

ESTRATÉGIAS PARA O ENFRENTAMENTO DE DIFICULDADES RELACIONADAS AO COMPORTAMENTO DE ESTUDAR: UM LEVANTAMENTO EM ARTIGOS DE ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

Anna Rita Braciforte Correia (PIC/Uem), Fernanda Gratão Badan (PIC/Uem), Carlos Eduardo Lopes (Orientador), e-mail: braciforteanna@gmail.com.

Universidade Estadual de Maringá / Centro de Ciências Humanas/Maringá, PR.

Ciências Humanas / Psicologia

Palavras-chave: Estudo, Autocontrole, Análise do Comportamento

Resumo

Os estudantes universitários são confrontados cotidianamente com dificuldades relacionadas ao comportamento de estudar. Algumas dessas dificuldades são o predomínio de comportamentos incompatíveis e um repertório de estudo inadequado, que produz aversivos para o aluno ou impede que reforçadores positivos sejam produzidos. Isso é agravado por um sistema de ensino pautado em teorias tradicionais, que não concebem o estudar como comportamento, deixando de ensinar habilidades importantes. Ademais, a ausência de um repertório de estudo impede que o aluno aprenda a pensar, tornando-o dependente do professor. Esta pesquisa de natureza bibliográfica teve como objetivo elaborar estratégias para o enfrentamento de dificuldades relacionadas ao comportamento de estudar. Para que este objetivo fosse alcançado foi realizado um mapeamento de artigos de Análise do Comportamento em português e inglês, que discutiam dificuldades relacionadas ao comportamento de estudar. Os artigos em português foram buscados na base de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), acessada pelo *Portal de periódicos da CAPES*, e na *Biblioteca Virtual em Psicologia* (BVS-Psi). Os artigos em inglês foram buscados na base de dados *Biblioteca Virtual em Psicologia* (BVS-Psi) e no *Journal of Applied Behavior Analysis* (JABA), acessado pelo *Wiley Online Library*. Esses materiais foram analisados em tabelas, compostas pelas colunas: referência do texto; palavras-chave; dificuldades; propostas de intervenção. Por fim, foi elaborado um texto sistematizando os resultados e articulando cada dificuldade do comportamento de estudar com suas propostas de intervenção. Os resultados indicam que os principais problemas estão relacionados à organização do ambiente de estudo, planejamento do estudo e forma de estudar.

Introdução

Falta de atenção, dificuldade na concentração, incompreensão do conteúdo e procrastinação são queixas comuns entre estudantes. Todos esses problemas dificultam um estudo efetivo e levam, por vezes, o estudante a se ocupar de outro tipo de atividade, simplesmente evitando estudar (ALOI; HAYDU; CARMO, 2014). Ao mesmo tempo, o prazo de entrega e as notas são, muitas vezes, os únicos objetivos

do estudar, ainda que isso não contemple necessariamente uma compreensão adequada do que é estudado (COSTA; FERMOSELLI; LOPES, 2014).

De um ponto de vista comportamental, as dificuldades aparecem quando o comportamento de estudar não produz reforçadores positivos, ou ainda quando estuda sob controle exclusivo de contingências aversivas. Assim, quando um aluno estuda e não aprende, pode-se dizer que faltam contingências e/ou um repertório de estudar efetivo. Ademais, o uso de estímulos aversivos, como notas baixas e reprovação, são comuns no sistema de ensino tradicional atual. Estas práticas resultam em um processo de reforçamento negativo do comportamento de estudar, fazendo em que o aluno estude somente para se livrar de condições aversivas.

A Análise do Comportamento parece ser uma proposta de psicologia promissora para o enfrentamento de problemas relacionados ao estudar, uma vez que ela trabalha operacionalizando o estudo como comportamento operante: indicando variáveis ambientais (situação antecedente e consequências) responsáveis por esses problemas e que podem ser manipuladas. Isso quer dizer que mudando essas variáveis, em tese o problema poderia ser resolvido. Mas será que essa potencialidade da Análise do Comportamento está sendo explorada? Será que a literatura da área tem delineado estratégias efetivas para o enfrentamento de dificuldades relacionadas ao comportamento de estudar? Esta pesquisa bibliográfica pretendeu enfrentar essa problemática.

Materiais e métodos

A pesquisa desenvolvida foi de natureza bibliográfica e teve como objetivo sistematizar estratégias de enfrentamento das dificuldades relacionadas ao comportamento de estudar. Para que este objetivo fosse alcançado foi realizado um mapeamento de artigos de Análise do Comportamento em português e inglês, que discutiam dificuldades relacionadas ao comportamento de estudar. Os artigos em português foram buscados na base de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), acessada pelo *Portal de periódicos da CAPES*, e na *Biblioteca Virtual em Psicologia* (BVS-Psi). Os artigos em inglês foram buscados na base de dados *Biblioteca Virtual em Psicologia* (BVS-Psi) e no *Journal of Applied Behavior Analysis* (JABA), acessado pelo *Wiley Online Library*.

Os materiais foram organizados em tabelas, compostas pelas seguintes colunas: referência do texto; palavras-chave; dificuldades de estudo; propostas de intervenção. Por fim, foi elaborado um texto sistematizando os resultados e articulando cada dificuldade do comportamento de estudar com suas propostas de intervenção.

Resultados e Discussão

Em relação às publicações em português, foram encontrados 26 artigos no *Portal de periódicos da CAPES* e 108 no BVS-Psi, resultando num total de 134 artigos. Destes 134 artigos, 41 foram excluídos por repetição, 77 por não se ajustar ao tema, 1 pela língua (espanhol), e mais 2 artigos por impossibilidade de acesso, restando 13 publicações para *download* e análise preliminar. Depois da leitura preliminar, 11 artigos foram excluídos por não tratarem diretamente do tema,

sobrando 2 publicações para análise. Nas publicações em inglês, foram encontrados 140 artigos no BVS-Psi e 135 no JABA, resultando em 275 artigos. Destes, 120 foram excluídos por repetição, 144 por não se ajustar ao tema e 1 artigo por impossibilidade de acesso, restando 10 publicações para download e análise preliminar. Depois da leitura preliminar, 10 artigos foram excluídos por não tratarem diretamente do tema, não restando publicações para análise. Outros 4 artigos foram selecionados e analisados, pautando-se nas referências dos artigos encontrados nas buscas.

Sobre as filiações dos autores dos artigos encontrados, houve um artigo filiado à Faculdade Integrada Tiradentes, um filiado à Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, um filiado à Universidade Estadual de Londrina (UEL) e dois filiados à Universidade Federal de São Carlos (UFSCar). Somente em um dos artigos, os autores estão filiados à universidades diferentes: dois autores na UFSCar e um na UEL. Sendo assim, a maioria dos autores dos artigos encontrados estavam filiados à UFSCar e à UEL. Além disso, somente um autor se repete.

Os dados obtidos durante a análise dos artigos foram organizados em três categorias, de acordo os problemas relacionados ao comportamento de estudar: i) organização do ambiente de estudo, ii) planejamento do estudo e iii) a forma de estudar.

Em relação à organização do ambiente, as propostas encontradas foram: selecionar um local exclusivo, silencioso e sem movimentação de pessoas, para que o indivíduo prolongue o comportamento de estudar; uma boa iluminação do local, além de temperatura adequada e cadeiras confortáveis, evitará que o aluno pare o estudo a fim de providenciar esses confortos físicos (COSER; CORTEGOSO; GIL, 2011; COSTA; FERMOSELLI; LOPES, 2014); caso haja muitos estímulos visuais concorrentes como aparelhos eletrônicos ou estimulações auditivas, é recomendado retirá-los para que não afetem o estudo, aumentando a probabilidade de esquiva (COSER; CORTEGOSO; GIL, 2011); é indicada a utilização de uma mesa exclusiva, pois cria condições para que o aluno tenha um ambiente discriminativo para o estudo (KIENEN et al., 2017).

No que diz respeito ao planejamento de estudo, a literatura analisada propõe: uma avaliação do tempo disponível, estabelecimento de objetivos, planejamento de tarefas e elaboração de listas de prioridades, tornando o indivíduo consciente de seu tempo. Assim, sugere-se anotar todas as atividades que deverão ser feitas e seus prazos de entrega, possibilitando ao estudante uma visualização rápida e precisa de seus deveres. Para isso é indicado o uso de uma agenda para a função (KIENEN et al., 2017). O cansaço também pode comprometer o desempenho do estudante, assim é preciso gerir o tempo dedicado ao estudo para que o aluno não desista ou fuja por “cansaço mental” (ALOI; HAYDU; CARMO, 2014). O estudante deve manter um cronograma de tarefas, definindo os horários de estudo e quais tarefas serão realizadas. Este cronograma deve ser cumprido, avaliado e aperfeiçoado constantemente para que haja um melhor aproveitamento (KIENEN et al., 2017).

Sobre a forma de estudar, as propostas são: a organização prévia dos materiais, a fim de economizar tempo, assim como discernir quais conteúdos já são possíveis de serem aprendidos, avançando em seu próprio ritmo, indo dos conteúdos simples para os mais complexos (ALOI; HAYDU; CARMO, 2014). Grifar o texto pode tornar a leitura mais efetiva e, com o texto grifado, será possível fazer

fichamentos, elaborar resumos ou responder perguntas orientadoras (KIENEN et al., 2017). Por último, a postura física do aluno também contribui para manter o aluno engajado, pois evita dor nas costas (desconfortos) (COSER; CORTEGOSO; GIL, 2011).

Conclusões

A sistematização dos artigos de Análise do Comportamento sobre estratégias para melhorar o comportamento de estudar permitem algumas conclusões. Foi encontrado um número relativamente baixo de estudos sobre o assunto, 6 artigos ao todo, evidenciando a escassez de artigos sobre o assunto mesmo na literatura internacional. Essa dado sugere que a escassez de artigos sobre o tema pode ser um problema da Análise do Comportamento como um todo, pois, mesmo especificando “Análise do Comportamento” durante as buscas, a maioria dos artigos encontrados (e excluídos) foi de Psicologia Cognitiva.

Outro ponto a ser destacado é que as técnicas de organização, planejamento e formas de estudo encontrados na literatura analisada, carecem, na maioria das vezes, de explicações e referências. Foi encontrado somente uma listagem de técnicas, sem dados que sustentem sua aplicação, o que torna os estudos, que já são insuficientes, pouco confiáveis. Futuramente pode ser interessante realizar nova pesquisa expandindo as buscas para outros materiais de modo a verificar se essa escassez se restringe aos artigos ou se inclui outras modalidades de publicação, como teses e dissertações.

Referências

ALOI, P. E. P.; HAYDU, V. B.; CARMO, J. S. Motivação no ensino e aprendizagem: algumas contribuições da Análise do Comportamento. **CES Psicologia**, v. 7, n. 2, p. 138-152, 2014.

COSER, D. S.; CORTEGOSO, A. L.; GIL, M. S. C. A. Promoção de comportamentos de estudo em crianças: resultados de um programa de ensino para pais e responsáveis. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 13, n. 2, 58-78, 2011.

COSTA, Y. H. S.; FERMOSELI, A. F. O.; LOPES, A. P. Análise do Comportamento no processo de ensino-aprendizagem na educação. **Caderno de Graduação – Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 2, n. 1, p. 213-226, 2014.

KIENEN, N. et al. Comportamentos pré-requisitos do “Estudar textos em contexto acadêmico”. **Revista CES Psicologia**, v. 10, n. 2, p. 28-49, 2017.