



Estudo passivo ou estudo ativo: entenda quando usar cada método

Saber as vantagens e as funções de cada um ajuda a potencializar o rendimento dos estudos



<https://g1artes.com.br/como-estudar-os-fundamentos-do-desenho/>

Espera um minutinho que eu vou pegar um papel e uma caneta para anotar”. Esse ato, de escrever uma informação em um papel pode até parecer simples, corriqueiro. Geralmente é um endereço, um telefone ou algum recado. Mas, além de ser uma garantia por criar um registro físico, a ação de transformar uma informação falada em escrita ajuda o cérebro a não esquecer o que foi dito.

Você já deve ter ouvido de um professor mais tradicional que tirar foto da lousa não basta, tem que copiar o conteúdo à mão, no caderno. A lógica por trás desse conselho – que, convenhamos, muitas vezes é ignorado pelos estudantes – é um método de estudo bastante consistente, que defende que há momentos passivos e ativos na hora do aprendizado.

A teoria não é nenhum bicho de sete cabeças. Na verdade, é provável que você já alteme entre os dois formatos sem nem mesmo perceber. Ainda assim, ter consciência sobre a função, os benefícios e o melhor momento para usar cada um é uma boa estratégia para aumentar o rendimento nos estudos. O GUIA DO ESTUDANTE conversou com a Susane Ribeiro, especialista em técnicas de estudo, e explica tudo sobre o estudo ativo e passivo.

Como diria Luva de Pedreiro, a sensação do TikTok: “receba!”. O estudo passivo nada mais é do que receber uma informação. É o momento do aprendizado em que o estudante simplesmente escuta ou lê um conteúdo sem criar anotações ou resolver questões. Resumindo, é como a clássica aula em que o aluno está sentado na carteira escutando o professor explicar o conteúdo em frente à lousa.

“Você pode receber informações assistindo uma aula, lendo um livro, ou ainda escutando alguém falar”, reitera Ribeiro.



Nos últimos anos, porém, o estudo passivo tem sido apontado como um dos vilões da retenção de informação, visto que é mais fácil se distrair quando se está apenas escutando ou lendo sem exercer nenhuma atividade de fixação. Ribeiro esclarece que este momento de apenas receber o conteúdo tem um papel fundamental na aprendizagem, mas, ainda assim, é importante reconhecer suas limitações.

“O estudo passivo não é errado, ele também é necessário, mas ele deve ser entendido como o primeiro contato com a matéria, só ele não é o suficiente para reter o conteúdo”, explica.

O problema, segundo ela, é quando o aluno se vicia em só assistir aula. Ou seja, só praticar o estudo passivo. Com isso, o estudante se mune apenas de teoria e pouca prática – o que, em poucas semanas, se torna um problema já que a memória começa a falhar e os conteúdos são esquecidos.

“É importante que a carga de estudo passivo seja reduzida para não ter tantas horas por dia só de aula. Tem escolas que passam dez horas de aulas diárias e o aluno não tem tempo de fazer questões, revisão ou até mesmo descansar”, ressalta Ribeiro.

Se o estudo passivo é o momento de receber uma informação, o estudo ativo é a hora de criar algo a partir desta informação. Seria traduzir o conteúdo aprendido em uma criação própria. É neste momento que a mágica acontece.

Resolver questões, fazer anotações, escrever um resumo, desenhar um mapa mental e explicar o conteúdo para alguém ou a si mesmo: todas essas são formas de praticar o estudo ativo. As opções são inúmeras e podem variar de acordo com as preferências e dificuldades do estudante. Neste vídeo (<https://www.instagram.com/reel/Cc6ZaHhIveb/>), por exemplo, você aprende a fazer um mapa mental.

“No estudo passivo, você acha que aprendeu tudo, mas no outro dia já esqueceu. Na semana seguinte, nem se lembra mais do que se tratava.

Quando treinamos com lista de exercícios, que é o tipo mais simples de estudo ativo, isso é bem mais difícil de acontecer”, explica.

As vantagens do estudo ativo podem ser percebidas justamente quando o estudante precisa responder questões dissertativas nas provas. Diferente das questões de múltipla escolha, onde as informações são apresentadas e basta reconhecer qual responde melhor a pergunta, nas questões dissertativas é preciso fazer uma recuperação mental do conteúdo. É como “puxar” a informação de dentro do cérebro.

Um conteúdo que foi aprendido apenas pelo estudo passivo meses antes da prova, por exemplo, dificilmente será lembrado com facilidade pelo estudante. Enquanto um conteúdo treinado com exercícios, revisões mensais e resumos escritos é acessado pelo cérebro de forma mais natural.



“Uma boa técnica de estudo ativo é a autoexplicação. Ela é muito mencionada pelo físico americano vencedor do Prêmio Nobel de Física, o Richard Feynman.

Ele defendia um aprendizado que fogia do decoreba e focava em, entre outras técnicas, em aprender a partir de perguntas e respostas”, explica.

A especialista diz que a explicação deve ser conduzida sempre como um debate do assunto – como se fosse um professor engajando os alunos ou um profissional apresentando uma palestra. “É ir se perguntando ‘por que isso acontece?’, ‘como que isso acontece?’, ‘qual a consequência disso?’”, exemplifica.

Como usar cada um?

Não há um consenso ou uma resposta cientificamente comprovada acerca de qual formato deve ser usado e em qual momento. O mais comum é o estudante ir alternando entre as duas técnicas de maneira natural. Ribeiro alerta que o único perigo é pecar pelo extremo e utilizar o mesmo formato para todas as disciplinas, todos os dias.

“Até porque não tem como você aprender um novo assunto indo direto para as questões. Imagina querer fazer exercícios de logaritmo sem ter nada da teoria, sem ter visto uma aula ou lido uma explicação? O estudo passivo é necessário para o estudo ativo acontecer”, esclarece.

Pensando nisso, a especialista dividiu os “tipos” de estudantes em três subgrupos e listou dicas para cada um deles. Confira:

- Para estudantes que estão na escola, é mais difícil escapar do excesso de estudo passivo. Até para não levar faltas, o aluno é obrigado a assistir todas as aulas, todos os dias. A especialista diz que o ideal é fazer anotações próprias no caderno durante a aula, e, ao chegar em casa, resolver uma lista de exercícios, mesmo que o professor não tenha pedido. Essa inserção de doses de estudo ativo fará a diferença no desempenho do estudante. Para aqueles que querem ir além, um resumo ou um mapa mental sobre os conteúdos vistos na semana pode ser feito nos fins de semana.
- Para estudantes que estão em cursos pré-vestibular presencial, a principal vantagem é poder escolher a quais aulas assistir. Nessa hora, o autoconhecimento é bem-vindo e o aluno pode optar por apenas frequentar as aulas que tem mais dificuldade, enquanto utiliza o tempo das outras para treinar exercícios e provas antigas. Além disso, fazer flashcards e revisões mensais são uma boa maneira de intensificar o estudo ativo.



Colégio Nossa Senhora do Perpétuo Socorro

"Amado seja por toda parte o Sagrado Coração de Jesus eternamente"

- Para estudantes que estão em cursos pré-vestibular online, o formato permite um híbrido de estudo passivo e ativo. Além de poder escolher quais aulas assistir, o aluno tem o poder de decidir a velocidade da aula e de rever quantas vezes quiser os conteúdos. Uma forma de ir mesclando os dois formatos em tempo real é pausar a aula e verificar como aquele conteúdo é cobrado nas provas. Para Ribeiro, o curso online é o que mais permite a personificação do estudo.

Disponível em : <https://guiadoestudante.abril.com.br/estudo/estudo-passivo-ou-estudo-ativo-entenda-quando-usar-cada-metodo/>

