

EMANUELE COLUCCIA  
ALESSANDRA SANTORO

# Mnemotecniche a confronto

Valutazione dell'efficacia  
su una lista di parole

UNIVERSITÀ

tab edizioni

© 2024 Gruppo editoriale Tab s.r.l.  
viale Manzoni 24/c  
00185 Roma  
[www.tabedizioni.it](http://www.tabedizioni.it)

Prima edizione settembre 2024  
ISBN 978-88-9295-952-1

Stampato da The Factory s.r.l.  
via Tiburtina 912  
00156 Roma  
per conto del Gruppo editoriale Tab s.r.l.

È vietata la riproduzione, anche parziale,  
con qualsiasi mezzo effettuata, compresa la  
fotocopia, senza l'autorizzazione dell'editore.  
Tutti i diritti sono riservati.

# Indice

- p. 7 Mnemotecniche a confronto  
Keyword, 14  
Acronimi e acrostici, 19  
Rime, 21  
Storie, 22  
Concatenamento di immagini, 23  
Metodo dei loci, 26  
Peg-word, 28  
Metodo fonetico, 30  
Obiettivi, 33  
Metodo, 34
- 37 Analisi dei dati e risultati  
Analisi sulle differenze di genere, 40
- 46 Discussione  
Differenze di genere nell'uso delle mnemotecniche, 50
- 54 Conclusioni
- 56 Bibliografia
- 69 Appendici



## Mnemotecniche a confronto

Fin dagli antichi Greci, gli uomini di scienza si sono interrogati circa la possibilità di migliorare la propria memoria attraverso delle “tecniche di memorizzazione” o “mnemotecniche”. Al giorno d’oggi per “mnemotecnica” si intende una procedura cognitiva basata su una sequenza definita di processi, i quali garantiscono una codifica ordinata attraverso la creazione e l’inserimento dell’informazione da apprendere in schemi artificiali precostituiti e un recupero sulla base delle stesse procedure utilizzate al momento della codifica (Herrmann, 1987).

Tali procedure, si pensi ad esempio al metodo dei loci, che vedremo in dettaglio più avanti, è quello più antico, inventato e utilizzato dai Greci, anche prima dell’invenzione della scrittura, e i retori Romani se ne servivano per ricordare le orazioni da presentare al pubblico e quindi con del materiale verbale organizzato e argomentativo (Yates, 1966). Così, una volta trasmesse ai romani successivamente si diffusero nella tradizione europea. Secondo il poeta Simonide Di Ceo, poeta greco del V secolo a.C., una disposizione ordinata è essenziale per una buona memoria e per addestrare la memoria bisogna scegliere

alcuni luoghi, formare delle immagini mentali delle cose che si desidera ricordare e collocare le immagini in quei luoghi, in modo che l'ordine dei luoghi garantisca quello delle cose.

L'opera *De oratore* di Cicerone, nella quale venivano date regole su come inventare le “cose” da riporre nella memoria, divenne un punto di riferimento per molti autori medievali. In seguito si sono occupati di mnemotecniche autori come Giordano Bruno, Pietro Ramo, Robert Fludd, Bacone, Cartesio e Leibniz, anche se non ancora in modo prettamente scientifico. Solamente dal '900 in poi, con la nascita della psicologia, lo studio delle mnemotecniche acquisisce maggiore scientificità. Tuttavia tale studio viene spesso trascurato in quanto le mnemotecniche sono considerate dei metodi troppo artificiosi. In effetti, come fa notare Butcher (2000), tali tecniche, seppure efficaci, impongono un certo sforzo cognitivo potrebbero richiedere molto tempo per essere apprese.

Questo “senso di artificiosità” ha fatto sì che i primi psicologi non vi prestassero sufficiente attenzione. Solo dopo gli anni '70, con lo sviluppo della psicologia cognitiva e con i concetti di apprendimento strategico e metacognizione, le mnemotecniche hanno iniziato a essere oggetto di interesse degli psicologici cognitivi, in quanto tecniche in grado di fornire strategie di immagazzinamento e di recupero dell'informazione.

Come già detto, le mnemotecniche sono delle procedure cognitive che, attraverso l'utilizzo di sequenze pre-stabilite di processi fondamentali per la memoria, con-

sentono di massimizzare il ricordo (per una rassegna in italiano, cfr. De Beni, 1984).

Il loro studio è di estremo interesse, oltre che per le ricadute pratiche nei campi educativi (Mastropieri, Scruggs, 1991) e riabilitativi (Cermak, O'Connor, 1988; Richardson, 1992; Parente, Stapleton, 1993; Richardson, 1995; Goldstein, Beers, Longmore, McCue, 1996) e con soggetti che presentano difficoltà d'apprendimento (Scruggs, Mastropieri, 1990; Fulk, Lohman, Belfiore, 1997), per le notevoli implicazioni teoriche, perché consente di comprendere i meccanismi di funzionamento della memoria naturale, ad esempio l'immaginazione, l'organizzazione del materiale e la localizzazione delle informazioni nello spazio (Bellezza, Reddy, 1978; Bellezza, 1981; Cornoldi, 1988; Higbee, 1988; De Beni, Moè, Pazzaglia, 1995; Bellezza, 1996). È ampiamente dimostrato che le mnemotecniche sono particolarmente efficaci nel produrre alte prestazioni di memoria, sia con studenti (Higbee, Clawson, DeLano, Campbell, 1990; Troutt, Eileen, 1990; Carney, Levin, Levin, 1994; Schoen, 1996) che con soggetti adulti (Hill, Schwob, Ottman, 1993) o anziani (Yesavage, Lapp, Sheikh, 1989; West, 1989; Hill, Allen, Gregory, 1990; West, 1995; Andrewes, Kinsella, Murphy, 1996). La ricerca ha dimostrato che l'istruzione esplicita di queste tecniche può migliorare le prestazioni accademiche e possono modificare comportamenti di studio specifici (Fleming, 2002; Tuckman, 2003). Diversi ricercatori in psicologia hanno approvato l'inclusione delle tecniche mnemoniche come parte integrante delle lezioni del corso (Carney *et al.*, 1994;