11 de agosto de 2024

De: Camila Bezerra

Para: Minha prima Luana Bezerra

Prezada prima Luana.Estou te enviando esta carta para lhe mostra como pode melhorar o seu estudo de forma eficiente e eficaz.

Sabemos que temos que ter autoconhecimento para poder se desenvolver melhor tanto na vida pessoal e profissional tendo ela como uma habilidade, sei que as vezes pode ser difícil focar no seus estudos, mas posse lhe te oferecer umas dicas de estratégias de estudo:

Uma delas é fazer anotação pois isso pode te ajudar na hora de revisar conteúdos importante para alguma prova; organizar seu tempo também é fundamental por que permite um estudo mais eficiente em que você pode dividir seu tempo tanto para os estudos, descanso e outra atividades do seu interesse; ter metas definidas pode te trazer mais motivação para o seu futuro; e também lhe recomendo vc ter seu próprio ritmo de estudo identificando em qual horário você é mais produtiva sendo de dia, de tarde ou de noite isso depende de como você reagira a cada horário; na hora dos estudos é bom manter qualquer tipo de aparelho desligado por que se sabe como ele pode tirar nossa concentração do nosso estudo; também te indico prima a fazer resumo de cada aula sua pois facilita na hora que você for pegar e estudar para prova; existe uma técnica chamada pomodoro não sei se já ouviu falar nela mas ele funciona da seguinte maneira, ter um período de tempo focada e uma matéria e uma outra pra descanso por exemplo pegando 30 minutos para estudo e 10 ou 5 minutos para seu descanso, acho que nunca pratiquei essa técnica mas deve te ajudar no seu estudo; faça testes práticos como buscando provas ou simulados antigos de acordo com o assunto que você está estudando; é bom sempre poder estudar em um lugar agradável e tranquilo pois ele te ajuda a se concentrar melhor; eu te recomendo que comece pelas matérias que você tenha mais dificuldade de aprender e depois pela qual que você se desenvolve mais fácil; entre em algum grupo de estudo pois eles pode lhe te fornecer ajuda ou mais conhecimento sobre uma disciplina que você está procurando detalhadamente mais a fundo sobre ela você também pode ajudar eles fornecendo o que você sabe;

Espero que essas dicas te ajuda na sua forma de aprendizagem, mas também não esqueça que se tem que ter vontade própria e se esforçar para o seu melhor, pois sem o esforço nuca chegaremos a nenhum lugar. Espero que quando formos se encontrar podemos discutir mais sobre os estudos de cada uma e vermos o que melhoramos e o que pode ser melhorado.

Atenciosamente sua prima, Camila.