

### Analizando o seu perfil como aluno

O autoconhecimento é uma necessidade para que possamos encontrar em nós mesmos aquilo que nos motiva. Responda às perguntas a seguir refletindo sobre você em cada aspecto questionado. Não é um teste, é apenas um roteiro para que você reflita acerca de aspectos facilitadores ou complicadores de sua aprendizagem.

**1. Como você costuma ser em sala de aula (pode marcar mais de uma opção)?**

- Inquieto(a)    Disperso(a)    Participativo(a)    Calmo(a) e calado(a)  
 Brincalhão (ona)    Curioso(a)    Questionador(a)    Falta muito às aulas  
 Costumo ser pontual    Costumo chegar atrasado

**2. Na hora das explicações (pode marcar mais de uma opção):**

- Fico atento(a)    Tenho dificuldade de me concentrar  
 Converso muito    Fico em silêncio  
 Consigo prestar atenção    Fico disperso(a)  
 Absorvo a explicação    Logo me desinteresso  
 Faço anotações dos comentários e dúvidas    Não anoto nada

**3. Quanto às atividades:**

a) Costumo concluir as atividades iniciadas?

- Sim    Não    Às vezes

b) **Ao realizar as atividades, costumo ser (pode marcar mais de uma opção):**

- Tenho preguiça.  
 Faço as atividades de forma muito lenta.  
 Faço rápido para terminar logo.  
 Faço rápido, mas sou eficiente.  
 Às vezes acho que não sei fazer a atividade.  
 Consigo respeitar os prazos para entrega das atividades.  
 Não consigo respeitar os prazos para entrega das atividades.

c) **Costumo ter em mãos o material necessário (caneta, cadernos, textos, etc...)?**

- Sim    Não    Às vezes

d) **Sou organizado(a) com o meu material?**

Sim  Não  Às vezes

4. **Você tem amigos em sala de aula?**

Sim  Não

5. **Costuma manifestar a sua opinião?**

Sim  Não  Às vezes

6. **Sente vergonha de falar em grupo?**

Sim  Não  Às vezes

7. **Já enfrentou algum conflito em sala de aula?**

Sim  Não

8. **Está satisfeito com o seu rendimento acadêmico?**

Sim  Não

9. **Está com dificuldade nos seus estudos?**

Sim  Não

10. **A seu ver, o que está causando as suas dificuldades? (pode marcar mais de uma opção)**

Falta de dedicação de sua parte

Problemas pessoais

A forma de ensinar de alguns professores

Não se adaptou ao ritmo da instituição

Não conseguiu o apoio que precisa dentro da instituição

11. **Você tem o hábito de estudar?**

Sim  Não

12. **Você tem o hábito de se preparar para as atividades avaliativas (provas, trabalhos, seminários, etc.)?**

Não consigo estudar e me preparar com antecedência. Estudo na véspera.

Não consigo estudar e me preparar com antecedência, por isso procuro aproveitar, ao máximo, o momento das aulas.

Anoto as datas e vou estudando para as provas/seminários e realizando as atividades (trabalhos) com antecedência.

Nas matérias que tenho dificuldade procrastino os meus momentos de estudos e revisões.

**13. Como você realiza as suas atividades avaliativas (provas, trabalhos, seminários, etc.)?**

- Na hora da prova, faço primeiro as questões que sei, e depois volto para as questões que estou com dúvida, procurando com calma, resolvê-las.
- Na prova, faço primeiro as questões que sei e nem tento resolver as que parecem mais difíceis.
- Na hora da prova, fico muito ansioso(a) e não consigo manter a calma.
- Na hora da prova, fico muito ansioso(a), mas procuro manter a calma, respiro, penso de forma positiva e procuro dar o meu melhor.
- Os seminários são muito difíceis, porque tenho dificuldade para falar em público e não consigo dominar a minha insegurança, mesmo tendo estudado.
- Os seminários são muito difíceis, porque tenho dificuldade para falar em público, mas procuro dominar a minha insegurança, me preparando com antecedência, mantendo o meu olhar nos colegas que tenho mais amizade ou um outro ponto fixo e busco dar o meu melhor.
- Em relação aos trabalhos, acabo acumulando e deixando para última hora, o que gera uma sensação de que poderia ter feito melhor.
- Em relação aos trabalhos, não acumulo, procuro fazer com antecedência para respeitar o prazo de entrega e aproveito para ampliar a minha compreensão e aprofundar os conteúdos, tendo em vista que não estou sob a tensão de uma prova.

**14. Por que você faz esse curso? (Pode marcar mais de uma opção)**

- Para ajudar no alcance dos meus ideais.
- Para obter uma formação profissional e conseguir algum emprego na área.
- Gosto de estudar e resolvi fazer o curso, mas não tenho nenhum objetivo específico.
- Não sei dizer  Sou obrigado(a) pela família.

Agora, que você refletiu sobre suas características como aluno(a), procure superar aqueles aspectos onde considera que não vai bem. Seguem algumas orientações para auxiliá-lo(a):

- **Tente criar melhores condições de estudos e cuide da sua saúde:** Antes de iniciar o estudo, providencie todo o material de que vai necessitar e encontre o local mais adequado, dentro da sua realidade. Deixe uma garrafinha de água perto de você e alongue-se, de vez em quando.
- **Organize o seu tempo de estudos para revisar o que foi visto em sala de aula:** A prática correta está em estudar um pouco todos os dias, dando um pouco mais de atenção aos componentes curriculares nos quais possui maior dificuldade, sem abandonar os demais.

**Fonte:** RIBEIRO, Marco Aurélio de Patrício Ribeiro. **Como estudar e aprender:** guia para pais, educadores e estudantes. 10ª edição. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.