

## Como Usufruir com Qualidade o Dia-a-Dia da Vida Acadêmica

Escrito por Ana Paula K. Miranda  
Qua, 09 de Julho de 2008 21:00

---

Ana Paula Kosloski Miranda.

Aproveitando o artigo do Dr. Eurípides A. Silva , que foi publicada no dia 14/05/2008, sobre "a saga dos calouros universitários", no qual ele retrata as taxas de analfabetismo como "urbano, de 11% (muito superior à de países como Argentina, Paraguai e Uruguai), e de acesso à universidade, de apenas 10%, na faixa etária dos 18 aos 24 anos (a média mundial é de 30%; a dos países desenvolvidos, 70%!)", e, ainda, nos coloca a perseverança como "atributos indispensáveis para o êxito universitário", venho dispor de minha plena concordância, atribuindo as minhas experiências dessa vivência acadêmica.

Porque tomar a decisão de entrar em uma faculdade pode parecer fácil, seria se não precisasse passar pela porta de saída. Vivemos em um país que ainda luta contra o analfabetismo, e que os índices de pessoas que freqüentam um curso universitário é ainda, muito baixo.

Mais lamentável ainda, são as grandes desistências, as evasões que ocorrem no meio do caminho de acadêmicos. Sabemos que há vários fatores inesperados que causam estas desistências, como por exemplo, doenças familiares, gravidez, finanças, trabalho, mas principalmente, a rotina pesada e a falta de tempo.

A realidade de muitos se enquadram em precisar trabalhar o dia todo e estudar à noite, sobrando apenas o final de semana para o lazer e a família (que seria ótimo) se não precisasse dividir o tempo com trabalhos acadêmicos.

Por isso, desejando que estas evasões diminuam nas estatísticas é que escrevo estas mensagens, que serviram para passar um pouco de força e perseverança a todos nós, nos momentos em que o desânimo e o cansaço parecem mais forte que nosso querer.

O primeiro passo é escolher e ser admitida em uma Instituição de Ensino, o local onde passará alguns anos de sua vida (não tenha dúvidas que ela será como uma família para você) comece então, a ter orgulho dela, vista a camisa da faculdade como você veste a camisa do seu clube de coração. Desejando que ela se fortaleça, pois você crescerá junto com ela.

Queira ter um ótimo desempenho, além de ser bom para você será para a faculdade: se a faculdade não tiver alunos empenhados, não será nada, nem ela e nem os alunos. Por isso se esforce, pois os resultados que ambas estiverem será bom, principalmente para você mesmo.

Faça o melhor que puder sempre pensando em obter o máximo de resultados, respeitando claro, seus limites e você. Não há necessidade de se destacar em primeiro lugar, apenas demonstre seu verdadeiro valor, suas qualidades, o que de bom você pode oferecer, será dessa maneira que o reconhecimento virá.

Assim como os bons momentos em sua vida, se preocupe e viva intensamente cada período, um de cada vez. E vibre, comemore, seja com seus colegas ou familiares, as etapas que superar.

## Como Usufruir com Qualidade o Dia-a-Dia da Vida Acadêmica

Escrito por Ana Paula K. Miranda  
Qua, 09 de Julho de 2008 21:00

---

Preste atenção ao seu redor, leia todos os editais expostos na faculdade: lá pode estar à oportunidade que você está aguardando.

Quando estiver estudando e aquele cansaço e sono vier, visualize a si mesmo fazendo a prova e troque os seus sentimentos de preocupação pela vontade de querer ir bem. Pense que você dormirá tranquilo e sossegado no outro dia por ter feito uma boa prova e alcançado seu objetivo. Se não der certo, se o sono e o cansaço for ainda mais forte, que tal estudar com seu colega? Faça um café para tomarem juntos enquanto revisam a matéria, com isso um dará força ao outro e os dois aprenderão sem grandes dificuldades.

Não precisa e nem sugiro que estude à noite toda. Apenas evite ler na cama, procure um lugar para se acomodar que seja bem iluminado e arejado.

Faça sempre um esquema ou resumo da matéria já comentada, antes das vésperas das provas. Além de já estar estudando com este método, saberá o que realmente precisa ser revisado quando chegar o dia da avaliação. Deixe seu caderno organizado, se perder o controle acabará desanimado.

Algo bem sugestivo é ensaiar o assunto estudado com sua mãe, irmãos, filhos, não importa quem seja, além de facilitar a lembrança dos assuntos que dizer, surpreenderá com o interesse das pessoas em querer também aprender.

E, por que não ajudar colegas com mais dificuldades que você, te garanto, você ganhará em aprendizagem mais do que eles, é uma boa forma de estudar sem cair na monotonia.

Não se esqueça: exercite-se e alimente-se bem, ter uma vida saudável trará mais energia que melhorarão seu desempenho.

Procure sempre dividir as tarefas dos trabalhos acadêmicos, não faça sozinho, isto não ajudará seus colegas, e também, não permita que só seus colegas o façam, porque isto, também não o ajudará.

Seja um aluno participativo da vida acadêmica, ela lhe oferece muitas oportunidades, seja em pesquisas, monitorias, projetos, centro acadêmicos e estágios. Um aluno participativo com certeza é bem lembrado: o marketing pessoal é o seu melhor currículo.

Portanto, como na vida, fixe sua marca na vida acadêmica, deixe pegadas quando passar, e reflita sobre no que sua formação ajudará os outros e a sociedade em geral. Obtenha os resultados também com o propósito de compartilhá-los.

Aprenda com as experiências que cada professor já vivenciou, são de grande valia. Ouça seus colegas, em geral há uma grande variação de idade que enriquece a turma, será mais uma forma de aprender, adquirindo informações, experiências e pontos de vistas diferentes.

Espelhe-se em alguém, naquela pessoa que se tornou no que você quer ser, e que de longe

## Como Usufruir com Qualidade o Dia-a-Dia da Vida Acadêmica

Escrito por Ana Paula K. Miranda  
Qua, 09 de Julho de 2008 21:00

---

Você admira, tente conhecê-la, aproximá-la se for possível, só não se espante quando perceber que a vitória dela também veio com as mesmas dificuldades, frustrações, medos e dúvidas, como você esta tendo agora. Perceberá então, que vocês têm mais em comum do que parecia, trazendo assim, dentro de si mesmo a certeza que não é impossível ser o que você quer ser.

Faça uma retrospectiva dos assuntos que você já estudou, descobrirá o quanto já sabe, esta sensação lhe trará auto-estima, força e segurança para prosseguir em frente. Então, se auto-avale no fim de cada ano, pense no que você fez ou deixou de fazer, nos resultados que conseguiu alcançar, no que poderia melhorar. Saber exatamente o que você quer e o que precisa fazer para conseguir é um bom passo para deixar o tempo trabalhar a seu favor.

Nunca esqueça, qual for o seu objetivo, ele irá requerer grandes esforços, seja em alguma doação ou desistência, por isso, dê preferência no que é mais importante neste momento, faça da disciplina a sua aliada.

Visualize de vez em quando o dia de sua formatura, a maneira em que estará, imagine as pessoas que te amam compartilhando a felicidade deste momento com você, demonstrando grande orgulho daquilo que foi conquistado.

Tenha em mente sobre como serão as coisas quando seu objetivo chegar ao fim, o que mudará e o que fará. Chegará à conclusão de que tudo valerá a pena.

E, quando chegar o fim, sentirá saudades de todos os momentos vividos, agradecendo todos os dias a Deus pela força concedida e na pessoa realizada, que com certeza você será. Portanto, usufrua com qualidade o dia-a-dia da vida acadêmica.

Aproveitando o artigo do Dr. Eurípides A. Silva , que foi publicada no dia 14/05/2008, sobre "a saga dos calouros universitários", no qual ele retrata as taxas de analfabetismo como "urbano, de 11% (muito superior à de países como Argentina, Paraguai e Uruguai), e de acesso à universidade, de apenas 10%, na faixa etária dos 18 aos 24 anos (a média mundial é de 30%; a dos países desenvolvidos, 70%!)", e, ainda, nos coloca a perseverança como "atributos indispensáveis para o êxito universitário", venho dispor de minha plena concordância, atribuindo as minhas experiências dessa vivência acadêmica.

Porque tomar a decisão de entrar em uma faculdade pode parecer fácil, seria se não precisasse passar pela porta de saída. Vivemos em um país que ainda luta contra o analfabetismo, e que os índices de pessoas que freqüentam um curso universitário é ainda, muito baixo.

Mais lamentável ainda, são as grandes desistências, as evasões que ocorrem no meio do caminho de acadêmicos. Sabemos que há vários fatores inesperados que causam estas desistências, como por exemplo, doenças familiares, gravidez, finanças, trabalho, mas principalmente, a rotina pesada e a falta de tempo.

A realidade de muitos se enquadram em precisar trabalhar o dia todo e estudar à noite, sobrando apenas o final de semana para o lazer e a família (que seria ótimo) se não precisasse

## Como Usufruir com Qualidade o Dia-a-Dia da Vida Acadêmica

Escrito por Ana Paula K. Miranda  
Qua, 09 de Julho de 2008 21:00

---

dividir o tempo com trabalhos acadêmicos.

Por isso, desejando que estas evasões diminuam nas estatísticas é que escrevo estas mensagens, que serviram para passar um pouco de força e perseverança a todos nós, nos momentos em que o desânimo e o cansaço parecem mais forte que nosso querer.

O primeiro passo é escolher e ser admitida em uma Instituição de Ensino, o local onde passará alguns anos de sua vida (não tenha dúvidas que ela será como uma família para você) comece então, a ter orgulho dela, vista a camisa da faculdade como você veste a camisa do seu clube de coração. Desejando que ela se fortaleça, pois você crescerá junto com ela.

Queira ter um ótimo desempenho, além de ser bom para você será para a faculdade: se a faculdade não tiver alunos empenhados, não será nada, nem ela e nem os alunos. Por isso se esforce, pois os resultados que ambas estiverem será bom, principalmente para você mesmo.

Faça o melhor que puder sempre pensando em obter o máximo de resultados, respeitando claro, seus limites e você. Não há necessidade de se destacar em primeiro lugar, apenas demonstre seu verdadeiro valor, suas qualidades, o que de bom você pode oferecer, será dessa maneira que o reconhecimento virá.

Assim como os bons momentos em sua vida, se preocupe e viva intensamente cada período, um de cada vez. E vibre, comemore, seja com seus colegas ou familiares, as etapas que superar.

Preste atenção ao seu redor, leia todos os editais expostos na faculdade: lá pode estar à oportunidade que você está aguardando.

Quando estiver estudando e aquele cansaço e sono vier, visualize a si mesmo fazendo a prova e troque os seus sentimentos de preocupação pela vontade de querer ir bem. Pense que você dormirá tranquilo e sossegado no outro dia por ter feito uma boa prova e alcançado seu objetivo. Se não der certo, se o sono e o cansaço for ainda mais forte, que tal estudar com seu colega? Faça um café para tomarem juntos enquanto revisam a matéria, com isso um dará força ao outro e os dois aprenderão sem grandes dificuldades.

Não precisa e nem sugiro que estude à noite toda. Apenas evite ler na cama, procure um lugar para se acomodar que seja bem iluminado e arejado.

Faça sempre um esquema ou resumo da matéria já comentada, antes das vésperas das provas. Além de já estar estudando com este método, saberá o que realmente precisa ser revisado quando chegar o dia da avaliação. Deixe seu caderno organizado, se perder o controle acabará desanimado.

Algo bem sugestivo é ensaiar o assunto estudado com sua mãe, irmãos, filhos, não importa quem seja, além de facilitar a lembrança dos assuntos que dizer, surpreenderá com o interesse das pessoas em querer também aprender.

## Como Usufruir com Qualidade o Dia-a-Dia da Vida Acadêmica

Escrito por Ana Paula K. Miranda  
Qua, 09 de Julho de 2008 21:00

---

E, por que não ajudar colegas com mais dificuldades que você, te garanto, você ganhará em aprendizagem mais do que eles, é uma boa forma de estudar sem cair na monotonia.

Não se esqueça: exercite-se e alimente-se bem, ter uma vida saudável trará mais energia que melhorarão seu desempenho.

Procure sempre dividir as tarefas dos trabalhos acadêmicos, não faça sozinho, isto não ajudará seus colegas, e também, não permita que só seus colegas o façam, porque isto, também não o ajudará.

Seja um aluno participativo da vida acadêmica, ela lhe oferece muitas oportunidades, seja em pesquisas, monitorias, projetos, centro acadêmicos e estágios. Um aluno participativo com certeza é bem lembrado: o marketing pessoal é o seu melhor currículo.

Portanto, como na vida, fixe sua marca na vida acadêmica, deixe pegadas quando passar, e reflita sobre no que sua formação ajudará os outros e a sociedade em geral. Obtenha os resultados também com o propósito de compartilhá-los.

Aprenda com as experiências que cada professor já vivenciou, são de grande valia. Ouça seus colegas, em geral há uma grande variação de idade que enriquece a turma, será mais uma forma de aprender, adquirindo informações, experiências e pontos de vistas diferentes.

Espelhe-se em alguém, naquela pessoa que se tornou no que você quer ser, e que de longe você admira, tente conhecê-la, aproximá-la se for possível, só não se espante quando perceber que a vitória dela também veio com as mesmas dificuldades, frustrações, medos e dúvidas, como você esta tendo agora. Perceberá então, que vocês têm mais em comum do que parecia, trazendo assim, dentro de si mesmo a certeza que não é impossível ser o que você quer ser.

Faça uma retrospectiva dos assuntos que você já estudou, descobrirá o quanto já sabe, esta sensação lhe trará auto-estima, força e segurança para prosseguir em frente. Então, se auto-avalie no fim de cada ano, pense no que você fez ou deixou de fazer, nos resultados que conseguiu alcançar, no que poderia melhorar. Saber exatamente o que você quer e o que precisa fazer para conseguir é um bom passo para deixar o tempo trabalhar a seu favor.

Nunca esqueça, qual for o seu objetivo, ele irá requerer grandes esforços, seja em alguma doação ou desistência, por isso, dê preferência no que é mais importante neste momento, faça da disciplina a sua aliada.

Visualize de vez em quando o dia de sua formatura, a maneira em que estará, imagine as pessoas que te amam compartilhando a felicidade deste momento com você, demonstrando grande orgulho daquilo que foi conquistado.

Tenha em mente sobre como serão as coisas quando seu objetivo chegar ao fim, o que mudará e o que fará. Chegará à conclusão de que tudo valerá a pena.

## Como Usufruir com Qualidade o Dia-a-Dia da Vida Acadêmica

Escrito por Ana Paula K. Miranda  
Qua, 09 de Julho de 2008 21:00

---

E, quando chegar o fim, sentirá saudades de todos os momentos vividos, agradecendo todos os dias a Deus pela força concedida e na pessoa realizada, que com certeza você será. Portanto, usufrua com qualidade o dia-a-dia da vida acadêmica.

Aproveitando o artigo do Dr. Eurípides A. Silva , que foi publicada no dia 14/05/2008, sobre "a saga dos calouros universitários", no qual ele retrata as taxas de analfabetismo como "urbano, de 11% (muito superior à de países como Argentina, Paraguai e Uruguai), e de acesso à universidade, de apenas 10%, na faixa etária dos 18 aos 24 anos (a média mundial é de 30%; a dos países desenvolvidos, 70%!)", e, ainda, nos coloca a perseverança como "atributos indispensáveis para o êxito universitário", venho dispor de minha plena concordância, atribuindo as minhas experiências dessa vivência acadêmica.

Porque tomar a decisão de entrar em uma faculdade pode parecer fácil, seria se não precisasse passar pela porta de saída. Vivemos em um país que ainda luta contra o analfabetismo, e que os índices de pessoas que freqüentam um curso universitário é ainda, muito baixo.

Mais lamentável ainda, são as grandes desistências, as evasões que ocorrem no meio do caminho de acadêmicos. Sabemos que há vários fatores inesperados que causam estas desistências, como por exemplo, doenças familiares, gravidez, finanças, trabalho, mas principalmente, a rotina pesada e a falta de tempo.

A realidade de muitos se enquadram em precisar trabalhar o dia todo e estudar à noite, sobrando apenas o final de semana para o lazer e a família (que seria ótimo) se não precisasse dividir o tempo com trabalhos acadêmicos.

Por isso, desejando que estas evasões diminuam nas estatísticas é que escrevo estas mensagens, que serviram para passar um pouco de força e perseverança a todos nós, nos momentos em que o desânimo e o cansaço parecem mais forte que nosso querer.

O primeiro passo é escolher e ser admitida em uma Instituição de Ensino, o local onde passará alguns anos de sua vida (não tenha dúvidas que ela será como uma família para você) comece então, a ter orgulho dela, vista a camisa da faculdade como você veste a camisa do seu clube de coração. Desejando que ela se fortaleça, pois você crescerá junto com ela.

Queira ter um ótimo desempenho, além de ser bom para você será para a faculdade: se a faculdade não tiver alunos empenhados, não será nada, nem ela e nem os alunos. Por isso se esforce, pois os resultados que ambas estiverem será bom, principalmente para você mesmo.

Faça o melhor que puder sempre pensando em obter o máximo de resultados, respeitando claro, seus limites e você. Não há necessidade de se destacar em primeiro lugar, apenas demonstre seu verdadeiro valor, suas qualidades, o que de bom você pode oferecer, será dessa maneira que o reconhecimento virá.

Assim como os bons momentos em sua vida, se preocupe e viva intensamente cada período, um de cada vez. E vibre, comemore, seja com seus colegas ou familiares, as etapas que

## Como Usufruir com Qualidade o Dia-a-Dia da Vida Acadêmica

Escrito por Ana Paula K. Miranda  
Qua, 09 de Julho de 2008 21:00

---

superar.

Preste atenção ao seu redor, leia todos os editais expostos na faculdade: lá pode estar à oportunidade que você está aguardando.

Quando estiver estudando e aquele cansaço e sono vier, visualize a si mesmo fazendo a prova e troque os seus sentimentos de preocupação pela vontade de querer ir bem. Pense que você dormirá tranquilo e sossegado no outro dia por ter feito uma boa prova e alcançado seu objetivo. Se não der certo, se o sono e o cansaço for ainda mais forte, que tal estudar com seu colega? Faça um café para tomarem juntos enquanto revisam a matéria, com isso um dará força ao outro e os dois aprenderão sem grandes dificuldades.

Não precisa e nem sugiro que estude à noite toda. Apenas evite ler na cama, procure um lugar para se acomodar que seja bem iluminado e arejado.

Faça sempre um esquema ou resumo da matéria já comentada, antes das vésperas das provas. Além de já estar estudando com este método, saberá o que realmente precisa ser revisado quando chegar o dia da avaliação. Deixe seu caderno organizado, se perder o controle acabará desanimado.

Algo bem sugestivo é ensaiar o assunto estudado com sua mãe, irmãos, filhos, não importa quem seja, além de facilitar a lembrança dos assuntos que dizer, surpreenderá com o interesse das pessoas em querer também aprender.

E, por que não ajudar colegas com mais dificuldades que você, te garanto, você ganhará em aprendizagem mais do que eles, é uma boa forma de estudar sem cair na monotonia.

Não se esqueça: exercite-se e alimente-se bem, ter uma vida saudável trará mais energia que melhorarão seu desempenho.

Procure sempre dividir as tarefas dos trabalhos acadêmicos, não faça sozinho, isto não ajudará seus colegas, e também, não permita que só seus colegas o façam, porque isto, também não o ajudará.

Seja um aluno participativo da vida acadêmica, ela lhe oferece muitas oportunidades, seja em pesquisas, monitorias, projetos, centro acadêmicos e estágios. Um aluno participativo com certeza é bem lembrado: o marketing pessoal é o seu melhor currículo.

Portanto, como na vida, fixe sua marca na vida acadêmica, deixe pegadas quando passar, e reflita sobre no que sua formação ajudará os outros e a sociedade em geral. Obtenha os resultados também com o propósito de compartilhá-los.

Aprenda com as experiências que cada professor já vivenciou, são de grande valia. Ouça seus colegas, em geral há uma grande variação de idade que enriquece a turma, será mais uma forma de aprender, adquirindo informações, experiências e pontos de vistas diferentes.

## Como Usufruir com Qualidade o Dia-a-Dia da Vida Acadêmica

Escrito por Ana Paula K. Miranda  
Qua, 09 de Julho de 2008 21:00

---

Espelhe-se em alguém, naquela pessoa que se tornou no que você quer ser, e que de longe você admira, tente conhecê-la, aproximá-la se for possível, só não se espante quando perceber que a vitória dela também veio com as mesmas dificuldades, frustrações, medos e dúvidas, como você esta tendo agora. Perceberá então, que vocês têm mais em comum do que parecia, trazendo assim, dentro de si mesmo a certeza que não é impossível ser o que você quer ser.

Faça uma retrospectiva dos assuntos que você já estudou, descobrirá o quanto já sabe, esta sensação lhe trará auto-estima, força e segurança para prosseguir em frente. Então, se auto-avalie no fim de cada ano, pense no que você fez ou deixou de fazer, nos resultados que conseguiu alcançar, no que poderia melhorar. Saber exatamente o que você quer e o que precisa fazer para conseguir é um bom passo para deixar o tempo trabalhar a seu favor.

Nunca esqueça, qual for o seu objetivo, ele irá requerer grandes esforços, seja em alguma doação ou desistência, por isso, dê preferência no que é mais importante neste momento, faça da disciplina a sua aliada.

Visualize de vez em quando o dia de sua formatura, a maneira em que estará, imagine as pessoas que te amam compartilhando a felicidade deste momento com você, demonstrando grande orgulho daquilo que foi conquistado.

Tenha em mente sobre como serão as coisas quando seu objetivo chegar ao fim, o que mudará e o que fará. Chegará à conclusão de que tudo valerá a pena.

E, quando chegar o fim, sentirá saudades de todos os momentos vividos, agradecendo todos os dias a Deus pela força concedida e na pessoa realizada, que com certeza você será. Portanto, usufrua com qualidade o dia-a-dia da vida acadêmica.

1 SILVA, EURÍPEDES, Mestre e Doutor em Matemática pela USP e docente aposentado pelo campus da UNESP de S. J. Rio Preto.