

# POR QUE ELE NÃO GOSTA DE ESTUDAR ?

Kleiton Oliveira



Eu imagino que se você chegou até aqui é porque não tem sido uma tarefa muito fácil fazer com que seu filho “pegue o gosto” por estudar.

Na minha experiência, ouço com uma certa frequência de pais e professores que as crianças de hoje em dia não gostam de estudar (e algum dia gostaram?), ou que atualmente é muito mais difícil ensinar.

Vou te contar um segredo.

O motivo do seu filho não querer estudar tem muito pouco a ver com a geração em que ele está.

A explicação é um pouco mais complexa do que isso. O que de forma alguma deixa a situação mais difícil de se resolver.

A geração que ele nasceu nós não mudamos, mas as condições ambientais são possíveis de se modificar.



Dei um *spoiler* do que nós mais vamos conversar por aqui.

Mudanças nas condições ambientais vão ser o nosso carro chefe.

Pode parecer difícil a primeira vista, mas confie, você consegue.

Nosso e-book vai ser dividido em:

Por que meu filho não gosta de estudar ?

Estratégias para colocar em prática

Então, vem comigo e bora começar a buscar soluções.



Kleiton  
Oliveira  
Psicólogo Infantojuvenil

# POR QUE ELE NÃO GOSTA DE ESTUDAR ?

Me recordo de um trabalho que fiz com adolescentes, no qual o objetivo era o ensino de habilidades de estudo, e no meio da fala fiz a seguinte pergunta:

**“Para vocês, o que é estudar?”**

As respostas foram as mais variadas possíveis. Mas todas elas destacavam aspectos negativos do comportamento de estudar.

**“É chato”**

**“Não sei para o que vou usar isso na minha vida”**

Já ouviu isso por aí ? Certamente que sim.



*Kleiton  
Oliveira*  
Psicólogo Infantojuvenil

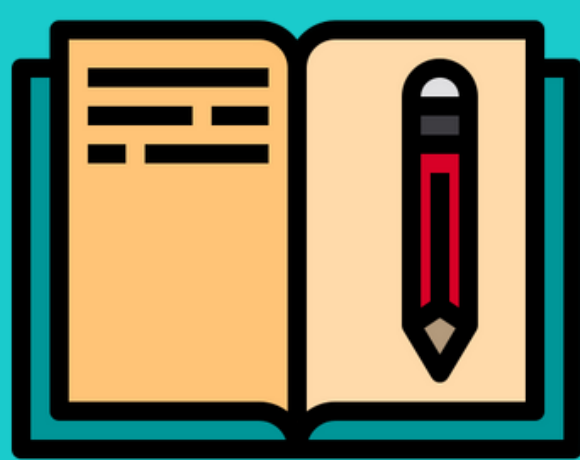
E isso não ocorre do nada, existe toda uma construção na história dessa criança ou desse adolescente, que fez com que ele falasse essas frases.

Ninguém nasce sabendo estudar. O que não quer dizer que não nascemos com a capacidade neurológica para desenvolvermos essa habilidade

E é no desenvolvimento, que essa habilidade é aprendida.

Estudar é um comportamento consideravelmente complexo, é de alto custo de resposta, ou seja, é trabalhoso.

Então esse comportamento não vai acontecer só porque eu estou dizendo que é algo importante.



Além de não ensinarmos essas habilidades, um outro motivo para o desinteresse pelos estudos tem uma questão cultural.

A nossa sociedade não é lá muito **“pró-estudo”**.

Embora a grande maioria das pessoas reconheça a importância de estudar, essa mesma maioria faz muito pouco disso, e dessa forma modelos de pessoas que estudam são bem restritos.

Coisas que pais fazem e atrapalham o interesse por estudar:

Não valorizar os comportamentos de estudar dos filhos (não fez mais do que a obrigação)

Atenção somente aos aspectos negativos;

Punir interesses que não necessariamente são da escola;

Apresentar consequências de muito longo prazo;

Então se seu filho não gosta de estudar algumas coisas precisam ser repensadas por aí.

Não espere que a escola se torne mais legal (mas não deixe de lutar por isso), comece as mudanças em casa o quanto antes.

E para começar essas mudanças eu vou me permitir a dar algumas sugestões.



# ESTRATÉGIAS

1

## CRIANDO UMA ROTINA DE ESTUDOS

Uma das coisas que pode aumentar a chance de seu filho estudar, é separar um tempo específico para isso no decorrer do dia.

Tempo esse que não vai concorrer com nenhum outro tipo de atividade que ele tenha preferência.

Rotina é uma das coisas que mais traz consistência para a vida de uma criança e de um adolescente.

Então montar uma rotina de estudos pode ser uma boa estratégia.

Mas como fazer isso ?

Vou listar alguns passos.



Kleiton  
Oliveira  
Psicólogo Infantojuvenil



## PASSO 1

Primeira coisa, senta com seu filho (a), e explique que você quer modificar com ele algumas coisas.

Por exemplo:

“Filho, eu sinto que temos brigado bastante por conta dessa coisa de estudar. Eu não fico satisfeita e você muito menos. Pensei em organizarmos um pouco isso, e queria que você me ajudasse. O que você acha da minha ideia?”

Traz seu filho (a) para o plano, por mais que no início ele se sinta meio receoso, compartilhar com ele a sua ideia, retira aquela sensação de que algo está sendo imposto.

É importante que antes dessa conversa, você já tenha algumas opções para apresentar a ele. Isso nos leva ao 2º passo.

## PASSO 2

Você precisa ir com calma. Se seu filho não tem o hábito de estudar, não vai ser de uma hora para outra que ele vai passar a tarde toda estudando (nem acho isso saudável para falar a verdade).

Então saiba que nesse começo, o tempo talvez seja curto, nós queremos que ele aumente o tempo estudando e não que ele vire um aluno de doutorado.

Exemplo:



Na segunda, das nove as dez, revisão da matéria do dia anterior. 20 minutos de “descanso” e mais uma hora de estudo de uma matéria que ele (a) preferir.

Mas talvez você esteja contando com a possibilidade de ele não cumprir com o combinado. E isso nos leva para o próximo passo.

## PASSO 3

Monitore a rotina. Inicialmente você não fará rotinas para a semana toda. O ideal é que você tire uns minutos diários para ouvir o que ele (a) estudou hoje, e planejar o que será colocado na rotina de amanhã.

Lembre-se de valorizar TODOS os comportamentos condizentes com a rotina.

Mesmo que ele tenha descansado por 30 minutos e estudado só 45, você vai valorizar o que ele FEZ, e não dar tanta importância para os 10 minutos a mais de descanso.



Crie essa rotina em um material físico, evite guardar em computadores ou celulares. Use uma cartolina se for necessário. Cole em um lugar visível a todos.

## 2

## ESTUDANDO JUNTOS

Essa pode vir inclusive junto com a rotina.

Pode ser que com você seja diferente mas na minha experiência noto que os pais não costumam estudar muito com o passar dos anos.

Um dos problemas por aí talvez seja a falta de modelo. Ou o modelo não é muito visível para seu filho.

Por que não criar um plano para estudar com seu filho? O que você e ele gostariam de saber e podem pesquisar juntos?

Uma boa forma de fazer com que essa estratégia funcione, é separar um tempo semanal só para essa atividade.

Com isso, você faz algo que é muito importante para seu filho, que é demonstrar interesse por ele. E tenha certeza que isso não vai afetar apenas o estudo.

# 3

## ORGANIZANDO O AMBIENTE

O ambiente tem uma grande influência nos nossos comportamentos.

Se eu estou em um ambiente com a luz reduzida, sem muitos sons e uma cama a vista, a chance de eu me deitar vai aumentar e muito.

E isso também ocorre nos estudos.

A não ser que seu filho tenha um grau de concentração super humano ele dificilmente vai conseguir estudar em um ambiente que não é propício para isso.

É preciso começar pelo ambiente.

Separe um espaço mais silencioso da casa se for possível. Retire desse espaço objetos concorrentes, como celulares, tablets, etc. Deixe a vista apenas o que o seu filho for utilizar para estudar.

Isso pode fazer TODA a diferença.



## CHEGAMOS AO FINAL

Um dos objetivos desse pequeno *e-book* foi começar uma reflexão sobre o comportamento de estudar.

Mas a principal ideia foi trazer algumas estratégias para serem colocadas em prática AGORA.

Todas as estratégias apresentadas aqui, foram pensadas para serem usadas juntas. Você pode até escolher dar mais foco em uma do que em outra. Mas as três ao mesmo tempo melhoram muita a estimativa de resultado.

Espero MUITO que você consiga atingir seu objetivo por aí. Boa sorte !



@kleitonoliveirapsi



@KleitonOliveirapsi

WWW

kleitonoliveira.com.br



Kleiton  
Oliveira

Psicólogo Infantojuvenil