

NÚCLEO DE APOIO AO ESTUDANTE - 2019/2020

Coordenador: MARCO ANTONIO PEREIRA TEIXEIRA

O Núcleo de Apoio ao Estudante oferece a oficina "Programa de Estudo Eficiente: melhorando seu desempenho?" para alunos de graduação da UFRGS. Entre os anos de 2017 e 2019 foram realizadas 10 edições, cada uma com três encontros presenciais semanais de 2h30min. A intervenção busca trabalhar com as dificuldades de aprendizagem e organização de estudo dos participantes, objetivando o desenvolvimento de estratégias mais eficazes. Os princípios de autorregulação, autonomia, protagonismo, gestão do tempo e motivação, além do uso de técnicas cognitivas e comportamentais, orientam as oficinas. No primeiro encontro, explica-se o funcionamento do grupo (regras, tarefas presenciais e de casa, objetivos) e o papel ativo dos participantes para a obtenção de melhores resultados. É importante realizar esse contrato de trabalho, pois muitos estudantes esperam técnicas "prontas" que funcionem para todas as pessoas. Após, solicita-se que cada aluno escreva sobre a escolha do curso e seus objetivos de curto, médio e longo prazo com a graduação para verificação de aspectos motivacionais e planejamento. Combina-se, ao final do encontro, que eles devem buscar atingir algum de seus objetivos de curto prazo. Ao iniciar o segundo encontro, discute-se a tarefa de casa, a percepção deles quanto ao uso que fazem do tempo e a forma como estudam. Os participantes preenchem, por fim, uma escala com diferentes estratégias de estudos e são discutidas quais as que eles utilizam mais e menos, a eficiência e as dificuldades associadas a cada uma. A tarefa para o próximo encontro é planejar uma forma de estudo mais eficiente com possibilidade de apoio nas estratégias aprendidas. No terceiro encontro, os participantes avaliam o que foi feito na semana anterior e quais mudanças tentaram implementar no processo de estudo. Propõe-se uma análise acerca das principais dificuldades e facilidades encontradas e das mudanças necessárias para tornar o estudo mais eficiente. Ao final, solicita-se uma avaliação sobre o trabalho realizado. Até o presente momento, a maioria dos alunos considerou a oficina como "muito boa" e "boa", relatando que a autorreflexão e as tarefas propostas lhes ajudaram a tornarem-se mais satisfeitos com seus estudos. Portanto, considera-se que atividades autorreflexivas de cunho psicopedagógico auxiliam os estudantes a lidarem com suas dificuldades e a tornarem-se mais ativos no seu processo de estudo e aprendizagem durante a graduação.