

## Riassunto del sesto incontro: MIGLIORARE IL PROPRIO STILE DI APPRENDIMENTO

L'apprendimento riguarda da sempre la vita degli esseri viventi. Si può parlare infatti di apprendimento motorio, linguistico e di comportamenti specifici. Diverse teorie hanno cercato di spiegare come funziona l'apprendimento negli esseri umani e come può essere da essi governato. Nella prospettiva cognitivista vengono considerati i processi di elaborazione dell'informazione che soggiacciono all'esecuzione di attività cognitive complesse, quali il comprendere, il ricordare, il ragionare, il risolvere problemi: l'acquisizione della conoscenza ha un carattere costruttivo e attivo. Si aggiunge poi la prospettiva sociale che rileva l'importanza del contesto in cui avviene l'apprendimento. Attraverso la compilazione di un questionario che indaga gli stili di apprendimento, durante l'incontro ciascun individuo potrà chiarire le strategie da sé più utilizzate e conoscerne di nuove, da sperimentare nelle future attività di formazione per una maggior efficacia e soddisfazione. Si approfondiranno anche "le buone pratiche" per lo studio universitario, affinché ciascuno si senta invogliato a riflettere sulle proprie abitudini e a decidere possibili cambiamenti, ad esempio per prendere appunti in modo più efficace, per acquisire al meglio le informazioni e per valorizzare il ragionamento e lo studio intra-individuale. Quest'ultimo incontro, inoltre, per chi avrà potuto seguire l'intero ciclo, darà la possibilità di sfruttare le conoscenze e le strategie apprese ai seminari precedenti in funzione di uno dei più significativi obiettivi di uno studente: la buona riuscita universitaria.

