

Imparare a studiare

Se cerchi sul vocabolario il verbo "studiare", puoi trovare diverse spiegazioni.

STUDIARE SIGNIFICA:

- ✳ applicarsi metodicamente all'apprendimento di qualcosa (studiare il pianoforte, studiare il francese);
- ✳ ricercare, indagare (studiare una soluzione, studiare un fenomeno);
- ✳ progettare (studiare un arredamento, studiare un percorso);
- ✳ osservare attentamente (studiare qualcuno, studiare una pianta).

Dalle spiegazioni trovate possiamo capire che... **STUDIARE E' UN PERCORSO A TAPPE**, cioè non si può fare in un solo colpo o con un solo passo, ma con molti passi!



Le tappe sono 5:

1. **CONOSCERE E COMPRENDERE** (cioè prima conoscenza e prima comprensione): all'inizio ci vuole sempre una prima conoscenza di ogni argomento, ma subito occorre rendersi conto di aver già capito le cose essenziali, prima di procedere oltre (altrimenti...si rischia di sommare incomprensioni a incomprensioni). Perciò non bisogna vergognarsi di chiedere spiegazioni a chi ne sa più di noi, per eliminare ogni dubbio che abbiamo.
2. **MEMORIZZARE** (cioè sistemare nei magazzini della memoria tutto ciò che abbiamo conosciuto). Il "sapere" è la somma di due azioni: capire + ricordare. Se oggi io so come funziona il motore a scoppio delle automobili, vuol dire che l'ho capito (quando l'ho studiato o quando me lo hanno spiegato), ma significa anche che lo ricordo: senza la memoria la mia idea di motore a scoppio sarebbe svanita insieme alla mia conoscenza. Ecco perché è fondamentale la tua memoria: senza di essa tu non potresti ricordare (e, quindi, sapere) nemmeno come fare a vestirti alla mattina, oppure non potresti ricordare dove sia la tua casa o la tua scuola... Perciò è necessario educare la memoria a ricordare il più possibile e tenerla allenata per tutta la vita!
3. **COLLEGARE LE CONOSCENZE** (cioè creare legami e mappe tra le conoscenze e non studiare a "cassetti chiusi"): occorre imparare a studiare "con il cervello aperto", cioè a ricercare collegamenti tra le nozioni e tra i concetti, per ampliarli ed arricchirli. Un argomento di storia, ad esempio, non deve essere imparato solo per la lezione di storia, ma devi cercare di "legarlo" a ciò che già sai, a collegarlo con altre letture, ad altri argomenti (di scienze, di geografia,...). Così tu avrai più cose da dire, da aggiungere, da spiegare e non risponderai alle domande dell'insegnante come a dei quiz a premi, ma, soprattutto, avrai arricchito le tue conoscenze e il tuo cervello!
4. **SAPER SPIEGARE** (cioè allenarsi a saper comunicare agli altri in modo comprensibile ciò che sappiamo): ci sono persone molto istruite (dottori, scienziati, professori universitari) che conoscono in modo approfondito la loro materia e che sono bravissimi nella loro professione, ma che non sanno rispondere in modo comprensibile alle domande che vengono loro rivolte; essi usano un linguaggio non adatto a farsi capire e non riescono ad essere chiari e semplici. Se tu ti allenerai a ripetere e a spiegare gli argomenti che studi, non solo li avrai capiti meglio, ma saprai usare il linguaggio adatto per rispondere alle domande degli altri (...un conto è spiegare al tuo professore

come funziona una macchina fotografica, un conto è spiegarlo ad un bambino di cinque anni: in ogni caso, però, possiamo cercare di essere precisi e chiari)

5. **SAPER FARE** (cioè saper fare le cose anche in pratica: studiare fotografia vuol dire anche saper fare una foto!): molti argomenti che studi o che studierai hanno legami con aspetti pratici.

Studiare il pianoforte, ad esempio, non vuol dire solo sapere come si chiamano e dove sono le note sulla tastiera, ma significa prima di tutto saper suonare almeno una musichetta! Studiare informatica non è solo conoscere che cosa si può fare con un computer, ma, soprattutto, significa saperlo usare per scrivere testi, per creare immagini, per archiviare i propri files, per consultare un cd rom...

SAPERE = CAPIRE + RICORDARE

La memoria è il formidabile mezzo del nostro cervello che ci permette di ricordare parole, avvenimenti, volti, persone, numeri, indirizzi, cose, musiche, canzoni, film, storie, emozioni, notizie, idee, concetti, odori, sapori, eccetera, eccetera...

Una persona che perdesse la memoria diventerebbe, tanto per intenderci, come un povero sciocco, incapace di fare molte cose e di vivere normalmente in mezzo agli altri (qualcun altro dovrebbe sempre aiutarlo ed accompagnarlo, perché, senza memoria, non potrebbe nemmeno ricordare il proprio nome e il proprio indirizzo).

Perciò si capisce l'importanza della memoria che è il sostegno della nostra vita ed è alla base di tutto ciò che facciamo e che pensiamo.

I MAGAZZINI DELLA MEMORIA

E' come se noi avessimo, nel nostro cervello, due magazzini della memoria:

- un magazzino della Memoria a Breve Termine (MBT)
- un magazzino della Memoria a Lungo Termine (MLT)

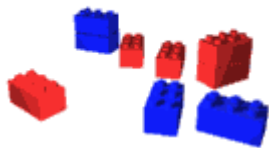


Nel primo magazzino (MBT) ci stanno poche informazioni e per poco tempo. Ad esempio, quando fai un'addizione, ti serve di ricordare un riporto solo per breve tempo: terminata l'operazione, quel riporto non ti serve più e viene tolto dal magazzino, per fare spazio ad informazioni successive (e, del resto, che cosa ne faresti di una memoria piena di riporti per tutta la vita?!?!?).



Nel secondo magazzino (MLT) ci stanno molte informazioni e per molto tempo (anche per tutta la vita). Ad esempio i fatti importanti della tua esistenza, il viso di tua mamma e di tuo papà, le persone care, le stanze della tua casa, i luoghi delle tue vacanze, le cose che hai fatto molte volte e che sai fare bene, ciò che hai studiato e imparato bene a scuola, i grandi dolori e le grandi gioie: tutto ciò rimane depositato nella Memoria a Lungo Termine.

COME FA IL CERVELLO A MEMORIZZARE?



Il cervello utilizza i due magazzini della memoria di cui abbiamo parlato, ma il secondo magazzino (quello più grande e più pieno di ricordi importanti) è quello fondamentale perché ci fa essere ciò che siamo: persone uniche, con un "bagaglio" di ricordi personali che costituiscono la nostra storia e che ci sostengono e ci guidano durante tutta la vita. Questo "bagaglio" si arricchisce strada facendo, perché ogni giorno è diverso dal precedente e dal successivo e perché abbiamo sempre qualche cosa di nuovo da scoprire, da sapere, da imparare, qualche persona nuova da conoscere, qualche esperienza da fare.

Il bagaglio di ricordi e di esperienza si arricchisce sempre di più vivendo, ma noi stessi possiamo decidere di arricchirlo come vogliamo, proponendoci, ad esempio, di imparare qualcosa di nuovo.

STUDIARE, QUINDI, E' UN ATTO DI VOLONTA' CHE RICHIEDE UN IMPEGNO E UNO SFORZO PERSONALE (come, del resto, tutte le cose che si vogliono fare nella vita). **Lo studio però, come ogni altra cosa, si può fare almeno in due modi: BENE o MALE.**

BENE significa: nel minor tempo possibile ma col massimo rendimento possibile, utilizzando strategie adatte

MALE significa: senza nessuna strategia, con spreco di tempo e di energie personali

Sta a noi imparare un metodo di studio e di apprendimento che ci garantisca risultati soddisfacenti in tempi ragionevoli.

MAPPE

Come sai, una mappa serve per orientarti in un percorso (mappa del tesoro, mappa di un parco, mappa di una città,...)

Anche per studiare hai bisogno di costruirti una mappa delle conoscenze, delle idee - chiave e di tutti i possibili collegamenti fra i concetti. Così il tuo percorso di apprendimento sarà facilitato e tu ti farai un "quadro" ricco (se non proprio completo) dell'argomento che stai studiando e, inoltre, avrai a disposizione un'ottima guida per l'esposizione agli altri.

QUANDO COSTRUIRE UNA MAPPA? Chi disegna le mappe deve conoscere perfettamente la zona da rappresentare: come potresti disegnare la mappa di un parco...se non lo conosci e se non hai provato a percorrerlo e ad attraversarlo? E' quindi evidente che una mappa concettuale relativa ad un argomento va perlomeno costruita quando hai già raccolto le idee - chiave e i concetti fondamentali. Nelle 10 regole per studiare meglio, infatti, la preparazione della mappa è indicata al n.5, cioè dopo aver già conosciuto l'argomento e aver ricavato le idee - chiave che sono alla base della mappa.

Ricorda che il tuo scopo è quello di studiare meglio e che, quindi, LE MAPPE SONO UN MEZZO PER CREARTI UNA "RETE MENTALE" che faciliti il tuo lavoro di COMPrensione DEGLI ARGOMENTI E DI MEMORIZZAZIONE.

REGOLE

- ✚ Leggi con attenzione ciò che devi imparare
- ✚ Sottolinea le parole nuove o difficili che devi capire (altrimenti...ripeterai solo come un "pappagallo" che parla e non sa cosa dice!), cerca il loro significato sul vocabolario e memorizzalo
- ✚ Segna con la matita o con un pennarello le idee - chiave, cioè le parti fondamentali, le informazioni e i concetti più importanti
- ✚ Rileggi il testo e ripetilo la prima volta a paragrafi (cioè parte per parte) ad alta voce
- ✚ Prepara una mappa con le idee - chiave e con i collegamenti necessari (per avere sott'occhio tutte le nozioni e i concetti da ricordare e da spiegare)
- ✚ Rileggi nuovamente tutto e ripeti ad alta voce il testo intero (così ti accorgerai se commetti errori o se ti blocchi in qualche punto)
- ✚ Ripeti ancora, provando a registrarti con un registratore a cassette, per poterti riascoltare e correggere
- ✚ Arricchisci la tua esposizione con particolari, con osservazioni e con collegamenti utili, aggiungendo anche il tuo parere, quando serve
- ✚ Fai ascoltare a qualcuno la tua esposizione (per farti consigliare e per vedere se sei chiaro anche per gli altri)
- ✚ Il giorno dopo ripassa tutto, rileggendo e ripetendo ancora la parte studiata.

LAVORO INDIVIDUALE E LAVORO DI GRUPPO

Lo studio è, prima di tutto, un'attività personale: è vero che ci sono parti dello studio che si possono fare in due o tre compagni (come la raccolta di materiale e di informazioni per una ricerca, oppure alcuni esercizi di matematica o di lingua straniera, o anche la ripetizione di un argomento studiato); ma **la parte che riguarda la comprensione, la memorizzazione e l'approfondimento di un argomento richiede prima di tutto lo sforzo individuale di ciascuno di noi. Io posso collaborare con gli altri se ho almeno le basi per confrontarmi con loro, se ho alcune conoscenze dell'argomento di cui si tratta, se ho gli strumenti necessari.**

Se voglio fare con un compagno un esercizio di coniugazione del verbo "mangiare", devo prima averlo studiato almeno un po': altrimenti copierò soltanto la coniugazione che fa il mio compagno. Se nessuno dei due l'ha studiato nemmeno un po'...allora lavoreremo entrambi sul "vuoto" e sarà impossibile concludere il lavoro! Oppure sarà necessario studiarlo insieme: ma ciascuno dovrà, in ogni caso, memorizzare quel verbo nei propri magazzini della memoria...

La collaborazione vera nasce da alcune basi comuni: altrimenti ci sarà solo qualcuno che imposta e progetta il lavoro e gli altri che eseguono (o, peggio, che copiano il lavoro altrui).

Il lavoro di gruppo è più complesso del lavoro individuale: non solo bisogna sapere che cosa fare, ma anche accordarsi con gli altri per realizzare qualcosa di comune. Per questo bisogna essere preparati a livello individuale.

MODALITA' DI LAVORO

Non tutte le persone sono uguali, ma alcune regole valgono sicuramente per tutti quando si studia.

Ci vuole concentrazione, perciò tranquillità: quindi TV spenta, massimo silenzio nella stanza, mente sveglia e riposata (non studiare subito dopo i pasti o quando sei stanco: o ti addormenti o ti innervosisci e...non combini nulla di buono!). Inoltre non aspettare mai l'ultimo giorno a disposizione, ma distribuisce bene e intelligentemente i tuoi compiti e i tuoi impegni.



Alcune persone studiano meglio se hanno un sottofondo di bella musica: ma deve essere piuttosto "delicata", a basso volume e non da...discoteca! (ritmi troppo veloci e marcati e troppa batteria non sono molto adatti...). Le canzoni possono distrarti, perché hanno delle parole, mentre la sola musica strumentale ti può fare da buon accompagnamento, ma non disturba la tua concentrazione.
