

Sumário

AGRADECIMENTOS	7
PREFÁCIO	11
INTRODUÇÃO	13
1. O MUNDO ATUAL	21
a) A sociedade da informação	22
b) As revoluções tecnológicas	25
c) As instituições de ensino	29
d) O mercado de trabalho hoje e amanhã	32
2. AUTONOMIA NO ESTUDO	39
a) O que é autonomia?	40
b) Autonomia no aprendizado	46
c) Autonomia no estudo em casa	51
d) Autonomia na era do <i>Google</i>	55
e) Autonomia na era da Ritalina	57
3. HÁBITO DE ESTUDO E ROTINA	62
a) Os hábitos da rotina	63
b) Estudo como um hábito	68
c) Aulas, revisão, dever de casa e estudo	70
d) O papel dos pais no estudo	72
e) Importância do Estudo e de outras atividades rotineiras (inglês, futebol...)	74
f) Conhecendo a rotina com programação de horários.....	78
g) Os pais e a aquisição do hábito de estudo	81

4. OBSTÁCULOS DO ESTUDO	85
a) Requisitos básicos do estudo	86
b) Local do Estudo	88
c) Material do Estudo	92
d) Mito: “Os jovens hoje em dia fazem várias coisas ao mesmo tempo”	94
e) Computador e estudo	97
f) Mitos dos alunos	102
f.1) “Não sei estudar”	102
f.2) “Não sou inteligente, por isso não consigo estudar”	103
f.3) “Não sei por onde começar”	105
f.4) “Um dia vou parar de estudar”	108
f.5) “Resultados bons ou ruins são uma questão de sorte”	109
f.6) “Muitos dos conteúdos do colégio são inúteis”	111
5. GOSTANDO DE ESTUDAR	115
a) O orgulho de desprezar o estudo	116
b) O estudo “chato”	119
c) O estudo “legal”	123
d) Saber e gostar de estudar	128
6. PROGRAMAÇÃO DE HORÁRIOS	131
a) Por que programar horários	132
b) Tabela de Horários	136
b.1) Aulas e trabalho	138
b.2) Refeições	140
b.3) Outros compromissos	143
b.4) Lazer	145
b.5) Preparação e Deslocamento	150
b.6) Descanso	152
b.7) Estudo em casa	156

c) Calendário do Mês	162
d) Calendário do Ano	165
7. MÉTODO DE ESTUDO	167
a) A necessidade de método de estudo	168
b) Método das 4 etapas	171
b.1) Leitura panorâmica	172
b.2) Marcação e sublinha	176
b.3) Anotações	180
b.4) Exercícios	187
c) Diferenças entre alunos e vantagens das 4 etapas	189
d) Os pais no acompanhamento do estudo	191
8. HÁBITO DE ESTUDO NA ESCOLA	195
a) Hábito de estudos como um projeto	196
b) Palestras	198
c) Oficinas	200
d) Atendimentos	205
e) Diferenças entre séries	206
f) O trabalho com os pais	208
CONCLUSÃO	212
BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA	217
APÊNDICE	222

Agradecimentos

Este livro é resultado de um trabalho de construção e troca conjunta, ainda não acabado. Dessa forma, faz-se necessário agradecer a quem participa dessa construção.

Agradeço aos *alunos*, que já somam mais de 20.000, pela coragem em encarar de frente uma questão tão presente e fundamental, o estudo, sua importância e dificuldade. Agradeço, também, aos *pais, educadores e diretores* das diversas escolas que aceitaram receber o trabalho por meio de palestras, oficinas e formações. Gostaria que tais escolas, todas sediadas no Rio Grande do Sul, se sentissem parte desta obra. São elas: Colégio Israelita, Colégio Farrroupilha, Colégio Anchieta, Colégios João Paulo I – Zona Sul, Zona Norte e Higienópolis –, Colégio João XXIII, Colégio Marista Rosário, Colégio Marista Assunção, Colégio Marista Champagnat, Colégio Marista Ipanema, Colégio La Salle Dores, Colégio La Salle Santo Antônio, Colégio La Salle São João, Colégio La Salle Pão dos Pobres, Colégio Salesiano Dom Bosco, I. Maria Auxiliadora, Colégio Bom Conselho, Colégio Santa Família, Colégio Santa Inês, Instituto Santa Luzia, Colégio Monteiro Lobato, Colégio Con-córdia, Colégio Batista, Colégio Estadual Júlio de Castilhos, Colégio Estadual Ruben Berta, Colégio Estadual Pres. Arthur

da Costa e Silva, E. E. E. M. José do Patrocínio, I. E. Gen. Flores da Cunha, I. E. Dom Diogo de Souza, I. E. Rio Branco, Escola Constructor, Escola Yellow Kids, Colégio Murialdo, Colégio Pallotti, Anglo Vestibulares, Colégio Adventista Marechal Rondon, E. E. E. B. Almirante Bacelar, E. E. E. M. Elpídio Ferreira Paes, Colégio Adventista Sarandi, Colégio Concórdia, Colégio Maria Imaculada, Colégio Adventista Partenon, Colégio Rainha do Brasil, Colégio Sinodal do Salvador, E. E. E. F. Itamarati e E. E. E. F. Osório Duque Estrada, todos sediados em *Porto Alegre*; Colégio Marista Graças, E. E. E. M. Prof. Tolentino Maia, E. E. E. F. junto ao Ana Jobim, E. E. E. M. Orieta, I. E. E. Isabel de Espanha, E. E. E. M. Francisco Canquerini e E. E. E. M. Gov. Walter Jobim, de *Viamão*; Colégio Espírito Santo, Colégio La Salle Canoas, Colégio La Salle Niterói, E. E. E. M. São Francisco de Assis, E. E. E. M. Érico Veríssimo, E. E. E. M. André Leão Puente, E. E. E. M. Profa. Margot Terezinha Noal Giacomazzi, E. E. E. M. Barão do Amazonas, E. E. E. F. Fátima, E. E. E. F. Padre Jaeger, E. M. E. F. Thiago Wurth, E. E. E. M. Miguel Lampert, E. E. E. F. Canoas e Colégio Estadual Jussara Maria Polidoro, de *Canoas*; Colégio Fundação Bradesco, Colégio Santa Luzia, E. E. E. M. Padre Nunes, E. E. E. M. José Maurício, Colégio Estadual Prof. Nicolau Chiavaro Neto e Colégio Adventista Gravataí, de *Gravataí*; Colégio Adventista Alvorada, Colégio Luterano São Marcos, Colégio Pastor Dohms Alvorada, E. E. E. M. Carlos Drummond, E. E. E. M. Nossa Senhora Aparecida, Instituto Estadual Nossa Senhora do Carmo, Colégio Estadual Érico Veríssimo, E. E. E. M. Sen. Salgado Filho, Colégio Estadual Antônio de Castro Alves, E. E. E. F. Stella Maris, E. E. E. M. Maurício Sirotsky Sobrinho e E. E. E. M. Campos Verdes, de *Alvorada*; E. E. E. F. Olaria

Daudt, E. E. E. F. Antonina Ramires da Silveira, E. E. E. F. Manuel Bandeira, de *Sapucaia do Sul*; Colégio Marista Pio XII e Instituição Evangélica de *Novo Hamburgo*, da cidade que lhe dá nome; Colégio La Salle Esteio e Colégio Adventista *Esteio*, idem; Colégio São Luís, Colégio São José, Colégio Sinodal, I. E. Parque do Trabalhador e E. E. E. M. Emílio Sander, de *São Leopoldo*; Colégio Adventista Cachoeirinha, idem; I. E. Manuel de Almeida Ramos, de *Capela de Santana*; Colégio Estadual Doze de Maio, de *Três Coroas*; Colégio Riachuelo e Colégio Marista Santa Maria, ambos de *Santa Maria*; Colégio Mauá, de *Santa Cruz do Sul*; Colégio Marista Roque, E. E. E. M. Liberato Salzano Vieira da Cunha de *Cachoeira do Sul*; E. E. E. F. Irmã Branca, Colégio Evangélico Alberto Torres, E. E. E. F. Otília Corrêa de Lima e Colégio Cenecista João Batista de Mello, de *Lajeado*; Colégio Evangélico Alberto Torres, de *Roca Sales*; Colégio Salvatoriano Bom Conselho, de *Passo Fundo*; Colégio Marista Aparecida e E. M. E. F. Santa Helena, de *Bento Gonçalves*; Colégio Marista Imaculada, de *Canela*; Colégio Regina Coeli e Colégio Agrícola, de *Veranópolis*; Colégio Cenecista Mário Quintana, de *Encantado*; E. E. E. M. Dante Grossi e I. E. E. Prof. Irmã Teofânia, de *Garibaldi*; E. E. E. M. Gomes Freire de Andrade e E. E. E. M. Tancredo de Almeida Neves, de *Teutônia*; I. E. São José, de *Montenegro*; Colégio Sinodal, de *Portão*; E. E. E. M. Raul Pilla, de *Cidreira*; E. E. E. B. Lourenço Leon de Von Langendonk, de *Maquiné*; E. E. E. M. João de Deus, de *Cruzeiro do Sul*; Projeto Pescar – Fazenda Ranchinho, sediada em *Mostardas*.

Além desses, agradeço à Prefeitura Municipal de Veranópolis, ao Instituto Unibanco e à FAPERGS por terem apoiado o trabalho que tenho desenvolvido. Um agradecimento espe-

cial é endereçado ao SINPRO/RS pelo reconhecimento público do trabalho, pela honra de ter recebido o *Prêmio Educação RS 2010*.

Agradeço, ainda, à equipe da *Autonomia Soluções em Educação*, começando pelo sócio, amigo e colega Rafael Korman, assim como à Ana Carolina Valls, ao André Sommer Bertão, à Manuela Vanti, ao Eduardo Pedron e à Ana Carlota Jahn. Além desses, estendo o agradecimento a todas as pessoas que colaboram com o dia a dia da empresa. O trabalho incansável da equipe possibilitou, além da expansão dos projetos, o tempo necessário para a atualização deste texto. Obrigado!

Agradeço, também, a educadores e profissionais da educação que incentivaram a redação e publicação deste livro. São eles: a Psicopedagoga Sandra Schroeder, a Psicóloga Cristiane Flor e a Prof^a Luisa Ribeiro Menz. Além desses, agradeço a todos que ajudam a divulgar e disseminar este trabalho.

Finalmente, agradeço à minha família e aos amigos, que tanto incentivaram esta empreitada. Cito apenas os mais próximos. Agradeço aos meus pais, Cuco e Susi, a quem dedico o livro, à minha irmã, Cris, ao meu querido afilhado, João, e, especialmente, às minhas filhas queridas, Gabriela e Giovana, e também à Elisa, tão dedicada a elas e que me ajudou no período de elaboração deste livro.

Prefácio

O hábito de estudar, contextualizado no cenário escola / família, denota cada vez mais o desejo de que alunos / filhos possam organizar seus processos de aprendizagem de forma sistemática, incorporando em sua modalidade de estudo recursos de memória, esquemas e estratégias. A proposta da formação do hábito de estudo tem como objetivo o sucesso escolar sem interferências na qualidade de vida, no mundo de tantas exigências, de informações e velocidade de pensamento.

O livro de Fábio Mendes, *A Formação de Hábito de Estudo, Teoria e Prática*, vem corroborar nessa prática. O autor transforma a profundidade do assunto, numa leitura prática e sequencial, cativando o leitor através de desafios a construir etapas de organização, autonomia e autoria. Chama a atenção a forma como Fábio Mendes revisita o espaço de outras áreas relacionadas ao tema, contextualizando suas inter-relações com foco na prática do estudo. As 4 etapas de estudo sugeridas pela vivência do autor levam o aluno a percorrer o trajeto da informação à formação e, finalmente, transformação do conhecimento. Isso tudo de forma prazerosa, conquistando o poder do saber para a Vida. Seu livro serve de apoio para quem estuda, tanto na Escola como para profissionais que

buscam organizar sua vida no atual momento de demandas e competições de futuro.

Através da proposta apresentada, é possível questionar se não estamos diante de uma nova disciplina curricular de Educação Básica de hábitos de estudo, com a finalidade de ensinar, na prática, a aprendizagem com autonomia, evitando dessa forma o fracasso escolar.

Porto Alegre, Junho de 2009.

Sandra Schroeder¹

¹ Psicopedagoga Clínica; Especialista em Educação (Orientadora Educacional); Membro titular da Associação Brasileira de Psicopedagogia / SP; Conselheira Científica da Associação Brasileira de Psicopedagogia do RGS (2001 – 2007); Coordenadora Científica do Grupo PUC-RS *Dislexia e Transtornos de Aprendizagem* (2001 – 2004).

Introdução

Vivemos em um mundo, neste início do século XXI, onde o conhecimento determina nossa identidade. Uma rede mundial de computadores permite o contato instantâneo de pessoas fisicamente afastadas, que agora formam verdadeiras comunidades de troca de informação. As tecnologias se multiplicam em diversos campos, em uma série de avanços significativos e revolucionários, em uma profusão de saberes que não somos capazes de acompanhar. Nesse cenário, nosso futuro não parece fácil de prever.

No entanto, sendo um fato que vivemos em um tempo no qual o conhecimento que temos determina nossa colocação (especialmente na sociedade e no mercado de trabalho), não há dúvidas de que um tipo de habilidade especial precisa ser desenvolvida. Refiro-me à capacidade de aprender por conta própria. Isso significa buscar ativamente o conhecimento de forma constante, ininterrupta. Por ser constante, o exercício dessa habilidade se converte em um hábito. Dessa forma, independentemente de quais desafios específicos enfrentaremos cada um de nós em nossas vidas futuras, todos precisaremos *aprender a aprender sozinhos* de forma *regular*. Dito de outra forma, precisamos adquirir *hábito de estudo*.

O futuro é realmente imprevisível e faz com que trilhemos caminhos inesperados, que por vezes nos revelam gratas surpresas. A história por trás da elaboração deste livro é indício disso. Formado em Filosofia pela UFRGS, recém aprovado no Mestrado na mesma área, arrisquei-me em um segundo vestibular, para o curso de Direito. O bom desempenho nas provas, que garantiu a vaga no curso, levou-me a ajudar alguns amigos a estudar para o vestibular do ano seguinte. Tal experiência foi tão rica que acabei escrevendo meu primeiro livro: *Vestibular e Enem 100%, Método de Estudo, Descanso e Lazer* (Autonomia, 2013, 2ª edição). Nesse livro, tudo o que fiz foi relatar de forma minimamente sistemática como os conhecimentos adquiridos sobre estudo durante a graduação foram úteis para a preparação com vistas ao vestibular. Editado o livro, ofereci-o em diversos colégios, de porta em porta. Logo surgiram convites para *palestras* acerca do tema, ainda voltadas especificamente aos vestibulandos. Na mesma época, acabei sendo contratado como professor de Filosofia no Ensino Médio do Colégio Monteiro Lobato, em Porto Alegre.

À medida que fazia palestras em colégios para os alunos do 3º ano, os setores de orientação pedagógica naturalmente começaram a indagar-me se seria possível estender o tema do estudo, método e programação de horários, para as demais séries do Ensino Médio. Certamente, isso seria possível, bastando desenvolver a temática comum do estudo. E, assim que realizava tais palestras para o Ensino Médio, tornou-se evidente que esse trabalho poderia começar muito mais cedo. Em pouco tempo, o tema do estudo, que começara com os desesperados alunos prestes a enfrentar o vestibular, já estava sendo realizado com alunos a partir da 5ª série do Ensino

Fundamental. O tema dos encontros já era identificado como *hábito de estudo*.

Faltava, contudo, uma dimensão prática nesse trabalho, o que foi alcançado por meio de *oficinas*. As primeiras realizadas tinham por objetivo discutir com os alunos quais seriam os horários ideais de estudo em suas rotinas, através do preenchimento conjunto de tabelas de horários. O sucesso destas levou às oficinas práticas de *método de estudo*, nas quais os alunos são desafiados a dar-se uma aula sobre um assunto curricular que nunca tiveram contato a partir *somente* de livros didáticos. A experiência, extremamente rica, teve ótima funcionalidade. Com isso, as palestras esporádicas se transformaram em *projetos* para implementação de hábito de estudo. Pais e professores foram incluídos em tais projetos, enriquecendo-os ainda mais.

Hoje, após cerca de 7 anos de trabalho em escolas particulares e públicas, da capital e interior, no meio urbano e também rural, já foram atingidos cerca de 20.000 alunos, entre palestras, oficinas e capacitações. Tal trabalho de sucesso resultou em uma justa exposição nos meios impressos e digitais. Além disso, continuei minha formação acadêmica, concluindo a graduação em Direito e o doutorado em Filosofia. Desde 2011, aliás, constituí a empresa Autonomia Soluções em Educação juntamente com Rafael Korman. Ele havia sido leitor de meu primeiro livro e trabalhava com os mesmos conceitos em uma escola particular.

Por sugestão de educadores das escolas, escrevi o livro que aqui apresento. Seu objetivo é, a passos largos, defender a necessidade de fomentar o hábito de estudo como ferramenta de inserção de jovens e crianças na sociedade de hoje. Além de uma defe-

sa teórica mínima, a intenção é divulgar também as ferramentas práticas que possibilitam a formação de hábito de estudo.

O *primeiro* capítulo trata de alguns aspectos do *mundo atual* que são relevantes para entender a importância do desenvolvimento da habilidade de estudar sem a ajuda de professores. A massificação do acesso à informação e a veloz progressão de tecnologias revolucionárias modificaram nossa realidade de uma forma definitiva, o que tem reflexos nas instituições de ensino e no mercado de trabalho. A grande modificação dos saberes faz com que o trabalhador nunca perca a condição de aluno e que as escolas e universidades tenham que encontrar caminhos para formar membros da sociedade que possam ativamente construir seu conhecimento.

O *segundo* capítulo desenvolve um conceito central na temática, o de *autonomia*. Ele começa com a exposição rápida de algumas concepções retiradas da história da filosofia sobre a capacidade específica do ser humano de escolher atender ou não aos seus desejos. O ponto é que, em um tempo como o nosso, de incontáveis possibilidades de satisfação imediata e de uma cultura da ininterrupta busca pelo prazer, o estudo solitário aparece como uma atividade alheia, que pode legitimadamente ser posta de lado. O estudo não traz prazer imediato e arrebatador, requer concentração, paciência, foco. Então, foi necessário defender que, apesar de possuir essas características, o exercício do estudo precisa ser realizado. Além disso, trato de alguns recursos atuais – a existência da pesquisa instantânea na internet e de medicamentos que melhoram a capacidade de estudo – de uma perspectiva pouco usual, como meios facilitadores que, se mal utilizados, podem se converter em verdadeiros *obstá-*

culos ao desenvolvimento da autonomia dos estudantes, na qual o hábito de estudo se assenta.

O *terceiro* capítulo faz uma ponte entre a parte teórica e a prática do livro. Seu assunto é como o estudo pode entrar em nossa rotina como um hábito, o que requisitou algumas definições sobre a natureza dos hábitos de nossa rotina. O estudo é, também, comparado a outras atividades rotineiras, quando defendo que se trata de um hábito que deve ser criado, não natural, mas ainda assim de mais extrema importância para a formação do jovem. Por fim, abordo o tema da relação dos pais com o estudo: o papel desses no estudo dos filhos e na aquisição do hábito de estudar. Sem o acompanhamento e cobrança dos pais, não há como seus filhos entenderem a importância do estudo.

O *quarto* capítulo enfrenta os obstáculos do estudo. Há uma série de requisitos a serem observados para que o estudo consiga se realizar. Trata-se de uma atividade que exige concentração, o que é muitas vezes difícil de ser alcançado em um cotidiano repleto de fontes de distração. Além de observações sobre como deve ser o local onde o estudo ocorre e sobre o material a ser utilizado, passo a considerar uma série de mitos, de pais e estudantes, que prejudicam a realização do estudo. Dentre tais mitos está o que os jovens de hoje podem se concentrar em várias atividades ao mesmo tempo e que é uma obra do destino se temos ou não a capacidade de aprender sozinho. Na verdade, com método e organização, todos podemos ser autodidatas.

No *quinto* capítulo, debruça-se sobre um tema extremamente desafiante para qualquer educador: como desenvolver o *gosto pelo estudo*. Começo com a constatação de que a

imensa massa dos estudantes não gosta de estudar e mesmo desprezam essa atividade. Após sugerir algumas causas desse fenômeno, concentro-me na identificação do que faz o estudo ser “chato”. A conclusão é que há certas características que o fazem aborrecedor, dentre elas a imposição externa, a falta de objetivos dos alunos e o desconhecimento sobre como estudar de forma eficiente. Isso nos leva a vislumbrar como seria o estudo “do qual não podemos nos queixar”, não necessariamente por ser prazeroso, mas por não ser, na verdade, enfadonho. Ao final, trato de como o estudo pode ser progressivamente fonte de satisfação, até que um dia seja considerado uma das formas de *lazer*. Quando isso ocorrer, teremos alunos definitivamente formados, com hábito de estudo consolidado em suas rotinas.

O *sexto* capítulo apresenta de forma mais detalhada uma das grandes ferramentas que possibilitam que o estudo se realize sem peso e possa, efetivamente, ser convertido em hábito. A *programação de horários* permite que conheçamos nossa rotina de uma forma mais exata, o que acarreta a compreensão de por que em certo horário o estudo não tem condição de se realizar e, em outro, possui grande chance de ser produtivo. Ademais, a programação, quando estendida a um prazo maior, permite que o estudante formule planos de longo prazo e monte cronogramas de estudo, que, por sua vez, possibilitam a avaliação de seus próprios resultados. Assim, a programação de horários serve para que tenhamos controle de nosso tempo e das atividades que pretendemos realizar, inclusive o estudo. Procedendo dessa forma, ele não entrará em conflito com as atividades de lazer e com o descanso, o que possibilita seu exercício regular.

Não basta que o estudante encontre seu horário ideal de estudo e que tenha objetivos claros a serem atingidos. O *séti-*

mo capítulo trata de *método de estudo*, o ingrediente que falta para sua efetivação. O problema geral enfrentado é que não ensinamos nossos estudantes sobre como proceder quando precisam aprender por conta própria. Por tentativa e erro, acabam achando que estudar é ler o caderno de anotações, tomar um livro em mãos e diretamente tentar resumi-lo, ou outras práticas semelhantes, que não são efetivas isoladamente. Então, apresento 4 etapas básicas que permitem um estudo produtivo: a leitura rápida, a marcação e a sublinha, as anotações e, finalmente, os exercícios. Todas são descritas e discutidas, atentando ao fato de que cada uma delas comporta, dentro de si, as variações correspondentes às diferentes capacidades cognitivas dos alunos. Argumento que o estudo feito por etapas é mais leve e permite ao estudante notar que, se realizadas as etapas, o aprendizado é *consequência*. O resultado disso é que cessa a pressão por aprender conteúdos específicos (o que talvez não venha a ocorrer e é fonte de angústia para os estudantes), mas sim por realizar as etapas do estudo (o que todos são capazes de fazer). Isso facilita a execução da atividade e torna possível a cobrança dos pais em relação à rotina de estudo dos filhos.

O *último* capítulo defende a necessidade de as escolas tratarem o hábito de estudo como um *projeto permanente*. Além da conveniência de potencializar o aprendizado dos alunos, trata-se de uma questão mais fundamental: dar uma formação compatível com os desafios do século XXI. Descrevo como geralmente procedo nas escolas e divido os temas nas palestras e oficinas, o que engloba a adoção pelos professores dessas últimas como uma didática regular. Exponho como atendimentos aos pais integram a comunidade ao trabalho, que

precisa ser acompanhado também nos lares dos estudantes. Enfim, aponto algumas diferenças sobre o tratamento do tema nas diferentes séries.

Este livro é um modo de retornar a confiança em mim depositada por tantos que, como eu e muitos outros, desejam desenvolver a educação de nossos jovens para que se tornem verdadeiros cidadãos.



3. Hábito de estudo e rotina

O capítulo anterior foi uma tentativa de delimitar minimamente a relação entre autonomia e estudo. Neste capítulo, veremos como o estudo pode entrar em nossa rotina como um verdadeiro hábito. Isso significará, como veremos, reservar alguma porção de nosso tempo, não necessariamente uma grande porção, para o aprendizado autônomo. A atividade do estudo realizada regularmente dependerá, por sua vez, de um mínimo de autonomia e será um espaço para seu desenvolvimento.

O primeiro passo será tratar dos hábitos de nossa rotina em geral. Veremos que algumas práticas são realizadas com uma frequência determinada, se convertendo em hábitos. Esses serão classificados segundo alguns critérios simples, a partir dos quais poderemos ver que os bons e maus hábitos se distinguem não tanto pela natureza do ato praticado, mas fundamentalmente por sua frequência e relação com as metas de nossa rotina. Em seguida, abordaremos o estudo como um hábito, principalmente a questão de por que geralmente é tão difícil estudar sozinho. O fato é que, se o estudo depender sempre de um professor, isso será um obstáculo para fazê-lo uma prática regular. Após, uma seção será dedicada para minar a noção comum de que os pais devem estudar com os filhos em casa. Essa

assistência bem intencionada acaba reforçando no estudante o conceito do estudo como uma atividade que *não* se realiza com autonomia. O assunto seguinte é a relação de importância do hábito de estudo frente a outras atividades rotineiras, como aulas de línguas e esportes. Defenderei, como se é de esperar em um livro sobre esse tema, que o hábito de estudo é tão importante para nossa formação quanto as aulas do colégio e, ainda, indispensável para mantermos nossa posição no mercado de trabalho em uma sociedade da informação. Assim, se justifica o ajuste de horários de outras atividades, se ocuparem a rotina de forma excessiva, em prol da obtenção de um tempo adequado para o estudo. O capítulo se encerra com a apresentação da necessidade de programarmos nossos horários e com a discussão acerca do papel dos pais na aquisição do hábito de estudo, assim como o são nos demais hábitos importantes dos filhos.

a) Os hábitos da rotina

Hábitos são disposições que adquirimos para, em determinado momento, agir desta ou daquela maneira. Vivemos um certo número de vezes a mesma situação e passamos a executar certas tarefas de forma irrefletida, quase que automaticamente. Isso permite que ocupemos nossas mentes com outros problemas a serem resolvidos enquanto executamos nossas atividades habituais. Assim, adquirimos o hábito de vir ao colégio todas as manhãs, por exemplo. O hábito, essa disposição para a certa tarefa, surge da *prática reiterada*.

Nossa rotina, dessa forma, é definida pelas nossas atividades habituais. Para percebermos isso, basta um exemplo. Toda segunda-feira acordo tal horário, me visto, tomo café da manhã, leio o jornal, vou para a aula, volto para casa, almoço, tenho aula

de inglês, descanso, jogo computador, janto com minha família, vemos televisão e vou dormir. Essas são atividades habituais de uma possível segunda-feira. Se for feito algo não habitual, consideramos que foi feito “fora da rotina”. Então, se sair de casa sem tomar o café da manhã ou não tiver aula de inglês, é possível dizer que houve uma alteração na rotina daquele dia ou que não foi um dia rotineiro. Também é interessante notar que o nosso dia a dia está repleto de hábitos que adquirimos desde a infância. O modo como segurar a colher, o jeito certo de arrumar o cabelo, como andamos, que hora acordamos e dormimos, a maneira como falamos com as pessoas, as comidas que comemos ao longo do dia: todos esses procedimentos corriqueiros são hábitos que se tornam automáticos.

Podemos classificá-los de forma singela segundo dois critérios: segundo seu modo de aquisição ou segundo sua contribuição para nossa vida, positiva ou negativa. Se considerarmos o critério do *modo de aquisição*, notaremos que dentre nossos hábitos alguns nos foram *intencionalmente* adquiridos porque, seja nossos pais, professores ou nós mesmos, notamos que tais e tais práticas eram benéficas ou estavam de acordo com os costumes. Nesse grupo encontramos hábitos como escovar os dentes, falar educadamente com pessoas mais velhas, utilizar a roupa adequada a cada situação, comer alimentos variados, etc. Além desses, contudo, podemos detectar que temos hábitos adquiridos *sem uma intencionalidade* consciente, são práticas que adotamos sem nenhuma finalidade precisa e não deixamos de lado simplesmente por não trazerem nenhum malefício detectado. Ao final, são os hábitos que cada pessoa possui em particular que diferenciam seu cotidiano dos demais. Nesse segundo grupo de hábitos está, por exem-

plo, o hábito de passar a mão no cabelo, coçar o nariz, escutar uma determinada rádio no automóvel, usar certa expressão idiomática para expressar surpresa e outros incontáveis trejeitos e práticas que constituem nosso modo de agir habitual.

Além do critério do modo de aquisição, podemos levar em conta a *utilidade* ou o *benefício e malefício* que cada hábito traz a nossas vidas. Alguns deles são visivelmente benéficos, como os hábitos de higiene. Outros, no entanto, não contribuem para nossas vidas e podem até mesmo atrapalhar nosso desempenho em outras atividades, como no caso de alguém que ingere álcool com muita frequência e acaba comprometendo seu trabalho. Por fim, existem os hábitos que são neutros ou intermediários, não podendo ser classificados como bons ou ruins, como, por exemplo, o hábito de, ao acordar, primeiro ir ao banheiro lavar o rosto ou primeiro vestir-se.

Essa segunda classificação merece especial atenção. À primeira vista, parece algo evidente dizer que alguns hábitos são bons e outros ruins, não parecendo difícil distingui-los. Entretanto, é fundamental notar que esse critério de classificação só faz sentido à luz da *frequência* que a referida prática é reiterada em nossa rotina. Podemos pensar que escovar os dentes e tomar banho são hábitos benéficos; contudo, se escovarmos os dentes 20 vezes ao dia e tomarmos 4 banhos no mesmo período, teremos um mau hábito. O mesmo ocorrerá se só escovarmos os dentes 3 vezes por semana e se formos conversar com o chuveiro uma vez por mês. Assim, não basta considerar uma prática para saber se ela se converte em bom ou mau hábito: é indispensável considerar a *frequência* com que ela é praticada. Podemos dizer, assim, que um *hábito* é uma prática realizada com uma determinada frequência. Como ocorre

no caso dos hábitos de higiene antes mencionados, eles serão bons ou maus se forem realizados na *frequência adequada*. Os hábitos de realizar uma determinada atividade *necessária* em uma frequência *excessiva* ou *nunca* são maus hábitos. O *problema está nos extremos*, pois as mesmas práticas realizadas em uma medida adequada podem ser benéficas.

Quem tratou de assunto relacionado ao nosso com maestria foi o tão celebrado Aristóteles. Em sua busca pelo fim último que move a vida dos homens, a felicidade (*eudaimonia*), ele é levado ao conceito de virtude, pois se considera, geralmente, que os homens plenamente realizados são virtuosos e, por isso, atingiram os objetivos almejados por todos. Logo o Filósofo percebe que não basta notarmos que um sujeito realizou bem uma ação em um momento isolado ou por acaso para o considerarmos virtuoso. É necessário que ele tenha o *costume* de agir daquela maneira. Assim, a virtude é uma disposição para bem agir nas situações adequadas.¹⁴ Aqui está o ponto em que as reflexões de Aristóteles se ligam com a distinção entre bons e maus hábitos. Não é qualquer disposição para realizar uma atividade o suficiente para que ela seja uma virtuosa: ela precisa ser uma prática adequada, nem faltosa e nem excessiva. Se for extrema, portanto inadequada, é uma prática viciosa e o sujeito, ao invés de ser virtuoso e atingir o que almeja, terá em si um vício, desviando-se dos seus fins. Em nosso exemplo simples da frequência do banho, a falta (tomar uma banho mensal) ou o excesso (mais de 3 banhos por jornada) debilitarão a saúde, justamente o fim buscado por essa higiene. Serão, nesses

¹⁴ ARISTÓTELES. *Ética a Nicômacos* (livro II) [Os pensadores]. São Paulo, Nova Cultural, 1996.

casos, hábitos que correspondem a *vícios*, são maus hábitos, mesmo que a prática de tomar banho não seja, a princípio, má. A característica desses maus hábitos será *desequilibrar* nossa rotina, o que nos impedirá de atingir os objetivos que almejamos. No caso do banho, a saúde; no caso do presente livro, a obtenção de um espaço ativo na sociedade de informação é o que fica ameaçada.

Como já foi indicado no primeiro capítulo quando mencionamos Aristóteles, é a busca pelo *meio-termo* que caracteriza a prática do homem virtuoso. Para nossa reflexão isso significa que devemos descobrir com que frequência devemos realizar nossas atividades para que sejam, de fato, bons hábitos. Isso exige, como foi dito, uma reflexão sobre nossa rotina e a adequação dos hábitos que a constituem para alcançarmos um determinado fim. Aristóteles fala da *prudência* como a virtude capaz de tornar perfeitas as disposições de nossa alma. Ora, a prudência é justamente a capacidade de encontrar o meio-termo de cada situação, é o que permite a deliberação sobre as decisões que tomamos diariamente. Ao final, é a prudência que nos leva a encontrar uma rotina equilibrada, adequada aos nossos fins.

Esses pontos avançados nos auxiliam na compreensão do que significa fazer do estudo um hábito, certamente um bom hábito. Segundo a primeira classificação levantada, será um desses hábitos adquiridos de uma forma intencional, com a intenção deliberada de constituí-lo. Levando em consideração a segunda classificação, será uma prática benéfica se realizada na frequência adequada. Para que isso aconteça, precisamos inseri-lo na rotina, mas não de qualquer forma. É necessário que encontremos um espaço adequado para seu exercício, o

que significa reunir condições que o tornem possível (vários detalhes podem impedir que ele se realize, o que será visto no Capítulo 5) e uma frequência adequada. Isso só se fará com procedimentos que permitam o conhecimento de nossa rotina e a reflexão sobre ela, o que será apresentado no Capítulo 6. Em suma, o bom estudante não será aquele que só estuda, mas que possui uma rotina que equilibra estudo, descanso, lazer e seus compromissos.

b) Estudo como um hábito

Normalmente, o estudo entra em nossa rotina de forma *imposta*. Por preocupação de nossos familiares ou mesmo do Estado, nos habituamos a ir ao colégio desde pequenos e passamos anos e anos aprendendo novos conteúdos todos os dias. Isso deveria nos levar ao hábito de estudar, sempre. Contudo, o que ocorre na maioria dos casos é que basta não haver a obrigatoriedade para cessar o interesse no estudo. Mesmo assistindo a aulas todos os dias é raro o caso de alunos que estudam por conta própria ou que naturalmente se interessam a aprender conteúdos fora das aulas.

Quais são os motivos de tal fenômeno? Essa parece uma pergunta adequada e relevante. Fora o fato de as instituições de ensino se transformarem em estruturas às vezes opressoras, porque exigem o cumprimento de horários e das atividades requisitadas, podemos apontar para outro fator. O hábito de ir ao colégio ter aulas com o professor e estudar para as provas marcadas *treina* o aluno a obter conhecimento de forma *passiva*. Somos condicionados a ir a locais onde pessoas com maior conhecimento já possuem o material selecionado e decidem o que iremos aprender, em que ritmo e qual a relevância

dos conteúdos, o que se reflete nas exigências das provas. Não precisamos saber o que veremos em aula, basta ir ao colégio. Não precisamos nos preocupar com o ritmo do aprendizado, isso é obrigação dos educadores. Não precisamos, por fim, nem mesmo pensar sobre qual dos conteúdos é mais ou menos relevante, porque os enunciados da avaliação se encarregam disso.

Meu objetivo aqui não é nesse momento fazer uma crítica a esse modelo de ensino, até porque ensinar conteúdos através de aulas na escola e posterior avaliação do aprendizado é um caminho natural a ser seguido. O que eu desejo é apontar uma das causas, certamente uma das mais relevantes, para a incapacidade de grande fatia dos alunos em estudar em casa. Os estudantes, com raras exceções, simplesmente *não aprendem* como desenvolver um estudo com autonomia em suas escolas, sem o auxílio de alguém que defina conteúdo, ritmo, profundidade e relevância. Consequentemente, o estudo acaba sendo presente em nossa rotina *somente* quando há alguém para nos auxiliar na execução. Pensemos no exemplo de outro hábito, como o de sempre as refeições servidas em nossas bocas *por outros*. No caso desse hábito hipotético, sempre que estivéssemos sozinhos não conseguiríamos nos alimentar corretamente. Ficamos com duas alternativas: ou aprendemos a comer sozinhos ou sempre precisaremos recorrer a outros. Nesse segundo caso, mesmo com alimentos à disposição, poderíamos passar fome ou pular refeições. O que acaba acontecendo com o *estudo* é que, como alguém que só come com comida na boca, cria-se uma dependência, superada *apenas* por situações extremas ou por pessoas que tomam para si o desafio de aprender como fazer sozinhos através do método da tentativa e erro.

O estudo como verdadeiro hábito, capaz de fazer parte da rotina semanal do estudante, deve ser uma atividade realizada *sem a dependência* de um educador presente. O aluno deve aprender a selecionar conteúdos, definir o ritmo, profundidade e relevância do que é aprendido, porque só assim conseguirá realizar o estudo com independência necessária a ponto de torná-la regular. Se conseguir estudar regularmente, o hábito de estudo pode vir a ser incorporado na rotina do estudante. Como mostraremos mais adiante (Capítulos 6 e 7), há técnicas simples para desenvolver a regularidade do estudo a esse ponto. Isso tudo, é claro, exige o mínimo de autonomia para encontrar a medida adequada de estudo na rotina de cada um.

c) Aulas, revisão, dever de casa e estudo

Nesse ponto, parece necessário definirmos com maior precisão o que chamo aqui de estudo. Ocorre que nos referimos a essa atividade sem estarmos atentos ao seu significado em termos de aprendizado. Se pararmos para pensar sobre isso, acabamos descobrindo, talvez de forma surpreendente, de que o estudo na escola, a revisão, o dever de casa e o estudo realizado para aprender um conteúdo que não sabemos são atividades muito diferentes.

Em geral, dizemos que “vamos para a aula *estudar*”, que “é recomendado *estudar* todos os dias o que foi visto em aula”, que “preciso *estudar*, já que tenho dever de casa” e que “não entendi nada daquela matéria, preciso *estudar*”. Apesar utilizamos a mesma palavra, a atividade cognitiva é diferente em cada um desses casos. Começemos analisando a última, que contém em si a atividade mais elaborada.

Estudar, dizendo de forma ampla, é aprender. No entanto, de forma *estrita*, estudar é a atividade de aprender por conta própria, com incremento de conhecimento, mesmo em relação a conteúdos inéditos. Nesse sentido, é uma atividade altamente elaborada, que requer uma postura verdadeiramente ativa – até mesmo criativa - do aluno em relação ao que não sabe e deseja incorporar na sua estrutura cognitiva. Estudar, pensado dessa forma, requer método e uma série de condições para ser efetivo. É uma atividade difícil, que exige concentração e persistência. Estudar, no sentido de ser capaz de aprender por conta própria o que ainda não sabemos, não é nada óbvio e requer esforço.

Assistir a *aulas*, tipicamente expositivas, é um modo de *aprender* que tem o aluno como polo passivo do processo. Dizemos que o aluno “estuda na escola”, mas, de fato, ele passa a maior parte do tempo apenas escutando, repetindo, registrando e exercitando o que o professor ensina. O aluno não define horário, ritmo, conteúdo, além de ter o auxílio permanente do professor. Não é exagero dizer, observando o cotidiano das escolas, que o aluno não fica responsável nem mesmo por sua atenção e foco no que “lhe é passado” pelo professor. Dizemos que estuda, mas, na verdade, ele aprende com uma postura predominantemente passiva e sem assumir maior responsabilidade pelo sucesso do aprendizado.

Em relação à *revisão*, temos o aluno estudando – ou melhor, *aprendendo* – de forma mais ativa do que na aula assistida na escola. Contudo, tudo o que faz é rever (ver novamente) o que já aprendeu em aula. Re-visar, re-ver, é como re-lembrar: basta trazer à memória o que já sabemos, o que já foi vivido, experimentado. A atividade de revisão é, por

isso, leve. O aluno pode revisar enquanto vê televisão, está no PC, escuta música, da mesma forma como faria ao ver fotos de uma viagem, já que apenas ativa sua memória em relação ao que já conhece. Não há a apreensão de conteúdos novos, no máximo um reforço. Estritamente falando, revisão não é estudo em sua forma mais pura, pois não permite avanços significativos no conhecimento.

O *dever de casa* é um tipo de estudo dirigido, com uma função específica: reforçar o que foi visto, ou aprendido em aula. Assim, é uma atividade de revisão passada pelo professor, sem a intenção de que os alunos agreguem novos conhecimentos. Por isso, se considerarmos ao pé da letra, podemos nos surpreender ao descobrir que *dever de casa* não é estudo!

O hábito a ser adquirido é o de estudar de forma estrita, aprender por conta própria, de forma ativa. Assim, não basta ir às aulas, não basta revisar as aulas, não basta fazer o *dever de casa*: é preciso se colocar o desafio de aprender sem a ajuda de ninguém. Essa é a atividade específica que precisamos tornar regular, pois é ela a expressão da autonomia no aprendizado, tão fundamental em um cenário como o do século XXI.

d) O papel dos pais no estudo

Quando se fala em estudo em casa, uma das primeiras imagens que vem à cabeça é a dos pais ajudando o filho com os deveres. O professor é na escola o responsável pela educação do jovem. Em casa, essa é uma tarefa dos pais. Esse é o conceito inicial, mais imediato, de estudo em casa.

No entanto, como vimos, o estudo é uma atividade de desenvolvimento de capacidade crítica, avaliação de aspectos relevantes e da profundidade do conhecimento a ser adquirido.

Em uma palavra, é uma atividade de autonomia. O modelo do aluno como receptor e do professor como o transmissor de conhecimento não favorece que se aprenda a estudar por conta própria. Esse mesmo raciocínio se aplicará ao papel dos pais no estudo dos filhos. Os pais não devem ser os responsáveis pela transmissão de conhecimento, mas pelo *desenvolvimento da autonomia* no estudo. Isso significa: *não devem estudar junto com os filhos*. Mesmo que isso ocorra eventualmente, em casos específicos, como auxílio excepcional, o ideal é que o estudante aprenda ele mesmo a selecionar seu material, determinar o que é mais relevante e fazer suas anotações.

O hábito de estudar só se realiza plenamente e cumpre sua função de preparar o estudante para um mundo de constante mudança e competição se esse hábito *não depender absolutamente* de um transmissor do conhecimento. O hábito de só estudar com auxílio dos pais, professores particulares, ou qualquer outra pessoa que seja ela a responsável por ditar o ritmo da aprendizagem e a profundidade dos ensinamentos cria uma dependência do tipo *viciosa*. É um vício, no sentido da primeira seção deste capítulo, porque é um hábito que não pode ser mantido a longo prazo, que aprisiona não somente o estudante, mas também os pais. Não é saudável.

O que acontece é que, à medida que os ensinamentos escolares avançam, os pais perdem a capacidade de transmitir o conhecimento exigido, porque não o possuem, não se lembram mais deles. Nenhum pai tem o dever de saber o conteúdo de todas as disciplinas ensinadas no colégio. Então, quem possui melhor condição financeira, pode recorrer a professores particulares ou outro profissional que ajude o aluno com os estudos, o que mantém, ou até mesmo reforça, a dependên-

cia do aluno no professor. Com isso, o papel *passivo* do estudante é cada vez mais consolidado, pois esse estudo, mesmo realizado em casa, não desenvolve sua autonomia.

O que fazer neste caso? A resposta precisa se relacionar não ao ato dos pais estudarem com os filhos, mas sim ao acompanhamento de seus *resultados*. Como isso pode ser feito será assunto para o final deste capítulo e em maior detalhe no Capítulo 7.¹⁵ A razão desta seção, um tanto atravessada no plano do capítulo, é reforçar a necessidade da autonomia do estudo, o que exclui a possibilidade de fazer o aluno depender de pais ou professores no estudo em casa. O hábito a ser adquirido é, acima de tudo, o hábito de refletir e decidir acerca de suas próprias aprendizagens.

e) Importância do estudo e de outras atividades rotineiras (inglês, futebol...)

Um obstáculo ao estudo regular é o número de atividades rotineiras que realizamos. Em nosso mundo da informação, alta competição no mercado de trabalho e prazeres instantâneos oferecidos em todo lugar a todo momento, acabamos por preencher todos nossos horários com atividades dos mais diversos tipos. O tempo considerado ocioso, verdadeiramente ocioso, é cada vez mais raro. Em nosso tempo livre, quando ele existe, é geralmente preenchido por alguma das diversas formas de lazer ou pelo descanso.

Agora, a pergunta a ser feita é: que espaço poderemos encontrar para o estudo em nossa rotina? A resposta depende de uma análise mesmo que breve sobre nossas atividades habi-

¹⁵ Para uma apresentação pormenorizada de como ajudar seu filho a desenvolver o hábito de estudo, indico o livro *Meu filho não quer estudar* (Autonomia, 2013).

tuais. Precisamos tentar entender qual é o *critério* que utilizamos na escolha sobre quais atividades, dentre todas as possíveis, serão realizadas.

A atividade mais comum e que toma mais tempo é a *educação* que, posteriormente, dará lugar ao *trabalho*. Essas duas são essenciais, pois se relacionam diretamente com o nosso padrão de vida ou até mesmo com nossa sobrevivência. Aí podemos incluir as atividades domésticas. As demais ou têm a finalidade de melhorar o aprendizado, nas suas diversas formas, ou a nossa qualidade de vida, como a preocupação com a saúde. Assim, colocamos as crianças na aula de inglês para que estejam mais preparadas para o mercado de trabalho; ou no futebol, para que desenvolvam sua coordenação, se divirtam e façam amigos; ou em aulas de música, para que floresça em cada um uma maior apreciação da arte. De forma semelhante, vamos à academia, fazemos cursos de aperfeiçoamento e nos encontramos com familiares e amigos. Todas essas são, portanto, atividades importantes que fazemos no tempo que sobra em nossa rotina, depois do estudo regular e do trabalho.

O estudo em casa é geralmente esquecido, deixado de lado em nossa rotina. Se ocorre, normalmente acontece no tempo que resta, após todas as atividades mais relevantes. Isso é bastante revelador em relação ao modo como pensamos o estudo e sua importância frente às outras atividades. É como se este estudo em casa servisse apenas como um *complemento* do estudo formal, um complemento não essencial às nossas vidas. Já temos o colégio, já temos o trabalho, então resta qualificar nossas vidas e, se for possível e tivermos disposição, podemos temperar um pouco nossa cultura pessoal com estudo em casa. Este é pensado como a atividade de fazer algumas leituras escolhidas

ao acaso, sem muito compromisso com o aprendizado. No caso dos alunos, é uma extensão do colégio e dele tira seu significado. Sem a necessidade de complementar o estudo de sala de aula, contudo, a importância do estudo em casa se esvazia.

É importante refletir sobre a lição ou dever de casa. Ele é um estudo dirigido, obrigatório, que possui o objetivo de, principalmente, reforçar o que foi visto em aula. Se prestarmos atenção a isso, chegaremos a uma conclusão surpreendente. Se o estudo é um reforço ou revisão obrigatória do que já foi visto em aula, não está no poder do aluno decidir se o realiza ou não. Além disso, é uma revisão do que já foi ensinado, ou seja, não é a atividade de aprender um conteúdo por conta própria. Assim, dito de forma estrita, o dever de casa é uma revisão obrigatória, não o estudo que desenvolve a autonomia no aprendizado por si mesmo! Bastará cessar a obrigatoriedade, interesse ou conseqüências negativas para que o dever de casa não seja realizado. No melhor dos casos, seu exercício regular poderá abrir um espaço na rotina para o estudo, para o horário do dever de casa. Esse pode ser um passo importante, mas isso não é equivalente a formar ou desenvolver autonomia de forma plena. Assim, o ideal é que haja espaços na rotina para o desafio de decidir o que estudar, mesmo que o horário já esteja consolidado. Bem, é exatamente esse estudo que geralmente pensamos ser pouco importante (mas que, como defendo, deve se tornar um hábito).

Se estivermos atentos aos traços delineados rapidamente sobre o mundo atual no primeiro capítulo, notamos que essa atividade do estudo em casa não tem nada de pouco importante. Ela *não* é uma atividade que tira sua razão de ser somente do nível de aproveitamento escolar. Tampouco tem serventia

apenas para temperar nossa cultura. Trata-se, isso sim, de uma atividade *essencial*, ao lado da educação formal e do trabalho. Como foi visto, na medida em que vivemos em uma sociedade da informação com acesso ilimitado ao conhecimento e tecnologias que se sucedem em velocidade muito superior à nossa capacidade de compreensão de seus impactos, tem-se a *necessidade* de aprendizado permanente. Sem o hábito de estudo, seja do estudante ou do trabalhador, o que foi aprendido na educação formal e os conhecimentos que hoje garantem uma posição no mercado de trabalho serão insuficientes para assegurar um padrão de vida ou até mesmo a sobrevivência. Não se trata de “algo a mais”, mas sim de algo *indispensável* à aquisição de hábito de estudo.

Na verdade, a importância do hábito de estudo em uma sociedade como a nossa é quase incomensurável. Ele é capaz de corrigir falhas na educação formal, renovar nosso conhecimento profissional, potencializar nossos aprendizados em todas as outras áreas. E, como a capacidade de estudo aumenta com a prática constante, o hábito de estudo acaba por até mesmo *liberar mais tempo* na rotina para atividades de lazer e para o descanso. Quando se aprende a estudar com eficiência, em um horário certo, tudo o que se aprende toma menos tempo e ganha mais significado. O resultado é a potencialização da execução de todas as atividades da rotina, que se tornam, gradativamente, várias ocasiões de aprendizado. Depois de certo tempo, o hábito de estudar toma conta da sala de aula, está presente no trabalho, transforma-se em lazer e faz do descanso um momento ainda mais relaxante.

Dessa forma, é necessário compreender o estudo em casa não como uma atividade pouco relevante que ocupa horários

completamente vagos de nossa rotina, mas sim como uma das práticas mais essenciais para nossas vidas. É uma atividade *mais* importante do que cursos de línguas, esportes ou outros aprendizados, porque ela é *determinante* para a definição de qual será nosso papel na sociedade, passivo receptor de informação ou ativo agregador de conhecimento. Não digo que se deve sacrificar todas as outras atividades para preencher nossos horários com horas e mais horas de estudo. Certamente, essa não é a intenção, seria excessivo. Como será visto a seguir, o estudo para tornar-se um hábito não precisa tomar muito tempo. Contudo, esse tempo deve ser entendido como sagrado, algo que não pode faltar em nossa rotina de forma alguma. Isso significará que, por causa de horários de estudo, talvez seja necessário mudar os horários de outras atividades ou, em casos extremos, até mesmo sacrificá-las.

f) Conhecendo a rotina com programação de horários

Para encontrarmos o local do estudo, precisamos conhecer nossa rotina. Essa não é uma tarefa tão trivial quanto parece. Nessa seção, trataremos de como nossa rotina precisa ser compreendida de forma mais “científica” ou menos intuitiva para que seja possível encontrar os horários próprios para o estudo.

Quando perguntamos a uma pessoa se ela tem conhecimento da própria rotina, a resposta é sempre um sonoro “sim”. *Intuitivamente* ou com pouco esforço somos sim capazes de nos lembrarmos de nossas atividades e da ordem em que elas são executadas em nossos dias. Com um pouco mais de concentração, podemos até mesmo reconstituir nossos passos habituais de cada um dos dias da semana. Isso nos leva à *falsa*

crença de que conseguimos, apenas através de uma breve inspeção mental, saber se, a cada dia, há ou não espaço de tempo suficiente para inserirmos uma nova atividade. Em nosso caso, o estudo.

Contudo, isso não é suficiente para que *realmente* conheçamos nossa rotina. Em um primeiro exame mental não notamos o grande número de janelas de horários, o tempo que utilizamos para o descanso e para o lazer, o quanto gastamos em deslocamento e na preparação de cada uma de nossas atividades. O resultado é que nossa rotina, que parece tão clara já que todos sabem o que fazem habitualmente, mostra-se repleta de momentos pouco compreendidos e mal utilizados. Além disso, muitas de nossas atividades possuem horários variáveis e, por isso, simplesmente assumimos que não há como prever ou estabelecer de forma mais precisa quando executaremos essas tarefas. O resultado é uma grande limitação em relação ao uso de nosso tempo.

Consequentemente, faz-se necessário o mínimo de *método* para distinguirmos uma atividade das outras e, assim, conhecermos nossa rotina de maneira mais precisa. Quanto mais a conhecermos, melhor tende a ser o aproveitamento de nosso tempo. Não se trata de um conhecimento sem utilidade, pois a consciência mais exata do modo como cada um de nós usa o tempo que tem disponível nos levará irremediavelmente a ajustes que otimizam nossos horários. A consequência é que acabamos por encontrar, *mesmo nas rotinas mais cheias*, um espaço de folga, que pode ser usado para qualificar o *estudo*, o *descanso* ou o *lazer*. Além disso, poderemos saber quais de nossas atividades se realizam em uma medida adequada e quais delas são excessivas ou mesmo ausentes.

Um método simples para organizar nossos horários e, posteriormente, programar atividades de uma forma realista e de consequências concretas é a utilização de *tabelas de horários*. Essas tabelas são de uma importância tão grande que um generoso espaço no Capítulo 6 será reservado à descrição de todos os passos necessários ao seu preenchimento. O caso é que, se feita sem cuidado, essa tabela – que possui como finalidade o conhecimento de *como é* nossa rotina – pode se mesclar com uma tabela sobre *como gostaríamos que ela fosse*. A realidade e as nossas expectativas tendem a se fundir, resultando em uma tabela que não espelha a realidade e, assim, não servirá de base segura para uma verdadeira programação de horários.

Deixo para o capítulo específico as explicações sobre como proceder na programação de horários. Por hora, é preciso apenas relacionar o problema da falta de horários para o estudo em casa com a existência de métodos simples para encontrarmos os horários próprios para essa atividade. Sem um instrumento adequado, tendemos a muito facilmente identificar falsos horários de estudo, por causa de um *estereótipo* de estudo em casa feito sem conhecimento sobre método de estudo, o que será objeto do Capítulo 7. Achamos que em determinado horário conseguiremos estudar, quando isso, na verdade, não poderá ocorrer devido à falta de descanso. Inversamente, podemos achar que um tempo curto entre certas atividades não pode ser utilizado para nada em relação ao estudo, quando o fato é que, mesmo que não sejamos capazes de fazer certas etapas do estudo em tão exíguo horário, podemos, por exemplo, utilizá-lo para programar o estudo seguinte. Esse tipo de prática simples melhora o rendimento e aproveitamento dos horários de estudo.

Assim, para que o estudo se transforme em um hábito, precisamos conhecer nossa rotina através de tabelas que nos permitirão realmente visualizar nossos horários habituais, prever atividades não rotineiras e programar o estudo. Será necessário, também, conhecer as diferentes etapas do estudo, para que ele seja eficiente. Com isso, poderemos adquirir um bom hábito de estudar em momentos que *não desequilibram* nossa rotina. Esta, a rotina, passará a estar mais adequada às exigências do mundo contemporâneo.

g) Os pais e a aquisição do hábito de estudo

A questão que resta aberta neste capítulo é qual a relação que os pais precisam ter com o estudo do filho, se estivermos falando de estudantes em idade escolar. Já foi argumentado que, além de não bastar o auxílio dos pais na prática do estudo – porque a maior complexidade dos conteúdos estudados desabilitam os pais como transmissores de conhecimento –, esse auxílio reforça a dependência do aluno na presença de alguém responsável por selecionar a matéria e decidir como será o estudo. Brevemente, se o aluno só souber estudar em casa caso alguém estiver junto a ele, então seu papel nesse estudo em casa é tão *passivo* quanto nas aulas regulares do colégio. Talvez até mais, porque terá alguém à disposição para apresentarlhe todos os passos dos conteúdos, enquanto no colégio não é possível um atendimento tão individual. No limite, podemos ter alunos que deixam de aprender no colégio porque é mais fácil em casa com a aula particular.

Os pais, apesar de não deverem estudar junto com os filhos, possuem um *papel fundamental* na aquisição do hábito de estudo em seus filhos. Na verdade, isso ocorre com *qualquer* hábito.

A cobrança, no sentido do acompanhamento, é indispensável para que os filhos entendam que os pais consideram importante um determinado hábito. A reiterada pergunta sobre se escovaram os dentes, se limparam as mãos, se foram bem comportados no colégio, etc. mostra à criança e ao adolescente que certos comportamentos são mais importantes do que outros. Se os pais tiverem cuidado na alimentação dos filhos e explicarem regularmente por que eles devem comer aqueles alimentos sem gosto, os legumes, impondo até mesmo consequências práticas na rotina se não o fizerem, as crianças podem aprender a comer e, quem sabe, apreciar os legumes. Porém, se nunca for mencionado o assunto, se apenas escutarem algum discurso esporso, sem consequências, será difícil que adquiram o hábito de comer mais do que batata frita. Algo semelhante deve ocorrer com o estudo. Os pais devem conversar e convencer os filhos da sua importância. Devem *cobrar o cumprimento* de horários estabelecidos para o estudo, havendo *consequências* se ele não se realizar. Com o tempo, o filho aprenderá a estudar cada vez melhor, habituar-se-á com o horário e tudo correrá bem.

O leitor mais atento deve ter percebido que essa história está muito tranquila, um tanto descolada da prática. O motivo disso é que, se no caso dos legumes os pais podem constatar se a criança os engoliu ou não, no caso do estudo não somos capazes de entrar na cabeça dos filhos e dizer, “ah, hoje sim, hoje aprendeste o conteúdo”. Se não for possível averiguar o aprendizado passo a passo, a cada seção de estudo, *não há como cobrar o cumprimento dos horários*. Os alunos sem prática de estudos deveriam ser capazes de saber se estudaram bem e, ainda, serem *sinceros* ao falarem com os pais. Esses só poderiam saber como vão os estudos em casa dos filhos com os resultados dos colé-

gios. Dessa forma, outra vez os pais e os filhos ficam reféns do que dizem os transmissores do conhecimento e não se adquire a autonomia necessária do estudo. Tudo o que os pais podem fazer é limitar-se a verificar se, durante o horário combinado, o filho sentou na frente dos livros. Isso é *muito pouco*.

Esse problema fundamental pode ser solucionado com uma prática simples: *anotações diárias* sobre o que foi estudado. Se o aluno tiver o compromisso de fazer anotações *de punho* que refletem o conteúdo determinado a ser estudado, os pais terão sempre um material concreto para cobrar do filho, além da observância do tempo de estudo. As anotações serão espécies de resumo do que foi estudado, todos datados. Então, acompanhar os estudos será ler rapidamente as anotações feitas, talvez com algum comentário ou questionamento sobre o conteúdo. Mesmo que seja uma cópia de parte de um texto, não deixará de ser uma seleção baseada na relevância e evidenciará uma apreensão, mesmo que mínima do conteúdo. Assim, tal medida simples resolve o problema prático da cobrança de estudo. Tratarei das anotações em maior detalhe no Capítulo 6, sobre método de estudo.¹⁶

Portanto, o estudo é um hábito que muito dificilmente adquirimos de forma natural. Além disso, por não ser o estudo autônomo uma atividade trivial, trata-se de um verdadeiro *desafio* transformá-lo em uma atividade de frequência regular. Esse desafio pode ser superado com o conhecimento

¹⁶ Vide nota 15.

de nossa rotina e um acompanhamento interessado dos pais, ou do próprio estudante, sobre o cumprimento de horários e aproveitamento das seções de estudo. Resta, então, apenas um assunto a ser tratado antes de colocarmos em prática os passos que serão efetivos na aquisição do hábito de estudo. Refiro-me a uma série de detalhes que, se não forem observados, podem atrapalhar ou mesmo impedir que o estudo se realize. Esse será o tema do próximo capítulo.