

MATERIAL AO ESTUDAR

Manter seu material de estudos organizado e acessível durante a sessão de estudos é essencial para evitar interrupções desnecessárias que podem gerar distrações e prejudicar seu rendimento. Veja algumas dicas que podem te ajudar quanto a isso:

- Providencie tudo que vai necessitar para estudar antes de começar a fazê-lo. Tanto informações da matéria (anotações, livro etc.) quanto outros materiais que você possa precisar (papel, lápis, borracha, calculadora etc.).
- Deixe ao alcance apenas o material que está necessitando para o assunto que está sendo estudado. Muito material na mesa de trabalho acaba atrapalhando.
- Mantenha artigos e material de estudo sempre no mesmo local, e bem organizados. Desta forma, será mais fácil encontrar e guardar o que você for usar naquele momento.
- Arrume o material que acabou de ser usado, de preferência logo após terminar o uso. Isso facilitará o reinício do estudo na próxima sessão.
- Mantenha seu material de estudo sempre em boas condições de uso e de funcionamento.

LEMBRE-SE: Muitas vezes arrumamos desculpas para interromper o estudo ou postergar seu início (como arrumar o material, por exemplo). Se esse é o caso, algo pode estar errado com sua relação com o estudo, e algumas providências devem ser tomadas. Você pode agendar um atendimento com um dos nossos plantonistas, por exemplo!