

## Unità didattica "L'autostima"

### Tema

- L'impatto delle IA sull'autostima delle persone

### Domanda chiave

- Come posso rafforzare la mia autostima di fronte ad IA in continuo miglioramento?

### Livelli

- Secondario II

### Obiettivi didattici ESS

- Le persone in formazione riconoscono il potenziale impatto delle IA sulla loro autostima.
- Le persone in formazione riflettono sui propri punti di forza.
- Le persone in formazione discutono criticamente su cosa può rafforzare l'autostima degli esseri umani e sul perché è importante avere una buona autostima.

Svolgimento	Riflessioni didattiche
<p><b>Fase a:</b> <i>entrata in materia, avvicinamento al tema, sensibilizzazione, confronto con la domanda chiave.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniziare la lezione con una serie di domande (mettere tra parentesi le possibili risposte). Perché andate a scuola? (Apprendimento). Perché studiate? (Ottenere buoni voti). Perché vi impegnate per ottenere buoni voti? (Buona formazione). Perché desiderate una buona formazione? (Buon lavoro). Perché volete un buon lavoro? (Guadagnare molto denaro). Perché volete guadagnare molto denaro? (Essere felice).</li> <li>• Interrogarsi poi sulle risposte date per sapere se qui l'IA può sostituire o meno l'essere umano (è sufficiente rispondere "sì" o "no"). In tutte le risposte emerge che l'IA può essere migliore dell'essere umano tranne che per quanto riguarda la felicità.</li> <li>• Questa constatazione, frustrante per alcuni, porta a chiedersi come noi esseri umani possiamo rafforzare la nostra autostima di fronte ad IA in continuo miglioramento. Questa domanda corrisponde anche alla domanda chiave della lezione. Come esempio, le persone in formazione possono scrivere un tema (p. es. l'interpretazione di una poesia) utilizzando ChatGPT.</li> </ul>	<p>Le persone in formazione riconoscono il potenziale impatto delle IA sulle loro vite. Questa consapevolezza può essere frustrante. In questa lezione, le persone in formazione si occupano quindi della propria autostima. Dato che il tema riguarda o riguarderà direttamente la loro vita, si può partire dal presupposto che sia presente una certa motivazione di base potenziata dalla domanda chiave.</p>

<p><b>Fase b:</b> <i>acquisizione delle conoscenze e interconnessione; confrontarsi con aspetti, dimensioni e attori diversi.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le persone in formazione ricercano le possibilità già esistenti di applicazioni di IA.</li> <li>• Le persone in formazione riflettono sui propri punti di forza e hanno uno scambio di opinioni fra loro al riguardo. Qui l'insegnante può utilizzare esempi concreti per mostrare che non tutti i punti di forza sono semplicemente dati, bensì che questi ultimi possono essere allenati. Per esempio, Marco Odermatt, da bambino, non ha quasi mai vinto una gara di sci, ma questo lo ha motivato a migliorare. Oppure Stan Wawrinka giustifica i suoi punti di forza nel tennis con il fatto di aver lavorato ed essersi impegnato moltissimo. Fondamentalmente in questo contesto vale anche la pena di parlare di come i punti di forza siano legati alla prestazione.</li> <li>• Le persone in formazione discutono dei settori in cui le IA possono sostituire l'essere umano nel medio o lungo termine e di cosa significhi questo per la loro vita (e per i loro punti di forza). Qui l'insegnante può stimolare la discussione ponendo ulteriori domande (cosa comportano le opportunità offerte dalle IA per la vostra futura professione? Per la scuola? Per le attività individuali nel tempo libero come praticare attività sportive, suonare uno strumento in un'associazione musicale o giocare con videogiochi? In che misura la sostituzione delle attività svolte dall'essere umano con le IA può essere vista come un'opportunità? In che modo come un pericolo?).</li> <li>• In seguito, le persone in formazione riflettono sugli ambiti della loro vita in cui devono fornire una prestazione dal punto di vista della motivazione sia intrinseca che estrinseca. Anche in questo caso, l'insegnante può essere d'aiuto ponendo altre domande (quanto è importante fornire una prestazione per un bebè? E per una/o bambina/o? Per una persona adulta? In quali contesti la prestazione è importante?).</li> <li>• Per approfondire il tutto, lavorando a gruppi si possono ricercare e presentare diverse teorie psicologiche che hanno a che fare con l'autostima e la prestazione: teoria dell'autoaffermazione, teoria dell'autostima, teoria dell'autoefficacia, teoria dell'attribuzione.</li> </ul>	<p>Basandosi su ricerche, le persone in formazione riconoscono con maggiore precisione le già notevoli possibilità d'impiego delle IA. Attraverso la discussione, traspongono i risultati delle loro ricerche al loro ambiente di vita presente o futuro. La successiva riflessione sulla prestazione nella loro vita aiuta le persone in formazione a riconoscerne l'importanza. Con le diverse teorie sull'autostima e sulla prestazione, le persone in formazione riescono a ordinare o strutturare meglio le loro idee e riflessioni.</p>
<p><b>Fase c:</b> <i>sviluppo della visione; ponderare le conseguenze, tenendo conto anche dell'aspetto temporale (presente - futuro); formare il giudizio.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Intavolando una discussione, le persone in formazione riflettono su cosa dovrebbero cambiare</li> </ul>	<p>Le persone in formazione adottano prospettive diverse nella discussione per riuscire a replicare alle riflessioni o opinioni altrui.</p>

<p>nella loro vita e su come dovrebbero farlo per evitare che la loro autostima soffra a causa dell'efficienza delle IA. Di pari passo possono anche discutere su cosa dovrebbe cambiare a livello sociale ed economico. Le persone in formazione dovrebbero soprattutto diventare consapevoli anche di ciò a cui possono "aggrapparsi" nei momenti in cui sorgono le paure per il futuro (di qualsiasi forma). O in altre parole: cosa l'IA non potrà mai portar loro via? Le risposte sono molteplici, p. es. le relazioni interpersonali, il relax nella natura, lo yoga, la meditazione, le conversazioni piacevoli con altre persone. Anche in questo caso, l'insegnante funge da fonte di idee (voti scolastici, ore di lavoro, salario, competizioni sportive, disoccupazione di massa a causa dell'uso dell'IA, ecc.). Qui è fondamentale che l'insegnante orienti sempre la discussione positivamente, in modo da rafforzare l'autostima delle persone in formazione (e non da indebolirla).</p>	<p>Questa discussione rafforza inoltre il pensiero orientato al futuro a beneficio loro e della società. E riconoscono la complessità della problematica.</p>
<p><b>Fase d:</b> <i>rispondere alla domanda chiave; processo decisionale; valutazione delle prestazioni.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Le persone in formazione scrivono per sé stesse una piccola guida di vita in cui si danno consigli su come rafforzare la propria autostima, sapendo che l'IA è o può essere migliore di loro in tutto.</li> </ul>	<p>Grazie a questo compito, le persone in formazione rielaborano quanto hanno imparato e creano un prodotto che potrebbe aiutarle nella vita quotidiana.</p>
<p><b>Fase e:</b> <i>trasferimento; retrospettiva su quanto appreso, valutazione.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Per concludere la lezione, le persone in formazione ripensano alle domande poste all'inizio e valutano se la loro opinione è cambiata o meno rispetto alle risposte date in un primo momento e perché. (Perché andate a scuola? Perché studiate? Perché vi impegnate per ottenere buoni voti? Perché desiderate una buona formazione? Perché volete un buon lavoro? Perché volete guadagnare molto denaro? ecc.).</li> </ul>	<p>Le persone in formazione riflettono ancora una volta sulle proprie opinioni per riuscire a formarsi un giudizio ben fondato.</p>