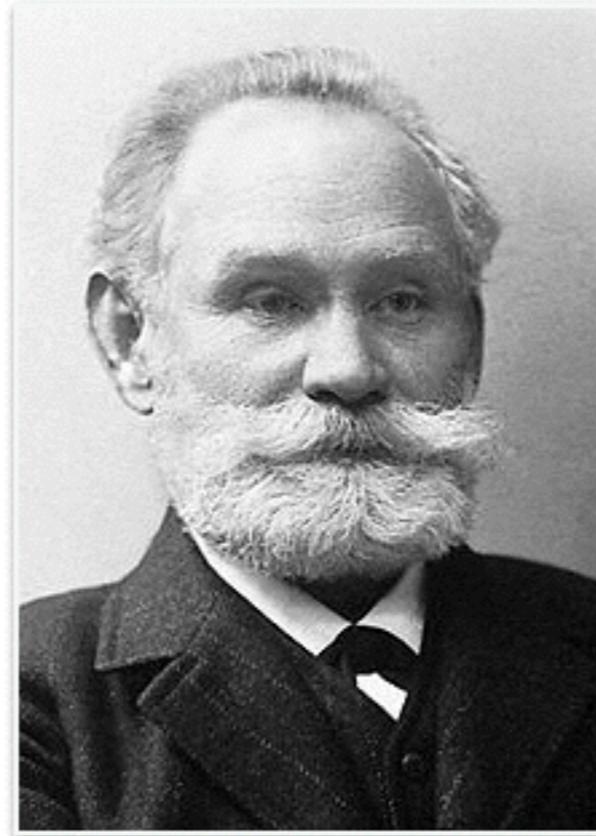


- I Revisione 1 giorno
- II Revisione 1 settimana
- III Revisione 1 mese
- IV Revisione 6 mesi



Serve quindi ripetere?

Lo conoscete?

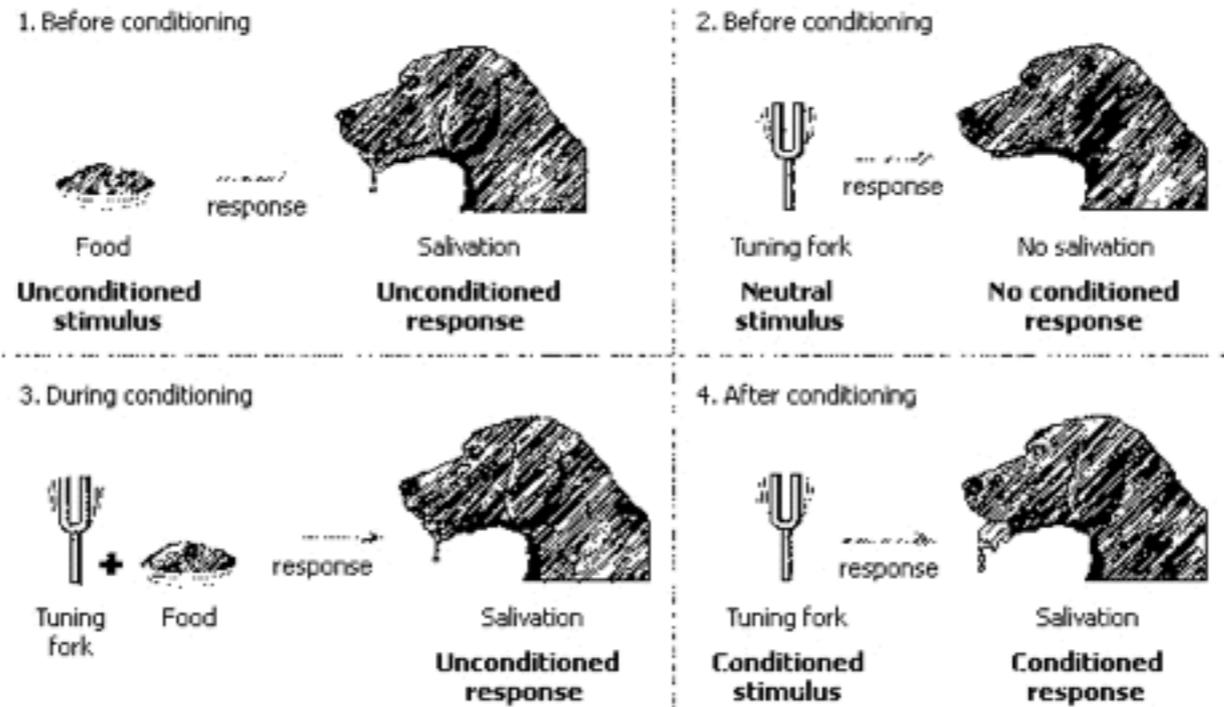
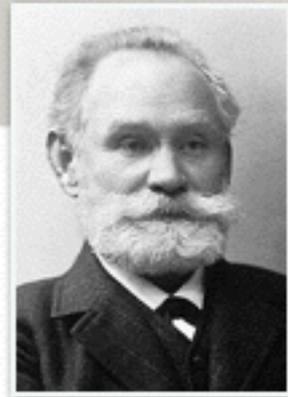


Ivan Petrovič Pavlov

(14 settembre 1849 – Leningrado, 27 febbraio 1936)

è stato un **fisiologo**, **medico** ed **etologo russo**, il cui nome è legato alla scoperta del **riflesso condizionato**, da lui annunciata nel **1903**.

Il riflesso condizionato

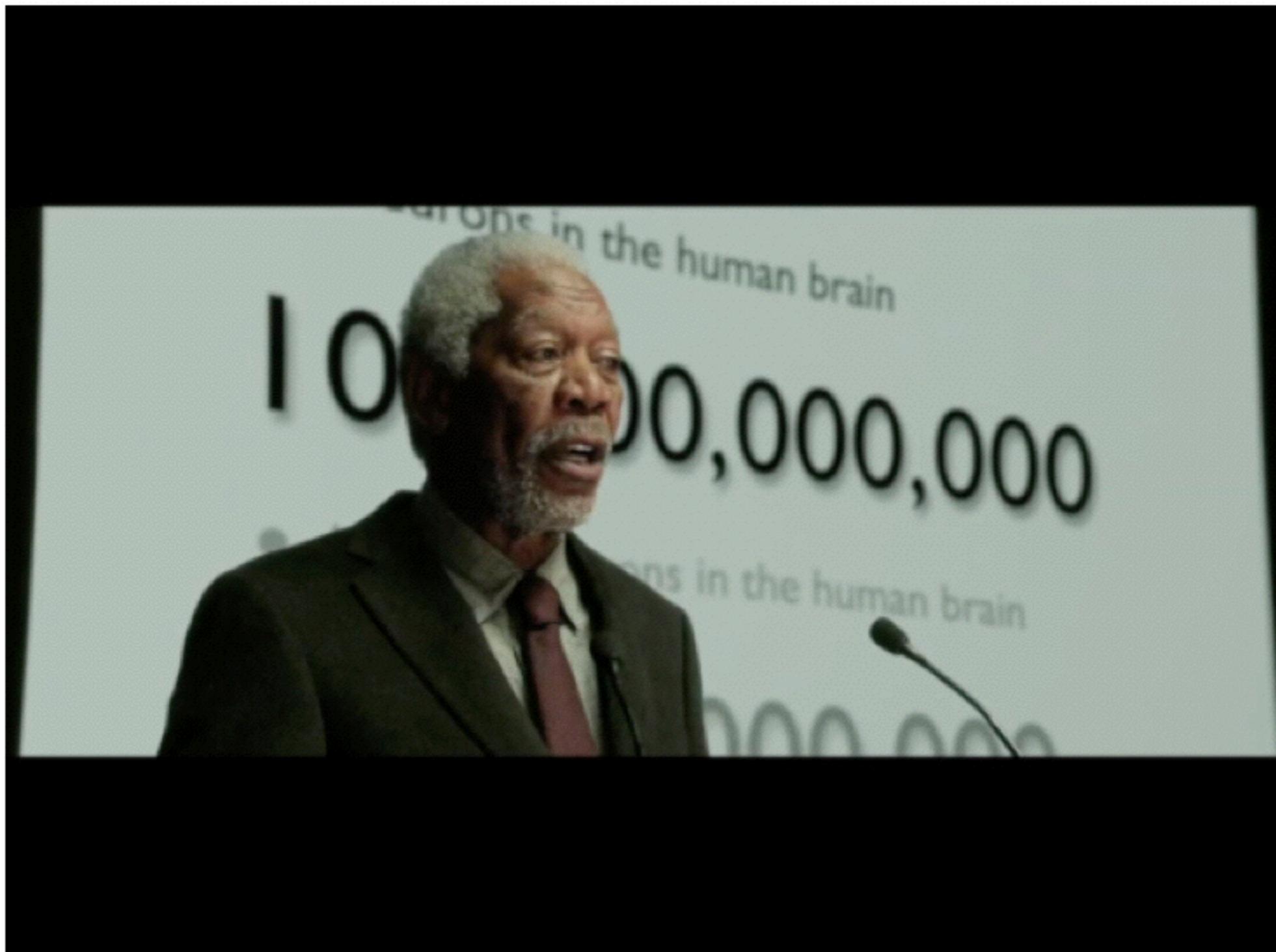


Il riflesso condizionato o riflesso pavloviano

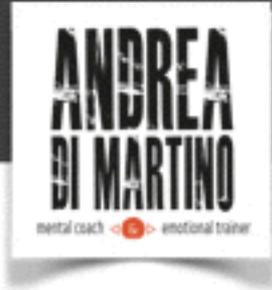
Dal nome dello scienziato russo **Ivan Pavlov** che elaborò il concetto agli inizi del **Novecento** nell'ambito degli studi sul comportamento, è la risposta che il soggetto dà alla presentazione di uno *stimolo condizionante*.

21 giorni
consecutivi
un'abitudine

Filmato - Potenzialità



Che limiti ha il nostro cervello ?



Che limiti vengono considerati scientifici?

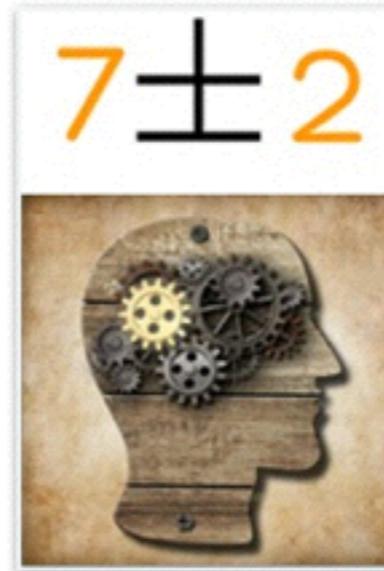


George Armitage Miller

(Charleston, 3 febbraio 1920 – Plainsboro, 22 luglio 2012)

È stato uno dei fondatori e massimi esponenti storici della **psicologia cognitiva**.
È noto anche per aver gettato le basi della **psicolinguistica**,
con il testo *Linguaggio e comunicazione* (1951).

7+/-2



Il magico numero sette, più o meno due: alcuni limiti sulla nostra capacità di processare informazioni

Fu pubblicato nel **1956** dallo psicologo **George A. Miller** del dipartimento di Psicologia dell'Università di Princeton negli "Psychological Review".

Apparentemente afferma che il numero di oggetti che una mente umana media può tenere in mente mentre è in funzione è 7 ± 2 . Questa è conosciuta anche come la Legge di Miller.

Come Apprendiamo





Lo conoscete?

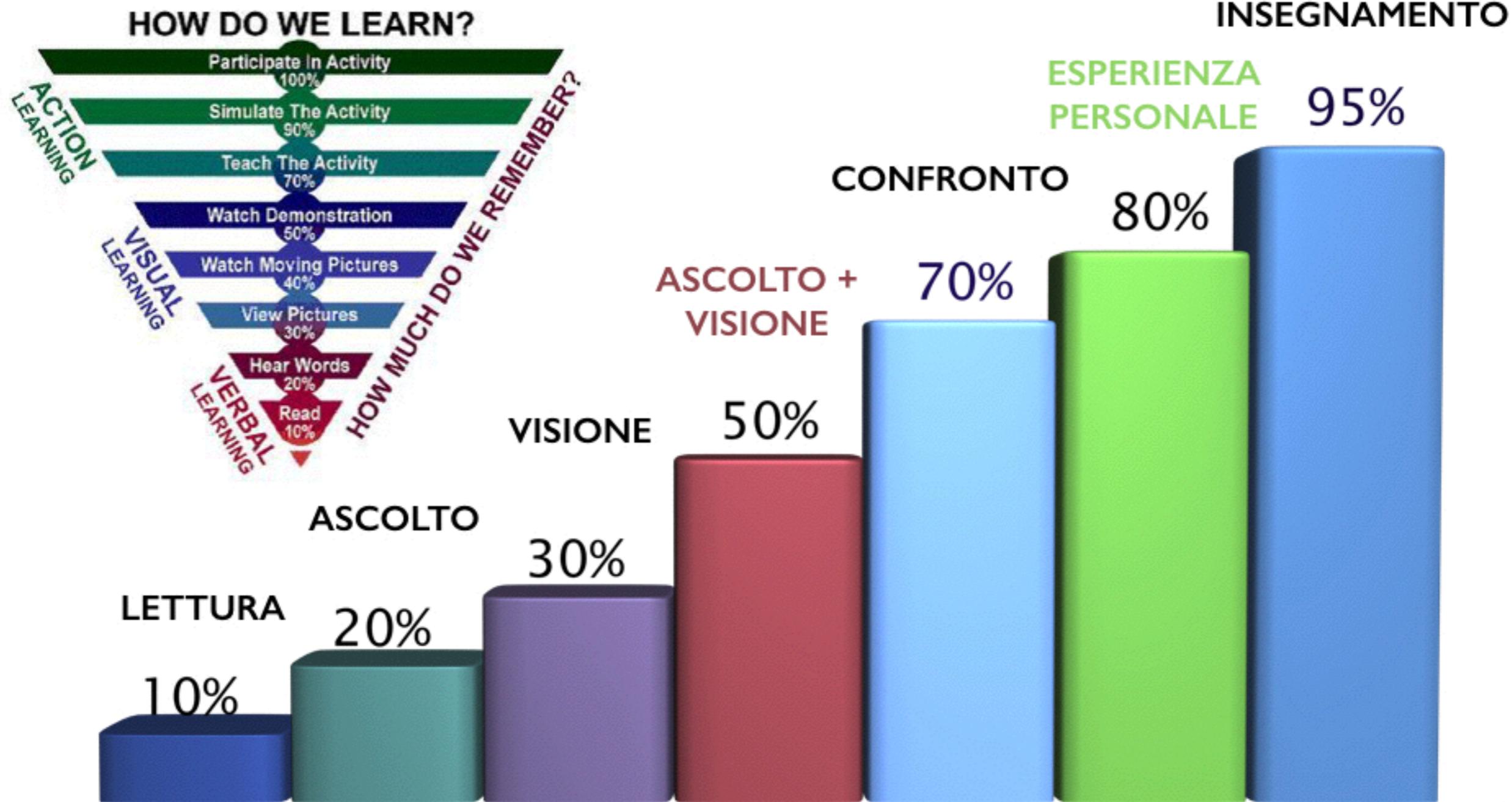


William Glasser

(11 Maggio 1925 – 23 Agosto 2013)
era uno Psichiatra Americano.

Glasser è stato lo sviluppatore di: Reality Therapy e Choice Theory.

Come apprendiamo?

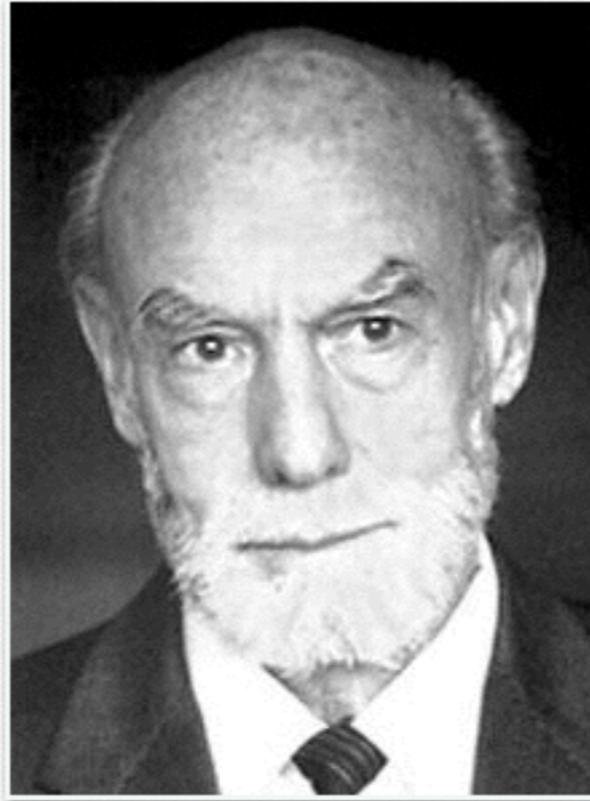




duolingo

Quali parti del cervello dovremmo utilizzare per
Apprendere Davvero e Migliorare ?

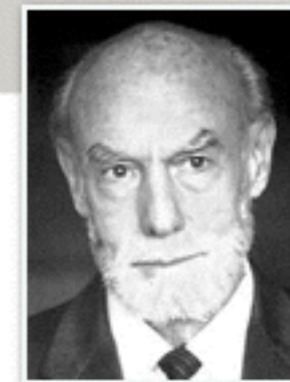
Lo conoscete?



Roger Sperry

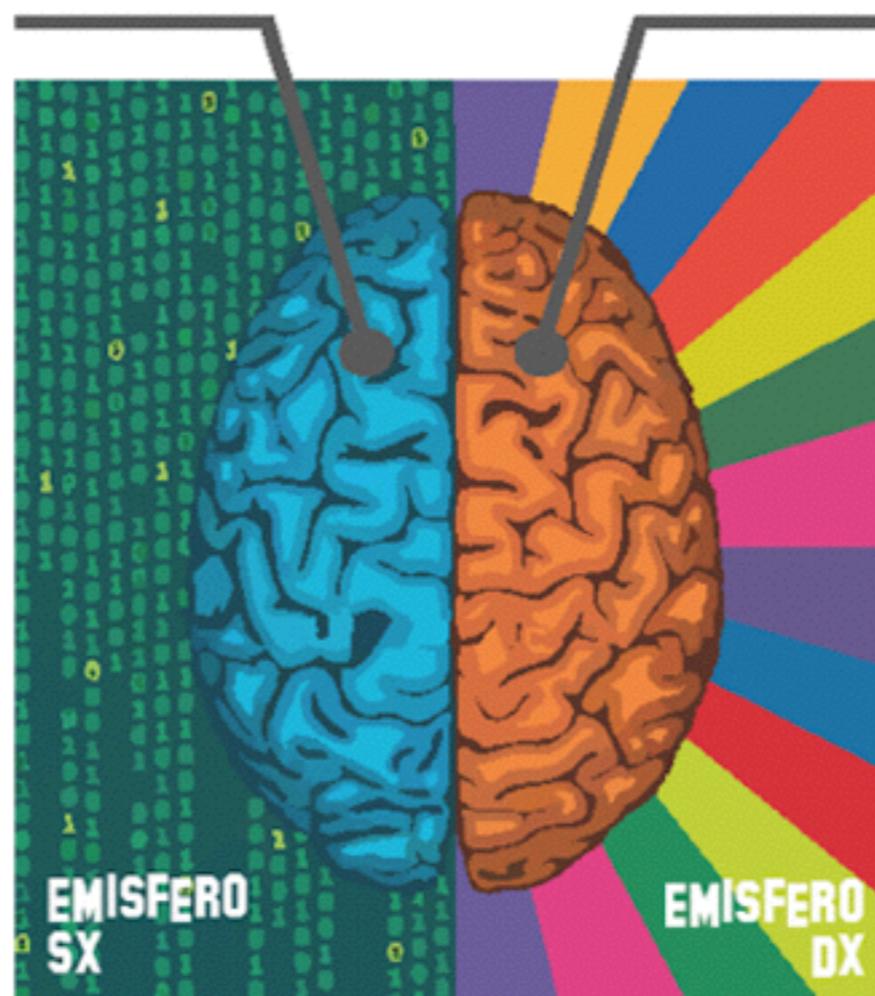
(West Hartford, 20 agosto 1913 – Pasadena, 17 aprile 1994)

E' stato un neuroscienziato statunitense. Premio Nobel per la medicina nel 1981

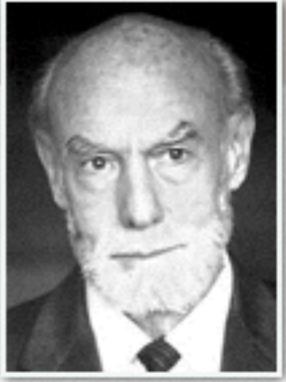


LOGICO RAZIONALE

LOGICO CREATIVO



Roger Wolcott Sperry è conosciuto per la specializzazione emisferica delle funzioni cognitive indagate in soggetti "**split-brain**", ovvero con rescissione del **corpo calloso** tale che i due emisferi cerebrali non comunicano più tra loro (cervello diviso).



Funzioni S

- Verbali
- Analitiche
- Simboliche
- Astratte
- Temporali
- Razionali
- Computistiche
- Logiche
- Lineari

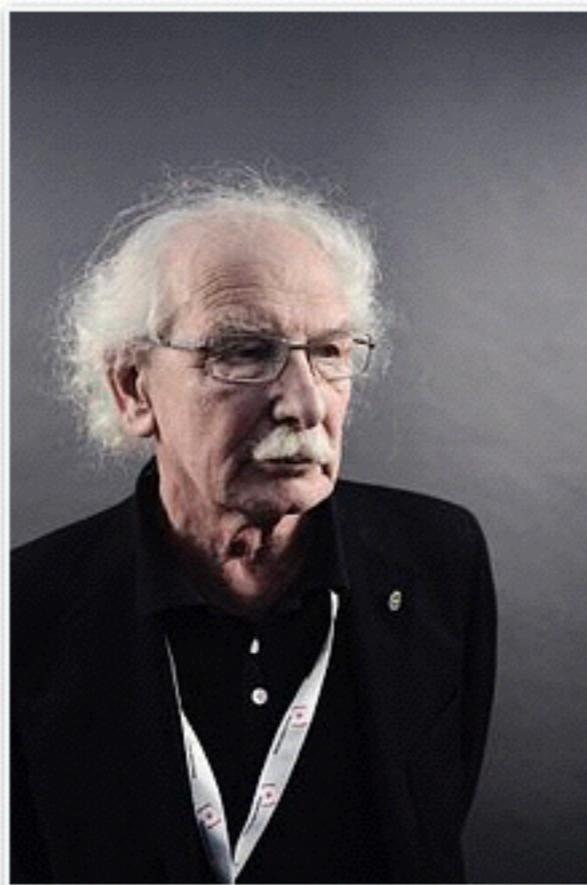


Funzioni D

- Non-verbali
- Sintetiche
- Concrete
- Analogiche
- Atemporali
- Non razionali
- Spaziali
- Intuitive
- Globali



Giacomo Rizzolatti

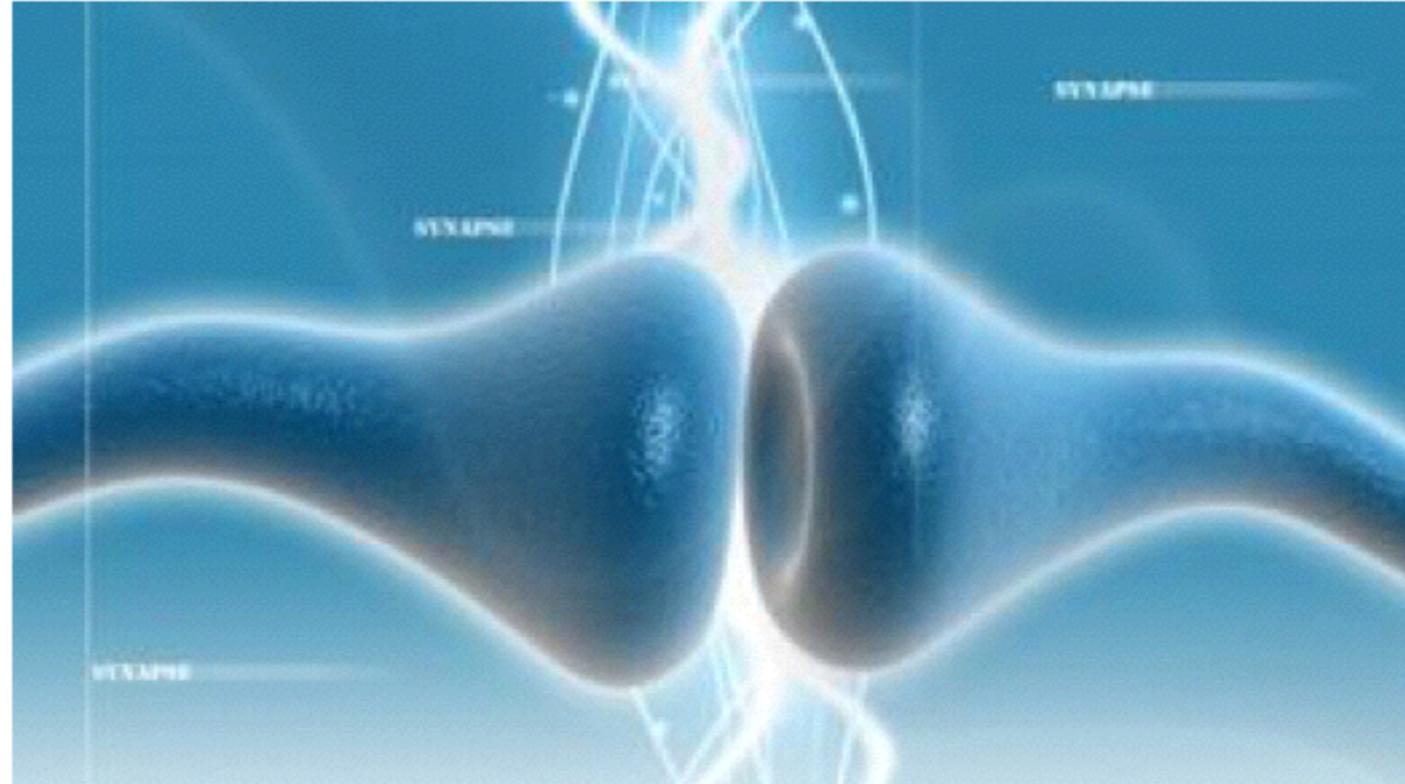
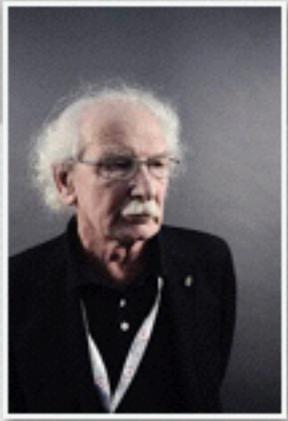


Giacomo Rizzolatti

(Kiev, 28 aprile 1937) è un neuroscienziato italiano.

È il coordinatore del gruppo di scienziati che nel **1992** ha scoperto l'esistenza dei **neuroni specchio**.

Neuroni Specchio

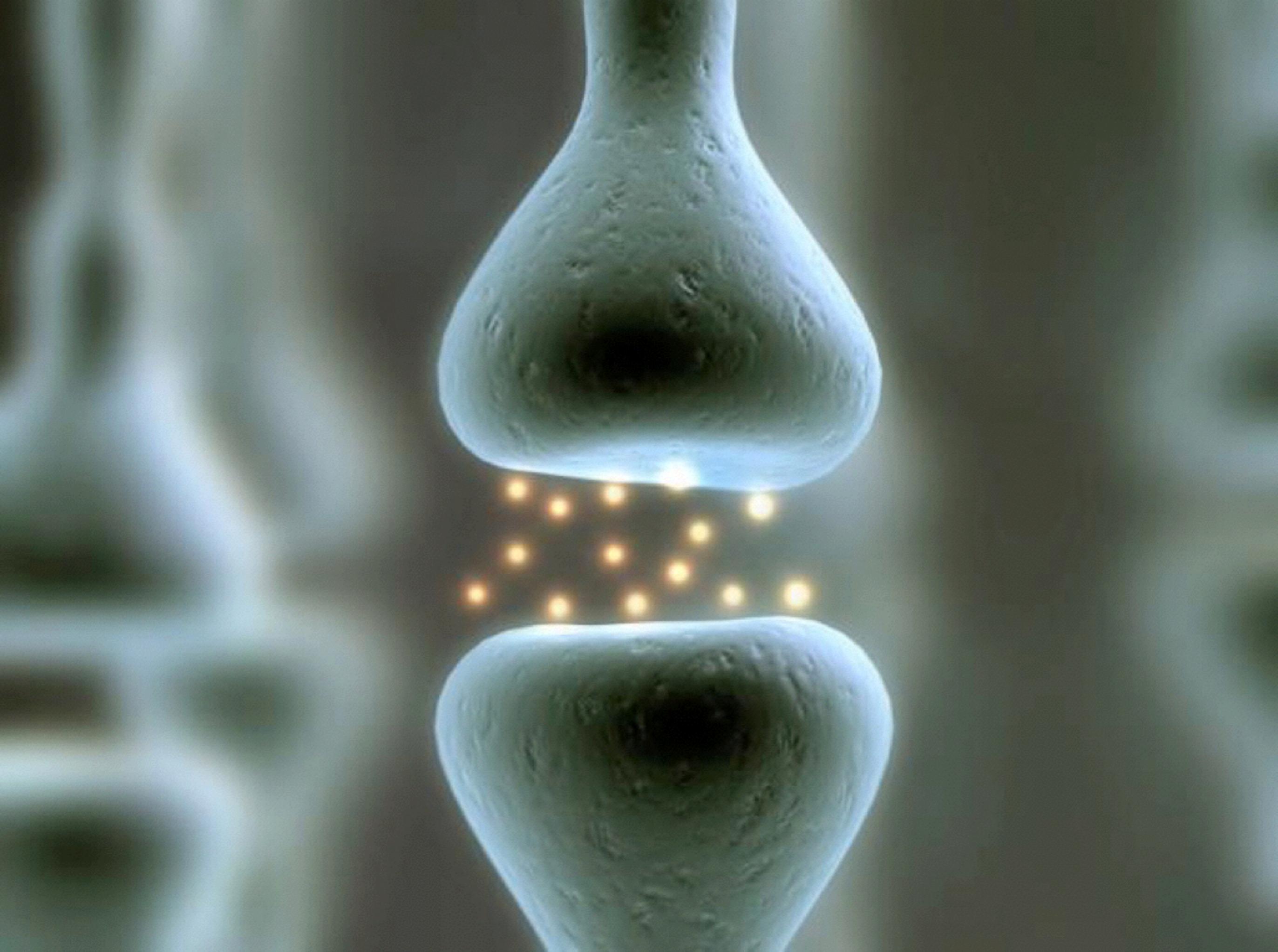


I **neuroni specchio** sono una classe di **neuroni** che si attivano quando un individuo compie un'azione e quando l'individuo osserva la stessa azione compiuta da un altro soggetto.

Tale scoperta pone una base fisiologica all'**empatia**.

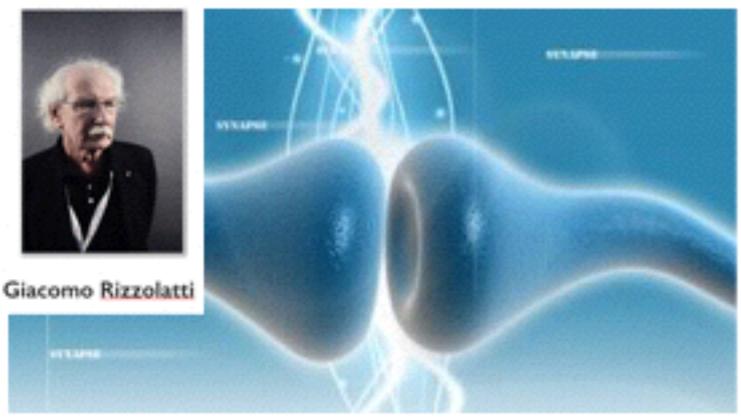
Filmato - Giacomo Rizzolatti





Filmato - 100% ?

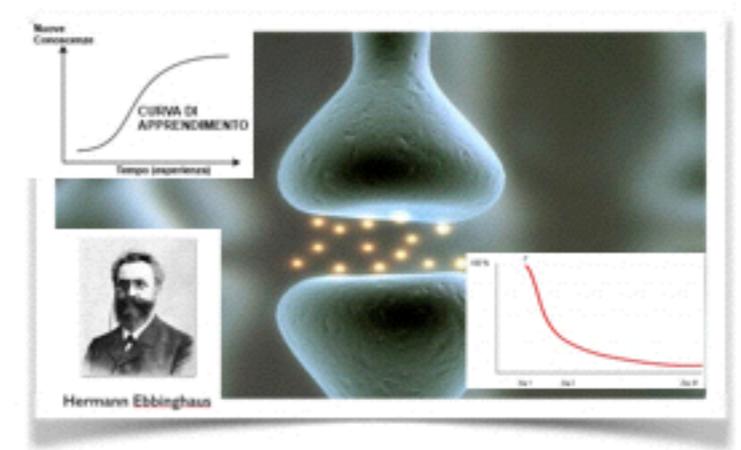




6



7



1



5

ABI EVENTI

ABI Associazione Bancaria Italiana

"Performance e neuroscienze. Come attivare le potenzialità della mente"

Andrea Di Martino
Mental Coach & Emotional Trainer
www.andreamartino.it

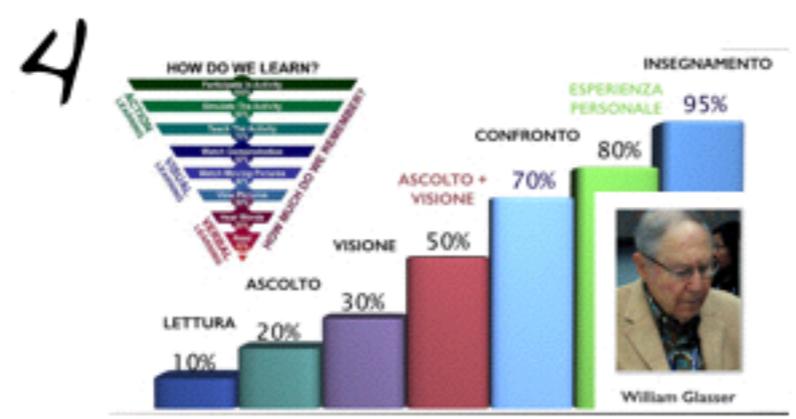
Trainer e Coach Certificate Six Seconds International



Ivan Petrovič Pavlov

21 giorni consecutivi

2



4

3

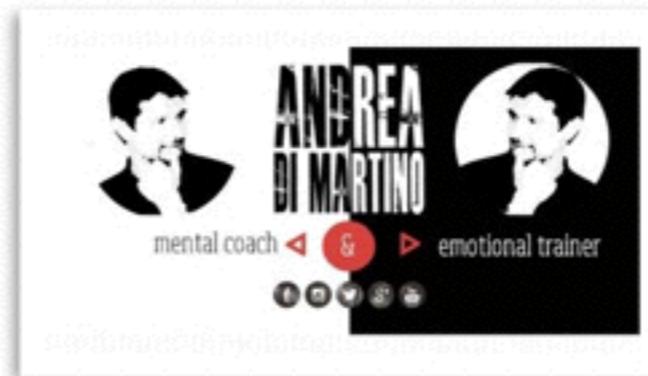


7 volte.. Grazie per l'attenzione,
confido nella Vostra Ritenzione:-)

Andrea Gi Martino



Contatti



www.andreadimartino.it
www.mentalcoach.it



Piazza Remuria 3
00153 - Roma
+39 06 45214938



Andrea Di Martino



@mentalcoachand



mentalcoachandemotionaltrainer



andreadimartino@mentalcoach.it

skype  **andy mind** 

