

Introduzione

1. Studiare il diritto in modo efficace, sostenibile e scientificamente fondato. 2. Un passaggio delicato, ma anche una grande occasione. 3. Ma può esistere un metodo di studio valido per tutti? 4. Le prime mosse da compiere per partire bene. 5. All'università si va per imparare.

1. Studiare il diritto in modo efficace, sostenibile e scientificamente fondato

La parola metodo deriva dal greco *metà*, che significa attraverso, e *odòs*, che significa strada, cammino. Il metodo quindi è, letteralmente, la via attraverso la quale possiamo raggiungere un obiettivo o svolgere un'attività in modo efficace.

Nelle prossime pagine ci occuperemo, in particolare, del metodo di studio del diritto, sfatando alcuni falsi miti ancora piuttosto diffusi. E lo faremo con uno sguardo costante a ciò che ci insegnano le neuroscienze dell'apprendimento e la psicologia cognitiva.

Lo scopo, evidentemente, è quello di lasciare da parte ogni approccio di tipo miracolistico e improvvisato – che capita di incontrare nel business dei corsi sul metodo di studio – per affidarci unicamente a indicazioni validate da anni di ricerche ed evidenze sperimentali.

Le conoscenze scientifiche in nostro possesso, infatti, offrono preziosi strumenti per comprendere a fondo come si comportano la nostra attenzione e come il nostro cervello elabora, immagazzina e recupera le informazioni dal magazzino della memoria.

Purtroppo, a causa di un lungo retaggio culturale, questo patrimonio di informazioni è spesso ignorato dai programmi scolastici e scarsamente insegnato nelle scuole, dove l'approfondimento metodologico sul metodo di studio è affidato per lo più all'iniziativa individuale di insegnanti sensibili.

E così, in molti casi, studenti e studentesse si presentano all'appuntamento con l'università senza avere alcuna conoscenza sui meccanismi che presiedono all'apprendimento. O, come capita più spesso di quanto si creda, senza aver ancora elaborato un metodo di studio solido e ragionato. Alla domanda “come descrivi il tuo metodo di studio?”, capita spesso di sentirsi rispondere che, a ben guardare, di metodo non se ne ha alcuno.

Questo è un importante fattore di vulnerabilità.

Chi ha scarse capacità nel programmare e monitorare il proprio studio, infatti, tende non solo a ottenere risultati inferiori alle attese, ma anche a sviluppare più facilmente un senso di demotivazione e frustrazione. Spesso, dietro l'impressione di non essere portati per lo studio – o per lo studio di una determinata materia – si cela, in realtà, l'assenza di un metodo adeguato.

Nella maggior parte dei casi, infatti, le difficoltà nell'apprendimento non riguardano capacità cognitive o motivazionali, ma sono legate a strategie disfunzionali nell'affrontare lo studio.

E spesso è proprio nel delicato passaggio dalla scuola superiore all'università, quando l'impegno nello studio richiede un salto qualitativo e quantitativo, che il problema emerge nella sua evidenza.

Questo breve corso sul metodo di studio offre quindi la possibilità di conoscere, in forma sintetica e accessibile, le fondamenta di un metodo di studio scientificamente validato per affrontare al meglio lo studio del diritto.

Sfruttare a proprio vantaggio queste conoscenze consente di ottenere non solo risultati migliori agli esami, ma anche evitare inutili dispendi di energie o la sgradevole sensazione di “girare a vuoto”. Il tutto preservando una buona dose di tempo libero da dedicare a passioni, sport, vita sociale.

Non bisogna infatti credere a chi afferma che per laurearsi nei termini e con voti alti ci si debba necessariamente consacrare allo studio eliminando ogni altra attività: questo non solo è un falso mito privo di fondamento, ma è anche del tutto deleterio dal momento che passioni, sport e vita sociale sono un ingrediente fondamentale del proprio equilibrio di vita e del proprio benessere. Due fattori necessari a mantenere un buon rendimento negli studi.

Anche per queste ragioni impadronirsi di un buon metodo consente di avere un rapporto più sereno con lo studio, una maggiore sensazione di padronanza e autoefficacia* e, di conseguenza, un rapporto meno ansiogeno con gli esami.

Gli studi rilevano infatti che studentesse e studenti che possiedono migliori conoscenze metacognitive (cioè in grado di conoscere e auto-osservare il proprio modo di apprendere)

* Il concetto di **autoefficacia**, introdotto dallo psicologo Albert Bandura (1925-2021), consiste nella percezione di sentirsi in grado di fare qualcosa, di essere capaci di dominare una specifica attività, situazione o aspetto del proprio funzionamento psicologico.

sono statisticamente quelli che hanno un maggior successo nello studio. Anche perché innescano un circolo virtuoso di soddisfazione intellettuale e automotivazione che li stimola a continuare ad accrescere il proprio bagaglio di competenze per tutta la vita. E questo è un punto molto importante.

Acquisire un buon metodo di studio – o “imparare a imparare”, per usare il lessico delle competenze chiave europee – è una competenza più che mai richiesta nel mondo in cui viviamo. Un mondo orientato ormai sempre più verso il *lifelong learning*, cioè l’apprendimento permanente che prosegue per tutto l’arco della vita. Ben oltre, quindi, l’ultimo esame universitario!

Questo vale a maggior ragione per chi si occupa di diritto.

Il diritto è, per sua natura, un ambito in costante evoluzione che richiede aggiornamento continuo. Non solo, e non tanto, per intercettare l’ultima novità introdotta dal legislatore. La sfida è più alta ed entusiasmante di così.

Gli anni che stiamo vivendo e che si aprono davanti a noi sono, e sempre più saranno, caratterizzati da cambiamenti senza precedenti e sfide inedite per il giurista, che richiederanno un aggiornamento delle coordinate regolative di interi ambiti della vita, e la ricerca di soluzioni innovative e creative. Saper imparare, e continuare a imparare, sono quindi una risorsa fondamentale per il futuro di chi oggi inizia ad avvicinarsi allo studio delle materie giuridiche.

2. Un passaggio delicato, ma anche una grande occasione

La maggior parte di chi si iscrive a giurisprudenza proviene direttamente dalle scuole superiori. Un passaggio per molti aspetti entusiasmante, ma che può riservare alcune insidie nella messa a punto del giusto metodo di studio.

Rispetto alle scuole superiori, infatti, lo studio universitario presenta caratteristiche molto diverse. Non solo per la quantità e qualità dei contenuti da acquisire, ma anche per motivi ambientali e strutturali.

La prima differenza, e la più evidente, è che a scuola si è inseriti in un sistema con binari precisi, che prevede un’organizzazione del tempo e dei carichi di studio regolata dall’alto. Gli orari di ingresso e uscita sono ben definiti, le assenze vengono registrate e devono

essere giustificate. Interrogazioni e verifiche sono frequenti e costringono a studiare con regolarità. Lo stesso vale per i compiti assegnati a casa volta per volta. In breve, gli ambiti lasciati all'autonoma autogestione da parte degli studenti sono molto marginali.

All'università le cose cambiano.

A Giurisprudenza, in particolare, la frequenza delle lezioni non è quasi mai obbligatoria. Ci si può quindi assentare dalle lezioni senza dover fornire giustificazioni di sorta, e spesso senza che i docenti notino l'assenza, visti i numeri molto elevati di studenti che riempiono le aule. La tentazione di non seguire i corsi, di non frequentare le lezioni per godersi un'inedita libertà, contando di recuperare poi tutto sui libri, può essere molto forte.

Ancora: all'università non esistono interrogazioni periodiche per monitorare l'avanzamento della preparazione degli studenti: gli esami sono concentrati in alcune "finestre" durante l'anno, distanti molti mesi le une dalle altre. Nel mezzo, lo studio è lasciato all'auto-organizzazione da parte di ciascuno studente. Può capitare che i docenti di alcune materie prevedano una prova *in itinere*, a metà del corso, che in tal modo viene a spezzare il lungo tragitto che separa dall'esame finale. Ma, anche in questo caso, la frequenza degli appuntamenti con i momenti di verifica dell'apprendimento è estremamente più rarefatta rispetto alla scuola, e la capacità di autogestione rimane essenziale.

In breve, entrare all'università può dare l'impressione di trovarsi in un mondo in cui si è liberi di fare o non fare, senza obblighi o controlli, senza dover rendere conto a nessuno di ciò che si sta facendo. Il rischio di perdere il focus e rimandare lo studio a data da destinarsi è una delle insidie principali.

"Imparare l'autogestione è divertente, ma non è facile e costa tempo; il ritardo, che lentamente conduce a diventare un 'fuori corso', si inizia ad accumularlo proprio nei primi mesi di università".*

Questo è un motivo in più per acquisire fin dall'inizio un approccio allo studio efficace, che consenta di stare al passo con gli esami e gestire bene il proprio tempo, senza accumulare ritardi che è difficile recuperare in corso d'opera.

Ecco perché in questo corso, prima di occuparci del metodo di studio in senso stretto, ci soffermeremo sull'importanza di identificare in modo mirato, e fin da subito, gli obiettivi

* Roberto Bin, *Come si studia il diritto*, il Mulino, Bologna, 2006, pp. 35-36.

di studio e di creare una pianificazione precisa e strategica. Due passaggi fondamentali, che precedono lo studio vero e proprio ma sono fondamentali per garantirne il successo.

Queste stesse indicazioni saranno utili anche alla quota minoritaria di studenti e studentesse che si iscrivono a Giurisprudenza in una fase successiva della vita, per prendere un titolo di studio che consenta un salto di carriera o una seconda laurea. Nel loro caso, la frequente disabitudine allo studio da un lato, e la necessità di ritagliare tempo per studiare tra lavoro e impegni familiari, richiedono doti di ottimizzazione e organizzazione del tempo forse ancora maggiori.

3. Ma può esistere un metodo di studio valido per tutti?

Un'obiezione frequente, quando si propone un determinato metodo di studio, è che l'approccio all'apprendimento sia in realtà qualcosa di molto personale, e che quindi ciascuno abbia – o debba trovare – il *proprio* metodo di studio, aderente alle proprie inclinazioni personali. Un metodo universale, valido per tutti, non sarebbe quindi possibile.

Ora, è senz'altro vero che ognuno di noi ha caratteristiche e propensioni personali ma, se guardiamo al modo in cui gli esseri umani imparano, le somiglianze superano di gran lunga le differenze.

Escluse situazioni specifiche che presentino necessità particolari, i meccanismi fisiologici che regolano l'apprendimento obbediscono a dinamiche comuni. Un po' come accade per il funzionamento di altri organi o apparati del nostro corpo, che seguono meccanismi fisiologici del tutto simili da un individuo all'altro.

In breve, le indicazioni contenute in questo corso, basate sulle conoscenze neuroscientifiche in nostro possesso, possono essere un valido supporto per chiunque intenda strutturare fin da subito un metodo di studio efficace per lo studio universitario del diritto. E anche coloro che già possiedano un metodo funzionale, che ha garantito loro buoni risultati, possono trovare spunti per migliorare ulteriormente. Per esempio, per renderlo più confacente alle specifiche caratteristiche dello studio universitario, o per riconoscere e abbandonare abitudini di studio non ottimali, o ancora per ottenere in meno tempo e con minori sforzi gli stessi brillanti risultati.

4. Le prime mosse da compiere per partire bene

Per iniziare col piede giusto il proprio percorso di studi giuridici ci sono alcuni passaggi da compiere. Molto pratici e semplici, ma spesso ignorati.

- Il primo è prendere visione con cura del piano di studi, vale a dire l'elenco delle attività formative previste per ciascun anno di corso – e, di conseguenza, dei relativi esami da sostenere.

Può sembrare banale, ma scaricare dal sito il piano di studi, e magari stamparlo e appenderlo davanti alla scrivania, consente subito di avere un quadro preciso delle materie che si studieranno, sapere in che ordine verranno affrontate (se nel primo o nel secondo semestre), capire se si tratta di corsi obbligatori oppure a scelta dello studente, o ancora se si tratta di esami propedeutici* oppure no.

- Il secondo passaggio è consultare, con altrettanta cura, il sito web dei docenti che terranno i vari corsi. Molti studenti trascurano questa consultazione, che offre invece una miniera di informazioni utilissime. Per esempio, sul sito web del proprio docente si può leggere il programma dettagliato dell'esame (con l'indicazione di eventuali percorsi alternativi o parti da saltare per gli studenti frequentanti); l'elenco dei manuali suggeriti per lo studio della materia; l'indicazione di letture e materiali di approfondimento; il link alle slide del corso (che in alcuni casi è possibile scaricare in anticipo rispetto alle lezioni); l'orario del ricevimento studenti del docente e dei suoi collaboratori.

Il ricevimento studenti è una risorsa spesso sottoutilizzata – se non sconosciuta – da parte di chi si iscrive all'università. E invece offre la preziosa occasione di chiedere un colloquio con il docente o con i suoi collaboratori per ricevere delucidazioni, risolvere eventuali dubbi in vista dell'esame, ottenere chiarimenti su argomenti che non si sono compresi a lezione, e così via.

- Il terzo passaggio è prendere visione del calendario delle lezioni e appuntarle in agenda. Frequentare le lezioni è importante e sempre consigliabile. Quindi, salvo

* Gli esami propedeutici sono quelli che devono necessariamente essere superati per poter sostenere esami successivi. Per esempio, Diritto costituzionale e Diritto privato sono i due esami propedeutici del primo anno di corso della laurea magistrale in Giurisprudenza: finché non vengono superati, lo studente non può sostenere esami del secondo anno.

impedimenti di forza maggiore, è fondamentale andare a lezione e frequentare eventuali seminari ed esercitazioni.

Frequentare le lezioni è di grande aiuto per comprendere più a fondo gli argomenti di studio ed entrare più facilmente nella logica di una materia. I docenti espongono gli argomenti mettendo in rilievo i nuclei essenziali (e agevolando così il successivo studio sul manuale); forniscono esempi diversi e ulteriori rispetto a quelli presenti nei libri; espongono casi di studio che aiutano a capire il funzionamento di un istituto.

Inoltre, andare a lezione offre l'opportunità di impadronirsi prima e meglio del lessico disciplinare: un aspetto di fondamentale importanza nello studio del diritto, che non ammette sciatteria o imprecisioni nella scelta delle parole. Ascoltando, lezione dopo lezione, l'esposizione tecnicamente inappuntabile da parte dei docenti si assorbono prima e meglio i termini tecnici che è necessario fare propri per potersi dire davvero padroni di un argomento.

Infine, andare a lezione consente di vivere in modo pieno e appagante la vita universitaria: conoscere nuove colleghe e colleghi di corso, stabilire rapporti di amicizia, creare gruppi di studio per spronarsi e aiutarsi a vicenda.

Un'avvertenza: durante le lezioni, per ovvie ragioni di tempo, non vengono affrontati *tutti* gli argomenti che compongono il programma d'esame. Questo non deve indurre a pensare che all'esame si verrà interrogati sui soli argomenti trattati in aula! Quindi attenzione a non trascurare le parti di programma affidate allo studio autonomo da parte degli studenti. Del resto, aver seguito le lezioni renderà più agevole anche lo studio delle parti non affrontate in aula, perché il metodo, la logica e le coordinate della materia rimangono comunque le stesse.

- Il quarto e ultimo passaggio è quello di procurarsi per tempo i materiali di studio e iniziare a sfogliarli con attenzione, a esaminarne l'indice, per familiarizzare con gli argomenti e la fisionomia delle varie materie. È importante non aspettare troppo tempo prima di procurarsi i manuali da studiare o altri materiali di studio indicati dal docente.

Attenzione: mai accontentarsi di studiare solo su slide e appunti, magari affiancandoli con qualche dispensa di incerta origine. Questo è un errore che costa molto caro. Chi non studia sui manuali ottiene necessariamente una preparazione lacunosa, carente e superficiale. Nella migliore delle ipotesi può anche rivelarsi

sufficiente a superare l'esame – sebbene con un voto poco lusinghiero. Ma, come avremo modo di sottolineare ancora, lo scopo dello studio universitario non deve essere quello di superare gli esami col minimo sforzo.

Le scorciatoie o le scelte al ribasso non premiano mai. Specialmente in un mercato del lavoro come quello che si apre ai laureati in giurisprudenza, molto numerosi in Italia: per trovare un lavoro appagante, per farsi scegliere dal datore di lavoro a cui puntiamo, per affrontare con padronanza i concorsi o gli esami di abilitazione, bisogna presentarsi con una preparazione di livello. Quella che solo uno studio serio e approfondito può garantire.

Presentarsi all'inizio del semestre avendo smarcato questi passaggi iniziali è già un ottimo modo per iniziare il proprio percorso di studi. Nel prosieguo vedremo quali sono i passi successivi compiere per iniziare a pianificare in concreto lo studio e la propria preparazione. Ma prima, torniamo ancora su un punto di grande importanza.

5. All'università si va per imparare

Acquisire un metodo di studio efficace e ben strutturato è il migliore (nonché unico) lasciapassare per affrontare con padronanza anche lo studio di manuali impegnativi e complessi come quelli previsti a Giurisprudenza.

Pensare di aggirare fatica e impegno affidandosi a materiali di studio di risulta (appunti, schemi fatti da altri, slide), oppure dedicarsi a un apprendimento puramente meccanico e mnemonico, significa semplicemente danneggiare se stessi.

Superare gli esami col minimo sforzo puntando solo a raggiungere l'agognato "pezzo di carta", o imparare tutto a memoria senza capire davvero la logica di ciò che si studia, per poi dimenticare rapidamente tutto ciò che si è imparato, significa commettere un clamoroso errore prospettico: investire anni della propria vita – e una non trascurabile quantità di denaro – per portarsi a casa un titolo di studio che non corrisponde a competenze realmente acquisite. Ma sono proprio le competenze – ciò che una persona sa fare – a renderla ricercata e apprezzata nel mondo del lavoro. A consentirle di svolgere un'attività appagante e non di ripiego, in cui possa sentirsi realizzata.

In breve: all'università si va per imparare. Anche il voto conseguito agli esami, per quanto sia senz'altro rilevante, non deve essere l'obiettivo principale. L'obiettivo è acquisire conoscenze e competenze. Il voto deve essere un effetto derivato delle conoscenze e competenze che si sono acquisite.

Ecco perché studiare col minimo impegno, presentarsi agli esami per “tentarli” sperando in un colpo di fortuna, o affidarsi a dispense sintetiche che assicurano di superare le prove studiando il minimo indispensabile, sono tutte strategie che nell'immediato possono sembrare furbe e vantaggiose, ma che in realtà si ritorcono gravemente contro chi le mette in pratica.

Per approfondire

- Bin R., *Come si studia il diritto*, il Mulino, 2006.
- De Concini A., *Vince chi impara: Guida strategica all'apprendimento efficace*, Feltrinelli, 2022.
- Deangeli G., *Il metodo geniale. I segreti del cervello per apprendere velocemente e amare lo studio*, Mondadori, 2022.
- Polito M., *Imparare a studiare. Il metodo di studio. Quando, quanto, come, dove e perché studiare*, Editori Riuniti University Press, 2010.
- Salvo M., Galli E., *Professione: studente 30 e lode*, Gribaudo, 2018.
- Weinstein Y., Sumeracki M., Caviglioli O., *Understanding how we learn. A visual guide*, Routledge, 2019.