

Soft Skills

Como *criar* e *manter* os melhores hábitos de estudos

Como você sente em relação ao seu método de estudo?



Milena de Lima

Microsoft
Especialista técnica





Feito é melhor que perfeito

Dê o primeiro passo





Hábitos

1. Ação que se repete com frequência e regularidade;

Sinônimos: costume, rotina



Importância dos hábitos de estudo

Como evoluímos quando priorizamos os estudos?



Desempenho

Em testes, avaliações, etc.



Autonomia

Responsabilidade



Concentração

Longos períodos



Autodisciplina

Metas realistas



Eficiência

Melhor absorção

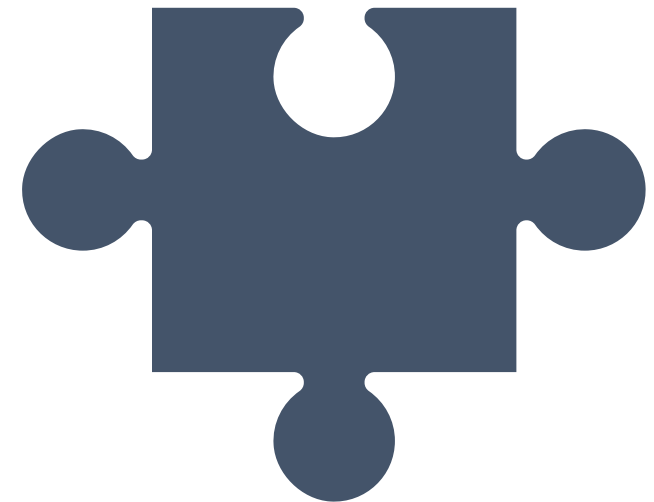


Autoconfiança

Pessoal e profissional

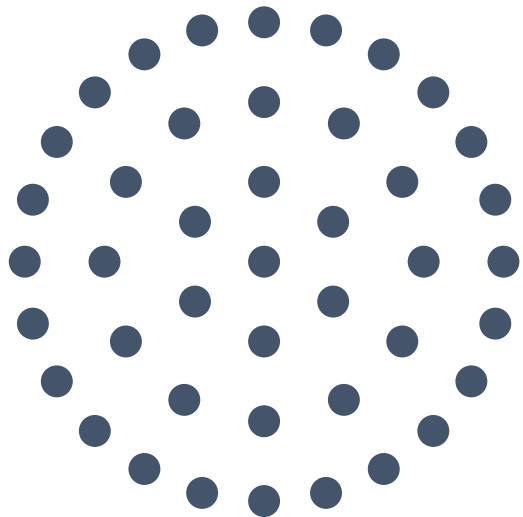


Elementos-chave dos hábitos de estudo



Estratégias para desenvolver hábitos de estudo eficazes





Ver e ouvir

50%



Fazer

80%



Replicar

95%



Como manter hábitos de estudo de longo prazo

- Cronograma
- Organização
- Técnicas de aprendizagem
- Pequenos passos
- Compromisso



Pit stop



LinkedIn

