Zeitschrift: Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun

Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden

Band: 76 (2014)

Heft: 4: Kompetenzorientierung

Rubrik: Pagina Grigionitaliana

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

IL PIACERE DI STUDIARE

Riflessioni semiserie per imparare a studiare con soddsifazione

DI GERRY MOTTIS

Negli ultimi anni l'insegnante si trova sempre più confrontato con l'insofferenza e il disinteresse dei propri allievi in classe. Il fenomeno non è ciononostante nuovo e implica una riflessione alla base di natura extrascolastica: l'adolescente è per sua natura portato alla spinta di indipendenza, di allontanamento dagli schemi imposti dalla famiglia e dalla scuola (dalle istituzioni di «controllo» e di «potere» più in generale). Questo comporta attrito con i suoi nuovi «modi di fare» e di «essere», con le conseguenze comportamentali suddette (ansia, frustrazione, ribellione, insofferenza, apatia, iperattività).

Quand'ero studente presso il liceo di Bellinzona, mi ricordo che faticavo parecchio a trovare piacere nello studio delle materie scientifiche, tra cui la matematica e la fisica. Portato soprattutto per le materie umanistiche, in quelle tecniche penavo sui libri tra formule e quesiti per me poco utili. Mi ricordo, allora, che – passando di fronte alla vetrina della libreria Casagrande – notai un libro esposto dal titolo che faceva al caso mio: *«Il piacere di studiare»*. Lo acquistai subito e mi misi a leggere i capitoli dedicati al piacere di studiare la matematica, la chimica, la fisica e altre materie tecniche. Per la verità, non trovai la soluzione ai miei problemi, ma alcune tesi mi fecero riflettere, tra di queste: *affinché si trovi piacere a far qualcosa, questa attività deve essere accompagnata da una emozione positiva*. Come a dire: apprezzo la matematica se riesco a percepire la gioia di quanti soldi ho risparmiato percentualmente cambiando l'assicurazione della macchina... Evviva! Ho risparmiato 200 fr. in un anno!

L'altro aspetto sul quale si puntava era *la possibilità di mettere subito in pratica quanto appreso*. Ovvero: dopo lo studio a memoria di un lungo elenco di vocaboli difficili in tedesco, scrivere una lettera alla nonna che vive nei pressi di Coira sfruttando le nuove conoscenze linguistiche... Sarà semplicistico, ma potrebbe funzionare!

Oggigiorno, le case editrici sfornano in continuazione libri sull'argomento. Non tanto perché i giovani siano meno appassionati nei confronti dello studio (già Aristotele si lamentava che i giovani della sua epoca erano svogliati...!), ma per una questione di marketing editoriale.

In questo mio contributo, vi propongo di percorrere alcune di queste riflessioni semiserie...

In *«Non hai voglia di studiare? Come puoi trovarla in 5 mosse»*[1] si propongono le seguenti tappe:

1. **Pensare in modo diverso**, ovvero: sostituire tutti i pensieri negativi e disturbanti in pensieri positivi e motivanti (ad esempio: sostituire «non ce la faccio» con «posso farcela»; «non ci capisco niente» con «sto migliorando di giorno in giorno»; «è troppo difficile per me» con «ho già superato altri esami in passato» ecc.)...
2. **Riflettere sulle giuste ragioni;** ovvero: ragionare sul perché si studia (e non certamente per superare gli esami o per fare contenti i propri genitori!), ricercare il piacere di apprendere e di conoscere, di crescere, di comunicare le conoscenze, di dimostrarsi migliori giorno per giorno...
3. **Adottare la strategia del «giardino zen»**, ovvero: preparare il proprio ambiente di studio come se fosse un giardino zen, curato nei minimi dettagli, piacevole, rilassato, sereno, pieno di silenzio (spegnendo cioè smartphone, televisore, computer e qualsiasi altro apparecchio elettronico che ti potrà distrarre!)...

4. **Fare un programma di studio,** ovvero: programmare e preparare con cura i materiali per ogni singolo esame, uno per volta, adottando per iniziare un «un piano degli obiettivi giornalieri» (ad esempio, leggere e riassumere il cap. 5 del manuale di storia)...
5. **Utilizzare la regola dei 2–3 pomodori,** ovvero: porsi degli obiettivi di studio giornalieri, un pomodoro alla volta, che corrisponde a un periodo di studio di 25 minuti cui seguirà una pausa di 5 minuti (necessaria per rigenerare il proprio cervello!); tale lavoro corrisponde a circa un'ora o un'ora e trenta di studio al giorno...

Le riflessioni proposte, come detto, sono semiserie ma vogliono rinviare alla possibilità di invertire una tendenza: passare cioè dalla demotivazione al piacere di imparare e di crescere, di mostrarsi sempre migliori e preparati, maturando anche la stima di sé (bene, questo, molto prezioso!).

Per chi volesse trovare delle risposte più approfondite o delle strategie didattiche scientifiche riguardo a questo tema, rimando all'opera di Bruno Hourst, *Il piacere di imparare; Idee e strumenti per un apprendimento efficace,* Erikson, 2013.

[1] www.effettivamente.com (crescita personale, esempi pratici)

Contatto: gmottis@hotmail.com
Articoli: www.gmottis.ch/blog