

5 dicas para criar um espaço de estudos eficiente

Se você quer intensificar os estudos para a reta final do ano letivo, estabelecer um espaço fixo pode ajudar. Confira a seguir algumas dicas úteis que vão ajudá-lo a criar o ambiente mais eficiente possível



O conforto é fundamental para que você se sinta motivado a estudar, por isso é uma boa ideia reorganizar o ambiente para que ele se torne mais apropriado aos seus estudos

Um bom espaço de estudos é decisivo para a sua capacidade de se desenvolver de maneira eficiente. Afinal, quem consegue aprender de maneira clara sem se concentrar o máximo possível? Porém, isso não significa necessariamente um lugar calmo e silencioso. Tudo vai depender do seu estilo de aprendizado. Ou seja: você precisa encontrar um ambiente que se adapte à sua personalidade.

Se você quer criar um espaço de estudos que o ajude a tirar o máximo proveito das horas de concentração, veja algumas dicas:

5 dicas para criar um espaço de estudos eficiente: 1. Entenda suas necessidades

Cada estudante é diferente, portanto você deve entender o que contribui para a sua concentração. Faça alguns testes durante seu período de estudos e avalie suas reais necessidades antes de começar a planejar. Anote todos os detalhes sobre seu estilo de estudos para que você possa encontrar um ambiente adequado a eles.

5 dicas para criar um espaço de estudos eficiente: 2. Avalie suas preferências

Cada pormenor deve ser considerado para ajudá-lo a criar o ambiente perfeito. Descubra se você é ou não vulnerável a ruídos, se trabalha melhor com música, se consegue manter a concentração durante longos períodos ou se precisa fazer pausas curtas para, em seguida, retornar ao trabalho.

5 dicas para criar um espaço de estudos eficiente: 3. Identifique um espaço e tome conta dele

Busque em sua casa (ou no colégio) um lugar que atenda as preferências que você já identificou e tome conta dele. As pessoas precisam saber que aquele é o seu local de estudos e que você não deve ser interrompido enquanto estiver por ali. Claro que se a sua escolha for o colégio você deve tomar certos cuidados, uma vez que o espaço é dividido entre todos os estudantes.

5 dicas para criar um espaço de estudos eficiente: 4. Certifique-se de que a área é confortável

O conforto é fundamental para que você se sinta motivado a estudar, por isso é uma boa ideia reorganizar o ambiente para que ele se torne mais apropriado aos seus estudos. Escolha mesas e cadeiras que não prejudiquem a sua postura e armazene neste local todos os itens

necessários para garantir que seu estudo não seja interrompido, como garrafas de água, alimentos energéticos e, claro, materiais de estudo como lápis, papel, dicionários, etc.

5 dicas para criar um espaço de estudos eficiente: 5. Estabeleça regras de estudo

Evite interrupções e conflitos desnecessários com amigos e familiares estabelecendo regras simples como, por exemplo, quando e como você irá estudar. Se você sabe que é mais eficiente fazendo pausas, explique isso àqueles que convivem com você, deixe claro que você não está apenas enrolando.

Fonte: Universia [Portal]. Disponível em: <<http://noticias.universia.com.br/vida-universitaria/noticia/2013/11/12/1062831/5-dicas-criar-um-espaco-estudos-eficiente.html>>. Acesso em: 12 nov. 2013.

A utilização deste artigo é exclusiva para fins educacionais.