



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

CESPD
Centro Studi e
Ricerche per la Disabilità e DSA



Con il contributo di:
**ENTE
CASSA DI RISPARMIO
DI FIRENZE**

Progetto DSA: Guida al metodo di studio

CESPD - Centro Studi e Ricerche per la Disabilità

Scuola di Psicologia – Dipartimento di Scienze della Formazione e Psicologia

Scuola di Ingegneria – Dipartimento di Ingegneria Industriale



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

CESPD
Centro Studi e
Ricerche per la Disabilità e DSA



Con il contributo di:
**ENTE
CASSA DI RISPARMIO
DI FIRENZE**

Studio e DSA

Le difficoltà degli studenti con DSA

Studiare è una forma di **apprendimento intenzionale** in cui si richiedono **abilità di studio** diverse per comprendere e memorizzare nuove informazioni e acquisire conoscenze. Le principali difficoltà che gli studenti con DSA possono incontrare nello studio riguardano:

- **L'attività di lettura;**
- **La gestione e percezione del tempo;**
- Il recupero delle **informazioni;**
- **L'organizzazione e la pianificazione;**
- La corretta **comprensione delle domande** (in particolare per gli esami).



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

CESPD
Centro Studi e
Ricerche per la Disabilità e DSA



Con il contributo di:
**ENTE
CASSA DI RISPARMIO
DI FIRENZE**

Stile di apprendimento e metodo di studio

Stile individuale di apprendimento

- Ogni studente ha **modalità differenti** di pensare, imparare ed elaborare informazioni, ovvero ha uno **stile di apprendimento personale** con cui si approccia alla materia da apprendere.
- Per individuare e costruire un metodo di studio efficace è necessario che ogni studente diventi **consapevole** delle proprie modalità di apprendimento.
- L'efficacia del metodo di studio può essere valutata solo in base a **tempo e impegno** che lo studente decide di dare all'attività di studio.

Quali sono le fasi dello studio

Le **principali fasi dell'attività di studio universitario** sono:

- **Lezioni** il più delle volte seguite in aula;
- Fase di studio del **dopo lezione** (segue a breve la lezione e generalmente viene svolta a casa)
- Fase di studio di **preparazione dell'esame** e **svolgimento dell'esame**;
- Fase del **dopo esame**.

Svolgerle efficacemente le fasi di studio

Gli atteggiamenti più efficaci sono:

- **Lezione**: chiedere **chiarimenti** direttamente al docente e prendere **appunti sintetici** per fissare i punti chiave;
- **Dopo lezione**: consultare gli appunti entro pochi giorni per favorire la **memorizzazione** delle informazioni;
- **Prima e durante gli esami**: informarsi su **forma e criteri** utilizzati durante l'esame, per calibrare efficacemente il metodo di studio;
- **Dopo gli esami**: riflettere sull'**efficacia** del proprio **metodo di studio** per capire cosa perfezionare, migliorare e modificare.



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

CESPD
Centro Studi e
Ricerche per la Disabilità e DSA



Con il contributo di:
**ENTE
CASSA DI RISPARMIO
DI FIRENZE**

Strategie individuali per il metodo di studio

Strategie individuali specifiche

Le **strategie individuali specifiche** ritenute più **efficaci** per lo studio sono:

- **Farsi delle domande** durante la lettura di un testo;
- Fare ed utilizzare **schemi e disegni** (supporti visivi);
- **Schematizzare** il contenuto del testo;
- Costruire schemi che riproducano le **relazioni di significato**;
- Utilizzare **immagini mentali**.



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

CESPD
Centro Studi e
Ricerche per la Disabilità e DSA



Con il contributo di:
**ENTE
CASSA DI RISPARMIO
DI FIRENZE**

Strumenti e criteri utili per il metodo di studio

Preferenze di chi apprende

Ogni studente dovrebbe partire dalle proprie caratteristiche individuali legate ai DSA, per adattare il materiale di studio alle esigenze personali.

In base al tipo di materiale saranno possibili alcuni **miglioramenti**:

- **Materiali in formato elettronico**: intervenire sulle caratteristiche grafiche e formali del testo per migliorarne la leggibilità;
- **Materiali stampati**: se si può scegliere tra più testi, valutarne il grado di leggibilità.

Organizzazione personale

Per organizzare e gestire il proprio materiale, possono essere utili le seguenti **strategie**:

- Personal computer: **ordinare i file** utilizzando cartelle e documenti con una **denominazione appropriata** per ciò che contengono;
- Note e promemoria: utilizzare **post-it di carta** o **digitali** sul pc, per evidenziare **parole chiave e informazioni importanti** e collocarli in una posizione strategica (scrivania, desktop etc..).

Gestione del tempo

Per **programmare e gestire il tempo** a disposizione, soprattutto per la preparazione di un esame, possono essere utili i seguenti **strumenti**:

- **Agenda** (cartacea o digitale), come promemoria degli impegni;
- **Agenda con planner** (cartacea o digitale), con cui pianificare lo studio fissando le scadenze e visualizzando come si sta procedendo rispetto al programma.

Luoghi di studio

Un luogo è tanto più adatto allo studio quanto è più favorisce la concentrazione del singolo studente.

In generale, è preferibile un **luogo silenzioso**, come **aule studio** o **biblioteche**, in quanto la concentrazione richiede più energie se sono presenti troppi stimoli nell'ambiente.

Se lo studio deve svolgersi **in posti rumorosi può però rivelarsi utile:**

- **Utilizzare un lettore mp3** con il quale ascoltare musica senza parole;
- **Leggere a bassissima voce** «mormorando» ciò che si legge.

Abilità di studio

Tra le abilità richieste per lo studio, **la lettura** è sicuramente quella fondamentale per **acquisire le informazioni**: leggere permette di interiorizzare le informazioni di altri.

Si possono individuare **tre tipologie di lettura**:

- **Lettura superficiale**, supportata da elementi visivi o evidenziazioni;
- **Lettura veloce**, effettuata per uno scopo preciso;
- **Lettura approfondita**, accompagnata anche da appunti o annotazioni a fianco del testo.



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

CESPD
Centro Studi e
Ricerche per la Disabilità e DSA



Con il contributo di:
**ENTE
CASSA DI RISPARMIO
DI FIRENZE**

Strategie di studio

Strategie di studio

Nella gestione dello studio, lo studente può adottare alcune **strategie** che possono alleggerire alcune delle difficoltà legate al proprio disturbo specifico.

Le più comuni e efficaci riguardano i modi con i quali lo studente può:

- Prendere **appunti**;
- Studiare sui **libri di testo**;
- Partecipare a **gruppi di studio**.

Appunti

Gli appunti sono una prima forma di **rielaborazione dei contenuti** e aiutano a capire cosa serve sapere e come organizzare il materiale.

- **Appunti presi a lezione**: per rielaborare gli argomenti spiegati dal docente e favorire il ragionamento individuale. Sono più efficaci se consultati entro pochi giorni dalla lezione;
- **Appunti presi durante lo studio personale**: per fissare meglio alcuni concetti e rielaborare il materiale in modo personale.

Studio sui libri di testo

Lo **studio universitario** richiede spesso la lettura e comprensione di molti libri contenenti numerose informazioni e concetti.

Per gestire efficacemente questa fase dello studio può essere utile:

- Leggere gli indici testuali;
- Fare brevi annotazioni a fianco del testo;
- Evidenziare i punti più importanti e le parole chiave;
- Realizzare mappe mentali/concettuali;
- Schematizzare.

Gruppi di studio

Dopo una prima fase di studio individuale, partecipare a gruppi di studio può diventare **un'occasione di confronto e apprendimento.**

Per risultare efficace il gruppo dovrebbe essere caratterizzato da:

- **Omogeneità**: differenze non eccessive di capacità e preparazione tra i membri del gruppo;
- **Centralità del compito**, rispetto ad altre attività;
- **Obiettivi e percorsi** (tempi/argomenti) chiari e condivisi dai membri;
- **Dimensioni contenute**, da due a cinque/sei partecipanti.



FINE

Per approfondire l'argomento consultare la sezione "Strategie e metodo di studio" delle **Linee Guida per Studenti Iscritti** del **Progetto DSA** che trovate sul **sito web di Ateneo dedicato ai DSA**:

www.dsa.unifi.it