



27
June 2023

Special Issue on

Emerging Trends in the Field of Empirical Research in Education
Tendenze emergenti nel campo della ricerca empirica in educazione

Part II

Gaetano Domenici

Editoriale / *Editorial*

Darwin, la pandemia e il trionfo della «ignoranza credulona» 11
o della «stupidità umana». Il caso Texas e la situazione italiana
*(Darwin, the Pandemic and the Triumph of «Gullible Ignorance»
or of «Human Stupidity». The Case of Texas and the Italian Situation)*

STUDI E CONTRIBUTI DI RICERCA

STUDIES AND RESEARCH CONTRIBUTIONS

*Maria Ermelinda De Carlo - Aurora Castellani - Lia Corrieri
Giulia Mattiacci - Federico Batini*

La parola agli studenti! Un'esperienza di Focus Group a scuola 25
sul tema della lettura nell'ambito della politica educativa
«Leggere: Forte! Ad alta voce fa crescere l'intelligenza»
*(The Floor to the Students! A Focus Group Experience at School
on the Subject of Reading as Part of the Educational Policy «Leggere: Forte!
Ad alta voce fa crescere l'intelligenza»)*

- Domiziana Sacchi - Augusto Pasini - Marco Muti*
Carla Roverselli - Simonetta Spiridigliozzi
The Effects of Lock-down 2020 on the Behaviour and Mood of Children Aged Three to Six in Italy 47
(Gli effetti del lock-down 2020 sul comportamento e l'umore dei bambini dai tre ai sei anni in Italia)
- Pietro Lucisano - Emanuela Botta*
Validazione e standardizzazione del questionario «Quin – Quando insegno» 73
(Validation and Standardization of the Questionnaire «Quin – When I Teach»)
- Veronica Cembrani - Anna Serbati - Claudio Mulatti*
Metodo e strategie di studio: cosa sanno gli studenti? 101
Un'indagine all'Università di Trento
(Study Methods and Learning Strategies: What Do Students Know? A Survey at the University of Trento)
- Marcin Fabjański - Giuseppe Carrus - Lorenza Tiberio*
Presence-Centered Flourishing: A Proposal of Alternative Strategies to Promote Sustainable Living 121
(Flourishing centrato sul presente: una proposta di strategie alternative per la promozione di una vita sostenibile)
- Mario León Sánchez - Massimiliano Fiorucci - Marco Catarci*
José González Monteagudo
Analysis of Intercultural Education Policies in Italy and Spain: A Comparative Perspective 137
(Analisi delle politiche di educazione interculturale in Italia e Spagna: una prospettiva comparativa)

NOTE DI RICERCA

RESEARCH NOTES

- Aarti Singh - Pratima Pallai*
Paving the Way Ahead: A Systematic Literature Analysis of Inclusive Teaching Practices in Inclusive Classrooms 157
(Aprire la strada: un'analisi sistematica della letteratura sulle pratiche di insegnamento nelle classi inclusive)

*Mariacristina Nutricato - Paola Ferraresi - Valentina Fantasia
Arianna Bello*
Identità e lingua di madri moldave emigrate in Italia 173
(Identity and Language of Moldovan Mothers Emigrated to Italy)

COMMENTI, RIFLESSIONI, PRESENTAZIONI,
RESOCONTI, DIBATTITI, INTERVISTE

COMMENTS, REFLECTIONS, PRESENTATIONS,
REPORTS, DEBATES, INTERVIEWS

Raffaele Pozzi
Intermedialità e sinmedialità nella videoarte contemporanea: 197
Robert Cahen e Pierre Boulez
*(Intermediality and Sinmediality in Contemporary Video Art:
Robert Cahen and Pierre Boulez)*

Conny De Vincenzo
Resoconto sul Convegno Nazionale SIRD 2023: «La SIRD 207
tra passato, presente e futuro. Il ruolo della ricerca educativa
ai tempi del COVID, della terza guerra mondiale,
della globalizzazione e della crisi ecologica»
*(Report on SIRD 2023 National Conference: «SIRD between
Past, Present and Future. The Role of Educational Research in the Time
of COVID, World War III, Globalization and the Ecological Crisis»)*

Journal of Educational, Cultural and Psychological Studies 217
Notiziario / News

Author Guidelines 221

Metodo e strategie di studio: cosa fanno gli studenti? Un'indagine all'Università di Trento

Veronica Cembrani - Anna Serbati - Claudio Mulatti

Università di Trento - Department of Psychology and Cognitive Science (Italy)

DOI: <https://doi.org/10.7358/ecps-2023-027-cemb>

veronica.cembrani@unitn.it

anna.serbati@unitn.it

claudio.mulatti@unitn.it

STUDY METHODS AND LEARNING STRATEGIES: WHAT DO STUDENTS KNOW? A SURVEY AT THE UNIVERSITY OF TRENTO

ABSTRACT

How do students study? What do students know about study methods and learning strategies? Recent research has shown that most students rely on ineffective study methods. This behavior could be ascribed to a limited knowledge about learning strategies: students might rely on ineffective study methods because they have erroneous views about which learning strategies are effective. The aim of our research has been to further address this topic at the University of Trento. Here, we present and discuss the results of a survey study that investigates the students' knowledge of some common learning strategies, the beliefs about their utility, and how much students intended to use them during the semester. Our results confirm that students are often not aware of which learning strategies are most effective. Furthermore, our data suggests that even when students do know how they should study, they do not always reflect it in their study activities. These conclusions requires appropriate considerations and intervention in educational contexts.

Keywords: Intended strategy use; Learning strategies; Learning strategy effectiveness; Learning strategy knowledge; Study methods.

1. INTRODUZIONE

Per chi utilizza un buon metodo, lo studio è un'attività interessante, stimolante, motivante e proficua, che permette non soltanto di ottenere buoni risultati ma anche di capire e memorizzare in modo efficace i contenuti di ogni disciplina. Studiare senza un metodo, al contrario, è un'attività faticosa, dispendiosa e inefficace che non permette di raggiungere gli esiti desiderati né, soprattutto, di acquisire conoscenze e competenze durature nel lungo periodo. Quando uno studente non riesce ad ottenere i risultati che si aspetta, può sperimentare inoltre una sensazione di inefficienza che riduce l'autostima e la motivazione a studiare e che si ripercuote sul comportamento di studio e sulla capacità di imparare ed apprendere in modo adeguato (ad es., Dweck, 2006).

Ma come studiano gli studenti?

È questo un tema di crescente interesse in ambito scientifico. Da un lato, le attività di ricerca sono state indirizzate a determinare come gli studenti dovrebbero studiare per ottimizzare i propri risultati e i propri apprendimenti; è stato infatti dimostrato che tra le strategie di studio che è possibile utilizzare, alcune sono molto più efficaci di altre (Dunlosky *et al.*, 2013). Dall'altro lato, si è cercato di capire come gli studenti studino realmente e di individuare dunque quali sono le strategie e le modalità di lavoro che tendono ad essere utilizzate in modo spontaneo durante lo studio.

Rispetto al come si dovrebbe studiare, è stata recentemente pubblicata una rassegna esaustiva della letteratura di riferimento (Dunlosky *et al.*, 2013); particolarmente interessante è il giudizio sintetico di utilità proposto, su base empirica, per alcune delle più rilevanti strategie di apprendimento. Nello specifico, strategie quali rileggere, sottolineare ed evidenziare il testo, riassumerlo ed organizzarlo in schemi sono state classificate come strategie di bassa utilità. Le strategie più efficienti, al contrario, sono quelle che richiedono a chi le utilizza di rielaborare quanto studiato attraverso il recupero attivo dei contenuti appresi dalla memoria. La spiegazione del materiale di studio (cercando di esporre a parole proprie quanto imparato) e la riflessione su ciò che si impara (facendo dei collegamenti rispetto a ciò che già si conosce o chiedendosi i «perché») hanno, ad esempio, un'utilità moderata ai fini dell'apprendimento.

Due sono le strategie di studio a cui è stata assegnata alta utilità. Una è il *testing*, ossia una procedura attraverso cui lo studente può testare, anche in autonomia, quello che ha imparato (Roediger & Karpicke, 2006). Attraverso il *testing* lo studente si mette alla prova ponendosi delle domande, recuperando i concetti appresi dalla memoria e verificando in questo modo

le conoscenze acquisite. Sono diverse le modalità attraverso cui è possibile implementare la tecnica del testing (Yang, Potts, & Shanks, 2018, per una recente discussione dell'utilizzo del testing in ambito educativo): lo studente può, ad esempio, utilizzare le domande che sono spesso riportate alla fine dei capitoli nei libri di testo oppure i quiz di auto-valutazione forniti dall'insegnante, ma può anche creare in autonomia i quesiti con cui interrogarsi; in quest'ultimo caso può essere particolarmente utile creare e utilizzare le *flashcard* (ossia dei «foglietti», di carta o digitali, che riportano su un lato una domanda o una parola chiave, e sull'altro lato la risposta). Indipendentemente dalla modalità specifica con cui questa tecnica viene messa in atto, è stato ampiamente documentato che più si studia attraverso il testing, meglio vengono appresi e mantenuti in memoria i contenuti studiati (Dunlosky *et al.*, 2013). Questa strategia risulta inoltre essere estremamente efficace per studenti di varie età, in diversi contesti di apprendimento e per la maggior parte delle discipline di studio (Einstein, Mullet, & Harrison, 2012; Dunlosky *et al.*, 2013). In linea con il concetto di testing come metodo di studio si colloca, per esempio, l'approccio didattico denominato *assessment for learning* (Sambell, McDowell, & Montgomery, 2013) dove l'elemento fondamentale per la promozione di apprendimento è la partecipazione e il protagonismo degli alunni e delle alunne nei processi valutativi: dare loro la possibilità di confrontarsi con dei test e magari offrire anche occasioni di confronto con i pari, rende studentesse e studenti attivi nel padroneggiare i contenuti oggetto di studio e sostiene nello sviluppo di competenze autovalutative.

La seconda strategia ad alta utilità è la distribuzione dello studio nel tempo: è infatti più produttivo distribuire le attività di studio in sessioni più brevi distanziate tra loro nel tempo, piuttosto che concentrarle in lunghe sessioni di lavoro riunite in brevi periodi (Bahrack, 1979; Rawson & Kintsch, 2005; Cepeda *et al.*, 2006; Kornell, 2009; Wiseheart *et al.*, 2019).

Ma quali sono le strategie di apprendimento che gli studenti ritengono efficaci? E quali strategie vengono effettivamente scelte e utilizzate dagli studenti nelle proprie attività di studio? Un modo per rispondere a domande come queste consiste nella somministrazione di questionari sull'utilizzo delle strategie di studio. Le evidenze empiriche ottenute in queste indagini convergono sulle stesse conclusioni: la gran parte degli studenti tipicamente non usa le strategie di studio più utili ma piuttosto si affida a strategie relativamente inefficienti (Gurung, 2005; Karpicke, Butler, & Roediger, 2009; Gurung, Weidert, & Jeske, 2010; McCabe, 2011; Hartwig & Dunlosky, 2012; Wissman, Rawson, & Pyc, 2012; Morehead, Rhodes, & DeLozier, 2015; Blasiman, Dunlosky, & Rawson, 2017). La strategia che gli studenti riportano di utilizzare più spesso nello studio spontaneo è, infatti,

la rilettura (Carrier, 2003; Gurung, 2005; Karpicke *et al.*, 2009; Gurung *et al.*, 2010; Hatwing & Dunlosky, 2012). Anche molti insegnanti istruiscono di frequente all'utilizzo della rilettura quale metodo adeguato a studiare (Morehead *et al.*, 2015). Quando rileggiamo un testo, tuttavia, non stiamo richiamando attivamente l'informazione che abbiamo appreso dalla memoria ma piuttosto la visualizziamo passivamente, guidati nel recupero dal materiale che stiamo leggendo: quando si rilegge si riesce così a trattenere solamente una piccola percentuale delle informazioni che si desidera memorizzare. È stato inoltre dimostrato che all'aumentare del numero di volte che si legge un testo, l'effetto benefico della rilettura su apprendimento e ricordo diminuisce: in particolare, le riletture successive alla seconda non risultano migliorare in modo significativo né la quantità né la qualità delle informazioni che riusciamo a ricordare (Rothkopf, 1968). La rilettura influisce inoltre negativamente sulla metacognizione a causa di quella che è stata definita «illusione di competenza» (Koriat & Bjork, 2005), ossia la (falsa) sensazione di conoscere e possedere le nozioni in questione solo perché, avendole già lette e già viste, ci appaiono familiari. Quando rileggiamo un testo possiamo sperimentare un senso di competenza che è dovuto semplicemente al senso di familiarità e di già visto: il senso di familiarità ha a che fare con il riconoscimento più che con la conoscenza; il riconoscimento, inoltre, non riguarda necessariamente i contenuti di ciò che leggiamo, ma può ad esempio dipendere dal modo in cui il testo è stato scritto. Se pensiamo di conoscere già qualcosa non siamo motivati a mantenere attiva la nostra attenzione e ciò contribuisce a rendere la rilettura un metodo di studio molto poco utile.

Anche per quanto riguarda la gestione dello studio nel tempo è stato dimostrato che gli studenti non operano in modo proficuo: gli studenti hanno infatti la tendenza a concentrare lo studio prima della prova o dell'esame da superare (un comportamento noto in letteratura come *cramming*), piuttosto che distribuire le proprie attività in periodi di tempo più estesi (Taraban, Maki, & Ryneanson, 1999; Rawson & Dunlosky, 2011; Susser & McCabe, 2013; Blasiman *et al.*, 2017).

L'analisi della letteratura di riferimento dimostra quindi, in modo univoco, che gli studenti non utilizzano i metodi e le strategie di studio ottimali. Questo comportamento è stato imputato al fatto che molti studenti hanno una conoscenza limitata delle strategie di apprendimento e della loro efficacia; è stato ad esempio documentato che gli studenti tendono a sovrastimare l'efficacia di strategie di studio poco utili e a sottostimare quella delle strategie più efficienti (Blasiman *et al.*, 2017). Gli studenti potrebbero dunque utilizzare strategie di studio inadeguate perché non sono consapevoli di quali siano le modalità di apprendimento migliori.

La nostra indagine ha avuto l'obiettivo di verificare e approfondire questi aspetti indagando le conoscenze e le intenzioni di studio degli studenti dell'Università di Trento rispetto ad alcune delle più comuni strategie di apprendimento.

2. LA RICERCA

L'indagine è stata realizzata nel contesto dell'Università di Trento allo scopo di:

- valutare quanto gli studenti conoscono le strategie di studio;
- misurare l'efficacia attribuita dagli studenti alle strategie di studio;
- indagare le intenzioni degli studenti rispetto all'utilizzo delle strategie di studio;
- confrontare le conoscenze degli studenti in relazione alle intenzioni di studio.

I dati sono stati raccolti attraverso un questionario sulle strategie di studio rivolto agli studenti iscritti al primo anno. Il questionario è stato somministrato online durante l'anno accademico 2021/2022: una prima rilevazione è stata effettuata durante il primo semestre; una seconda rilevazione è stata effettuata nel corso del secondo semestre con l'obiettivo di ultimare l'indagine e integrare le risposte degli studenti che si trovano all'inizio del proprio percorso universitario con quelle di studenti che hanno un'esperienza accademica di qualche mese.

Lo studio è stato approvato dal Comitato Etico per la Ricerca dell'Università di Trento.

3. PARTECIPANTI

Ci siamo posti l'obiettivo di ottenere un campione di studenti la cui numerosità fosse comparabile a quella delle indagini precedenti sull'utilizzo delle strategie di studio, vale a dire circa 200 partecipanti. A questo scopo, abbiamo inviato il questionario agli studenti dell'Università di Trento iscritti al primo anno ai Dipartimenti di Economia e Management, Lettere e Filosofia, Psicologia e Scienze Cognitive, Sociologia e Ricerca Sociale e Giurisprudenza.

Hanno risposto all'indagine 236 studenti: 158 studenti hanno completato il questionario durante il primo semestre e 78 studenti durante il

secondo semestre. In fase di analisi, sono state esaminate tutte le risposte ottenute; un'analisi di controllo è stata diretta a mettere in luce eventuali differenze nelle risposte registrate durante il primo e il secondo semestre.

L'età media del campione di studenti che ha preso parte all'indagine è 20,7 anni. La *Figura 1* illustra la suddivisione del campione rispetto al Dipartimento di afferenza.



Figura 1. – Distribuzione del campione di studenti per Dipartimento di afferenza.

4. MATERIALI E MISURE

L'indagine è stata diretta a misurare la conoscenza, l'efficacia percepita e le intenzioni di studio degli studenti universitari rispetto ad alcune delle più comuni strategie di apprendimento. A questo scopo sono state selezionate dieci strategie di studio sulla base delle rassegne di Dunlosky e collaboratori (2013) e di Blasiman e collaboratori (2017). Le strategie che sono state scelte e utilizzate nella nostra indagine sono le seguenti:

1. rileggere il libro di testo;
2. rileggere i propri appunti;
3. copiare i propri appunti;
4. sottolineare/evidenziare il libro di testo;
5. sottolineare/evidenziare i propri appunti;
6. riassumere il testo da studiare;
7. schematizzare o creare mappe concettuali;
8. cercare di spiegare quanto imparato;
9. riflettere su quanto studiato;
10. fare attività di testing.

Per ogni strategia di studio, è stato chiesto ai partecipanti di valutare:

- quanto pensassero di conoscerla, utilizzando una scala *Likert* da 1 (per niente) a 10 (molto);

- quanto la ritenessero utile ed efficace, utilizzando una scala *Likert* da 1 (per niente) a 10 (molto);
- quanto intendessero utilizzarla per studiare durante il semestre e prepararsi agli esami, utilizzando una scala *Likert* da 1 a 4 (dove 1 = mai; 2 = qualche volta; 3 = spesso; 4 = sempre).

L'indagine è stata inoltre diretta ad indagare la conoscenza degli studenti rispetto alle strategie di studio inerenti la gestione del tempo. A tale riguardo è stato chiesto agli studenti come ritenessero più proficuo studiare: se distribuendo lo studio nel tempo durante l'intero semestre o concentrando le proprie attività nel periodo che precede gli esami.

Gli studenti sono stati inoltre chiamati a stabilire quando avevano intenzione di iniziare a studiare durante il semestre scegliendo una tra le seguenti categorie di risposta:

- ho iniziato a studiare da subito, fin dall'inizio del semestre;
- inizierò a studiare a breve, verso la metà del semestre;
- inizierò a studiare durante la sessione di esame, al termine delle lezioni;
- inizierò a studiare due settimane prima dell'esame.

Era prevista l'alternativa «altro» con possibilità di descrizione.

5. PROCEDURA

L'indagine è stata realizzata online attraverso un questionario creato con Google moduli.

Il questionario è stato somministrato agli studenti durante l'anno accademico 2021/2022. Il questionario è stato inviato agli studenti due volte: nella prima metà del primo semestre (metà novembre 2021) e nella prima metà del secondo semestre (fine marzo 2022); il secondo invio è stato rivolto esclusivamente agli studenti che non avevano preso parte all'indagine durante il primo semestre. Gli studenti iscritti a Psicologia e Scienze Cognitive sono stati esclusi dal secondo invio del questionario poiché era in quel momento in corso presso il Dipartimento una nostra ricerca volta a valutare gli effetti di un intervento formativo sui metodi di studio che avrebbe potuto interferire con le loro risposte. I dati sono stati registrati per un mese dalla data di invio, sebbene la maggior parte delle risposte siano state ottenute nei giorni immediatamente successivi.

I partecipanti sono stati reclutati attraverso l'indirizzo di posta elettronica dell'Università di Trento. Il questionario è stato inviato all'indirizzo email universitario di tutti gli studenti iscritti al primo anno a corsi di laurea triennale e laurea magistrale a ciclo unico che avevano preventiva-

mente dato il proprio consenso ad essere contattati per attività di ricerca. La partecipazione allo studio è stata libera.

Il foglio informativo dello studio e l'informativa sul trattamento dei dati personali sono stati forniti come documenti allegati alla prima sezione del modulo. I partecipanti sono stati istruiti a visionare con attenzione i documenti prima di prendere parte allo studio; per procedere alla compilazione del modulo è stato richiesto il consenso alla partecipazione.

La compilazione del questionario ha richiesto un impegno di pochi minuti.

6. RISULTATI

Presentiamo i risultati ottenuti nell'indagine a partire dai pattern qualitativi di conoscenza, utilità percepita e intenzioni di utilizzo delle strategie di studio.

In *Figura 2* sono rappresentati i valori medi di conoscenza delle strategie di studio.

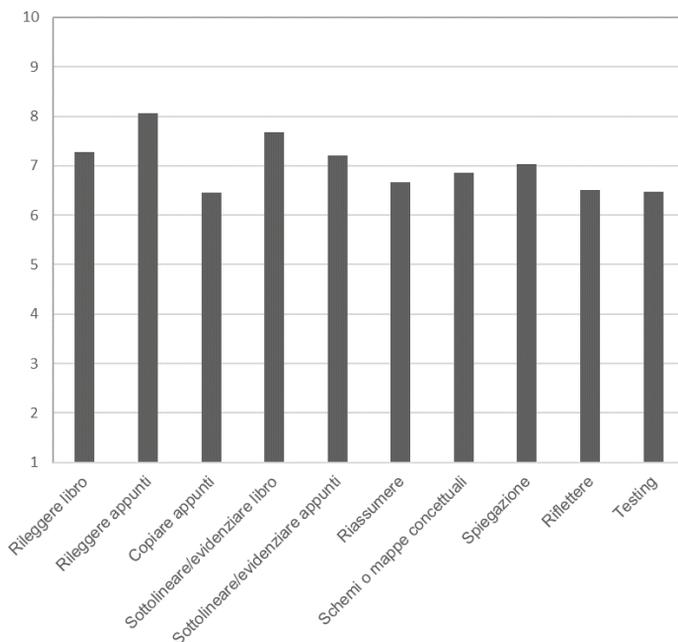


Figura 2. – Valori medi di conoscenza delle strategie di studio su scala 1-10.

Per quanto non sia possibile stabilire *a priori* quanto sia necessario conoscere una strategia di studio per padroneggiarla, gli studenti che hanno preso parte alla nostra indagine reputano di non avere una conoscenza ottimale delle strategie indagate. I punteggi di conoscenza sono infatti compresi tra 6 e 8, su una scala a 10 punti. È interessante notare che la conoscenza delle strategie maggiormente efficaci (testing, spiegazione e riflessione) non è migliore della conoscenza delle strategie meno efficaci; al contrario, le strategie che gli studenti ritengono di conoscere meglio sono strategie a bassa utilità come rileggere e sottolineare/evidenziare.

In *Figura 3* sono rappresentati i valori medi di utilità che gli studenti hanno attribuito alle strategie di studio.

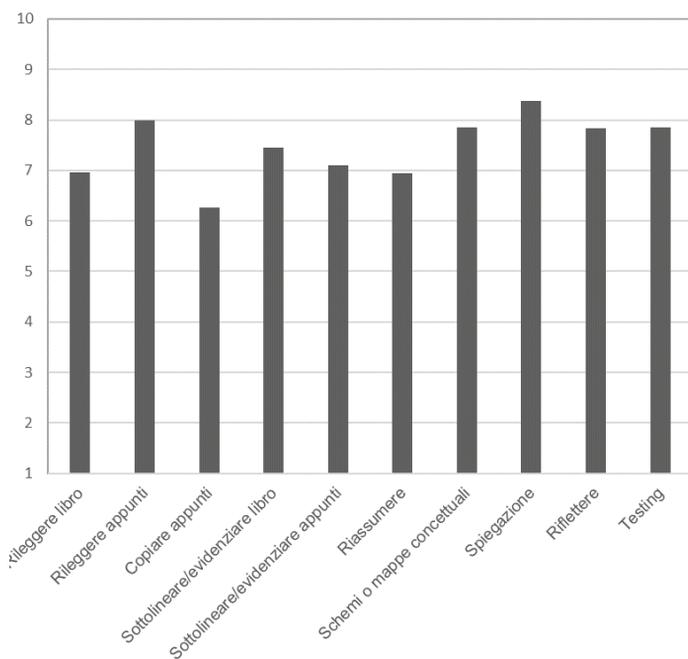


Figura 3. – Valori medi di utilità delle strategie di studio attribuiti dagli studenti su scala 1-10.

I nostri risultati dimostrano che gli studenti non sempre hanno un'idea corretta dell'efficacia delle strategie di studio. Gli studenti, in particolare, sanno che alcune strategie (ad esempio, copiare o sottolineare gli appunti e riassumere) non sono tra quelle più efficaci e che altre strategie (spiega-

zione, riflessione e testing) hanno una certa efficacia. Tuttavia, gli studenti attribuiscono un'efficacia simile a strategie di studio che hanno in realtà un'efficacia ben diversa come, ad esempio, rilettura e testing. In linea a quanto emerge in letteratura, gli studenti tendono pertanto a sovrastimare l'efficacia di strategie di studio poco efficienti come la rilettura e/o a sotto-stimare l'efficacia di strategie molto più utili come il testing.

In *Figura 4* sono rappresentate le intenzioni degli studenti rispetto all'utilizzo delle strategie di studio.

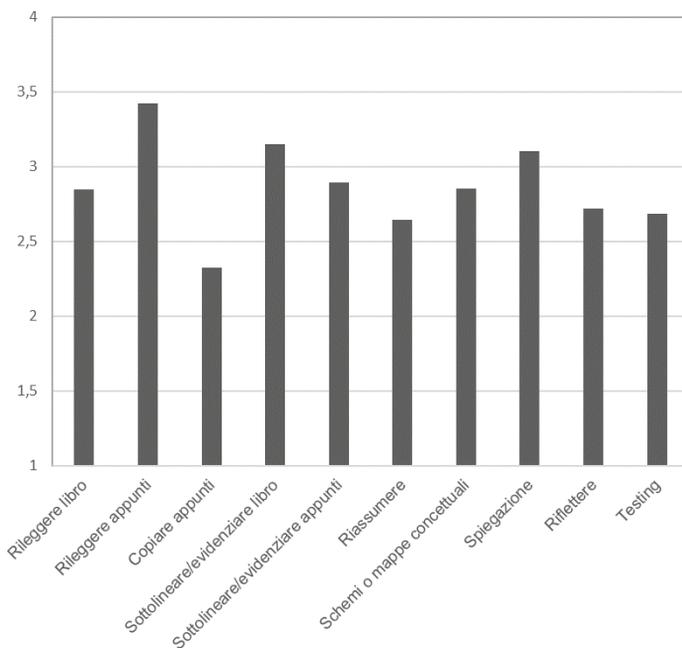


Figura 4. – Intenzioni di utilizzo delle strategie di studio riferite dagli studenti su scala 1-4.

La strategia che gli studenti intendono utilizzare di più è la rilettura degli appunti: questo risultato si integra a numerose ricerche che dimostrano che la rilettura è la strategia che viene utilizzata più spesso dagli studenti.

Al fine di rendere possibile il confronto grafico e qualitativo dei risultati, i valori ottenuti nel questionario attraverso scale diverse sono stati trasformati in valore percentuale. Le medie dei valori percentuali di conoscenza, efficacia percepita e intenzioni di utilizzo delle strategie di studio sono rappresentate in *Figura 5*.

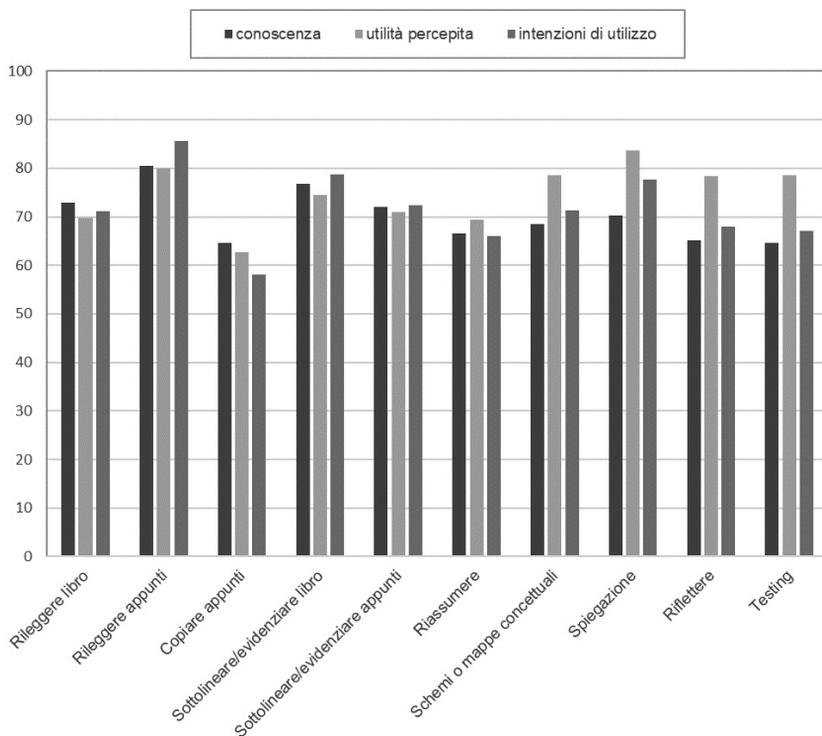


Figura 5. – Valori percentuali di conoscenza, utilità percepita e intenzioni di utilizzo.

Di particolare interesse è il confronto tra i valori di utilità attribuiti alle strategie di studio e le intenzioni di utilizzo riferite dagli studenti. Dal grafico risulta evidente che gli studenti intendono utilizzare nello studio principalmente la rilettura, sebbene ritengano la sua efficacia paragonabile a quella di altre strategie (testing, spiegazione e riflessione). Per le strategie di studio poco efficaci (come rileggere e sottolineare) le intenzioni di utilizzo risultano infatti essere in linea con i giudizi di utilità: gli studenti intendono cioè utilizzare queste strategie in modo proporzionale a quanto ritengono che esse siano efficaci; al contrario, le valutazioni date dai partecipanti rispetto alle strategie di studio più efficaci (testing, riflessione, spiegazione) non sono coerenti tra loro: gli studenti intendono cioè utilizzare queste strategie in modo limitato rispetto a quanto le reputano utili.

Abbiamo approfondito l'analisi rispetto a due strategie di studio: la rilettura (nello specifico degli appunti), ossia una strategia poco efficace che

viene utilizzata molto spesso dagli studenti, e il testing, ossia una strategia molto efficace che non sembra essere utilizzata abbastanza. È stata realizzata un'analisi della varianza (ANOVA) con i fattori Strategia (rilettura degli appunti vs. testing) e Utilità (utilità percepita vs. intenzioni di utilizzo) come entro-il-soggetto. Il risultato più interessante è l'interazione significativa tra i due fattori, $F(1,235) = 110.6$, $p < .001$, che indica un pattern diverso per rilettura e testing rispetto alle valutazioni date dagli studenti. Gli studenti intendono infatti rileggere i propri appunti più frequentemente rispetto a quanto ritengono efficace questa strategia; viceversa, gli studenti intendono ricorrere ad attività di testing meno spesso durante lo studio rispetto a quanto ritengono che questa strategia sia utile (Fig. 6). Nonostante gli studenti ritengano che la rilettura degli appunti e il testing siano strategie simili in termini di efficacia, pianificano dunque di rileggere i propri appunti molto più spesso durante lo studio rispetto a quanto intendono fare attività di testing.

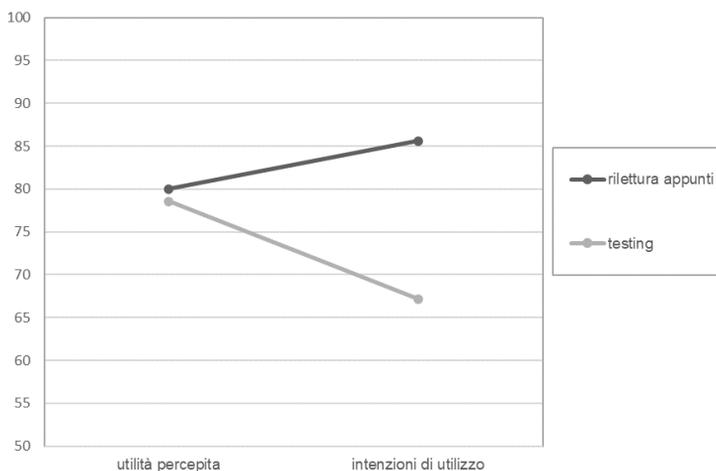


Figura 6. – Valori percentuali di utilità attribuiti a rilettura degli appunti e testing e intenzioni di utilizzo delle due strategie.

Per quanto riguarda l'organizzazione dello studio nel tempo, la quasi totalità degli studenti che ha preso parte alla nostra indagine (93%) ritiene che sia più proficuo studiare distribuendo le attività durante l'intero semestre piuttosto che concentrando il lavoro nel periodo che precede gli esami. Nonostante ciò, solamente il 42% dei partecipanti riporta di aver effettivamente iniziato a studiare fin dall'inizio del semestre. Più della metà degli

intervistati (55%) dichiara infatti di non aver ancora iniziato a studiare al momento dell'indagine; di questi, il 44% intende iniziare a studiare a breve, mentre il restante 11% pianifica di iniziare a studiare in prossimità degli esami. Questi risultati si integrano alle precedenti evidenze empiriche che hanno documentato la tendenza degli studenti al cosiddetto *cramming* (Taraban *et al.*, 1999; Susser & McCabe, 2013; Blasiman *et al.*, 2017).

Sono state infine analizzate separatamente le risposte registrate durante il primo e il secondo semestre. Si potrebbe infatti argomentare che i risultati ottenuti, in particolar modo nel primo semestre, siano condizionati dalla totale inesperienza in ambito universitario degli studenti coinvolti. Al fine di valutare questa possibilità sono state confrontate le risposte registrate nei due semestri accademici: i risultati ottenuti escludono sostanziali differenze nelle due rilevazioni effettuate.

7. CONCLUSIONI

Recenti ricerche (ad es., Gurung *et al.*, 2010; Susser & McCabe, 2013; Blasiman *et al.*, 2017) hanno dimostrato che gli studenti tendono ad utilizzare strategie di studio che non sono efficaci. È stato suggerito che ciò possa dipendere dal fatto che gli studenti non sono consapevoli di quali siano le modalità di studio migliori. I nostri risultati confermano questa conclusione nel contesto universitario trentino.

Gli studenti che hanno preso parte alla nostra indagine riferiscono di avere una conoscenza limitata delle strategie di studio, specialmente di quelle più efficaci. La nostra ricerca conferma inoltre che gli studenti hanno un'idea poco accurata dell'efficacia delle strategie di apprendimento. Gli intervistati ritengono che le strategie più efficaci siano, nell'ordine, spiegazione, rilettura degli appunti, testing, fare schemi e mappe concettuali, riflessione. Alcune di queste strategie sono molto (testing) o moderatamente (spiegazione e riflessione) efficaci, mentre altre sono poco efficaci (rileggere gli appunti e fare schemi o mappe concettuali). Nel formulare i propri giudizi, gli studenti tendono quindi a sovrastimare l'efficacia di strategie di studio poco utili e/o a sottostimare l'efficacia delle strategie più efficienti. La nostra proposta è quella di interpretare questo risultato nel modo seguente: gli studenti valuterebbero correttamente l'efficacia di alcune strategie di studio considerate moderate in termini di utilità (spiegazione e riflessione) ma, nel contempo, sovrastimano l'efficacia di strategie poco utili (rileggere) e sottostimano quella delle strategie più efficienti (testing). Altri studi hanno infatti dimostrato che nonostante gli studenti

abbiano credenze appropriate circa l'efficacia di alcune strategie di studio, non comprendono i limiti della rilettura né i benefici del testing (Blasiman *et al.*, 2017).

Nella scelta delle strategie da utilizzare nello studio, gli studenti partono quindi da una rappresentazione distorta della loro efficacia, a svantaggio delle strategie più efficienti. La nostra indagine dimostra inoltre che gli studenti penalizzano ulteriormente le strategie più utili quando si tratta di pianificare le proprie attività di studio. Gli studenti coinvolti nella nostra indagine ritengono, ad esempio, che la rilettura degli appunti e il testing siano strategie equivalenti in termini di efficacia: ciò nonostante, intendono utilizzare la rilettura molto più spesso durante lo studio rispetto al testing. Gli studenti non pianificano quindi di studiare così come, secondo i loro stessi giudizi, sarebbe opportuno fare. Questi risultati supportano l'idea che, anche quando gli studenti hanno una certa conoscenza delle strategie di studio e della loro utilità, i comportamenti di studio potrebbero non rifletterla. A supporto di questa conclusione è stato ad esempio dimostrato che gli studenti tendono ad utilizzare poco alcune strategie di studio che ritengono efficaci e a fare un maggior uso di strategie che ritengono essere meno utili (Blasiman *et al.*, 2017).

Ulteriori indagini sono necessarie per analizzare il comportamento che gli studenti dell'Università di Trento mettono concretamente in atto nello studio. In letteratura è stata ad esempio documentata una differenza tra le intenzioni di studio e il reale comportamento degli studenti (Blasiman *et al.*, 2017): è stato in particolare dimostrato che gli studenti utilizzano le strategie di studio poco efficaci tanto quanto avevano intenzione di fare, mentre le strategie più efficaci sono utilizzate meno di quanto preventivato. Se questo fosse vero anche nell'ateneo trentino, le strategie più efficaci potrebbero essere ulteriormente penalizzate nell'effettivo comportamento di studio adottato dagli studenti. Stiamo attualmente raccogliendo ed elaborando dati aggiuntivi al fine verificare questi aspetti.

Riteniamo qui importante precisare che il nostro lavoro non aspira ad essere esaustivo rispetto ai metodi e alle strategie che è possibile utilizzare nello studio. Nella nostra indagine sono state infatti prese in analisi le principali strategie di apprendimento che lo studente può mettere in atto in autonomia. Lo studio di gruppo e l'apprendimento cooperativo sono tuttavia metodi di lavoro che, ad integrazione delle strategie individuali, possono avere una grande utilità e specifici vantaggi. Sarebbe pertanto interessante analizzare, in futuro, se e quanto gli studenti sono consapevoli del valore di queste modalità di lavoro e quando spesso scelgono di utilizzarle.

Altre importanti conclusioni emergono dall'analisi dei risultati relativi alla gestione del tempo di studio. Nonostante quasi tutti gli studenti

che hanno preso parte alla nostra indagine ritengano che sia più proficuo studiare distribuendo lo studio nel tempo durante l'intero semestre, meno della metà riporta di aver effettivamente iniziato a studiare al momento dell'indagine. Da notare qui che l'indagine è stata inviata agli studenti dopo circa 6-8 settimane dall'inizio delle lezioni: un periodo di tempo considerevole durante il quale moltissimi studenti non hanno studiato. La maggior parte degli intervistati non distribuisce dunque lo studio durante il semestre, nonostante sia consapevole che questa sia la strategia da preferire. Questo risultato conferma la tendenza al cramming e avvalorata la conclusione precedente, ossia la propensione a studiare in modo poco efficiente anche quando si è a conoscenza di quali sono le modalità di studio migliori.

I nostri risultati suggeriscono che gli studenti non soltanto utilizzano strategie poco efficaci nello studio ma, almeno in parte, pianificano di studiare in questo modo. Ulteriori ricerche sono necessarie per approfondire i motivi che spingono gli studenti a non scegliere strategie e modalità di studio che reputano essere (e che sono) efficaci. A tal proposito, il comportamento di cramming è stato spiegato suggerendo che gli studenti siano orientati a scegliere strategie che permettono loro di raggiungere obiettivi a breve termine, come superare l'esame o prendere un buon voto, piuttosto che dalla motivazione intrinseca relativa all'imparare e al mantenere nel tempo le conoscenze acquisite (Kornell & Bjork, 2007). Possiamo quindi ipotizzare che anche la scelta di strategie sub-ottimali come la rilettura rispetto al testing derivi da una motivazione prevalentemente estrinseca (piuttosto che intrinseca) allo studio: lo studente potrebbe cioè scegliere strategie di studio come la rilettura perché più semplici e immediate da utilizzare e, forse, sufficienti al conseguimento degli obiettivi a breve termine che egli si pone. Ulteriori ricerche sono senza dubbio necessarie in questa direzione per valutare, approfondire ed eventualmente intervenire su questi aspetti.

In conclusione, i nostri risultati indicano una conoscenza limitata delle strategie di studio e della loro efficacia da parte degli studenti dell'Università di Trento. I dati che abbiamo raccolto suggeriscono inoltre che, anche quando gli studenti hanno un'idea più precisa del come si dovrebbe studiare, non sempre effettuano scelte adeguate o mettono in atto comportamenti di studio che la rispecchiano.

Le conclusioni qui delineate hanno evidenti implicazioni in ambito didattico ed educativo. Sostenere gli studenti nel modo in cui studiano e apprendono richiede azioni su vari fronti (ad esempio, come suggerito in precedenza, potrebbe essere determinante agire sugli aspetti motivazionali alla base dell'apprendimento), ma non può prescindere dal trasmettere un metodo di studio adeguato basato su strategie e tecniche realmente efficaci.

Una formazione completa in questa direzione dovrebbe essere concretizzata nel percorso scolastico che precede l'ingresso all'università. È questo, di fatto, un obiettivo fondamentale del nostro sistema educativo, che oggi viene forse trascurato e che, evidentemente, non sempre viene raggiunto con successo.

Da ultimo, desideriamo aggiungere una considerazione finale sulle metodologie didattiche che possono promuovere strategie di studio efficaci: l'utilizzo in aula da parte dei docenti di attività di *active learning* (Weimer, 2013), di classe rovesciata (Cecchinato & Foschi, 2017), e, in generale, di approcci di tipo esperienziale, laboratoriale e cooperativo, può stimolare negli studenti una gestione dello studio più accurata. La proposta in aula di lavorare su materiali il cui studio individuale è richiesto a casa prima di arrivare in classe, unitamente all'adozione in aula di alcune strategie molto efficaci quali il testing (mediante, ad esempio, sistemi di *student response system*) possono rivelarsi utili strategie per accompagnare gli studenti alla comprensione e all'adozione di modalità di studio efficaci attraverso azioni di modellamento proposte e facilitate dal docente. Recentemente, alcune ricerche hanno inoltre dimostrato che offrire brevi interventi formativi dedicati ai metodi di studio può contribuire a migliorare in modo significativo il comportamento di studio in ambito universitario (ad es., Ariel & Karpicke, 2018; McCabe *et al.*, 2020; Cembrani & Mulatti, in preparation). Interventi didattici di questo tipo hanno l'indubbio vantaggio di poter essere implementati con relativa semplicità e inseriti con una certa immediatezza in diversi contesti di apprendimento.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Ariel, R., & Karpicke, J. D. (2018). Improving self-regulated learning with a retrieval practice intervention. *Journal of Experimental Psychology*, 24(1), 43-56.
- Bahrick, H. P. (1979). Maintenance of knowledge: Questions about memory we forgot to ask. *Journal of Experimental Psychology: General*, 108, 296-230.
- Blasiman, R. N., Dunlosky, J., & Rawson, K. A. (2017). The what, how much, and when of study strategies: Comparing intended versus actual study behavior. *Memory*, 25(6), 784-792.
- Carrier, L. M. (2003). College students' choices of study strategies. *Perceptual & Motor Skills*, 96, 54-56.
- Cembrani, V., & Mulatti, C. (in preparation). *Educating students to successfully study: Is it possible?*

- Cecchinato, G., & Foschi, L. C. (2017). Flipping the roles: Analysis of a university course where students become co-creators of curricula. *Teaching and Learning Together in Higher Education*, 22(5), 1-9.
- Cepeda, N. J., Pashler, H., Vul, E., Wixted, J. T., & Rohrer, D. (2006). Distributed practice in verbal recall tasks: A review and quantitative synthesis. *Psychological Bulletin*, 132, 354-380.
- Dunlosky, J., Rawson, K. A., Marsh, E. J., Nathan, M. J., & Willingham, D. T. (2013). Improving students' learning with effective learning techniques: Promising directions from cognitive and educational psychology. *Psychological Science in the Public Interest*, 14(1), 4-58.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. New York: Random House.
- Einstein, G. O., Mullet, H. G., & Harrison, T. L. (2012). The testing effect: Illustrating a fundamental concept and changing study strategies. *Teaching of Psychology*, 39, 190-193.
- Gurung, R. A. R. (2005). How do students really study (and does it matter)? *Teaching of Psychology*, 32, 239-241.
- Gurung, R. A. R., Weidert, J., & Jeske, A. (2010). Focusing on how students study. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, 10, 28-35.
- Hartwig, M. K., & Dunlosky, J. (2012). Study strategies of college students: Are self-testing and scheduling related to achievement? *Psychonomic Bulletin & Review*, 19, 126-134.
- Karpicke, J. D., Butler, A. C., & Roediger, H. L. (2009). Metacognitive strategies in student learning: Do students practice retrieval when they study on their own? *Memory*, 17(4), 471-479.
- Koriat, A., & Bjork, R. A. (2005). Illusions of competence in monitoring one's knowledge during study. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 31, 187-194.
- Kornell, N. (2009). Optimising learning using flashcards: More effective than cramming. *Applied Cognitive Psychology*, 23, 1297-1317.
- Kornell, N., & Bjork, R. A. (2007). The promise and perils of self-regulated study. *Psychonomic Bulletin & Review*, 14(2), 219-224.
- McCabe, J. (2011). Metacognitive awareness of learning strategies in undergraduates. *Memory & Cognition*, 39, 462-476.
- McCabe, J. A., Friedman-Wheeler, D. G., Davis, S. R., & Pearce, J. (2020). «SET» for success: Targeted instruction in learning strategies and behavior change in introductory psychology. *Teaching of Psychology*, 48(3), 257-268.
- Morehead, K., Rhodes, M. G., & DeLozier, S. (2015). Instructor and student knowledge of study strategies. *Memory*, 24(2), 1-15.

- Rawson, K. A., & Dunlosky, J. (2011). Optimizing schedules of retrieval practice for durable and efficient learning: How much is enough? *Journal of Experimental Psychology: General*, *140*, 283-302.
- Rawson, K. A., & Kintsch, W. (2005). Rereading effects depend upon the time of test. *Journal of Educational Psychology*, *97*(1), 70-80.
- Roediger, H., & Karpicke, J. D. (2006). Test-enhanced learning: Taking memory tests improves long-term retention. *Psychological Science*, *17*(3), 249-255.
- Rothkopf, E. Z. (1968). Textual constraint as a function of repeated inspection. *Journal of Educational Psychology*, *59*, 20-25.
- Sambell, K., McDowell, L., & Montgomery, C. (2013). *Assessment for learning in higher education*. London: Routledge.
- Susser, J. A., & McCabe, J. (2013). From the lab to the dorm room: Metacognitive awareness and use of spaced study. *Instructional Science*, *41*(2), 345-363.
- Taraban, R., Maki, W. S., & Rynearson, K. (1999). Measuring study time distributions: Implications for designing computer-based courses. *Behavior Research Methods, Instruments & Computers*, *31*(2), 263-269.
- Weimer, M. (2013). *Learner-centered teaching: Five key changes to practice* (2nd ed.). San Francisco: Jossey-Bass.
- Wiseheart, M., Kupper-Tetzel, C. E., Weston, T., Kim, A. S. N., Kapler, I. V., & Foot, V. (2019). Enhancing the quality of student learning using distributed practice. In J. Dunlosky & K. A. Rawson (Eds.), *Cambridge handbook of cognition and education* (pp. 550-584). New York: Cambridge University Press.
- Wissman, K. T., Rawson, K. A., & Pyc, M. A. (2012). How and when do students use flashcards? *Memory*, *20*, 568-579.
- Yang, C., Potts, R., & Shanks, D. R. (2018). Enhancing learning and retrieval of new information: A review of the forward testing effect. *npj Science of Learning*, *3*(8), 1-8.

RIASSUNTO

Come studiano gli studenti? Cosa sanno gli studenti rispetto allo studio e alle strategie che si possono utilizzare per studiare? Recenti ricerche hanno dimostrato che molto raramente gli studenti utilizzano metodi di studio efficaci. Questo comportamento può dipendere da ciò che gli studenti sanno rispetto alle strategie di apprendimento: gli studenti potrebbero studiare in modo poco efficace perché non sanno quali sono le strategie che funzionano. Il nostro lavoro ha avuto l'obiettivo di indagare e approfondire questi aspetti nel contesto dell'Università di Trento. Sono qui presentati e discussi i risultati di un'indagine diretta a valutare quanto gli studenti conoscono le diverse strategie di studio e la loro

efficacia e quanto hanno intenzione di utilizzarle per studiare nel corso del semestre. I risultati del nostro lavoro confermano che molto spesso gli studenti non sono consapevoli di quali sono le strategie di studio migliori. I nostri risultati suggeriscono inoltre che, anche quando gli studenti hanno un'idea più precisa del come si dovrebbe studiare, non sempre la riflettono nelle proprie attività di studio. Le conclusioni qui delineate richiedono adeguate considerazioni e interventi in ambito educativo e didattico.

Parole chiave: Conoscenza delle strategie di studio; Intenzioni di studio; Metodo di studio; Strategie di apprendimento; Utilità delle strategie di studio.

Copyright (©) 2023 Veronica Cembrani, Anna Serbati, Claudio Mulatti
Editorial format and graphical layout: copyright (©) LED Edizioni Universitarie



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

How to cite this paper: Cembrani, V., Serbati, A., & Mulatti, C. (2023). Metodo e strategie di studio: cosa sanno gli studenti? Un'indagine all'Università di Trento [Study methods and learning strategies: What do students know? A survey at the University of Trento]. *Journal of Educational, Cultural and Psychological Studies (ECPS)*, 27, 101-119. <https://doi.org/10.7358/ecps-2023-027-cemb>