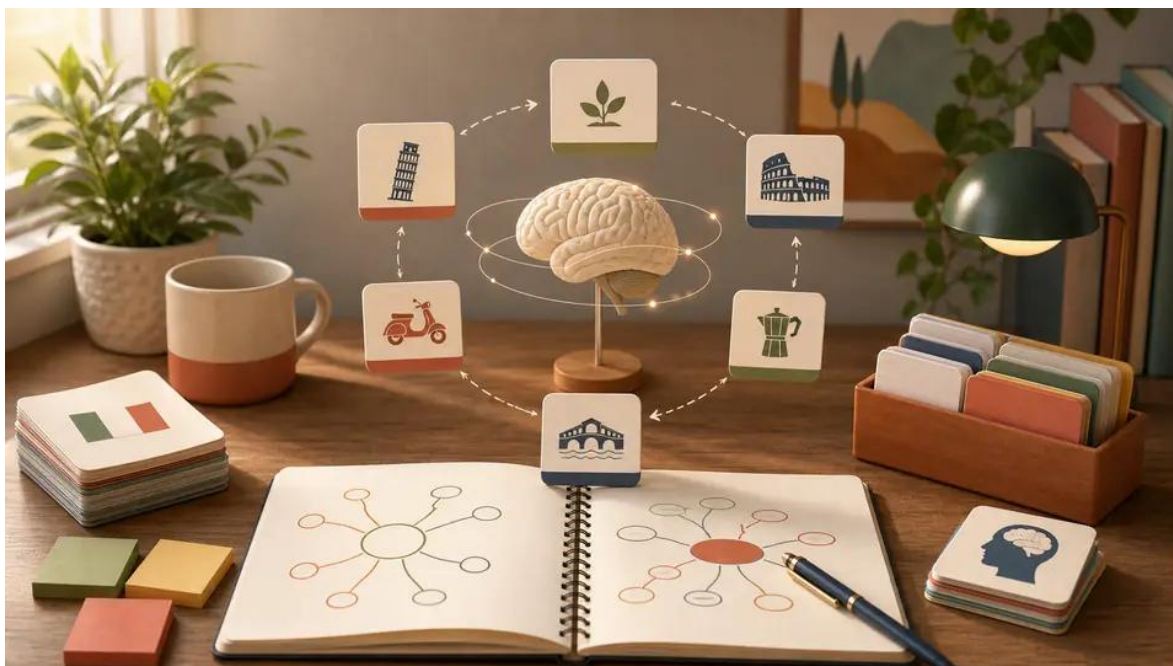


# Gedächtnistechniken

DE - B2 - <https://italianoconmartin.com/de/lesetexte/gedachtnistechniken.html>



## Tecniche di memoria - livello B2

### Strategien und Grenzen

La memoria non è un archivio perfetto, ma un sistema dinamico. Ricordiamo meglio ciò che recuperiamo spesso, ciò che ha un significato personale e ciò che appare in contesti diversi.

Il recupero attivo è più efficace della semplice rilettura perché trasforma lo studio in una prova. Non devi aspettare di sapere tutto: puoi testarti anche quando sei incerto.

Le mnemotecniche funzionano soprattutto quando sono personali. Una parola difficile può essere collegata a un'immagine assurda, a una parola simile nella tua lingua o a un piccolo racconto.

Attenzione però: una tecnica non sostituisce l'uso reale. Puoi ricordare una parola con una scena mentale, ma devi poi usarla parlando, scrivendo e ascoltandola in contesto.

Un metodo efficace per una lingua combina ripasso distribuito, recupero attivo, esempi personali e variazione. La stessa parola deve comparire in frasi diverse, con persone diverse e in momenti diversi.

### Vokabelblatt

mnemotecnica = Mnemonik contesto = Kontext variazione = Variation significato personale = persönliche Bedeutung uso reale = echter Nutzen

### Aktive Registerkarte

- Fassen Sie die Hauptidee in Ihren eigenen Worten zusammen.
- Wählen Sie zwei neue Wörter und verwenden Sie sie in einem persönlichen Satz.



Italiano con Martin

**[italianoconmartin.com](http://italianoconmartin.com)**