

# La strategia del ripasso

Imparare a ripassare bene è il primo segreto per imparare a studiare

 di **Cesare Cornoldi**  6 minuti di lettura 30 aprile 2021

Una famosa distinzione nel campo della memoria, studiata e enfatizzata dallo psicologo canadese Endel Tulving, riguarda gli aspetti della “**disponibilità**” e della “**accessibilità**”. Secondo questa distinzione, un’informazione è “disponibile” se è contenuta nella nostra memoria, mentre è “accessibile” se non solo è contenuta, ma anche si riesce ad accedere a essa quando serve.

## I giochi metacognitivi per ricordare

Nei nostri giochi metacognitivi usavamo osservare se i bambini che non riuscivano a ricordarsi dove era stato nascosto un oggetto, rinunciavano a cercare di ricostruire il **luogo usato come nascondiglio**, o volevano pensarci su e ispirarsi, guardandosi attorno, in modo di vedere se quel luogo tornava loro alla mente.

I bambini rinunciatari non possedevano la distinzione fra “disponibilità” e “accessibilità”, mentre quelli che compivano dei tentativi non solo l’avevano presente, ma anche traevano la conseguenza che forse pensandoci su il ricordo poteva tornare accessibile. *Molti **fallimenti della nostra memoria** sono infatti dovuti al fatto che non siamo in grado di ritrovare nella nostra memoria informazioni che possediamo.*

## Il “recupero”, la chiave delle strategie di studio

Questo processo, chiamato retrieval (“recupero”), è una chiave essenziale di molte strategie di studio. Per esempio lo studente che si annota che un determinato argomento si sviluppa in quattro punti o che tre sono le cause di un certo fenomeno, nel momento del recupero, sa che deve cercare di ritrovare un ben preciso numero di informazioni.

Ma la **capacità di recuperare le informazioni** è sviluppata soprattutto attraverso le strategie di ripasso nella misura in cui il ripasso è basato sul mettersi alla prova e vedere che cosa si ricorda. Negli ultimi anni, in particolare è stata documentata l’efficacia di una strategia chiamata ‘pratica nel recupero’, in cui lo studente esamina la sua conoscenza.

## Lo studio efficace

Molti studi hanno mostrato che lo studio più efficace è quello che dedica quasi altrettanto tempo alla **elaborazione** e alla **pratica** del recupero che avviene ancor prima di aver consolidato la conoscenza di un certo argomento. *Lo studente più efficace è quello che mette*

*alla prova le sue conoscenze dopo aver assistito a una lezione senza avere ancora cominciato a studiare.* In questo modo lo studente consolida immediatamente quanto ha sentito a lezione, scoprendo che ha già acquisito molte informazioni senza il bisogno di studiare, e che invece su alcuni punti avrà bisogno di lavorare. **L'insegnante può stimolare** questo aspetto proponendo **un piccolo test non valutativo** dopo la sua lezione.

Perché ci sia un vero esercizio di recupero è tuttavia necessario che lo studente non possa consultare il libro o gli appunti. In questo modo lo studente avrà rafforzato il ricordo di un contenuto che ha appena sentito colmando immediatamente delle lacune e potrà essere guidato nello studio che effettuerà in prossimità della verifica

SCOPRI DI PIÙ SUI LIBRI DI TESTO GIUNTI SCUOLA 2021

## per saperne di più

- Cornoldi, C., Meneghetti, C., Moè, A., Zamperlin, C. (2018). *Processi cognitivi, motivazione e apprendimento*. Bologna: Il Mulino. Le difficoltà di studio | Airipa Italia [www.airipa.it](http://www.airipa.it) › cosa-sono-i-dsa › le-difficolta-di-studio