

# Metodo

## Cos'è un “metodo”?

(Tieni conto che, nelle università scientifiche, “metodologia” è una materia di studio).

In generale, possiamo considerare il metodo come uno strumento che facilita i processi. Pensiamo, ad esempio, a un bambino che impara a disegnare: inizia trovando un proprio modo per rappresentare un volto. Questo approccio, pur naturale e utile per l'età, non è il più efficace per imparare in maniera approfondita.

Va detto che imparare per tentativi, durante l'infanzia, è utile per sviluppare la creatività e il ragionamento induttivo. Tuttavia, per un adolescente o un adulto, continuare con un approccio casuale diventa inefficiente, lento e spesso inadatto. In molti casi, come nell'apprendimento di abilità complesse (ad esempio scalare montagne o superare esami universitari), è necessario adottare un metodo strutturato, per risparmiare tempo ed energie.

## Un esempio pratico: l'arte pre- e post-rinascimentale

Per capire quanto un metodo possa fare la differenza, guardiamo ai quadri pre-rinascimentali rispetto a quelli del Rinascimento. Prima della scoperta della prospettiva e dell'introduzione del metodo Loomis, era raro trovare rappresentazioni realistiche di volti umani. Al contrario, molti dipinti pre-rinascimentali ricordano i disegni di bambini (anche se molto talentuosi).

Cos'ha permesso questo miglioramento nell'arte?

Gli artisti sono diventati più abili semplicemente col passare del tempo?

Una volta nascevano solo persone poco dotate artisticamente?

### Prenditi un minuto per riflettere su queste domande...

La risposta è no. La chiave del progresso è stata lo sviluppo e il perfezionamento di un metodo. Procedere “per tentativi” significa ignorare le conoscenze trasmesseci dai nostri antenati. Vuol dire impiegare lo stesso tempo e le stesse energie che loro hanno speso per arrivare a risultati che noi potremmo superare. Per esempio, quanto tempo ti servirebbe, senza libri o insegnanti, per scoprire le equazioni matematiche?

## Perché il metodo è fondamentale?

Affidarci ai metodi elaborati dagli studiosi del passato non significa solo risparmiare tempo, ma anche costruire su basi solide per andare oltre. Ogni disciplina ha i suoi metodi, e questi vengono costantemente affinati, con l'obiettivo di facilitare il lavoro delle generazioni future.

Un esempio importante è la filosofia: già Aristotele sviluppò un metodo per esplorare la realtà, che nel tempo è stato perfezionato fino a trasformarsi nell'attuale metodo scientifico.

## Un metodo di studio

Su internet si trovano migliaia di metodi di studio, ciascuno con i suoi pro e contro. Alcuni sono veloci ma sacrificano i concetti fondamentali, altri sono così lunghi da creare difficoltà durante l'esposizione orale.

Esiste un metodo universale e scientificamente valido per tutti? La risposta è no.

Ogni studente, però, utilizza inconsapevolmente un metodo “passivo” e antiquato: leggere, sottolineare e ripetere; oppure leggere, fare riassunti e ripetere. Quante volte, però, ti è capitato di non riuscire a ricordare dove fosse trattato un certo argomento? O peggio ancora, di bloccarti

durante la ripetizione, tra un “ehm...” e un “mh...”?

Serve un approccio diverso, più efficace, che tenga conto dei processi cognitivi e del modo in cui i giovani percepiscono la realtà. Il metodo che ti spiegherò è forse più lento all’inizio rispetto a quelli tradizionali, ma garantisce risultati migliori nel lungo termine. È un sistema semplice, anche se all’inizio potrebbe sembrarti complesso: una volta compreso, diventerà naturale usarlo.

Ma prima, voglio che tu rifletta su alcune domande:

- 1. Perché quando ti raccontano una storia riesci a memorizzarla facilmente, mentre per studiare Carlo Magno ti perdi tra le pagine?**
- 2. Saresti capace di memorizzare una sola pagina di informazioni ben organizzate, invece di un intero capitolo confuso?**
- 3. Puoi mettere da parte per un momento i tuoi pensieri personali e fingerti curioso sull’argomento che stai studiando?**

Ora analizziamo queste domande.

### **1. Perché è più facile ricordare una storia?**

Quando ascolti una storia, le informazioni non restano legate a un testo scritto, ma prendono forma nella tua mente. Quando studi, invece, spesso cerchi le risposte direttamente sulle pagine di un libro o nei riassunti. Questo metodo, però, diventa inefficace: più pagine ci sono, più è difficile ricordare il punto preciso in cui si trova l’informazione.

Può sembrare meno faticoso memorizzare le immagini mentali di ciò che leggi, ma sul lungo termine (soprattutto con molte pagine) il metodo diventa dispendioso. Pensa a quanto è facile ricordare una storia raccontata da un’amica rispetto a un capitolo di storia: ciò che ti interessa o ti incuriosisce resta nella tua mente più a lungo.

### **2. Mappe concettuali: un approccio visivo**

Il metodo che ti propongo si basa sulle mappe concettuali. Invece di memorizzare intere pagine, ti concentrerai sulle parole chiave e sulle loro relazioni. Scrivere queste parole su una sola pagina (o una per capitolo/argomento) ti aiuterà a visualizzare i concetti e collegarli tra loro. Le frecce tra i concetti rappresentano i legami logici e ti aiuteranno a richiamare le informazioni con maggiore facilità: saprai sempre cosa dire o dove si trova un argomento.

### **3. Vedi gli autori come persone, non come statue di marmo**

Spesso, quando studiamo un autore o un personaggio storico, tendiamo a vederlo come una figura distante, quasi irraggiungibile. Ma gli autori non erano altro che esseri umani come noi, con pregi, difetti, passioni e idee.

Prova a immaginare Carlo Magno come un vecchio zio che ti racconta cosa gli è successo, o Parmenide come un filosofo ostinato con cui potresti discutere animatamente. Non devi necessariamente simpatizzare con loro: anzi, sviluppare una sana antipatia verso un autore può spingerti a riflettere criticamente sulle sue idee e formulare un’opinione personale.

Questo approccio rende lo studio più stimolante. Non stai solo memorizzando nozioni: stai dialogando, discutendo e persino confrontandoti con le menti del passato. Alla domanda: “Che ne pensi di Parmenide? Il nulla esiste?”, potresti rispondere: “Secondo me sì, perché...” e sviluppare un ragionamento che ti aiuti a ricordare i concetti.

# METODO DI STUDIO

## 4 Fasi:

1. *Titolo*
2. *Leggere e Sottolineare*
3. *Fare la mappa concettuale*
4. *Ripetere*

### 1. Titolo

Leggi attentamente il titolo del capitolo e dei paragrafi. Qui troverai indicazioni sulle parole chiave che serviranno per la mappa concettuale. Questo passaggio potrebbe sembrare superfluo o scontato, ma non lo è. Ad esempio, leggendo “*Capitolo 4. Piaget e il Cognitivismo*”, sappiamo già che il capitolo tratterà di Piaget, del cognitivismo e del modo in cui Piaget si inserisce in questa corrente.

Prendi quindi il quaderno e scrivi con la penna rossa *4. Piaget e il Cognitivismo*. Questo elemento ti aiuterà a ricordare la struttura del capitolo quando dovrai ripetere l'argomento, anche se non avrà collegamenti diretti con altri elementi. Inoltre, leggendo il titolo, possiamo supporre che verranno trattati:

- Alcuni aspetti della vita di Piaget (spesso secondari);
- Le sue teorie (di primaria importanza);
- Il motivo per cui è considerato un esponente del cognitivismo.

Questi elementi che cercheremo nel testo si chiamano **Parole Chiave**.

### 2. Leggere e Sottolineare

Ora che sai di cosa parlerà il capitolo e hai suscitato il tuo interesse, puoi procedere alla lettura, sottolineando velocemente i concetti fondamentali (spesso evidenziati in corsivo o in grassetto). È fondamentale capirli bene mentre li leggi. I dettagli arricchiscono il discorso, ma se non ti restano impressi durante la lettura, non perderci troppo tempo. Ricorda che i pilastri della tua interrogazione sono:

- **Concetti;**
- **Esposizione.**

Concentrarsi sui dettagli senza aver prima acquisito i concetti principali non è efficace.

Facciamo un esempio pratico:

Per ricordare la storia di *Biancaneve*, non serve leggerla per intero. Ti basta segnare i momenti salienti:

*Biancaneve* → *Strega Cattiva* → *Cacciatore* → *Fuga* → *Nani* → *Mela* → *Principe*.

Non è necessario includere dettagli secondari, come lo specchio o il cuore di cervo, per richiamare alla memoria l'intera storia. Questi dettagli emergeranno comunque mentre racconti, perché hai già letto e capito la trama generale.

Allo stesso modo, in questa fase sottolineerai tutti i concetti fondamentali e le loro spiegazioni, distinguendo il **necessario** dal **non fondamentale**. Con il tempo, imparerai a leggere e comprendere sempre più rapidamente, e ti sarà naturale identificare le parole chiave da sottolineare a colpo d'occhio.

### 3. Mappe concettuali

Una volta compreso l'argomento e identificato di cosa tratta, possiamo passare alla fase più importante del nostro studio: la creazione della mappa concettuale. Questo passaggio ci permette finalmente di staccarci dal libro e di fare nostri i concetti, sia nella forma che nel significato.

In una mappa concettuale possiamo individuare tre elementi principali:

- **Caratteri**
- **Relazioni**
- **Spiegazioni**

**I caratteri** sono gli elementi centrali dell'argomento (es.: Marx, Filosofia sociale, plusvalore, rivoluzione della classe operaia, dittatura del proletariato). Rappresentano lo scheletro della mappa. In generale, non dovrebbero essere più lunghi di due o tre parole, anche se si possono fare eccezioni, se necessario. È importante sintetizzare l'elemento, rendendolo facile da ricordare senza modificarne il significato (ad esempio, "*rivoluzione della classe operaia*" non può essere semplificato in un generico "*rivoluzione*").

**Le relazioni** sono rappresentate da frecce che organizzano il nostro discorso. Indicano non solo il collegamento tra gli argomenti, ma anche il loro ordine logico o cronologico. Ad esempio, "*Marx*" precede "*plusvalore*" in ordine temporale, così come "*rivoluzione della classe operaia*" precede "*dittatura del proletariato*". La mappa concettuale, quindi, non si limita a elencare gli argomenti, ma struttura anche le loro connessioni e l'ordine in cui dovremo esporli.

**Le spiegazioni**, invece, servono a chiarire i concetti che potrebbero risultare più complessi o difficili da memorizzare. Immagina, per esempio, che durante l'interrogazione la professoressa chieda: "*Cos'è il plusvalore?*". Se la mappa concettuale è strutturata solo con parole chiave e frecce, potresti avere difficoltà a ricordare la definizione precisa. In questo caso, torna al testo, rileggi ciò che hai sottolineato e scrivi accanto alla parola "*plusvalore*" una piccola spiegazione. Questa spiegazione non deve essere copiata dal libro, ma rielaborata con parole tue o arricchita da esempi pratici. In questo modo, non solo memorizzerai meglio il concetto, ma lo farai tuo, senza nemmeno accorgertene.

Alla fine di questo processo, avrai una mappa concettuale chiara, con più o meno diramazioni, ma che raccoglierà su un'unica pagina tutti gli elementi importanti dell'argomento. Se qualche concetto non ti è ancora chiaro, puoi tornare a consultare il libro, ma a questo punto del percorso dovresti già sapere cosa significa ogni parola sulla mappa e a quale concetto si riferisce.

Chiudi il libro: non ti servirà più.

La mappa concettuale non è solo un riepilogo degli argomenti, ma anche una guida per la tua esposizione orale. Memorizzandola, saprai sempre a che punto dell'argomento ti trovi e cosa manca da dire, evitando silenzi imbarazzanti o esitazioni come "eh... mh... ah...".

## 4. Ripetere

### **Prenditi un minuto di pausa.**

Hai fatto il grosso del lavoro: ora conosci tutti i concetti necessari per la tua interrogazione. Da questo punto in poi sarà tutto più semplice, e vedrai i risultati.

Prova, per un paio di volte, a ripetere tutti i **caratteri** della tua mappa concettuale nell'ordine in cui sono scritti, finché non ci riesci senza guardare. Se ci riesci, complimenti: hai terminato lo studio! Ti basterà ripetere un paio di volte i caratteri e le relative spiegazioni per costruire un discorso fluido e ben organizzato. Ricorda, se sai spiegare i concetti, l'unica cosa che devi ricordare sono gli argomenti, quindi la tua mappa. Memorizza l'ordine dei caratteri e le spiegazioni, tutto il resto sarà abilità dialettica che sbloccherai col tempo.

Ripeti con sicurezza e convinzione ciò che hai studiato, senza temere di sbagliare: *sei in ballo, balla*. Se invece ti senti dubbioso o insicuro, rischi di andare nel pallone e dimenticare la tua mappa. Ricorda, hai sottolineato e studiato tutti gli argomenti principali: non hai trascurato nulla, a meno che non l'abbia fatto volontariamente.

### **E se qualcosa va storto?**

Se l'interrogazione non dovesse andare bene, non abbatterti: saprai come fare meglio la prossima volta. Rimanda le paure per il "post-interrogazione", cerca di capire il perché dei tuoi voti e in cosa devi migliorare.

Quando esponi, sii deciso nell'affrontare l'argomento e non fermarti. Ripeti fino a completare l'ultima parte della tua scaletta, quindi chiedi con sicurezza: "*Posso continuare con [argomento preparato] o mi fermo?*".

Se sai che il professore inizia solitamente con una domanda specifica, puoi anticiparlo proponendo tu stesso/a di iniziare: "*Posso iniziare?*". In questo modo, potresti indirizzare il discorso verso un argomento che padroneggi meglio.

### **Preparazione e voto.**

Ricorda che il voto non sempre riflette l'intera preparazione. Ciò che conta davvero è quanto hai imparato e come riesci a esporlo. Se durante l'interrogazione ti vengono in mente pensieri personali o esempi che non avevi previsto, condividili con tranquillità: arricchire il discorso è sempre positivo.

### **Superare la timidezza.**

È normale sentirsi a disagio nel ripetere davanti agli altri, ma ci sono modi per superare questa difficoltà:

1. **Separa il contesto personale da quello formale.**

Con amici o familiari puoi parlare in modo spontaneo, ma davanti a un insegnante è importante adottare un linguaggio più curato. Ascoltare professionisti o leggere testi ben scritti ti aiuterà a sviluppare un registro più formale, che sarà utile in molte situazioni.

2. **Simula il ruolo di un professionista.**

Se ti sembra difficile utilizzare un linguaggio formale, immagina di essere un esperto che presenta l'argomento. Questa piccola simulazione mentale può aiutarti a trovare il tono giusto e ad esprimerti con maggiore sicurezza.