



PROCEDIMENTOS PARA INSTALAR COMPORTAMENTO DE ESTUDAR*¹

HÉLIO JOSÉ GUILHARDI
Instituto de Terapia por Contingências de Reforço
Campinas –SP

As orientações que se seguem devem ser conduzidas e monitoradas, por uma pessoa devidamente preparada para tal. É ingênuo e equivocado esperar que o estudante que ainda não adquiriu hábito consistente de estudar tenha autodisciplina para segui-las. O acompanhante terapêutico (AT) está habilitado para assumir papel de guiar o estudante. No início deve ficar presente o tempo todo de estudo. Aos poucos – em função do progresso do estudante – sua presença pode ser esvanecida.

1. Preparar o ambiente de estudar e criar o hábito de sempre estudar ali. É desejável manter o mesmo horário e a mesma rotina. Deve haver uma mesa ampla, sobre a qual caibam livros, cadernos, computador etc. É preferível adquirir o hábito de estudar sentado. Tal posição permite escrever, fazer anotações, grifar frases e palavras etc., o que fica prejudicado na posição deitada ou reclinada. Não há necessidade de guardar todo o material após o estudo (a menos que sejam cadernos, livros, lições etc. que devam ser levados para a Escola no dia seguinte). Quando há planos de continuar a leitura, escrita etc. é preferível manter o livro, o caderno etc. disponível no local de estudo. Desta forma, basta sentar-se e começar. Manter tudo que é necessário à mão facilita engajar-se nos estudos.
2. Eliminar estímulos concorrentes. Quando o estudante diz que prefere estudar com som ligado, tela de computador ou TV ligada etc. é porque adquiriu hábitos inadequados. As orientações convencionais de que se deve estudar em um ambiente silencioso, não encontram acolhimento entre os jovens. O critério a ser adotado se resume no seguinte: os estímulos (som, vídeos, computador etc.) que competem com estudar, ou se concentram e que potencializam interrupções devem ser eliminados do ambiente.
3. Remover todo e qualquer estímulo que controle outros comportamentos diferentes daqueles de estudar. Os acessos que o computador permite – diferentes da busca de material acadêmico – é uma grande fonte de competição com estudar. Em geral, com a derrota previsível dos hábitos de estudo. Deveriam ser usados, porém – com a devida sinalização (por exemplo, quando o estudante encerra uma etapa pré-determinada de estudo, ou completa unidades de tarefas etc.) e por tempo curto, prefixado – como gratificação pelo desempenho completado. Interrupções breves, contingentes a desempenho acadêmico apropriado, beneficiam a assimilação do conteúdo estudado.

¹ Maio/ 2012

4. Estruturar condições de estímulos que controlem especificamente comportamentos de estudar. Antes de se sentar colocar sobre a mesa os livros, cadernos e demais itens essenciais para estudar. Qualquer objeto não acadêmico ao alcance dos olhos e das mãos representa forte concorrente potencial contra caderno e livros, em particular para os estudantes que ainda não adquiriram hábitos saudáveis de estudo.
5. Selecionar, para conduzir a atividade de estudar, a disciplina acadêmica preferida pelo estudante. Em geral, é aquela considerada mais fácil e que exige menos esforço. É uma ótima aliada para instalar hábitos de estudo novos e mais adequados. Começar pelas disciplinas nas quais o aluno encontra mais dificuldade e exige, portanto, mais esforço, pode desestimular a aquisição e manutenção de novos comportamentos de estudo.
6. Fracionar o texto de estudo em unidades funcionais mínimas de conhecimento, ou seja, selecionar trecho que contenha apenas um conceito ou informações relevantes suficientes para compor uma unidade de conhecimento. É importante aprender a aprender. Trabalhando com unidades menores a sensação de sucesso é real e é mais provável que a experiência bem sucedida desperte o genuíno prazer por estudar e aprender. O amor pelo estudo começa de fora para dentro. Depois se torna um valor intrínseco à atividade.
7. Fracionar e organizar as unidades funcionais mínimas de conhecimento de maneira arbitrária, porém compatível com o nível do estudante. É importante minimizar as chances de erro. A aprendizagem sem erro evita frustrações, sentimentos de baixa autoconfiança, constrangimentos. Estudar unidades pequenas aumenta as chances de sucesso e fortalece sentimentos de autoconfiança, de responsabilidade, de satisfação, de autoestima. Não comece com grandes desafios, pois estes – ao contrário do que se pensa – não moldam garra, nem persistência.
8. Rearranjar as unidades mínimas de conhecimento. Devem ser revistas e alteradas de acordo com os progressos no desenvolvimento do estudante, respeitando o repertório de estudo presente. O aumento das unidades deve ser gradual e avançar em sintonia com a evolução de estudante. Exigências progressivamente maiores e mais rigorosas combatem a estagnação, aumentam a tolerância à frustração, criam a disciplina de se manter ligado a tarefas, fortalecem a persistência e o autocontrole.
9. Solicitar ao estudante que leia, em voz alta, o trecho fracionado. É a garantia de que ele leu. Solicitar ao estudante que repita, com palavras literais ou com termos próprios, o conceito ou informação lida. A exigência deve avançar aos poucos. O estudante pode consultar o texto tantas vezes quantas forem necessárias, desde que prossiga dispensando paulatinamente o auxílio do texto de apoio. O estudo ocorre na presença do texto, mas a avaliação não! A única garantia que se pode ter de que o estudante se sairá bem numa avaliação é prepará-lo para ela. Critica-se a memorização. É um equívoco. Há necessidade de se memorizar para desempenho bem sucedido. Tal preconceito contra a memorização tem origem num problema real, qual seja o de substituir a compreensão pela memorização. Repetir sem entender o que se está falando ou escrevendo é um problema grave. Logo, o problema não é memorizar, mas não compreender o que se recita.
10. Solicitar ao estudante que exponha o conteúdo estudado em voz alta e também por escrito na ausência do texto. Podem ser feitas perguntas como estímulo de auxílio para a emissão da resposta. Aos poucos o próprio estudante deve fazer perguntas a respeito do texto estudado para ele próprio respondê-las. Perguntar-se sobre o que foi

estudado é parte da aprendizagem. Uma boa regra é que ele se coloque na posição de um professor preparando uma prova sobre o texto estudado. As questões não devem se restringir à repetição das frases escritas, mas devem estabelecer relações entre as informações do texto e, mais adiante, relações entre informações de diferentes fontes. Assim, a memorização se torna importante instrumento e meio para compreensão do que foi estudado e não finalidade em si mesma.

11. Saber é fazer. O estudante demonstra que aprendeu quando responde corretamente a questões que lhe são propostas na ausência do texto. *Dizer* que sabe aquilo que estudou não basta para convencer o AT ou os pais (nem mesmo a si mesmo) que aprendeu a unidade estudada. O estudante demonstra conhecimento falando em voz alta e escrevendo a informação sem nenhum apoio externo a si mesmo.
12. Pedir para o estudante explicar o conceito ou informação usando exemplos, preparando ilustrações, fazendo comentários etc. Não basta repetir; tem que demonstrar que adquiriu o conceito. O estudante precisa ser ensinado a fazer relações entre as informações e a fazer generalizações para diferentes contextos. Não se deve esperar que o faça por si mesmo e criticá-lo se for mal sucedido; deve-se levá-lo a desenvolver tais habilidades. Assim, as questões no início devem ser restringir a solicitar repetição do conteúdo estudado, mas progressivamente devem ser propostas perguntas ou serem apresentados comentários que suscitem no aluno a capacidade de fazer relações e generalizações.
13. Avançar para a próxima unidade apenas depois de o estudante ter demonstrado que repete e compreende a unidade anterior. O avanço pode ser lento no início, mas assim é preferível. O estudante está aprendendo a estudar e o ritmo de aprendizagem se acelera naturalmente e de forma consistente.
14. Interromper a atividade de estudar apenas quando o estudante demonstrar que aprendeu (repete e explica) o trecho que está estudando. A interrupção da atividade deve ser usada como uma consequência reforçadora e, como tal, deve ser disponibilizada contingente ao término bem sucedido da unidade de estudo e não contingente a “cansaço”, “desânimo” etc. Ao contrário do que se pensa, as interrupções não atrapalham a concentração. Ajudam na sedimentação do conhecimento. No entanto, as interrupções devem ser organizadas: precisam ser programadas previamente (não devem ocorrer “quando dá vontade”), devem ser contingentes a sucesso (uma fração – não importa o tamanho – de conteúdo aprendido), devem ser breves e, preferencialmente preenchidas com atividade (falar com alguém, ver TV etc.) ou itens (comer um chocolate, beber um suco etc.) gratificantes.
15. Interromper as atividades de estudo, apenas após desempenho bem sucedido, e introduzir atividades variadas, avaliadas como reforçadoras positivas para o estudante, com duração breve, apenas suficiente para ter função reforçadora, mas não excessiva tal que atrapalhe o controle do material acadêmico sobre o comportamento de estudar.
16. Manter a atividade de estudar por tempo compatível com o repertório do estudante e aumentar gradualmente a duração da atividade. A duração do período de estudar deve ser aumentada gradualmente, tendo como critério o progresso do estudante. Não se deve dar saltos nas exigências; também não se deve paralisar o progresso. Às vezes, há pressão para o aluno estudar “tudo que precisa” ser estudado; fazer todas as tarefas que ele está devendo...Tais exigências são válidas, no entanto são metas a serem alcançadas e não ponto de partida. Lembre-se que o estudante está aprendendo a

estudar e isso inclui aumentar passo a passo a persistência, “força de vontade”, disciplina para se manter estudando etc.

17. Aumentar gradualmente o tamanho das unidades funcionais mínimas de conhecimento.
18. Esvanecer (*to fade out*) a ajuda do AT, até o estudante estudar todo o texto sem ajuda de ninguém e demonstrar aquisição do conhecimento, a partir de desempenho satisfatório em tarefas de avaliação programadas para tal.
19. Avançar sob controle do progresso do estudante, não do desejo dos pais.
20. Usar reforços arbitrários no início, mas estar preparado para substituí-los gradualmente por reforços naturais. O objetivo final do projeto é instalar hábitos apropriados de estudo e independência na condução das atividades que caracterizam um bom aluno, mas, principalmente, que o estudante passe a amar estudar e aprender.
21. Elaborar o projeto de desenvolvimento do repertório de estudar do aluno em harmonia com os objetivos e cultura próprios da Escola, bem como respeitar os limites de atuação da Instituição. Não cabe à Escola terceirizar funções que são próprias da família. O trabalho do Psicólogo deve harmonizar os objetivos da Escola, as expectativas dos pais e as limitações do estudante, maximizando as contribuições e potencialidades de cada um.
22. Esclarecer os pais sobre os procedimentos adotados, mas não transferir para eles a implementação do programa, a qual é tarefa do AT. Os pais devem estar o tempo todo conscientizados do progresso de trabalho, do desempenho (progressos e dificuldades) do filho e estimulados a colaborar. A qualidade das relações pais-filhos deve ser preservada.
23. Orientar os pais sobre sua relação com o filho durante o processo de aquisição do repertório de estudar. As preocupações dos pais com os progressos do filho se justificam, mas não devem sufocar o processo de aquisição do repertório de estudar, que é extremamente complexo e envolve uma multiplicidade de habilidades.
24. Esclarecer qualquer dúvida que os pais tenham sobre o projeto de trabalho do Psicólogo ou do AT e reavaliar os comportamentos de interação com o filho sobre estudo, notas etc., que vinham adotando anteriormente. Para tal, cabe ao psicólogo responsável pelo programa orientá-los sobre a atuação que lhes compete. Espera-se que os pais cooperem sem pressionar o filho e sem se omitirem.
25. Orientar os pais para participarem das atividades de estudo do filho apenas depois que o comportamento de estudar esteja funcionalmente instalado (a critério do Psicólogo), a fim de complementar a atividade do AT, de modo a maximizar a generalização e a manutenção do repertório de estudar.
26. Os itens 22, 23 e 25 merecem esclarecimento adicional, objeto de projeto próprio de orientação. A ser desenvolvido com os pais.
27. Os procedimentos para instalar comportamento de estudar não devem ser confundidos com aula ministrada por um professor particular.

Obs: O acompanhante terapêutico (AT) é uma pessoa particularmente preparada para auxiliar o estudante a adquirir e ampliar o repertório comportamental de estudar. Tal papel pode ser desempenhado por uma professora, um estudante mais avançado, uma pessoa de família etc., que, devidamente orientada, assume o papel de AT.

Os comportamentos e sentimentos de responsabilidade, de autocontrole, de disciplina, de comprometimento etc. não se desenvolvem espontaneamente. Devem ser instalados e mantidos. Os pais não devem lamentar que os filhos não apresentem responsabilidade e autocontrole. É mais apropriado reconhecer que os repertórios de comportamentos que justificam o uso de tais termos não foram desenvolvidos (como tal, não são defeitos congênitos dos filhos) e que tais comportamentos podem ser instalados. Cabe a eles tal tarefa e para isso justifica-se adequada orientação e participação sistemática no programa.

Todo o trabalho com o estudante deve ser conduzido com a participação ativa da Escola. O AT deve manter contatos periódicos com a professora e com a Orientadora responsável pelo aluno e alinhar o programa de orientação do estudante com os objetivos, ritmo e método da Escola. Outros profissionais (fonoaudióloga, médico, psicólogo etc.) poderão ser necessários, dependendo das dificuldades e possíveis déficits do estudante.