

Estímulo para estudar

Algumas dicas para estimular seu filho ou a si mesmo a estudar.

Depois de uma pesquisa por alguns sites com o assunto eu elaborei estas dicas.

É importante começar dizendo que são apenas dicas e que você deve usar todos os recursos ao seu alcance para conseguir este intento.

Sinceridade é Importante

Não podemos querer dizer ao filho que estudar é a atividade mais prazerosa do mundo. Ele poderá até achar isso algum dia, mas atualmente isso não é verdade. Precisamos ser sinceros e dizer que pelo menos no início ele precisará fazer algum sacrifício. Com o passar do tempo, quando ele for aprendendo e sentindo mais segurança ele começará a gostar mais. Lembre que quanto mais você conseguir motivar ele mais ele estudará.

Importância de Estudar

Fale sobre a importância de estudar. Do quanto se aprende. Aprendendo mais a gente se valoriza e se torna mais útil onde quer que esteja, além de ajudar a melhorar sua auto estima.

Mas o maior objetivo de estudar, de sacrificar seu presente é o de possibilitar que seu futuro profissional e financeiro seja melhor. É como um investimento, você sacrifica algumas horas por dia do seu presente para que seu futuro seja mais confortável e você seja alguém que ganhará mais facilmente dinheiro do que se não estudar ou estudar menos.

Ele precisa realmente acreditar nisso, mas precisa de sua ajuda, pois brincar é muito mais agradável que estudar, especialmente nos nossos dias, quando as opções são inúmeras e maravilhosas. Ele precisa ter uma forte consciência caso contrário não conseguirá. Repetindo, ajude, acompanhe e colabore com ele para tornar menos difícil.

Procure formas agradáveis e criativas de mostrar os assuntos do estudo para ele.

Veja, que quando estiver estudando e pensar assim “eu poderia estar jogando ou assistindo filme, ou no Facebook”. Nestes momentos rebata com “estou investindo no meu futuro, pois quero ter um futuro melhor. Mais tarde posso fazer isso”.

Disciplina é Importante

A disciplina ajuda nosso cérebro a confiar que queremos estudar e ele irá nos ajudar lembrando quando chegar a hora.

Aplicação Prática dos Conhecimentos

Uma dificuldade de alguém livre e inteligente gostar de estudar é não ver uma aplicação prática em sua vida dos conhecimentos estudados. Procure mostrar que todos os conhecimentos são úteis e importantes na nossa vida. Claro que alguns assuntos serão mais importantes, mas isso no futuro quando ele escolher em que deseja trabalhar, por enquanto ele precisa estudar todas as matérias para que tenha um conhecimento geral e para conseguir aprovação.

Uso Racional da Internet

Atualmente a internet é a maior fonte de pesquisas para a escola, mas ele precisa estar ciente de que apenas pesquisar e imprimir não o ajuda muito. Precisa pesquisar, estudar, entender e fazer o trabalho com suas palavras para que a pesquisa seja realmente útil e importante.

Inteligência e Criatividade são Superiores à Memorização

Mostre e explique para ele que desenvolver a memória é importante, usando artifícios e técnicas, mas desenvolver a inteligência e a criatividade são ainda mais importantes e que ele deve ter sempre isso em mente.

Organização Ajuda

Tenha um local definido e adequado para estudar. Mantenha seus livros, cadernos e demais materiais de estudo bem organizados em um lugar certo. Procure se isolar quando estudar. Somente use nestes momentos o celular e o computador em caso de necessidade. Tome cuidado com eles pois geralmente nos dispersam e nos fazem perder tempo.

Faça uma agenda do que precisa estudar, anote o dia dos trabalhos e das provas. Também anote que matéria estará estudando em cada dia da semana. Organize-se.

Empenho

Peça que ele procure se empenhar bastante, que procure ficar pensando nos estudos durante o dia pois assim seu cérebro irá perceber que ele acha isso importante e irá ajudá-lo quando seu filho precisar dele, do cérebro (este deve ser seu grande parceiro).

Procure dormir cedo e dormir bem, para acordar cedo e disposto.

Procure chegar cedo ao colégio e sentar na frente.

Fique atento às aulas e sempre que não entender algo pergunte ao professor. Esta é uma forma de economizar tempo de estudo. Se levar uma dúvida para casa irá gastar mais tempo de estudo. Tem mais, o professor gosta (geralmente) de alunos que perguntam e demonstram interesse.

Acompanhamento

É importante o filho sentir que você está realmente interessado nos estudos dele. Para isso procure acompanhar diariamente ou com frequência suas atividades, perguntando como está, se está enfrentando alguma dificuldade. Faça realmente algo sério neste sentido.

Exemplos

Procure mostrar exemplos de pessoas bem sucedidas e que se empenharam para estudar e chegar onde chegaram, inclusive você.

Evite Castigos e Punições

Se conseguir conversar de forma a convencê-lo da importância de estudar e participar juntamente com ele de seus estudos será mais eficiente do que ameaças e castigos. Sem contar que algo mais importante que os estudos dele irá acontecer, o relacionamento de vocês será algo mais desejável.

Compre Livros Interessantes para Ele

Pergunte e procure saber de que livros ele gosta e compre estes livros para um maior estímulo à leitura.

Nosso Cérebro

O normal é que nosso cérebro procure o prazer e fuja da dor, ou seja, procuramos praticar atividades agradáveis e deixar de lado as desagradáveis. Então tanto você pai precisa mostrar para seu filho que ele precisa gostar de estudar quanto seu filho precisa ter essa consciência. Se ele realmente entender que seu esforço atual será compensado no futuro ele poderá se dedicar mais e seus estudos não serão um grande sacrifício.

Encontre formas de mostrar para seu cérebro que o estudo é importante, necessário e pode ser agradável, assim seu cérebro o ajudará nessa tarefa.

Prioridades

Na vida todos temos 24 horas no dia e podemos ter muito mais atividades para fazer no dia do que dá tempo, portanto precisamos escolher as mais importantes e focar nelas. Divida o seu dia em partes e procure se organizar para cumprir sua agenda. Lembre que estudar é muito importante para você e deve dar prioridade sobre muitas outras atividades.

O Poder da Visualização

Ajuda muito a memorizar uma tarefa se você se visualizar fazendo. Para, relaxe, respire profunda e calmamente e comece a visualizar você executando a atividade. Caso dramatize a memória funciona melhor.

Também é importante que você se visualize daqui há alguns anos, caso não estude, como você poderá ser e caso estude e se empenhe muito como poderá ser. O que acha?

Encare primeiro o mais chato

É mais eficiente encarar primeiro as matérias mais “chatas”, aquelas em que tem mais dificuldade. Quando começar a aprender e a dominar começará e deixar de achar chata e começará a gostar dela.

Atitude

Para ser bem sucedido nos estudos e chegar a gostar muito de estudar precisa se empenhar, caprichar no que faz e realmente assumir uma atitude de estudioso.

Essa atitude de seriedade deve se expandir para a sua vida como um todo, para a sua alimentação, sua saúde em geral e seu estilo de vida. Afinal tudo isso o ajudará a estudar e o ajudará a viver melhor. Atitude, seriedade no sentido de combinar que fará algo e fazer e fazer bem feito, muito bem feito. Isso fará com que se sintam bem e te retornará mais energia e confiança.

Procrastinação

Para ser eficiente em alguma atividade precisamos nos cercar de alguns cuidados, ser disciplinados, organizados e de muito empenho. Algo que precisamos evitar a todo custo é a procrastinação, aquela mania de deixar para fazer as coisas depois e acabamos nos esquecendo. Se tiver algo para fazer faça agora e nunca deixe para depois. A história da atitude, da decisão, da firmeza. Faça disso um traço da sua personalidade.

Saúde

Esta é uma grande parceira dos seus estudos e da sua vida, portanto colabore com ela e se interesse em conhecer como cuidar dela. Boa alimentação, evitando produtos químicos em geral, dormir bem, profundamente, pelo menos 8 horas por noite, evite estresse, filmes e jogos violentos ou de terror, especialmente a noite antes de dormir. Cuida da sua saúde, da sua vida.

Tags: [sinceridade](#), [estudar](#), [estimular](#), [disciplina](#), [conhecimentos](#), [inteligência](#), [criatividade](#), [empenho](#)