

Il cuore dello studio: comprensione e rielaborazione

1. Perché è fondamentale puntare sulla comprensione? 2. Il ruolo della memoria nello studio del diritto. 3. Un semplice test per capire se si è capito. 4. Studiare per comprendere significa studiare in modo attivo. 5. Non c'è studio senza rielaborazione. 6. Perché rielaborare è il segreto per ricordare: cenni di neuroscienze. 7. Mappe e schemi: gli strumenti principali della rielaborazione

1. Perché è fondamentale puntare sulla comprensione?

Abbiamo visto finora in che modo impostare la sessione di studio dal punto di vista dell'organizzazione temporale e del setting. Ora è arrivato il momento di occuparci di ciò che attiene allo studio in senso stretto: come affrontare la lettura del libro? Come sottolineare le pagine in modo efficace? Come assicurarsi di aver afferrato i concetti chiave? E come riorganizzare i contenuti una volta studiati?

Iniziamo a rispondere a queste domande partendo da un architrave del metodo di studio: la fase della comprensione.

Per studiare qualcosa occorre innanzitutto capirla bene. Questa affermazione può sembrare di sconcertante ovvietà. Eppure, non pochi studenti si presentano agli esami senza essersi soffermati a comprendere a fondo gli argomenti di studio.

Magari hanno studiato con grande impegno e sanno riprodurre a macchinetta intere parti di manuale. Ma quando si pone loro una domanda di ragionamento, si trovano subito in difficoltà.

Puntare tutto sulla memorizzazione gioca brutti scherzi: dà l'impressione di essere preparati, perché si è in grado di recitare lunghi monologhi sui vari argomenti d'esame. Ma appena si esce dai binari del monologo, ecco che ci si smarrisce.

In molti studenti questo eccessivo investimento sullo studio mnemonico deriva anche un pregiudizio diffuso sugli studi giuridici: e cioè che il diritto vada imparato pressoché a memoria.

2. Il ruolo della memoria nello studio del diritto

Complice una visione caricaturale della figura del giurista, non poche persone sono tuttora convinte che studiare diritto significhi imparare a memoria definizioni, articoli di codice, formule – magari in latino. E che agli esami venga richiesto di snocciolare interi paragrafi di leggi, regolamenti, codici (“Mi dica l’articolo 1243 del Codice civile!”).

Questa è, con tutta evidenza, di una distorsione totale di ciò che significa studiare Giurisprudenza.

Altre sono le qualità che hanno un ruolo centrale nello studio del diritto e che fanno la differenza: la capacità di ragionare, di risolvere un problema, di argomentare in modo logico e consequenziale, di applicare in modo anche creativo una regola a un caso concreto. E fare tutte queste cose è impossibile se ci si è limitati a imparare le cose a memoria, perché si tratta di capacità che richiedono, a monte, una profonda comprensione della materia.

Senza contare che il modo più semplice per ricordare un argomento è proprio quello di capirlo: se capiamo il funzionamento di un istituto sarà molto più facile ricordarlo, o ricostruirlo col ragionamento, anche a distanza di tempo.

Ora, è senz’altro vero che nello studio del diritto ci sono elementi da memorizzare, così come ci sono in ogni altra disciplina di studio (anche chi studia storia, letteratura, anatomia, musica deve ricordare una serie di nozioni). Eppure, quando si parla degli studi giuridici, si tende spesso a enfatizzare il ruolo della memoria assai più di quanto accada con altre discipline.

Ma vale la pena ribadire che per gli studenti di Giurisprudenza puntare tutto sulla memoria, senza curarsi troppo di aver davvero capito, è un gravissimo errore. Non solo li costringe a uno studio faticoso, ingrato e ripetitivo, che fra l’altro spesso si traduce in voti mediocri in sede d’esame (chi ripete a pappagallos non fa mai una buona impressione, non è questa la preparazione che viene premiata!). Ma, cosa peggiore, non consente di accedere a una reale padronanza degli argomenti studiati. E oltretutto l’apprendimento mnemonico, svincolato da una comprensione profonda, è estremamente volatile: in poco tempo, viene dimenticato.

3. Un semplice test per capire se si è capito

In genere ciascuno di noi è in grado di autovalutare intuitivamente il proprio livello di comprensione di un argomento. È facile distinguere fra la sensazione di chiarezza e padronanza o, viceversa, di incertezza e confusione mentale.

Tuttavia, per assicurarsi di aver compreso bene un argomento magari particolarmente complesso, si può ricorrere a un semplice test, noto come test di Feynman.

Il test prende il nome da Richard Feynman (1918-1988), uno dei fisici teorici più influenti del XX secolo, premio Nobel per la fisica nel 1965 e noto anche per il suo approccio brillante all'insegnamento e alla divulgazione scientifica.

L'idea di Feynman è che il modo migliore per verificare la propria comprensione di un argomento sia riuscire a spiegarlo in modo chiaro e semplice a un'altra persona, che di quell'argomento non abbia alcuna conoscenza preliminare (nel nostro caso, possiamo immaginare di rivolgerci a un amico che non abbiano mai fatto studi giuridici).

Ecco i passaggi principali del metodo Feynman:

- **scegliere l'argomento** su cui si desidera testare il proprio livello di comprensione;
- **provare a spiegarlo in modo semplice a una persona digiuna dell'argomento**, dunque selezionando i punti fondamentali ed esponendoli in modo chiaro;
- **identificare le lacune**: fare caso se, durante la spiegazione, emergono punti che non si è in grado di spiegare, o di cui si riesce a dare solo una spiegazione confusa e contorta, o ancora ricorrendo a frasi imparate più o meno a memoria;
- **colmare le lacune**: tornare al materiale di studio per colmare le lacune che abbiamo identificato. Poi, ripetere la spiegazione verificando di riuscire a esporre l'intero argomento in modo chiaro e semplice senza alcuna difficoltà.

Può capitare, specialmente agli inizi o nelle materie più complesse, che la prima lettura non sia sufficiente a comprendere bene un paragrafo o una pagina particolarmente densa. In questi casi è importante tornare indietro, rileggere con calma e chiarirsi bene le idee prima di proseguire.

Un errore da evitare è quello di saltare le parti più complesse e proseguire nella lettura come se niente fosse. È un errore perché gli argomenti sono concatenati fra loro, e

lasciarsi alle spalle dei punti oscuri significa ritrovarsi quasi sempre in difficoltà nel prosieguito.

Ma che cosa fare se, pur tornando a rivedere le parti più complesse, dovessero rimanere dei dubbi? In questi casi si possono tranquillamente chiedere delucidazioni al docente o ai suoi collaboratori. Lo si può fare in aula, nel contesto della lezione, qualora se ne offra l'occasione. Oppure si può ricorrere al ricevimento studenti, di cui abbiamo già parlato: in tal caso è una buona idea segnarsi in anticipo tutti i punti che necessitano chiarimenti, in modo da sfruttare al massimo l'occasione di dialogo con il docente senza dimenticare nulla. A volte basta un breve colloquio per poter smarcare numerose voci dall'elenco delle cose che non si erano comprese.

Una raccomandazione importante è quella di non vergognarsi mai di alzare la mano e dire che non si è afferrato qualcosa. Chiedere un'ulteriore spiegazione non vi segnerà affatto come studenti poco attenti o poco capaci. Al contrario, darete l'impressione di essere studenti interessati, attenti e motivati a curare al meglio la vostra preparazione.

4. Studiare per comprendere significa studiare in modo attivo

Lo studio che punta alla comprensione non può mai basarsi su un approccio passivo, in cui cioè ci si limita ad assimilare i contenuti così come sono esposti nel libro o negli appunti. Lo studio efficace deve avere un approccio attivo. Che cosa significa?

L'atteggiamento che occorre avere, quando si ascolta una lezione o si affronta la lettura del manuale, deve essere quello di chi va a caccia di informazioni, di chi interroga la pagina per ricavarne definizioni, concetti fondamentali, parole chiave.

Ecco perché non bisogna commettere l'errore, abbastanza frequente, di sottolineare tutto. La sottolineatura deve essere come un setaccio. Serve a selezionare solo ciò che è importante, cioè gli elementi senza i quali non saremmo in grado di esporre quell'argomento: i nuclei essenziali, le definizioni, le parole chiave. Che, lo anticipiamo, saranno i mattoni con cui costruire la fase di rielaborazione che vedremo fra poco.

In breve, anche se si tratta sempre di leggere, l'atteggiamento con cui leggiamo un testo di studio deve essere ben diverso da quello con cui leggiamo un romanzo o un testo di

evasione. Ma il fatto che, quando si studia, la lettura debba concentrarsi nella ricerca attiva delle informazioni chiave, non è sempre ben presente agli studenti.

Tra le conseguenze negative che ne derivano vi è la difficoltà di mantenere l'attenzione: una lettura passiva, che si limita a recepire le nozioni senza un coinvolgimento personale, diventa ben presto un'attività monotona e demotivante. Inoltre, quando si arriva a studiare argomenti complessi che richiedono uno sforzo di decifrazione, essere sprovisti di strumenti che vadano oltre la semplice lettura rende lo studio ancora più faticoso e frustrante.

Isolare le informazioni importanti è una competenza cruciale perché riduce la quantità di dati da memorizzare: consente di concentrarsi su quelli essenziali riducendo così la necessità di memorizzazione meccanica.

5. Non c'è studio senza rielaborazione

Dopo essersi sincerati di aver compreso a fondo gli argomenti di studio, si è pronti per la fase successiva, quella della rielaborazione.

Abbiamo già visto che un metodo di studio efficace deve essere attivo fin dalla fase della comprensione. Ma è la fase della rielaborazione che rappresenta il culmine dell'approccio attivo. È questo il momento in cui entra maggiormente in campo la capacità di riorganizzazione autonoma del materiale – non senza tocchi di creatività e personalizzazione, come vedremo.

Ma che cosa significa, esattamente, rielaborare?

Rielaborare significa riorganizzare personalmente il materiale studiato, portando in evidenza la gerarchia e i nessi fra le informazioni. Si tratta quindi di individuare le informazioni fondamentali, o logicamente sovraordinate, e distinguerle da quelle secondarie, o che derivano logicamente dalle prime. E individuare i nessi fra i vari argomenti e sotto-argomenti.

Raramente la semplice lettura del manuale, fosse pure il manuale più lineare e didatticamente accessibile, consente di afferrare in modo immediato questa complessa ma imprescindibile architettura.

L'esposizione del manuale, infatti, non segue sempre e necessariamente un ordine gerarchico e consequenziale. Per esempio, non è affatto detto che l'informazione che troviamo per prima, all'inizio di un paragrafo, sia quella più importante.

Può accadere che l'autore preferisca arrivare gradualmente all'informazione chiave, che quindi troveremo più a valle. Oppure, può accadere che l'autore decida di iniziare la trattazione di un istituto da un excursus storico che ne ripercorra l'evoluzione, e dunque non esponga subito la descrizione della sua attuale fisionomia – che invece spetta a noi individuare e isolare come informazione principale, nel nostro lavoro di rielaborazione e gerarchizzazione.

Uno sforzo personale di analisi, smontaggio e riassettaggio del materiale è quindi necessario, a maggior ragione se si vuole padroneggiare davvero la materia e ricordarla nel tempo.

6. Perché rielaborare è il segreto per ricordare: cenni di neuroscienze

La rielaborazione è un'attività sfidante e intellettualmente appagante, che può rendere la sessione di studio davvero soddisfacente. Ma non c'è dubbio che, specialmente agli inizi, possa risultare faticosa. Questo però non deve scoraggiare o indurre ad abbandonare l'impresa per buttarsi nell'(apparentemente) più rassicurante studio mnemonico. Anche perché ci sono due buone notizie da tenere in considerazione.

La prima è che, facendo pratica, questo modo di procedere andrà a strutturare la nostra *forma mentis*, il modo spontaneo e naturale con cui organizziamo il sapere. E tutto risulterà meno faticoso e assai più veloce.

La seconda, ancor più importante, è che le neuroscienze confermano senza ombra di dubbio che sono proprio lo sforzo e l'impegno personale nella rielaborazione a imprimere nella nostra mente gli argomenti studiati, creando le basi per un apprendimento solido e duraturo.

Quando riorganizziamo e rielaboriamo attivamente i materiali di studio, li stiamo processando a un livello più profondo che facilita la creazione di connessioni sinaptiche con le conoscenze preesistenti. Saldandosi a queste ultime, come le maglie di una rete, diventa più facile recuperarle in futuro (per esempio, in sede di esame). Inoltre, e in

termini molto semplici, lo sforzo richiesto dalla rielaborazione segnala al nostro cervello che quelle informazioni sono importanti, e vanno salvate. In assenza di uno sforzo attivo, invece, si creano connessioni più labili e transitorie.

Dunque, le informazioni elaborate in modo più profondo vengono ricordate meglio e più a lungo rispetto a quelle assorbite superficialmente. E la rielaborazione non migliora solo la memoria, ma anche la capacità di applicare le conoscenze acquisite in contesti diversi (trasferimento delle conoscenze).

Non è possibile, insomma, studiare bene senza compiere lo sforzo di rielaborare. Proprio come nello sport non si costruiscono muscoli senza la fatica degli esercizi, allo stesso modo nello studio non si costruisce conoscenza senza la fatica, benefica, della rielaborazione.

7. Mappe e schemi: gli strumenti principali della rielaborazione

Abbiamo visto che la rielaborazione consiste nel riorganizzare e gerarchizzare gli argomenti studiati, individuando nessi e relazioni. Per questo, lo strumento principe della rielaborazione è la creazione di mappe. Possono essere mentali, mappe concettuali o schemi più semplici: in ogni caso, si tratta di rielaborazioni grafiche, che abbinano le parole (poche e sintetiche, come stiamo per vedere) all'uso di colori, icone, frecce, simboli.

Vediamo le principali differenze fra le mappe mentali e concettuali.

- **Le mappe mentali** hanno una struttura radiale: il concetto principale è posto al centro della mappa (cioè occupa il centro del foglio) e da esso si dipartono verso l'esterno una serie di rami, un po' come i raggi del sole.

Ciascun ramo rappresenta e sviluppa un aspetto del concetto centrale, una sua articolazione, e si presenta a sua volta suddiviso in ulteriori diramazioni in cui trovano spazio i vari sotto-argomenti. È importante scegliere un colore diverso per ogni ramo della mappa, per aiutare a distinguere visivamente i vari "grappoli tematici".

Su ogni ramo, principale e secondario, viene indicato in modo molto sintetico (con una o due parole chiave) la denominazione dell'argomento. La sinteticità è fondamentale: la mappa non deve contenere testi articolati.

Oltre alle parole chiave e ai colori, le mappe mentali sono arricchite da piccoli disegni, icone, simboli che aiutano la memoria visiva – non importa che siano belli o chiari ad altre persone: l'importante è che funzionino e “parlino” a chi ha creato la mappa!

Le mappe mentali sono utilizzate per rappresentare la fisionomia di un argomento in modo ampio, catturando idee e associazioni in modo libero e creativo. Sono tendenzialmente meno usate per la rappresentazione di argomenti con una rigida gerarchia logica.

- **Le mappe concettuali** hanno una struttura più rigida e gerarchica rispetto alle mappe mentali. L'argomento principale può essere collocato in alto nella pagina, oppure al centro. I vari contenuti della mappa che da questo derivano (i vari argomenti e sotto-argomenti) sono scritti, sempre in forma sintetica, dentro rettangoli o ovali, e collegati tra loro da linee e frecce che rappresentano relazioni logiche o gerarchiche.

Le mappe concettuali sono generalmente più sobrie rispetto alle mappe mentali, dal momento che si focalizzano più sulla chiarezza delle relazioni concettuali che su elementi visivi come colori e disegni. Tuttavia, anche nelle mappe concettuali si possono usare colori diversi per i vari argomenti e per le frecce che li collegano. Le mappe concettuali sono utilizzate principalmente per organizzare e rappresentare conoscenze complesse in modo sistematico, rendendo evidente la struttura di un argomento. Per questo, tendenzialmente, vengono preferite per lo studio del diritto. Ma naturalmente nulla vieta di usare le mappe mentali, magari per rappresentare su un'unica pagina un macro-argomento (un capitolo intero del manuale) e poterlo così dominare per intero a colpo d'occhio, senza smarrire il disegno d'insieme.

Creare mappe mentali e concettuali, oltre a costringere a un'efficace rielaborazione, offre anche i vantaggi del *dual coding*, cioè del doppio codice verbale e grafico: nelle mappe convivono parti testuali (parole chiave) con elementi visivi (colori, frecce, icone). E secondo alcuni studi l'apprendimento è più efficace quando il nostro cervello può elaborare informazioni attraverso canali differenti, uno verbale e uno non verbale.

Un'avvertenza importante: esistono ormai numerose app che generano da sole mappe e schemi partendo da un testo fornito dall'utente. Ecco, il consiglio è di non utilizzarle. E

il motivo dovrebbe a questo punto essere evidente: mappe e schemi offrono davvero grandi benefici, ma a patto di realizzarle personalmente! Usare quelle create da qualcun altro – i compagni di corso, o una app – significa saltare completamente la fase di rielaborazione e tornare a un approccio passivo.

Una domanda frequente, in tema di rielaborazione, riguarda il riassunto. Studiare facendo riassunti è una buona idea? Consente di rielaborare efficacemente gli argomenti di studio? Diamo per scontato che la domanda si riferisca a riassunti autoprodotti dallo studente, e non forniti da qualcun altro (per i quali vale quanto appena detto riguardo alle mappe create da altri).

Ora, se il riassunto si limita a riprodurre in forma succinta il manuale, seguendone pedissequamente l'ordine di esposizione, allora non è una valida forma di rielaborazione. Riassumere in modo pedissequo significa avere ancora una volta un approccio tendenzialmente passivo, perché manca uno sforzo autonomo di riorganizzare e gerarchizzare gli argomenti.

Quindi, posto che la creazione di mappe rimane il sistema più efficace per la rielaborazione, se si preferisce comunque ricorrere al riassunto è importante lavorare bene alla rielaborazione personale e originale dei contenuti.

Per approfondire

- Andrich S., *Strategie di lettura metacognitiva. Attività per comprendere i testi in modo consapevole, riflessivo e cooperativo*, Erickson, 2015.
- Ausubel D.P., *The acquisition and retention of knowledge. A Cognitive View*, Springer, 2000.
- Buzan T., *Le leggi delle mappe mentali. Come conoscere il più potente strumento del pensiero per utilizzare al massimo il vostro cervello*, Hoepli, 2018.
- Buzan T., *Come realizzare le mappe mentali*, Frassinelli, 2006.
- Deangeli G., *Il metodo geniale. I segreti del cervello per apprendere velocemente e amare lo studio*, Mondadori, 2022.
- Farrand, P., Hussain. F., Hennessy, E., *The efficacy of the “mind map” study technique*, in “Medical Education”, 36, 426-431, 2002.
- Novack J. D., *L'apprendimento significativo: le mappe concettuali per creare e usare la conoscenza*, Erickson, 2001.
- Novak J. D., Gowin D.B., *Learning How to Learn*, Cambridge University Press, 2010.
- Polito M., *Imparare a studiare. Le tecniche di studio. Come sottolineare, prendere appunti, creare schemi e mappe, archiviare*, Editori Riuniti University Press, 2011.